

Impacto da Microanálise da Autorregulação na Prática Musical de um Estudante de Violão do Ensino Superior Brasileiro

Adailson Cássio da Silva Araújo
Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS
adailsoncsaraujo@gmail.com

Marcos Vinícius Araújo
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
marcosviniciusaraujo@ufrgs.br

Resumo: Este estudo apresenta os resultados da intervenção e aplicação de um protocolo de microanálise da autorregulação da aprendizagem em um estudante de graduação em violão durante 15 dias ininterruptos de prática musical. A pesquisa em andamento busca determinar o impacto da intervenção de microanálise nos comportamentos autorregulatórios em um violonista do ensino superior brasileiro. Para tanto, o estudo teve como objetivo a análise das nuances dos processos e subprocessos autorregulatórios (plano estratégico, definição de objetivos, recursos utilizados) a partir da análise do questionário aplicado em três sessões de práticas acompanhadas pelo pesquisador, no 3º (pré teste de microanálise), 8º dia (intervenção - sessão de orientação) e 13º dia (pós teste) de coleta de dados. Com a análise dos questionários, é possível presumir que a intervenção resultou em alterações significativas nos comportamentos autorregulatórios, tais como variedades estratégicas, definição de objetivos e gerenciamento do tempo. Importante destacar que o protocolo de microanálise juntamente com a intervenção é uma importante ferramenta para o desenvolvimento de competências autorregulatórias.

Palavras-chave: Autorregulação da aprendizagem, Microanálise, Prática Musical, Violão

Impact of the Microanalysis of Self-Regulation on the Musical Practice of a Brazilian Higher Education Guitar Student

Abstract: This study presents the results of the intervention and application of a protocol for the microanalysis of self-regulation of learning in an undergraduate guitar student during 15 uninterrupted days of musical practice. The ongoing research seeks to determine the impact of the microanalysis intervention on self-regulatory behaviors in a Brazilian higher education guitarist. To this end, the study aimed to analyze the nuances of self-regulatory processes and sub-processes (strategic plan, definition of objectives, resources used) based on the analysis of the questionnaire applied in three practice sessions accompanied by the researcher, on the 3rd (microanalysis pre-test), 8th day (intervention - orientation session) and 13th day (post-test) of data collection. By analyzing the questionnaires, it can be assumed that the intervention resulted in significant changes in self-regulatory behaviors, such as strategic varieties, goal setting and time management. It is important to note that the microanalysis protocol together with the intervention is an important tool for developing self-regulatory skills.

Keywords: Self-regulated Learning, Microanalysis, Musical Practice, Classical Guitar

Introdução

Este artigo apresenta o resultado preliminar da análise dos dados coletados na prática musical de um estudante universitário de violão durante 15 dias ininterruptos. A coleta foi fundamentada na aplicação, pelo pesquisador de um questionário de microanálise no 3º e 13º dias de prática, com uma sessão de orientação (intervenção) realizada no 8º dia. A pesquisa está embasada no protocolo de microanálise proposto por Miksza, Blackwell e Roseth (2018), com o objetivo de investigar as nuances dos processos e subprocessos autorregulatórios presentes na prática musical ao longo do período mencionado, conforme o modelo trifásico de Zimmerman (1990, 1998, 2000).

Importante destacar que, nesta pesquisa, consideramos a prática musical como o momento individual e autônomo no qual o músico busca aprimoramento técnico e musical, visando alcançar a expertise em seu instrumento. Para tanto, durante este momento o músico deve buscar alternativas e ferramentas que possibilitem a aquisição de novas habilidades e competências necessárias para seu desenvolvimento técnico-musical. No entanto, em muitos casos, não há uma clara percepção e consciência sobre o seu desenvolvimento, bem como quais estratégias e recursos podem utilizar para tornar a prática eficaz. Diante desta constatação, consideramos que a compreensão da autorregulação da aprendizagem pode auxiliar na autonomia e desenvolvimento de uma prática eficaz e madura, e no universo desta teoria, a microanálise é uma importante ferramenta para o desenvolvimento e potencialização de competências autorregulatórias presentes nos processos e subprocessos durante a prática musical, assim como no modelo de aprendizagem autorregulada proposto por Zimmerman (1990, 1998, 2000), no qual divide a aprendizagem em três fases: premeditação, performance e autorreflexão.

A coleta de dados, seguindo o protocolo, foi realizada por meio de entrevistas estruturadas; diários de estudos; registros audiovisuais; acompanhamento e aplicação de um questionário de microanálise em duas sessões de prática musical (3º e 13º dias), que consistiu na realização de perguntas durante ações em momentos específicos nas sessões observadas e, entre estas duas sessões, realizou-se uma intervenção durante uma sessão de prática, na qual o pesquisador promoveu orientações específicas direcionadas às ações da prática, como definição dos objetivos, seleção de estratégias, etc.

Com a análise dos dados coletados durante as sessões de pré e pós teste de microanálise e a sessão de orientação durante os 3º, 13º e 8º dias de prática musical observadas pelo pesquisador, esta abordagem metodológica (o protocolo de microanálise) demonstra ser uma ferramenta com um grande potencial para o desenvolvimento de competências autorregulatórias e potencializar as etapas presentes nas sessões de prática (premeditação, performance e autorreflexão).

