

Aspectos metacognitivos da preparação cênica do cantor lírico*

MÁRCIA LYRA FERREIRA**

Resumo

A atuação cênica do cantor apresenta desafios e possibilidades para o desenvolvimento da performance musical. Diversas propostas de preparação cênica para cantores líricos, como a elaborada por Emmons e Thomas (1998), oferecem recursos de autoavaliação e monitoramento da inter-relação entre gesto e comunicabilidade de ideias e sentimentos. O conceito de metacognição oferece recursos para a ampliação do processo de construção da performance. O objetivo do presente artigo foi analisar a proposta de Emmons e Thomas (1998), que consiste em um passo a passo para a atuação cênica de cantores líricos, a partir de conceitos da psicologia cognitiva. Para tanto, apresenta uma breve exposição sobre metacognição, de autores que se dedicam ao estudo da preparação cênica para cantores, para, em seguida, interpelar as informações. O resultado desta análise demonstrou que o método está de acordo com os princípios estabelecidos pela literatura sobre metacognição.

Palavras-chave: cantor lírico, habilidades vocais e cênicas, performance de elite

Metacognitive aspects of scenic preparation of the lyric singer

Abstract

The singer's scenic performance presents challenges and opportunities for the development of his musical performance. Several proposals of scenic preparation for opera singers, such as developed by Emmons and Thomas (1998), offer self-assessment resources and monitoring of the inter-relationship between gesture and communicability of ideas and feelings. The aim of this study was to analyze the Emmons and Thomas's proposal which consists of a step by step to the scenic performance of opera singers, from concepts of cognitive psychology. For this it presents a brief presentation on metacognition by authors who are dedicated to the study of scenic preparation of singers, for then question the proposal. The result of this analysis showed that the method is in accordance with the principles established in the literature about metacognition.

Keywords: opera singer, vocal and performing skills, elite performance

* Este artigo é uma versão ampliada e revisada de trabalho apresentado no XI SIMCAM - Simpósio Internacional de Cognição e Artes Musicais, realizado pela Universidade Federal de Goiás, em Pirenópolis/GO, de 26 a 29 de maio de 2015.

** Universidade de Brasília - UnB
Emails: marcia.lyra@gmail.com

Recebido em 16 de maio de 2015; aceito em 25 de maio de 2015.

Introdução

Na preparação do cantor lírico ocorre uma relação que engloba o estudo tanto dos aspectos musicais quanto dos aspectos cênicos. Desta relação deriva a performance do cantor e nela estão contidos os elementos musicais (como as características da peça, estilo, partitura) e os elementos extramusicais (constituídos pela parte cênica, a corporeidade, os gestos, a movimentação em cena).

Sendo assim, para realizar performances musicais de alto nível o cantor lírico necessita de uma preparação que abranja os aspectos físico, emocional e mental, e que estes, integrados, contemplem os aspectos musicais e cênicos da performance. Quando tais aspectos não estão integrados, a performance poderá ficar distante do desejado e do que é consagrado como de alto nível.

Assim, diferentes autores como Hicks (2011), Emmons e Thomas (1998), Clark (2002), Lucca (2011) e Ostwald (2005), que desenvolveram técnicas de atuação cênica para cantores líricos, sugerem exercícios que têm como objetivo principal a simulação de situações reais e que vão ao encontro de teorias e conceitos de cognição e metacognição musical.

A estruturação de exercícios vocais e cênicos busca permitir uma racionalização da performance. Nesse sentido, diferentes estratégias de ações contidas nos métodos supramencionados buscam suprir a necessidade do cantor lírico que é a integração entre os aspectos da técnica vocal com os aspectos cênicos. Para isso, simulam situações que podem ocorrer no palco. Quando uma situação simulada durante a fase da pré-performance ocorre realmente, durante a performance, o cantor já possui um repertório de soluções e a capacidade de resolver os problemas.

Neste sentido, o objetivo deste artigo é comparar as propostas de atuação cênica para cantores com teorias da cognição e da metacognição. Como forma de delimitação, a proposta aqui abordada é a de Emmons e Thomas (1998). Procura-se a partir disso dispor sugestões para o autocondicionamento e abrir possibilidades para o desenvolvimento da capacidade de transpor barreiras durante a atuação do cantor lírico.

