

A INFLUÊNCIA DO FATOR EMOCIONAL DURANTE A PERFORMANCE DO MÚSICO

**Marcos José Bichara¹
Leticia Veiga Vasques²**

RESUMO

O presente artigo tem por objetivo analisar os aspectos da ansiedade na performance musical. Este trabalho tem por objetivo a analisar a influência do fator emocional durante a performance do músico, sendo o seu objetivo principal a construção de ferramentas que auxiliem o músico na sua preparação emocional para uma apresentação, apontando quais são os fatores emocionais que atrapalham uma apresentação musical e como eles podem prejudicar a performance do músico durante a apresentação. Tal abordagem é necessária, pois uma apresentação envolve diretamente o lado emocional do músico. Aprender a ler partituras e o domínio técnico do instrumento e da voz não são suficientes para uma boa performance. Dessa forma, há uma carência de explicações e estudos referente ao lado emocional do músico, seja iniciante ou profissional, no momento de uma apresentação musical. A metodologia utilizada para a elaboração deste trabalho será a revisão bibliográfica, de modo a evidenciar o aspecto psicológico do músico e os elementos de performance musical.

Palavras-chave: Performance. Fator Emocional. Qualidade

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho tem por objetivo a analisar a influência do fator emocional durante a performance do músico, buscando responder a seguinte questão: como melhorar o fator emocional do músico para uma melhor apresentação? Sendo o seu objetivo principal a construção de ferramentas que auxiliem o músico na sua preparação emocional para uma apresentação, apontando quais são os fatores emocionais que atrapalham uma

¹ Aluno graduado no curso de Licenciatura em Música. E-mail: mjbmusica@yahoo.com.br

² Professora Esp. Orientadora. E-mail: leticiavasques@unis.edu.br

apresentação musical e como eles podem prejudicar a performance do músico durante a apresentação.

Tal abordagem é necessária, pois uma apresentação envolve diretamente o lado emocional do músico. Aprender a ler partituras e o domínio técnico do instrumento e da voz não são suficientes para uma boa performance. Dessa forma, há uma carência de explicações e estudos referente ao lado emocional do músico, seja iniciante ou profissional, no momento de uma apresentação musical.

A metodologia utilizada para a elaboração deste trabalho será a revisão bibliográfica, de modo a evidenciar o aspecto psicológico do músico e os elementos de performance musical. A pesquisa inclui literaturas de psicologia na música que abordam o lado emotivo do artista, que deve estar equilibrado para que a destreza motora, a coordenação, a concentração e a memorização sejam bem executadas. Também serão utilizados estudos de sociologia na música, abrangendo o lado estético do repertório e o ambiente em que o músico está inserido dentro da sociedade. Assim, será possível refletir e compreender tal tema que afeta diretamente estes artistas.

Mostrando que a parte psicológica precisa ser bem trabalhada e preparada para dar ao músico uma estabilidade, segurança, confiança na apresentação da performance tornando assim mais distante a síndrome do palco. O treinamento psicológico corriqueiro deve merecer uma atenção especial na vida do músico facilitando a concentração, a preparação dentre tantas ferramentas que podem auxiliar na apresentação da performance musical. A satisfação com o trabalho vem do prazer na realização da atividade de músico e pela felicidade que ele traz às pessoas.

2 ASPECTOS PSICOLÓGICOS E TÉCNICOS QUE FAZEM PARTE DA EXPERIÊNCIA DO MÚSICO

A Psicologia da Performance Musical é um campo de conhecimento auxiliar da pedagogia dos instrumentos e do canto, e da Educação Musical, de caráter interdisciplinar, que busca o desenvolvimento de conhecimentos e técnicas necessárias para o crescimento da qualidade das performances musicais de alunos e músicos profissionais. (RAY, 2005, p.37)

Diante disso se tem os seis elementos constituintes da performance musical: aspecto psicológico, aspectos técnicos, aspectos musculoesqueléticos, aspectos fisiológicos, aspectos neurológicos e, musicalidade e expressividade. A integração desses seis elementos é importantíssima. (RAY, 2005, p.37)

Estudiosos como Williamon (2004), Carvalho; Broseghini e Ray (2004); Rink (2002) mostram que a falta de conhecimento sobre a Psicologia da performance geram repetição de comportamentos desfavoráveis ao ambiente de aprendizado.