Autorregulação

A Teoria da Autorregulação amplamente estudada na psicologia da educação, pode ser considerada uma importante ferramenta para o desenvolvimento de uma aprendizagem musical eficiente. A autorregulação é uma conduta autônoma que, por meio da auto-observação, do auto julgamento e da autorreação permite a pessoa controlar e gerenciar as relações recíprocas existentes entre o comportamento e o ambiente no qual está imersa, para o desenvolvimento de atividades complexas. Considera-se que o estudante autorregulado é aquele que “planeja, controla e avalia seus processos cognitivos, motivacionais, afetivos, comportamentais e contextuais e com tal conhecimento controla e regula seu próprio processo de aprendizagem em direção às metas.” (Montalvo; Torre, 2004; Polydoro; Azzi, 2008, p.79). Para Zimmerman (1990, 1998, 2000), a aprendizagem autorregulada é um processo cíclico dividido em três fases:

- Fase de premeditação (preparação), na qual ocorre a análise da tarefa, crenças de automotivação e de autoeficácia, contemplando o estabelecimento de metas, o planejamento da atividade, a seleção de estratégias, os resultados esperados (as expectativas) e a motivação para a prática.
- Fase da performance (execução/ação) envolve o autocontrole e a auto-observação.
- Fase de autorreflexão abrangendo o processo de autojulgamento e o processo de autorreação.

Embora o modelo adotado apresenta três fases distintas, é importante salientar que durante o processo de aprendizagem as fases coexistem, tornando-o cíclico e difuso

Microanálise da Autorregulação

Quando busca-se investigar os processos e subprocessos da aprendizagem autorregulada podemos recorrer à microanálise, utilizadas em áreas como a médica e a esportiva. No entanto, na área da música, a utilização de um protocolo de microanálise é recente, destacando McPherson, Osborne, Evans e Miksza (2017); Osborne, Mcpherson, Miksza e Evans (2020) e Miksza, Blackwell e Roseth (2018), e em língua portuguesa; Soares (2020; 2021) e Moises (2022). Este recurso consiste em um plano estratégico que contempla uma entrevista estruturada e coordenada que, à medida que o sujeito se envolve em uma atividade específica, há a inferência de perguntas específicas que buscam analisar os processos e subprocessos nas diferentes fases da aprendizagem autorregulada, bem como avaliar os processos cognitivo, motivacional e metacognitivos à medida que se envolvem em atividades de aprendizagem ou performance (MIKSZA, 2018).

Método

Este é um estudo de caso realizado com medidas repetidas (WILLIAMON *et al.*, 2012, 212-213) e se baseia na replicação do protocolo utilizado por Miksza, Blackwell e Roseth (2018), que consistiu na observação no período de 15 dias ininterruptos da prática musical do Participante, respeitando as seguintes etapas: (a) 1º dia – entrevista inicial; (b) 3º dia – pré-teste de microanálise; (c) 8º dia – intervenção microanalítica (sessão de orientação promovida pelo pesquisador); (d) 13º dia – pós-teste de microanálise; (e) 15º dia – entrevista final; (f) gravação audiovisual diária durante os 15 dias da sessão de prática; (g) redação de um diário de estudo a cada dia de prática. Neste artigo apresentamos os dados referentes ao pré e pós teste de microanálise e à intervenção, realizadas respectivamente nos 3º, 13º e 8º dia.

O participante deste estudo, o Participante A (20-25 anos) no momento da pesquisa estava matriculado no 5º semestre da graduação, preparando-se para o recital obrigatório na primeira metade do curso (recital de meio de curso), e concomitante à prática instrumental dedicava-se à atuação pedagógica. O participante foi aconselhado a praticar todos os dias, no entanto, como o objetivo do presente estudo foi o de analisar os comportamentos autorregulatórios durante a sua rotina de prática individual, não houve orientação quanto ao tempo de duração e o que deveria praticar em cada sessão, para não exercer nenhuma influência na rotina de prática do participante.

Pré e Pós teste de Microanálise

As sessões de práticas observadas pelo pesquisador no 3º e 13º dia da coleta de dados, como mencionado anteriormente, correspondem respectivamente ao pré-teste e pós-teste da microanálise. Durante estas duas sessões, realizou-se perguntas em momentos específicos da prática correspondentes a cada uma das fases modelo trifásico da autorregulação proposto por Zimmerman (2000), ou seja, as fases de premeditação, performance e autorreflexão.

O objetivo da observação e das perguntas foi o de compreender as ações realizadas e quais competências autorregulatórias estão ou não presentes nos respectivos momentos da prática musical do participante. Importante destacar que, como o objetivo do pesquisador durante estas sessões foi a observação da rotina da prática musical do participante, mesmo com as interrupções e perguntas, buscou-se não exercer nenhuma ação intencional que exercesse influência no participante durante sua prática.