O elemento cênico na performance musical

Cada vez mais o público que aprecia música erudita exige que as apresentações tenham “algo mais”. Algo além do instrumentista apenas tocando seu instrumento, além do cantor estático cantando. É preciso algo mais. Um novo formato parece emergir do desejo do público de assistir a algo diferenciado. Froes (2007) exemplifica bem isso, ao retratar sua experiên-



cia em uma pesquisa desenvolvida entre 2005 e 2006 sobre a interferência corporal nos recitais camerísticos. De maneira geral, percebe-se que a expressão corporal do músico tem se tornado cada vez mais importante. A este respeito, retrata da seguinte maneira:

Durante a pesquisa foi possível perceber uma diminuição do número de assistentes aos recitais de violão. Questionados sobre os possíveis motivos dessa diminuição do público, tanto plateia quanto artistas (profissionais e estudantes) citaram principalmente dois fatores: o repertório apresentado e o formato do recital em si. (Froes, 2007, p. 2)

Esse dado representa uma demanda e também característica inerente a qualquer criação artística, visto que em uma manifestação artística podem incidir várias outras artes. Em sua obra *L'Audio-Vision*, Michel Chion argumenta que os sentidos da audição e da visão possuem uma relação de complementaridade e de oposição, e que certamente esta relação não foi criada pela tecnologia, pois já vem de muito longe em nossa história, muito cedo na infância já está presente na vida humana (Chion, 1998, p. 219).

Reforçando a argumentação, Leite (2007) afirma que desde as primeiras manifestações musicais como, por exemplo, na música vocal, quando se ouvia era preciso também ver o cantor num determinado local—cenário—vestido de acordo com um contexto—figurino—com sua gestualidade própria para uma determinada canção, geralmente somando a tudo isso, a linguagem verbal. Ainda, segundo Leite (2007), há a crença de que qualquer manifestação artística é somada a outras formas de expressão, mesmo que estas não estejam na intenção do artista criador, pois um espetáculo representa o ponto de encontro entre múltiplas percepções.

A expressão *extramusical* citada por Kuehn (2012) está atrelada aos aspectos cênicos. Segundo o autor, com todos os avanços da pesquisa musicológica, há uma necessidade em recriar a música através de interpretações capazes de transportá-la para a contemporaneidade, e é nesse momento de sua reprodução, que irá passar por um processo de “atualização”. Ou seja, a recriação da música faz parte de um processo que se destina a perpetuá-la, em trazê-la para os dias atuais. Kuehn ressalta ainda que a prática performativa do concertista e do regente demanda conhecimentos sobre suas representações no palco que estão interligados à mímica e ao gestual. Devido a isso, defende a existência de disciplinas de conteúdo performático oferecidas no âmbito das práticas interpretativas como expressão corporal, gestualidade musical, mímica, articulação vocal e elementos da produção cênica e visual, admitindo que a universidade não tem formado para a performance.

Os argumentos dos autores acima apontam para a importância que a representação cênica tem para o que ficou entendido como a atualização da música erudita, permitindo que esta seja perpetuada e mantida na contemporaneidade.

O elemento cênico e o cantor lírico

Especificamente sobre o cantor lírico, torna-se cada vez mais necessário que este esteja atento a essas duas características inerentes ao seu campo de atuação. Seguindo a mesma tendência geral da música erudita ocidental, citada anteriormente, o público de óperas também almeja assistir a espetáculos inovadores. Guse (2011) exemplifica bem essa questão, quando afirma que esta tendência é cada vez mais forte e que se deve a mudanças, principalmente tecnológicas, que fizeram com que o público apreciasse espetáculos de ópera mais dinâmicos e verossimilhantes. Consequentemente, diminuiu a tolerância a espetáculos estáticos, baseados unicamente na expressão vocal e musical da ópera. A partir disso, há uma valorização crescente por parte do público, de cantores com excelentes vozes e também com excelente desenvoltura cênica.

Porém, essa preocupação com a verdade cênica é algo latente já há algum tempo. Como exemplo, Wagner foi um dos grandes precursores da integração entre música e drama. Nesse sentido, Grout & Palisca (2007) clarificam da seguinte forma:

O ideal da estrutura formal da obra de Wagner é a unidade absoluta entre drama e música, considerados como expressões organicamente interligadas de uma única ideia dramática (...). O poema, a concepção dos cenários, a encenação, a ação e a música são encarados como aspectos de estrutura total, ou *Gesamtkunstwerk* (obra de arte total). (Grout & Palisca, 2007, p. 646)