Na prática do ensino da performance musical os recursos tendem a se limitar ao material impresso e a execução do instrumento, naturalmente indispensáveis ao ensino da performance. A organização do conteúdo só terá resultado se o professor tiver certeza sobre seus objetivos. (RAY, p. 70, 2005)

Segundo Weinberg e Gould (2001,p. 101) “as pessoas não tem dificuldade para traçar objetivos, mas sim em estabelecer metas efetivas, realistas e criar um programa para atingi-las”.

As pessoas traçam objetivos, desenvolvem metas, a dificuldade é como colocá-las em práticas numa forma de eficácia.

Se considerado exclusivamente o conhecimento técnico-musical relativo ao instrumento tender-se-á a ignorar disciplinas auxiliares na preparação da disciplina, ou seja, a própria elaboração e execução do plano de curso para disciplinas de performance (RAY, p. 60, 2005).

Os docentes precisam ir além de suas práticas pedagógicas usando recursos didáticos que possibilitam a assimilação do conteúdo, seja de forma dinâmica, lúdica, de forma natural, mas sempre diferenciando suas ferramentas de trabalho.

Segundo Ray (2005) “neste processo de aprendizado do músico que atua em público com performance precisa de noções de Psicologia a fim de aprender a lidar com suas próprias emoções de forma a fortalecer seu potencial artístico”.

O conhecimento psicológico é importante, pois ensina a lidar, a preparar as emoções, como por exemplo: ansiedade, insegurança, medo, nervosismo. Tornando assim a preparação e a realização de performances musicais de qualidade.

A parte psicológica precisa ser bem trabalhada e preparada para dar ao músico, ao aluno uma condição de conforto alcançado assim uma performance musical excelente, evitando qualquer tipo de experiência negativa.

No caso da Psicologia da Performance, são muitos os estudos em língua portuguesa com acesso livre pela internet que podem ser consultados e inseridos no planejamento didático do professor, e é

justamente deste planejamento que sairão as diretrizes para que o aluno também se informe sobre o assunto (RAY, p. 72, 2005).

Os discentes vivem no mundo globalizado, informatizados eles também precisam estar interligados neste processo, ou seja, pesquisar, perguntar, consultar se informarem sobre o assunto abordado, assistirem performances similares.

A performance oferece a oportunidade fascinante de se estudar uma serie de fenômenos, incluindo o controle de movimentos, tempo e ritmo, noção de leitura e coordenação em relação aos outros músicos. Associados à experiência musical continua numa situação passiva e receptiva. Espera-se que os performers animem a música, deem a sua própria contribuição para a música, que vão para além daquilo que é dado através da notação ou transmitido oralmente. (CLARKE, p.12, 1988)

O objetivo da performance é, discutivelmente, aproximar-se o mais possível da total transparência entre concepção e ação, de tal modo que qualquer aspecto da sua compreensão musical encontre expressão na própria performance.... é bastante evidente que a performance proporciona o conhecimento complexo e profundo dos processos mentais, atribuídos ao pensamento musical humano (CLARKE, p. 13,1988).

Uma mesma performance pode ocorrer vários acontecimentos ou passagens diferentes o que determina é a visão idealizada dessa performance. Espera-se que a performance anime a música, deem a sua própria contribuição para a música, que transmitem além do que se é esperado.(BECKER JR, 2002, p.13)

O objetivo e a meta do treinamento psicológico é a modificação dos processos e estados psíquicos (percepção, pensamento, motivação), ou seja, as bases psíquicas da regulação do movimento. Essa modificação será alcançada com a ajuda de procedimentos psicológicos. (BECKER JR, 2002, p.14)

O aumento da motivação se dá a partir de técnicas de preparação psicológicas. Um treinamento voltado para a motivação pode ser a chave para o sucesso.

De acordo com Pérez (p. 121,1995) “estar motivado é querer obter um bom rendimento e fazer o máximo possível para consegui-lo”.

A motivação é um dos pontos marcantes para o sucesso ou o fracasso de uma carreira musical. O músico com motivação elevada treina com mais entusiasmo, obtém melhor nos resultados, ganha confiança em si mesmo e, conseqüentemente tem mais chances do que músicos despreparados mentalmente. Uma defesa contra a experiência ou re-experiência emocional fortemente dolorosa ou o medo da possibilidade de enfrentar uma futura ameaça intolerável, isto é, o medo da vergonha ou da humilhação diante de uma apresentação malsucedida. (BECKER JR, p. 14, 2002)

O treinamento psicológico contínuo deve merecer uma atenção especial na vida do músico, sendo encaixado e bem estruturado na rotina musical do mesmo.

