

A guitarra elétrica e a teoria do fluxo: sugestões práticas.

Felipe Freitas, Universidade Federal de Sergipe

Resumo

O presente texto traz uma abordagem sintética a respeito de relações de ensino e aprendizagem da guitarra elétrica sob a ótica da teoria do fluxo. Teoria difundida e estudada por pesquisadores dos aspectos motivacionais que atuam no âmbito das práticas musicais. De forma sucinta falamos sobre as pesquisas sobre motivação e música citando alguns trabalhos relevantes para a área nos últimos anos. São debatidas algumas ideias sobre o estado de fluxo, alguns aspectos que caracterizam esse estado mental, seu principal autor e também são apresentadas algumas possibilidades para aplicação de práticas que podem ampliar a nossa concentração e consequentemente aumentar as nossas chances de alcançar esse alto nível de imersão na atividade musical. Apresenta uma possibilidade de monitoramento da efetividade das práticas sugeridas, com a finalidade de mapear os níveis de sucesso. Por fim conclui-se com a importância de pesquisas nesse sentido, fomentando a guitarra elétrica, bem como os aspectos cognitivos ligados a ela.

Palavras-chave: Guitarra Elétrica, Teoria do fluxo, Cognição Musical.

O presente trabalho tem como objetivo traçar uma ligação útil entre uma teoria motivacional específica – a teoria do fluxo – e o ensino/aprendizagem da guitarra elétrica. Com essa finalidade serão discutidas algumas questões a respeito da pesquisa em guitarra e sobre motivação ao se estudar música. Dentro das teorias desenvolvidas sobre aspectos motivacionais ligados ao fazer musical será destacada a teoria do fluxo de Csikszentmihalyi (1999) e como nós guitarristas podemos nos valer da mesma para alcançar resultados mais expressivos em nossos estudos. Para isso será apresentado um material teórico e serão feitas algumas sugestões pessoais para aplicação desses conceitos. Para justificar ainda mais a importância dessa experiência durante a aprendizagem musical: “outra hipótese, confirmada por meio desta pesquisa, é aquela na qual acredita-se que, quanto mais frequentes as experiências de fluxo, maior a probabilidade de o sujeito apostar no investimento da aprendizagem musical.” (Araujo & Pickler, 2008, p.5). Com isso espero contribuir simultaneamente para as pesquisas em guitarra elétrica, bem como em cognição e música, aliando de forma aparentemente inédita os referidos temas.

A guitarra começa a ganhar espaço na academia brasileira nos últimos anos. Em minha pesquisa recente constatei que foram produzidos, de 2002 a 2015, 21 trabalhos de pós-graduação, a maioria em música, que tratavam a guitarra elétrica como objeto principal do estudo (Freitas, 2016). Somado a isso, os raríssimos cursos de graduação no país levaram muitos guitarristas a não enveredar a carreira acadêmica ou pior, seguir a carreira universitária se vendo obrigados a pesquisar sobre e/ou tocar outros instrumentos para se amoldar às instituições e os professores orientadores. O preconceito acerca da guitarra por parte dos acadêmicos vem caindo lentamente, porém já podemos enxergar alguns avanços.

Muitos materiais didáticos para o instrumento baseados em experiências próprias de guitarristas auto-aprendizes e professores com certa vivência profissional foram publicados por editoras comerciais visando amenizar uma lacuna no mercado. Esse material que temos à disposição em livrarias e muitas vezes na internet tem como objetivo principal transmitir um conhecimento técnico acerca do instrumento, porém não se preocupa em como o estudante assimilará isso e se existem práticas capazes de otimizar essa assimilação.

Esse trabalho tem o intuito de nos levar a refletir sobre o que diz Csikszentmihalyi (1999) e os pesquisadores que correlacionaram sua teoria com o estudo musical publicaram e baseado neles contribuir para a evolução de alunos e professores no sentido de planejar aulas e/ou momentos de estudo. Antes de continuar a discorrer sobre o assunto gostaria de dizer que onde se lê guitarra, pode se ler qualquer instrumento desde que sejam feitas as devidas adaptações. A música é maior do que qualquer instrumento musical.