O mestre do teatro russo, Constantin Stanislavski, também preocupava-se com a busca pela verdade cênica. Em *A Construção da personagem* (2013) fica clara a importância que Stanislavski dedicava à preparação corporal como ferramenta para a busca da verdade cênica. A respeito de como tornar o corpo expressivo, o russo destaca que “o ator deve mover-se com uma facilidade que aumente a impressão criada, em vez de distrair o público dessa impressão” (Stanislavski, 2013, p. 71). Para tanto, desenvolvia e aplicava em suas aulas uma série de exercícios regulares para “desemperrar os músculos e as juntas”. Considerava importante essa etapa da preparação, pois:

sem exercício todos os músculos definham, e reavivando as suas funções, revigorando-os, chegamos a fazer novos movimentos, a experimentar novas sensações, a criar sensações



sutis de ação e expressão. Os exercícios contribuem para tornar a nossa aparelhagem física mais móvel, flexível, expressiva e até mais sensível. (Stanislavski, 2013, p. 71)

A respeito de seu sistema aplicado aos cantores, Stanislavski (2013, p. 20) também possui uma visão clara das limitações que precisavam ser superadas. Clarifica que os cantores precisam combater, nas palavras dele, “os gestos horríveis e a mais ridícula das pronúncias”. A este respeito, clarifica que tal como o ator, o cantor também deveria ser capaz de cantar bem, sem tensões, em qualquer posição, seja de pé, “deitado de bruços ou de cotas, de cabeça para baixo ou dando pinotes no ar” e ainda assim alcançar o efeito, ou a cor desejada para a voz em cada momento.

Neste sentido, diversos autores contemporâneos despendem significativa preocupação quanto à preparação do cantor lírico. Sandgren (2005) destaca que para cantar em “alto nível”, demonstrando expressividade e precisão, é fundamental uma habilidade especial e central que é o domínio da técnica de canto. Para o domínio desta técnica, salienta que é necessário adquirir a coordenação muscular do aparelho vocal e compara este domínio ao controle e ao equilíbrio que um atleta ou um bailarino deve exercer sobre o seu corpo. Além disso, atenta que ao atuar em ópera o cantor precisa ter o domínio de seu corpo para cada ação, palavras e melodias, e deve planejá-los cuidadosamente antes da atuação.

Guse (2011) defende que os cantores atuais precisam pensar e repensar suas atuações reformulando-as e visando ao alcance da naturalidade dos gestos e expressões, a verdade cênica. Ressalta que há uma dificuldade do cantor lírico em trazer veracidade para as cenas e, para tanto, “o cantor lírico deve se preparar para ser um cantor-ator” (Guse, 2011, p. 25).

Para Salgado (2011, p. 2) o cantor, tal como o ator, tem de ser capaz de “encarnar diferentes personagens” e, portanto, “ser capaz de representar diferentes humores, comportamentos e estados emotivos”, pois, segundo o autor, as “emoções artísticas se aproximam ou se assemelham às emoções ditas reais”. O que Salgado defende com esses argumentos é que, se o cantor interpretar com grande convicção interior, o efeito da expressão com que representa cada uma das emoções será mais convincente e, neste sentido, mais autêntico. Desta forma, ao “encarnar” diferentes personagens, o cantor estaria exercendo uma prática artística que vai além do ato de cantar.

Clark (2002) afirma ser importante o alcance de um sinergismo corporal do cantor de ópera. Para alcançar este sinergismo, três áreas de estudo são igualmente importantes, que são a voz (técnica vocal), a dramatização (métodos de análise de caráter e emoções) e o movimento (que inclui o entendimento das funções dos músculos e a dança). Para tanto, defende

a execução de uma série de exercícios de alongamento e flexibilidade corporal, antes do trabalho vocal. Tais exercícios visam à diminuição de tensões durante a atuação, como também o treinamento do artista, pois para Clark a ênfase está no processo e não no produto. A este respeito, o autor argumenta que:

Antes de subir ao palco, é preciso preparar-se fora dele. Uma performance poderosa começa com uma tomada de consciência corporal. Ela é construída sobre a postura eficiente e demonstração de expressividade no rosto do artista. É apoiada pela pesquisa sobre um personagem e emoldurada por um ambiente rico. Em essência, essas ferramentas fornecem uma base sobre a qual o artista estará bem preparado e pronto para cantar. (Clark, 2002, p. 2)¹

Da mesma forma, Ostwald (2005) argumenta que para se tornar um cantor com verdade cênica é preciso seguir 10 premissas que irão permitir que as características do personagem venham a se fundir com as interpretações vocais. Essas premissas se relacionam com o desenvolvimento das capacidades de atuação que envolve o conhecimento profundo do personagem e do que ele denomina “reservatório comum de sentimentos”, que consiste no conhecimento por parte do *performer* dos sentimentos humanos comuns e a maneira de como expressá-los da forma mais natural possível. Ainda para este autor, é preciso acreditar que a personagem é uma pessoa real e, por isso, a música cantada expressa o sentimento dela. Portanto, é preciso olhar para a música como um guia para as ações da personagem, como principal fonte de diálogo interno dela.