...destaca que antes da aplicação de qualquer técnica de treinamento psicológico, é necessário condições para que o aprendizado ocorra da melhor forma possível e com resultados expressivos; são os chamados Princípios do Treinamento Psicológico (BECKER, 2002, p.16)

Dentre tantas ferramentas, formas de melhor preparar para a performance musical encontram a iniciativa própria: a decisão de participar de uma performance, uma apresentação é somente do músico, não sendo este imposto por terceiros; a compreensão: o músico deve entender todo o processo de seu treinamento; confiança: a partir deste a chance de êxito é muito maior; individualidade: as diversas técnicas devem respeitar a personalidade, experiências do músico, por isso deve ser concebida de forma personalizada; disciplina: continuidade e consequência devem ser incluídos para que o treinamento seja um sistema organizado e duradouro; métodos: ele passa a ser usado permanente em competições; economia: treinar o mínimo possível com o máximo rendimento; integração: a integração do físico com o psicológico de forma bem distribuída; aconselhamento: ter um profissional habilitado para quando necessário; sucesso: é um conjunto de fatores que leva ao sucesso, o treinamento psicológico é apenas um fator.

3 ELEMENTOS DE UMA PERFORMANCE MUSICAL

Os elementos da performance musical propõem maneiras de se abordar sistematicamente a performance musical, tendo como foco a preparação, a execução ou a avaliação da performance em uma apresentação e enfatizando a interferência negativa ou positiva. (RAY, 2005, p.43)

Toda performance musical envolve pelo menos um agente (instrumentista, cantor ou regente) e tem relação intrínseca com quatro elementos fundamentais: 1) o domínio da manipulação física do instrumento; 2) o amplo conhecimento do texto musical a ser interpretado, bem como as considerações estéticas a ele relacionadas; 3) condições de interagir com os aspectos psicológicos envolvidos no exercer da profissão e 4) condições de reconhecer os limites do seu corpo (problema que se torna prioritário para instrumentos com grandes dimensões, como o contrabaixo). A afetividade de uma performance, portanto, estaria diretamente ligada a profundidade com que a performer estuda a técnica e o texto musical, a sua condição neurológica e ao seu preparo físico e psicológico. A forma com que o performer processa todos estes elementos, ou seja, sua metodologia de estudo e aprofundamento estético musical constantes e de preparo para performances, são elementos determinantes da afetividade da sua

produção e do seu êxito profissional. Como a técnica musical é normalmente dissociada do estudo das implicações de ordem psicológicas inseridas no aprendizado musical, no meio musical a palavra método faz referência apenas a um livro de estudos de caráter predominante físico-motor, adotado por um professor e não ao processo global de aprendizado do performer. (RAY, p. 80, 2005)

O domínio da manipulação física do instrumento seria o próprio manusear, saber conduzir o próprio instrumento; o amplo conhecimento do texto musical a ser interpretado, nada mas é do que a partitura, o corpo das notas, o balanço, o compasso, o ritmo das notas; condições de interagir com psicológicos envolvidos no exercer da profissão, saber lidar com outros profissionais, se interagir, receber críticas, elogios tudo para o desenvolvimento, crescimento da carreira; condições de reconhecer os limites do seu corpo, analisar o tamanho, peso do instrumento, ter um tempo mínimo para descanso do corpo físico entre cada performance musical. (RAY, p. 44, 2005)

Abordar a didática da música é tarefa complexa, a música é de natureza interdisciplinar caracterizada por seu envolvimento explícito com disciplinas das ciências naturais humanas e biológica. A didática da performance musical, a subárea da música que se ocupa prática em exibição pública por instrumentistas, cantores e regentes na formação universitária no Brasil. (RAY, p.45, 2005)

Uma das razões que ajudam a este fato é a não exigência de formação pedagógica na admissão de professores na área de performance em artística, mesmo porque tal formação está igualmente ausente nos currículos dos cursos de mestrado e doutorado destinado a formação de docentes, pesquisadores da performance musical no Brasil (CAPES 2014/2015).

Outro fator relevante é a natureza da formação pré-universitária dos instrumentistas, cantores e regentes, em sua maioria em cursos livres, baseados em concepções metodológicas múltiplas que contemplam a formação individual do docente. Verifica-se também o aumento do interesse dos professores de instrumentos e canto por se organizarem em associações específicas e surge em 2011 a Associação Brasileira de Performance Musical – ABRAPEM. (CAPES 2014/2015).