Tenho, juntamente com um número crescente de pesquisadores, encontrado no campo das pesquisas em cognição e música uma área promissora e ampla, capaz de acolher não apenas os estudos sobre guitarra elétrica, como sobre qualquer outro instrumento musical. Uma das principais temáticas da área são os aspectos motivacionais no ensino de música, que uma vez compreendidos podem tornar os resultados das relações de aprendizagem musical muito mais expressivos.

Motivação e música

Várias pesquisas dentro do campo da música e seus diálogos com a cognição se desenvolveram com o passar dos anos. Dentre os temas abordados se encontram as relações ter música e memória, musicoterapia, música e neuroaprendizagem, música e aspectos motivacionais entre outros.

Sobre motivação e música autores mundiais e nacionais têm se mostrado preocupados em publicar a respeito. Os trabalhos de O'Neill e McPherson (2002), McPherson e McCormick (2006), McPherson e Renwick (2011), McPherson e Zimmerman (2002), Custodero (2005, 2006), Addessi e Pachet (2005, 2007), Griffin (2008), Troum (2008), Araujo e Pickler (2008), Cavalcanti (2009), Silva (2012), Stocchero (2012), Gonçalves (2013), são algumas dessas referidas publicações. Obviamente que muitas outras foram feitas, todavia através dos textos mencionados podemos visualizar, ainda que de forma parcial, o crescimento consistente dessa área do conhecimento.

Nesse campo de atuação o principal objetivo consiste em manter os níveis de interesse elevados por parte do aluno ou do instrumentista. Essas teorias podem otimizar a

prática, proporcionar mais experiências agradáveis, diminuir a evasão e é claro aumento da produtividade e desempenho do aprendiz. O destaque do presente trabalho se trata da teoria do fluxo.

Teoria do Fluxo

Essa teoria foi desenvolvida por Csikszentmihalyi durante a década de 1990, de lá pra cá, muitas pesquisas nacionais e internacionais na área já mostravam um futuro promissor de descobertas e pesquisas decorrentes dessa teoria. O fluxo consiste em um processo de total imersão e concentração em uma determinada tarefa. Mas as investigações averiguam não apenas ‘como’ e ‘quando’ a pessoa chega a esse nível de envolvimento com seu afazer, mas principalmente porque nós conseguimos nos concentrar em algo de forma intensa. “O autor explica que o “estado de fluxo” é gerado a partir de elementos afetivos da motivação que orientam a realização de uma atividade com emoção e concentração.” (ARAÚJO, 2013, p.60)

Em seu artigo ‘Um estudo sobre motivação e estado de fluxo na execução musical’ (2008), as autoras Araújo & Pickler apresentam um quadro onde apontam algumas sensações que segundo a correlação que as mesmas fazem entre a pesquisa delas e de Csikszentmihalyi (1999) evidenciam uma experiência de fluxo, que pode ser vivida durante o estudo ou mesmo apresentações. São elas: Perder a noção do tempo; Sensação de bem estar; Alegria; Prazer momentâneo; Vontade de continuar tocando no Momento; Vontade de superar desafios; Satisfação com o resultado; Sentimento de que sua prática se torna melhor; Se desligar de situações exteriores; Vontade de tocar/cantar cada vez mais.

É possível entrar em fluxo de forma intencional? A resposta a essa pergunta é tão densa e complexa quanto o próprio cérebro. Todavia, é indiscutível o fato de que podemos otimizar as condições necessárias para ter acesso a esse estado mental. Em resumo, os estudos sobre motivação e música buscam maneiras de tornar a experiência musical muito mais agradável e prazerosa aos seus praticantes, quanto mais nos aproximamos desse ideal, mais estamos sujeitos a imergir na atividade e aproveitá-la ao máximo.