Seguindo o mesmo pensamento, Hicks (2011) defende a utilização de exercícios de imaginação como ferramenta para o desenvolvimento de habilidades que irão tornar os personagens, tanto de atores como de cantores, mais críveis. É por meio da imaginação que um cantor que estiver se preparando para alguma ária de ópera poderá se tornar mais intimamente envolvido nos eventos que circundam a personagem. Essa veracidade do personagem, amplamente definida e recorrente, se justifica pelo fato de que se um personagem não tem vida interior o público não terá nada para ver e nem para se relacionar. Conforme suas palavras: “se um personagem não chora ou coloca a cabeça entre as mãos, como é que o público irá saber de seu estado emocional interior? A conversão da vida interior em ação física é tema central de todos os métodos de atuação” (Hicks, 2011, p. 65)². Assim, é por meio de exercícios planejados dessa ma-

¹Tradução de: Before walking onstage, one must prepare offstage. A powerful performance begins with an awareness of the body. It is built on efficient posture and shows in the expressive face of the performer. It is supported by research into a character and framed by a rich environment. In essence, these tools provide a base upon which the performer can firmly stand – prepared and ready to sing.

²Tradução de: If a character does not cry or put her head in her hands or laugh, how would



neira que o *performer* poderá analisar as ações da personagem e torná-las mais reais. Por isso, Hicks, baseado no sistema criado por Stanislavski, acredita que há dois tipos de ações que devem ser assumidas por parte do cantor ou ator (ou cantor-ator), que são as ações físicas e mentais.

Desse modo, a ação física é a base da atuação. É aquilo que o público vê, interpreta; são os movimentos, os gestos, a postura. Igualmente importante para a ação física e que a precede, é a ação mental e que consiste nos estímulos que criam a ação física, o foco, a concentração, a imaginação, o subtexto e a memória emocional. Cada ação tomada pela personagem precisa ter uma motivação psicológica, pois somente a partir disso é que o espectador irá realmente sentir e compreender, conforme ele mesmo exemplifica: “se a ação fosse uma galinha, esses itens constituiriam o ovo (assumindo a crença de que o ovo veio primeiro). Ações mentais são o ponto de partida” (Hicks, 2011, p. 66)³. Stanislavski já defendia que para “expressar vida ao personagem é preciso ter controle sobre uma aparelhagem física e vocal extraordinariamente sensível, otimamente preparada” (Stanislavski, p. 44). E esses argumentos corroboram os de Hicks (2011), supracitados.

A respeito da veracidade cênica, Ostwald (2005, p. 11) afirma que o artista é verossímil “quando parece estar inventando música e palavras como respostas espontâneas ao que o personagem está passando”⁴. Para que isso aconteça, a autora defende a necessidade do entendimento de tudo aquilo que se diz e de tudo que é cantado em resposta, e que haja conexões entre pensamentos, sentimentos, respiração, corpo, tal qual na vida real, como se o ato de cantar fosse uma manifestação dos sentimentos do próprio personagem. É o subjetivo unindo-se ao racional.

Também a respeito da importância de se tornar crível para um papel, Lucca (2011) atenta para o fato de que a tradução de uma língua estrangeira é “um dos principais obstáculos para a atuação orgânica em ópera” (Lucca, 2011, p. 23). A respeito da importância de conhecer o significado daquilo que canta, Lucca esclarece que:

É literalmente impossível representar um texto que você não entende. Se você entender a emoção geral de uma cena, você será capaz de comunicar um pouco da história. No entanto, essa performance não será nada, quando comparada com a performance de alguém que sabe o que está dizendo e é, portanto, capaz de atuar a partir de palavras e pensamentos de emoções não apenas generalizadas, mas específicas. (Lucca, 2011, p. 23)⁵

the audience know of her inner emotional state? It is the conversion of the inner emotional life into physical action that is at the epicenter of all acting methods.

³Tradução de: If action were a chicken, these items would constitute the egg (assuming one believes that the egg came first). Mental action is the starting point.

⁴Tradução de: when you seem to be inventing the music and words as spontaneous responses to what the character is experiencing.