O Ensino da performance musical implica em estabelecer a relação intrínseca entre concepção deste tipo de ensino e com o processo adotado pelo docente. As Leis de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) estabelecem em seu artigo 43º que “a educação superior tem por finalidade formar diplomados e colaborar na sua formação contínua”. (BRASIL, 1996/2015)

Assim todas as instituições de ensino devem atentar para que seus projetos de cursos acadêmicos primem pela formação contínua de seus discentes de forma plena e não apenas profissionalizantes. No caso da disciplina prática de performance musical as disciplinas seriam de instrumentos, canto e regência, bem como música de câmara.

4 FATORES PREJUDICAIS DA PERFORMANCE MUSICAL

O pânico de palco é uma combinação de sintomas físicos e psicológicos caracterizados por sentimentos desagradáveis e por ansiedade extrema. (CARVALHO, 2007, p.24). Outras emoções podem estar presentes e influenciar no processo de preparação para a performance musical: o medo e o pânico. Freud realizou a seguinte distinção entre estas emoções: ansiedade relaciona com o estado e ignora o objeto, enquanto o medo chama a atenção precisamente para o objeto. Portanto uma pessoa que se protege do medo pela ansiedade. (FREUD, 1973 apud KENNY, p.28, 2011)

Pesquisas tem demonstrado que os músicos de todas as idades, níveis, treinamento, experiência e preparação podem sofrer com ansiedade em performance musical. (BROTTONS,1994)

Ansiedade em performance musical pode ser definida o sentimento persistente e angustiante de apresentação ou ainda o comprometimento real das habilidades performáticas do indivíduo em um contexto público, levando-o a executar sua performance em um nível indesejado tendo em consideração sua atitude musical e preparação. (KENNY, p.42, 2011).

Segundo a autora o fator preparação pode interferir em alguns casos, mas não em todos, desta forma em qualquer outro caso, onde não houve treino suficiente ou em caso de preparação inadequada, não se poderia descrever a apreensão sentida como ansiedade em performance musical. (KENNY, p.42, 2011).

Segundo Steptoe (2011, p.39) “o pânico de palco é um estágio de extrema ansiedade, que chega ao ponto de limitar e, muitas vezes impedir a atuação do músico no palco”.

Se não tiver controle sobre sua ansiedade, se não tiver um pouco de relaxamento a tensão pode atingir alto nível e prejudicar a performance.

A ansiedade da performance, o medo do palco e a timidez em situações sociais que envolvam pessoas desconhecidas são muito comuns e não devem ser diagnosticadas como fobia social, a menos que ansiedade ou a evitação

levem a um comprometimento clinicamente significativo ou sofrimento acentuado. (KENNY, p.49, 2011).

O diagnóstico só é apropriado em casos onde houver o comprometimento das atividades e sofrimento acentuado. Os sintomas fisiológicos correspondem a uma super estimulação do sistema nervoso autônomo e se apresenta como: aumento do batimento cardíaco, palpitações, falta de ar, boca seca, suor excessivo, tontura, diarreia. Trata-se de uma resposta do corpo humano, esta resposta pode ser extremamente prejudicial, pois se trata de uma tarefa que exige controle muscular fino e destreza e que pode ser prejudicada por sintomas como suor excessivo nas mãos, perda da concentração, dificuldade de manter o foco. (VALENTINE, p.168, 2002)

Os sintomas do tipo comportamentais podem ser caracterizados como sinais de ansiedade: agitação, temor, rigidez e rosto pálido I ou sem expressão I ou mesmo como a impossibilidade de realizar a performance. Quanto aos sintomas do tipo cognitivo estes são caracterizados por dois aspectos principais: sentimentos subjetivos de ansiedade e pensamentos negativos sobre a performance. Para a autora a ansiedade ocorre não em relação à performance em si, mas sim à performance em público, onde estão em jogo o temor da avaliação negativa feita por outras pessoas e a possível perda de autoestima. (VALENTINE, p. 170, 2004).

A ansiedade é um sentimento negativo muito forte dentro do psicológico do músico, quando o músico não consegue dominar este sentimento ele sente dominado por vários sintomas perda de concentração, suor excessivo nas mãos, etc, isto tudo se torna uma barreira no seu cognitivo prejudicando assim a performance musical. (VALENTINE, p.170, 2002)

É necessário evidenciar que o músico performance tenha consciência de seu limite de conhecimento de sua experiência para execução de uma determinada peça musical isto é, ele deve sempre escolher peças musicais dentro de suas possibilidades de execução. Ou melhor, não executar músicas que ainda não esteja bem preparado, ou tentar executar peças muito avançadas ao seu conhecimento. Isso também acarreta tensão e insegurança. A mesma deve ser incentivada e inicializada pelo próprio professor, pelo próprio músico assim, ele consegue incorporar a performance a simpatia e alegria deixando o músico ainda mais relaxado e seguro de sua apresentação.