O estudo deve ser um momento motivado por sentimentos agradáveis, como de estar praticando uma atividade de prazer e não uma obrigação que seja desagradável. Esse é sem dúvida um dos pontos que nos levam ao estado de fluxo durante a prática instrumental, compreendendo que o conceito é intrinsecamente ligado a aspectos motivacionais. Esse pensamento deve ser levado em consideração por nós não apenas enquanto *performers* autoregulados, mas enquanto professores em planejamento de suas aulas. Sobre isso podemos dizer que:

É durante o lazer, de acordo com os filósofos gregos, que nos tornamos verdadeiramente humanos, dedicando tempo ao desenvolvimento pessoal – ao aprendizado, às artes, à atividade política. Na verdade, o termo grego para lazer, *escholea*, é a raiz da nossa palavra “escola”, porque se pensava que o melhor uso para o lazer era o estudo (Csikszentmihalyi, 1999, p.21)

Sugestões práticas para o aumento da concentração

Antes de praticar ou se apresentar, recuperar na memória lembranças agradáveis ligadas à música. A familiaridade faz com que nos sintamos a vontade diante de determinada situação, relaxando e liberando a mente de sentimentos negativos provenientes de um possível desconforto. Essa liberação permite maior capacidade de concentração.

Estabelecer metas compatíveis ao nível em que nos encontramos. “O estabelecimento de metas auxilia o indivíduo para seguir a uma etapa de concentração. As metas são os elementos que focalizam a energia psíquica do indivíduo e estão relacionadas com a autoestima na dependência das expectativas e do sucesso.” (ARAÚJO, 2013, p.60)

Vivenciar experiências agradáveis durante os intervalos do estudo. Como já foi mencionado no decorrer desse trabalho, a alegria é uma sensação presente na descrição do estado de fluxo. O estudo diário da guitarra implica em vários tópicos: harmonia, leitura, percepção, improvisação, repertório, técnicas diversas e o que mais a necessidade do músico exigir. Entre esses tópicos são necessários pequenos intervalos para não prejudicar o rendimento do estudo. Podemos aproveitar isso e transformar os nossos intervalos das práticas em momentos tão agradáveis quanto a prática propriamente dita. Para isso podemos ouvir ou assistir apresentações musicais de nossa preferência, acessar materiais humorísticos, conversar com pessoas de nosso círculo de afetos, etc.

Escolher um repertório agradável também faz toda a diferença se levarmos em consideração o parágrafo acima. Perceba que agora não me refiro a desafios técnicos no repertório e sim, se esse agrada ou não o executante, trazendo-lhe bem-estar. Algo que esteja próximo ao guitarrista ou algo que ele almeje aprender. Esse conceito servirá para trabalhar diversas técnicas (*Bend, hammer on, Pull off, sweep picking*, etc) em diversos estilos (bossa nova, jazz, country, funk, rock).

Todavia, comprovar se essas práticas funcionam se faz necessário. Para confirmar se a estratégia tem dado certo é preciso monitorar. Mas como mapear essa efetividade da prática? Em uma possibilidade de monitoramento da eficiência das práticas podemos adaptar o método ESM de Csikszentmihalyi, que consiste em:

O ESM usa um *Pager* ou relógio programável para avisar às pessoas que preencham duas páginas em um livreto que carregam consigo. Os sinais são programados para disparar em

períodos aleatórios dentro de segmentos de duas horas do dia, do início da manhã até as 23 horas, ou mais tarde. Ao toque do sinal, a pessoa escreve onde ela está, o que está fazendo, no que está pensando, com quem ela está, e então classifica o seu estado de consciência naquele momento de acordo com várias escalas numéricas – quão feliz ela está, quão concentrada, quão fortemente ela está motivada, o nível da sua auto-estima, e assim por diante (Csikszentmihalyi, 1999, p.24)

O monitoramento deve acontecer, pois dessa forma podemos nos autorregular e ensinar nossos alunos a fazer isso durante seus momentos de estudos individuais, adaptando o ESM para as distintas e variadas realidades.

Considerações Finais

Pensar em estratégias para agregar ao estudo da guitarra, formas que nos induzam a um estado de profunda imersão e concentração nos leva ao próximo nível na prática instrumental. Onde não estamos preocupados apenas com a execução de movimentos, mas com a assimilação de conceitos e a internalização de ideias. A guitarra ainda tem muito a agregar para a academia, as pesquisas em cognição têm muito a agregar à guitarra e a música só tem a ganhar com essa relação.