⁵ Tradução de: It is literally impossible to act text you do not understand. If you understand the general emotion of a scene, you will be able to communicate some of the story. However, that

Contribuindo para os argumentos anteriores, Emmons e Thomas (1998) buscam maneiras para o alcance da performance de elite. Assim, elaboraram uma pesquisa que resultou em uma obra voltada para este fim. Para as autoras, cantar envolve tanto pensamento lógico, analítico, quanto a criatividade, projeção de linguagem não verbal e corporal. Nesse sentido, uma importante habilidade deve ser adquirida para melhorar a performance, que é a utilização da função cerebral correta durante uma performance. Tais funções são atribuições dos dois hemisférios cerebrais, e as pesquisa têm mostrado que, durante uma performance, é possível utilizar um dos dois ou os dois. Utilizar apenas as funções do hemisfério esquerdo pode tornar a performance muito competente, porém carente de expressão. Da mesma forma, utilizar apenas as funções do lado direito, como sensibilidade, imagens e intuição, pode deixar a performance carente de precisão (quanto a notas e frases, por exemplo), e é importante que se aprenda a fazer o bom uso destas. Para essas autoras, performances consistentes e competentes resultam de uma combinação de atitude mental, habilidades concretas, desempenho e excelentes habilidades técnicas, combinação essa que é essencial para uma carreira de sucesso.

Com essa finalidade, defendem um planejamento para o alcance da performance ideal, que consiste em estratégias de ação separadas em três etapas: pré-performance, a performance, propriamente dita, e pós-performance. Justificam esse modo de planejamento pelo fato de que todas as ações durante a performance são tanto psicológicas como físicas e, por isso, são lideradas por padrões de pensamentos e imagens mentais; a separação em partes permite projetar em detalhes a própria performance (Emmons & Thomas, 1998).

De acordo com os argumentos expostos, a veracidade cênica está atrelada tanto às exigências do público em ver algo inovador quanto à habilidade do cantor em integrar os aspectos técnicos vocais aos aspectos técnicos teatrais. Dessa forma, para o alcance dessa veracidade os autores propõem treinamentos que condicionam e preparam o cantor lírico para diversas situações. Oferecem suporte para superar diversos fatores que impedem o alcance da verdade cênica e da performance de elite. Esta superação se torna possível, pois ao executar estes exercícios o cantor está se autoconhecendo e pré-vivenciando situações simuladas que podem vir a se tornar reais. Esses treinamentos citados por eles vão ao encontro dos preceitos da metacognição que será mais aprofundado na seção seguinte.

performance will pale when compared to the performance of someone who knows what they are saying and is thus able to act from specific words and thoughts of just generalized emotion.

Metacognição e música

De maneira geral, a psicologia atribui às estratégias metacognitivas uma importante contribuição para os processos de aprendizado. Flavel e Wellman (1977) argumentam que sujeitos que se tornaram mais eficientes na execução das tarefas acadêmicas possuíam competências metacognitivas bem desenvolvidas, pois demonstraram compreender a finalidade da tarefa, planificar a sua realização, aplicar e alterar conscientemente estratégias de estudos e avaliar seu próprio processo de execução.

A importância de se aliarem conhecimentos da psicologia cognitiva à performance musical reflete-se em artigos sobre o tema, que é cada vez mais recorrente e voltados para a compreensão dos processos de criação do músico. Isso relaciona-se ao fato de que cada vez mais músicos de variadas vertentes, percebem que a performance musical demanda consciência dos processos cognitivos, conforme ilustra Domenici:

A construção de uma interpretação musical é uma atividade que demanda criatividade e objetividade. O modo pelo qual planejamos, procedemos e avaliamos o nosso processo de aprendizagem terá reflexos na performance. Quanto mais tivermos consciência dos processos cognitivos à execução musical, mais poderemos gerenciar e otimizar a prática. (Domenici, 2005, p. 822)

A cognição de acordo com a psicologia cognitiva, relaciona-se ao conhecimento adquirido pela experiência ou aprendizagem. As estratégias cognitivas são utilizadas para garantir que o objetivo foi alcançado e geralmente precedem ou seguem uma atividade cognitiva (Livington, 1997); no caso da metacognição, corresponde a uma reflexão sobre as experiências cognitivas. Conforme sinaliza Livington (1997, para. 2), a metacognição é “muitas vezes simplesmente definida como ‘pensar sobre o pensamento’”⁶ — embora a autora ressalte que defini-la não seja assim tão simples. Sendo assim, a adoção de estratégias metacognitivas pode significar o aperfeiçoamento de uma performance musical.

A metacognição possui diferentes formas de definição, mas que abarcam significados semelhantes. Assim, para McLeod (1997) e Shneider e Lockl (2002), é definida como um controle executivo que envolve o monitoramento e a autorregulação; para Cross e Paris (1998), o conhecimento necessário para monitorar, controlar o próprio pensamento e o aprendizado. Já Hennessey (1999) a define como a consciência do próprio pensamento, ou seja, a consciência necessária para entender o conteúdo e regular os processos cognitivos em relação ao aprendizado.