É importante distinguir entre os diferentes tipos de ansiedade que podem afetar a performance, a saber: ansiedade reativa, adaptativa e mal adaptativa.

A reativa diz respeito ao medo real causado pela falta ou má preparação e pode ser solucionada, por exemplo, adaptativa é a ansiedade normal esperada e pode ser inclusive benéfica para a performance. Entanto a ansiedade mal adaptativa é aquela prejudicial e pode comprometer a performance, levando-a resultados mais baixos que os esperados. (VALENTINE, p. 175, 2004).

Só existe ansiedade prejudicial à performance quando há incompatibilidade com a qualidade de preparação. A ansiedade em performance musical pode acometer músicos de diferentes níveis de preparação e formação, desde crianças até idosos, por isso é necessário adotar uma postura preventiva no preparo técnico que proporcione um nível elevado de segurança na performance e o controle da ansiedade.

5 FERRAMENTAS QUE PODEM AUXILIAR NO MOMENTO DA PERFORMANCE MUSICAL

Na apresentação de uma performance musical existem vários fatores que podem contribuir para uma excelente performance, dentre esses fatores, tais como a capacidade do instrumento, a acústica do espaço onde se realiza a performance, o tipo de audiência, o estado de espírito e intenção da performance, as normas estilísticas e culturais e mesmo as ideologias defendidas, influenciam o resultado da apresentação performance musical. (KENNY, p. 760, 2003)

O fluxo e refluxo entre movimento efetivo e momentos de tensão, relaxamento que acontece quando ouvimos música resulta de uma identificação física com os processos de produção musical e instrumental. A performance musical requer um alto nível de proficiência em uma extensa área de habilidades que inclui destreza motora fina, coordenação, concentração e memorização, estética e habilidades interpretativas – e que obter proeminência musical requer execução próxima à perfeição exigindo anos de treinamento, prática solitária com constante e intensa auto avaliação, vislumbrar a exigente tarefa que o músico se defronta no processo de preparação e execução de uma obra musical. (KENNY, p. 576, 2003).

O reconhecimento e a valorização pelo trabalho manifestam através do grau de presença de homenagens e elogios advindos de colegas de profissão, de contratantes, de diretores musicais, de colegas de profissão, da comunidade, da imprensa em relação ao desempenho no trabalho. a qualificação profissional é valorizada na oportunidade de

treinamento e de desenvolvimento profissional de modo a não permitir a acomodação do profissional de música. (KENNY, p. 675, 2003)

A preparação para a performance envolve além dos momentos de tocar, os momentos de coordenar as ideias e informações básicas sobre a execução da performance. Para Salgado (2014) é prudente na preparação do grupo que as informações necessárias, como por exemplo, coordenação, expressão, entradas e finalizações de frases, sejam previamente entendidas e treinadas por todos através dos gestos, olhares e todo tipo de comunicação não verbal. Kaminsky, Mello e Ray (2014, p.67) discutem a importância da comunicação através de gestos, segundo eles, é fundamental para a comunicação não verbal, os movimentos corporais, assim como as expressões faciais e a respiração, desenrolam um papel além da linguagem.

Dentre tantas ferramentas que podem auxiliar na apresentação da performance musical, a seguir algumas sugestões para tal.

Incluir a prática de exercícios de respiração no início de cada performance musical; exercícios de respiração com e sem o instrumento ajudam a prevenir a ansiedade descontrolada em situações de performances de grande responsabilidade. Incluir a prática de exercícios de alongamento no início e final de cada performance musical; pois exercícios de alongamento liberam a cadeia muscular e facilitam ações do corpo. Incluir memorização de peças no programa de forma orientada; técnicas de memorização de longa duração podem ser aliadas do controle de ansiedade se orientadas ao longo da preparação para performance com técnicas específicas. Incluir técnicas de ensaio no programa de forma orientada; técnicas de ensaio, inseridas no planejamento da performance com orientação, constituem-se num caminho objetivo para se obter resultados dentro de expectativas reais do músico minimizando efeitos causados pela ansiedade. Incluir indicações de audição de peças ou similares; trazer para o universo da formação do músico prático, estudos, análises, observações sobre peças ou similares de performances musicais de forma a colaborar com a formação contínua. Incluir o bom relacionamento com o público; a quantidade de público influi diretamente na qualidade de vida, uma vez que alimenta a alma artística. A satisfação com o trabalho vem do prazer na realização da atividade de músico e pela felicidade que ele traz às pessoas. Fica clara a satisfação quando os profissionais de música têm por sentirem capazes de tocar um instrumento ou de cantar, encantando e divertindo às pessoas. Quando errar não entrar em desespero; quando algo der errado, alguma partitura ou nota sair do tom continuar a performance musical naturalmente não