Por fim acredito ter contribuído para o crescimento das pesquisas em cognição e música. Espero também diminuir ainda mais a lacuna que existe sobre a guitarra elétrica na academia. Que a guitarra elétrica seja cada vez mais presente no ambiente acadêmico nacional, mostrando que ela é um elemento musical importante para a nossa cultura e despertando novos pesquisadores em potencial para os cursos superiores de música do Brasil.

Referências

Addressi, A. R., & Pachet, F. (2005). Experiments with a musical machine: musical style replication in 3/5 year old children. *British Journal of Music Education*, vol. 22, 21–46.

Araújo, R. (2013). Crenças de autoeficácia e teoria do fluxo na prática, ensino e aprendizagem musical. *Percepta – Revista de Cognição Musical*, 1(1), 55–66.

Araujo, R. C., & Pickler, L. (2008). Um estudo sobre motivação e estado de fluxo na execução musical. *Anais do IV Simpósio de Cognição e artes musicais*. Disponível em < http://xa.yimg.com/kq/groups/24960419/180572604/name/SIMCAM4_Rosane%20Araujo_e_LPickler.pdf >

- Cavalcanti, C. R. P. (2009). *Autorregulação e prática instrumental: um estudo sobre as crenças de autoeficácia de músicos e instrumentistas* (Dissertação de Mestrado). Curitiba: UFPR.
- Csikszentmihalyi, M. (1999) *A descoberta do fluxo: a psicologia do envolvimento com a vida cotidiana*. Rio de Janeiro: Rocco.
- Custodero, L. A. (2006). Buscando desafios, encontrando habilidades: a experiência de fluxo e a educação musical. In B. Ilari (Ed.), *Em busca da mente musical* (pp. 381–399). Curitiba: Editora da UFPR.
- Custodero, L. A. (2005). Observable indicators of flow experience: A developmental perspective on musical engagement in young children from infancy to school age. *Music Education Research*, 07, nº 2, 185–209.
- Freitas, Felipe. (2016) *A guitarra elétrica na academia: Um estudo sobre as IES públicas brasileiras*. Monografia. (Licenciatura em Música).
- Gonçalves L. S. (2013). *Um estudo sobre crenças de autoeficácia de alunos de percepçãomusical* (Dissertação de Mestrado). Curitiba, UFPR.
- Griffin, M. (2008). Creating emotional intelligence: Opportunities for general music students in the keyboard laboratory. In W. L. Sims (ed.), *Proceedings of the 28th ISME World Conference* (pp. 113-117). Bologna, Italy.
- McPherson, G. E., & McCormick, J. (2006). *Self-efficacy and performing music*. *Psychology of Music*, 34(3), 321–336.
- McPherson, G. E., & Renwick, J. (2011). Self-regulation and mastery of musical skills. In B. Zimmerman, & D. Schunk (Eds.), *Handbook of selfregulation of learning and performance* (pp. 234–248). New York: Routledge.
- McPherson, G. E., & Zimmerman, B. J. (2002). Self-regulation of musical learning: A social cognitive perspective. In R. Colwell, & C. Richardson (Eds.), *The new handbook of research on music teaching and learning* (pp. 327–347). New York: Oxford University Press.
- O'Neill S., & McPherson, G. E. (2002). Motivation. In R. Parncutt, & G. McPherson (Eds.), *The science & psychology of music performance: creative strategies for teaching and learning* (pp.31–46). New York: Oxford University Press.
- Silva, R. R. (2012). *Consciência de autoeficácia: uma perspectiva sociocognitiva para o estudo da motivação de professores de piano* (Dissertação de Mestrado). Curitiba: UFPR.
- Stocchero, M. A. (2012). *Experiências de fluxo na educação musical: Um estudo sobre motivação* (Dissertação de Mestrado). Curitiba: UFPR.
- Troum, J. (2008). Self-Regulated deliberate flow: A metacognitive goaldirected práxis toward musical practice. *Proceedings of the 28th ISME World Conference*, 637–638. Bologna, Italy.