⁶Tradução de: “Metacognition” is often simply defined as “thinking about thinking.”

Na performance musical, a metacognição representa o desenvolvimento de atividades estrategicamente elaboradas para a superação de dificuldades específicas. Alves e Freire (2013, 2014) consideraram que a autorregulação pode ser considerada como um processo cognitivo desenvolvido por meio de práticas estratégicas que visam aquisição e refinamento de habilidades intrínsecas do *performer*, como automonitoramento e autoavaliação. Esses processos objetivam controlar os resultados da performance musical e assim permitir que o músico atinja nível de excelência instrumental.

Interrelações entre metacognição e performance vocal

De acordo com guia elaborado pela NCREL (*North Central Regional Educational Laboratory*)⁷, a metacognição consiste em três elementos básicos: desenvolvimento de planos de ação, manutenção e monitoramento do plano e avaliação do plano. Assim, durante a fase de desenvolvimento do plano é necessário levar em consideração o tempo para a realização da tarefa, qual tarefa será prioritária e de que forma sua realização irá contribuir para o desenvolvimento do conhecimento.

Na segunda etapa, que corresponde à etapa em que se está executando as ações planejadas, deve ser realizado um monitoramento do plano de ação com questões sobre como estão sendo realizadas as ações, como é preciso proceder, qual informação é importante de ser lembrada, como ajustar os procedimentos e o que fazer perante a dificuldades. Na última etapa, que corresponde à avaliação, é preciso levantar questões sobre o plano de ação e de como foi a qualidade de sua execução. Também é nesta etapa que se questiona o que poderia ter sido feito, se poderia ter sido realizado de outro modo e como ficou o entendimento após a realização das tarefas.

Como forma de delimitar e tornar a discussão mais focada, a análise da inter-relação ficou concentrada em uma obra específica, a de Emmons e Thomas (1998), porque retratam de forma bem definida as três etapas da performance. Emmons e Thomas defendem que para transcender as barreiras e alcançar uma performance de alto nível, o cantor deve se planejar em etapas, denominadas por elas de pré-performance, a performance em si e pós-performance. Para tanto, sugerem planos mentais e rotinas que abarcam três fases da performance. Esses exercícios foram traduzidos e serão expostos a seguir de forma resumida. A exposição busca clarificar como a concepção desses exercícios se inter-relaciona com as teorias da

⁷*Strategic Teaching and Reading Project Guidebook*. NCREL, rev. ed., 1995. Disponível em: <http://www.ncrel.org/sdrs/areas/issues/students/learning/lr1metn.htm>.



metacognição. Sendo assim, nas etapas mencionadas estão contidas as atividades ou atitudes da seguinte maneira:

Pré-performance: a) Exercícios de aquecimento mental que incluem o reforço do sentimento de autoconfiança, de estar preparado adequadamente para executar bem e com segurança, além de concentração nas próprias qualidades e em pontos fortes pessoais; concentração e confiança na peça que se está prestes a cantar; b) direcionamento da energia mental com o intuito de estabelecer o nível de excitação correto que permitirá melhor concentração e melhor desempenho; c) Como forma de controle da ansiedade, exercícios de respiração executados de forma lenta também estão incluídos nesta fase; d) Atrelados a estes exercícios mentais, também exercícios vocais e aquecimento físico também estão incluídos nesta fase.

Performance: nesta fase o cantor precisa estar concentrado em tudo aquilo que planejou. Se a preparação foi completa, detalhada, terá uma atuação bem sucedida e evitará acontecimentos inesperados. Além disso, ao ter consciência da boa preparação, a segurança mental será melhor e mais facilmente manterá o foco.

Pós-performance: As autoras sugerem que esta etapa deve ser realizada quando o cantor estiver emocionalmente mais calmo e é o momento em que deve escrever uma auto-avaliação sobre os sentimentos e ações desencadeados durante a performance e as habilidades mentais utilizadas.

Neste ponto é possível perceber a inter-relação entre os estágios de metacognição do NCREL e a proposta de Emmons e Thomas (1998). Percebemos a utilização do monitoramento e da autorregulação, como meio para controlar o pensamento e o aprendizado, visando ao desenvolvimento e ao refinamento das estratégias cognitivas, corroborando as posições de Mcleod (1997), Shneider e Lockl (2002), Croos e Paris (1998) e Kuhn (2000).