deixando transparecer o nervosíssimo, o acontecido principalmente não deixando ser dominado pelo sintoma do pânico de palco.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para melhorar o fator emocional do músico para uma excelente apresentação é necessário entender o conhecimento psicológico, pois ensina a lidar, a preparar as emoções, controlar a ansiedade, o estresse, insegurança, nervosíssimo, tornando assim a preparação e a realização da performance musical de qualidade. O aumento da motivação se dá a partir de técnicas de preparação psicológicas. Um treinamento voltado para a motivação pode ser a chave para o sucesso.

A performance musical profissional requer alto nível de habilidades em diversos parâmetros, como coordenação motora, atenção e memória, o que a torna uma atividade particularmente suscetível aos estados de ansiedade. Fundamentada também em elementos como dificuldade da obra, duração da execução, tipo e adequação do instrumento, condições ambientais, condições psicológicas do executante e resistência física de cada intérprete, a performance musical pode gerar resultados negativos ou positivos comprometendo ou alavancando a carreira profissional.

O músico com motivação elevada treina com mais entusiasmo, obtém melhores resultados, ganha confiança em si mesmo e, conseqüentemente tem mais chances do que músicos despreparados mentalmente. A ansiedade é um sentimento negativo muito forte dentro do psicológico do músico, quando o músico não consegue dominar este sentimento ele sente dominado por vários sintomas perda de concentração, suor excessivo nas mãos, etc., isto tudo se torna uma barreira no seu cognitivo prejudicando assim a performance musical.

THE FACTOR INFLUENCE OF EMOTIONAL DURING THE MUSICIAN 'S PERFORMANCE

ABSTRACT

This article discusses psychological aspects, the aspects of musical performance anxiety. This paper aims to examine the influence of the emotional factor during the musician's performance, and its main purpose is to build tools that help the musician in your emotional preparation for a presentation, pointing what are the emotional factors that hinder a musical performance and how they can undermine the musician's performance during the presentation. Such an approach is necessary because a presentation directly involves the emotional side of the musician. Learning to read music and technical mastery of the instrument and voice are not sufficient for good performance. Thus, there is a shortage of explanations and studies regarding emotional side of the musician, whether beginner or professional, at the time of a musical performance. The methodology used for the preparation of this work will be the literature review, in order to emphasize the psychological aspect of the musician and musical performance elements.

Keywords: Performance. Emotional factor. Quality

REFERÊNCIAS

BECKER JR., e SAMULSKI, D. **Manual de treinamento psicológico para o esporte.**

Novo Hamburgo: Feevale, 2002.

BRASIL. Lei nº9394, **Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional.** 20 de dezembro de 1996.

CAPES. Plano Nacional de Pós-Graduação – PNPG 2011-2020, **Define novas diretrizes, estratégias e metas para dar continuidade e avançar nas propostas para**

política de pós-graduação e pesquisa no Brasil. 13 de julho de 2010 e atualizado em 14 de outubro 2014.

CLARKE, E. F. **Generative principles in music performance**, IN j. Sloda, *Generative Processes in Music*, Oxford: The Clarendon Press, 1988.

KENNY, Diana. **The psychology of music anxiety**. New York: Oxford University Press, 2011.

PÉREZ, G; CRUZ, J. E ROCA, J. **Psicología y deporte**. Madrid: Alianza Editorial,1995.

VALENTINE, Elizabeth. **The fear of performance**. In *Musical performance: A guide to Understanding*, editado por John RINK. Cambridge: Cambridge University Press, 168-182, 2004.

RAY, Sonia. **Os conceitos EPM, Potencial e Interferência inseridos numa proposta de mapeamento de estudos sobre performance musical**. In S. Ray (org.). *Performance Musical e suas Interfaces*. Goiânia: Vieira/Irokun, 2005.