A partir dessas definições, as inter-relações tornam-se mais claras. Os exercícios descritos propõem rotinas com o intuito de controlar e superar dificuldades específicas—um controle do próprio pensamento com o intuito de melhorar a capacidade de aprendizado. Além disso, na fase da pós-performance, Emmons e Thomas defendem a prática da avaliação do desempenho em todos os aspectos, realizada na fase “pós-performance”. Essa atitude tem por objetivo melhorar as próximas apresentações, pois permite detectar problemas ocorridos durante a performance quanto aos aspectos vocais, mentais, físicos ou a combinação deles. Ao proporem um planejamento para a performance em fases, Emmons e Thomas estão

seguindo os mesmos caminhos dos processos de monitoramento cognitivo — planejamento, regulação e avaliação — com o intuito de maximizar o aprendizado e, conseqüentemente, alcançar melhores resultados.

Reflexões

Ao interpelar os argumentos e as informações entre os métodos de atuação e as teorias da metacognição, busca-se suscitar reflexões sobre o planejamento e a consciência do processo de performance. Sendo o planejamento amplamente defendido como meio essencial para o alcance de um nível de performance considerado “de alto nível”, acredita-se que as teorias da metacognição contribuem para o processo de aprendizagem. Dessa maneira, um repensar sobre a própria performance, à luz das propostas metacognitivas pode significar o alcance de novos níveis de performance e, assim, este artigo pretende contribuir para novos olhares, novas reflexões sobre a maneira pela qual cantores líricos se preparam para suas atuações cênicas.

Todos os autores retratados indicam direções que servem de apoio para que os cantores possam desenvolver-se cenicamente de forma mais verdadeira. E também concordam que o trabalho corporal integrado ao vocal é o grande propulsor para o alcance da verdade cênica.

Percebe-se que a sistematização e planejamento são recorrentes nos métodos citados e nas propostas da metacognição. Sendo assim, tais meios podem servir de base para a superação de dificuldades de cantores líricos perante a atuação cênica. A sistematização e o planejamento fazem parte de um processo de autoconhecimento e a busca pela conquista da vida interior do artista. Uma possibilidade, um dos caminhos para o encontro com a verdade cênica do cantor lírico.

Assim, se por um lado muitos cantores líricos aprendem pela vivência, visto que na formação não há foco na atuação cênica, por outro os recursos sugeridos e disponibilizados pelos métodos de atuação aqui tratados e, em especial, o de Emons e Thomas, apresentam-se como importante ferramenta metacognitiva, em que a vivência pode ser antecipada, por meio das simulações de situações reais.

Nota-se que é possível desenvolver o autocondicionamento, a partir de práticas simples, porém constantes, que englobam a adoção de metas e estratégias planejadas de maneira equilibrada (que depende da organização de horários para o estudo da peça, para os exercícios de respiração, para o autocontrole perante situações imprevistas e de atitudes mentais positivas sobre o momento da performance). E tais práticas são possíveis de ser associadas às teorias e às estratégias da metacognição.



A partir da argumentação de que os métodos de atuação aqui tratados se inter-relacionam com as teorias da cognição e metacognição, foi possível vislumbrar a inserção desses treinamentos para o cantor lírico, antes mesmo de este se inserir no mercado de trabalho. Assim, o que se aprende pela vivência, caso fosse antecipado para sua formação de base, poderia lhe trazer mais respaldo perante as desafiadoras situações do palco. Ou seja, para as novas demandas direcionadas ao cantor lírico, que estão relacionadas ao tipo de espetáculo que o público almeja assistir, é necessário todo um trabalho que não se resume apenas ao estudo musical. É necessário um trabalho corporal e mental atrelado ao vocal e ao cênico, para a conquista do sinergismo para a *obra de arte total*, como já dizia Wagner a respeito da ópera.

O que Emmons e Thomas propõem são maneiras completamente possíveis de *transcender barreiras* e alcançar uma performance de elite. Isso significa compreender o que se sabe e o que não se sabe e, a partir dessa compreensão, estabelecer estratégias para melhorar a execução das obras, a performance musical. Dessa maneira estabelecem um diálogo com a metacognição, que se apresenta, portanto, como importante contribuição para a formação do cantor lírico.

O que foi aqui apresentado são explanações a partir de levantamento bibliográfico, de cruzamento de dados entre os autores retratados, que representam parte de pesquisa em andamento. A etapa seguinte desta pesquisa é finalizar a análise das entrevistas com cantores líricos, que abordam outras questões mais complexas e que serão retratadas em outro momento.

Referências

- Alves, A. C., & Freire, R. D. (2013). Aspectos cognitivos no desenvolvimento da expertise musical. *Performa 2013 – International Conference on Performance Studies*. Porto Alegre/RS, Brasil.
- Alves, A. C., & Freire, R. D. (2014). Processos de construção da expertise na clarineta: Investigação das trajetórias de clarinetistas brasileiros. *Percepta - Revista de Cognição Musical*, 2(1), 61–84. Curitiba/PR, Brasil.
- Chion, M. (1998). *L'audio-vision: Son et image au cinema*. Paris: Nathan.
- Clark, M. R., & Clark, L. V. (2002). *Singing, acting, and movement in opera: A guide to Singer-getics*. Indiana: Indiana University Press.

- Cross, D. R., & Paris, S. G. (1998). Developmental and institutional analyses of children's metacognition and reading comprehension. *Journal of Educational Psychology*, 80(2), 131–142.
- Domenici, C. (2005). Interpretando o hoje: uma proposta metodológica para a construção da performance da música contemporânea. *Anais do XV Congresso da ANPPON* (pp. 819–825). Extraído de: http://www.anppom.com.br/anais/anaiscongresso_anppom_2005/sessao15/catarina_domenici.pdf.
- Emmons, S., & Thomas, A. (1998). *Power performance for singers: transcending the barriers*. New York: Oxford University Press.
- Flavell, J. H., & Wellman, H. M. (1997). Metamemory. In R. V. Kail & J. W. Hagen (Orgs.), *Perspectives on the development of memory and cognition* (pp. 3–33). Hillsdale, N. J.: Erlbaum.
- Froes, R. (2007). O músico e seu corpo: A interferência corporal no recital de violão. *Anais do I Simpósio Brasileiro de Violão da Embap* (pp. 1–9). Extraído de: <http://www.embap.pr.gov.br/arquivos/File/eventos/froes.pdf>.
- Guse, C. B. (2011). *O cantor ator: Um estudo sobre a atuação cênica do cantor de ópera*. São Paulo, Editora UNESP.
- Grout, D. J., & Palisca, C. V. (2007). *História da música ocidental*. Lisboa: Gradiva.
- Hennessey, G. M. (1999). Probing the dimensions of metacognition: Implications for conceptual change teaching learning. *Annual Meeting of the National Association for Research in Science Teaching*. Boston, MA.
- Hicks, A. E. (2011). *Singer and actor: Acting technique and the operatic performer*. Amadeus Press.
- Krampe, R. T.; & Ericsson, K. A. (1996). Maintaining excellences. Cognitive-motor performance in pianists differing in age and skill level. *Journal of Experimental Psychology*, 125, 331–359.
- Kuehn, F. M. C. (2012). Interpretação – reprodução musical – teoria da performance: Reunindo os elementos para uma formulação conceitual das práticas interpretativas. *Per Musi*, 26, 7–20. Belo Horizonte/MG, Brasil.
- Kuhn, D. (2000). Metacognitive development. *Current Directions in Psychological Science*, 9(5), 178–181.
- Leite, V. D. (2007). Música-vídeo: Um novo gênero musical. *Anais do XVII Congresso da ANPPON*. Extraído de: http://www.anppom.com.br/anais/anaiscongresso_anppom_2007/composicao/comp_VDLeite.pdf.
- Livington, J. A. (1997). *Metacognition: An overview*. Extraído de <http://gse.buffalo.edu/fas/shuell/cep564/metacog.htm>.
- Lucca, L. A. (2011). *Acting techniques for opera*. Pomona, CA.
- Mcleod, L. (1997). Young children and metacognition: Do we know what they know they know? And if so, what do we do about it? *Australian Journal of Early Childhood*, 22(2), 6–11.
- Ostwald, D. F. (2005). *Acting for singers: Creating believable singers characters*. New York: Oxford University Press.
- Salgado, A. (2005). *Criatividade, expressividade e performance musical*. Extraído de: <http://performa.web.ua.pt/pdf/actas2007/Ant%C3%B3nio%20Salgado.pdf>.



- Salgado, A. (2011). Percepção e cognição da expressão da emoção em performance musical. *Performa 11 – Encontros de Investigação em Performance, Universidade de Aveiro*. Extraído de: <http://performa.web.ua.pt/pdf/actas2011/Ant%C3%B3nioSalgado.pdf>.
- Sandgren, M. (2005). *Becoming and being na opera singer: Health, personality and skills*. (Doctoral Dissertation. Department of Psychology - Stockholm University). Stockholm, Sweden.
- Schneider, W., & Lockl, K. (2002). The development of metacognitive knowledge in children and adolescents. In T. Perfect & B. Schwartz (Eds.), *Applied Metacognition*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Stanislavski, C. (2013). *A construção da personagem*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Stanislavski, C. (2014). *A preparação do ator*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Strategic Teaching and Reading Project Guidebook. NCREL. (1995). Extraído de <http://www.ncrel.org/sdrs/areas/issues/students/learning/lr1metn.htm>.