Sessão de orientação - Intervenção Microanalítica

A sessão de orientação, realizada no 8º dia, consistiu em uma sessão na qual o pesquisador, com base na autorregulação, fez intervenções ajudando o participante a desenvolver sua sessão de prática musical. O presente encontro, consistiu em uma sessão de 60 minutos, na qual, com questionamentos, conversas e orientações, buscou auxiliar o participante a compreender e desenvolver os processos e subprocessos da sua prática musical, tal como definição de objetivos, estabelecimento de metas, escolha de estratégias, gerenciamento do tempo e a importância do processo reflexivo para a prática.

No presente artigo, realizamos um recorte da pesquisa desenvolvida e apresentamos preliminarmente os dados coletados nas sessões de prática musical no 3º e 13º dia do período de coleta de dados (o pré e o pós-teste de microanálise) associados ao papel da sessão de orientação (intervenção microanalítica realizada no 8º dia) no desenvolvimento do participante.

Resultados

Todo aquele que é estudante e profissional da música, necessita adquirir competências, tais como estabelecimento de metas, concentração na instrução para a realização de determinada tarefa (e.g. aprender a Suite BWV 1007 de Bach), utilização de estratégias efetivas, organização do ambiente, utilização de diferentes materiais e recursos, monitoramento do desempenho, gestão do tempo, procurar ajuda quando for necessário, crenças de autoeficácia e valorização do processo de aprendizagem, características importantes e comuns ao processo autorregulatório. É importante salientar que estas características podem ser desenvolvidas e potencializadas em diferentes momentos da aprendizagem. Considerando essa premissa, podemos pressupor que, o músico desenvolvendo e aprimorando as competências autorregulatórias pode alcançar a expertise musical. A seguir apresentarei os dados do participante no 3º, 8º e 13º dia de prática nas diferentes fases da autorregulação, seguindo o modelo de Zimmerman

Fase de Premeditação

A tabela 1 apresenta os dados referente a fase da premeditação nos 3º e 13º dias (que inclui as categorias de análise da tarefa, crenças de automotivação, estabelecimento de metas, o planejamento, a seleção de estratégias, crenças de autoeficácia e a motivação para a prática), permite inferir que o participante apresentou uma melhora em suas competências autorregulatórias nesta fase.

Fase de Premeditação		Pré (3º dia)	Pós (13º dia)
1	Em termos de todas as atividades que você poderia se envolver, onde a prática se enquadraria em relação a ser:		
a	IMPORTANTE	4,5	5,5
b	EFICIENTE	5,5	6
c	INTERESSANTE	5	5,5
d	AGRADÁVEL	3,5.	4,5

2a	Ordene as seguintes afirmações. " <i>Eu estou praticando hoje porque:</i> " - <i>A única coisa que importa para mim é obter meu melhor potencial;</i> - <i>Eu não quero esquecer o que eu já aprendi;</i> - <i>Eu vou decepcionar meu professor se eu não fizer;</i> - <i>Eu quero tocar melhor para meus colegas.</i>		
		2- 1-4-3	1 - 2 - 4 - 3
4a	Planos: Em uma escala de 1 a 7, onde 1 - completamente confuso e 7 - completamente claro (compreendido), quão clara está a sua percepção sobre as metas para esta sessão de prática musical?		
		3	6
5a	Auto eficácia - "Quão confiante você está para atingir as metas que definiu para esta sessão de prática? (0 a 100%)		
		45%	75%

Tabela 1: dados coletados Fase Premeditação Participante

Quando questionado sobre a função da prática musical na sua rotina diária (Tabela 1, Item 1 - a, b, c, d), no intervalo correspondente entre o 3º e 13º dia o participante demonstrou uma alteração nos valores atribuídos quanto à importância, eficiência, interesse e o quão agradável a prática musical pode ser durante a sua rotina diária. A alteração nos valores atribuídos, segundo o participante, se deve à valorização e reconhecimento do tempo dedicado para a prática (gerenciamento do tempo para a prática), a crença de eficácia na capacidade de resolver as dificuldades técnicas, interesse e identificação com o repertório. Quando questionado sobre o motivo para a realização da prática, responde no 3º dia como sendo o mais importante era não esquecer o que havia aprendido e em seguida obter o meu melhor potencial, justificando que tinha medo de esquecer o que aprendeu e o que o professor lhe ensinou durante a aula, já no 13º dia o mais importa é "obter o meu melhor potencial" e em segundo não esquecer o que havia aprendido, justificando que no momento busca obter o seu melhor desempenho. Essa alteração na resposta justifica a função da prática musical durante a sua rotina, atribuindo uma crença de autoeficácia e autossatisfação em relação às outras atividades realizadas durante o dia.

A respeito dos objetivos para a prática, no 13º dia demonstra uma maior clareza sobre o que deseja alcançar durante a sua prática e quais estratégias utilizará, como podemos observar nas respostas do Item 4a, no que diz respeito à compreensão sobre a percepção das metas para a prática (atribuindo, no 3º dia o valor 3 e no 13º dia o valor 6), resultando em um aumento na confiança para atingir as metas estabelecidas (no 3º dia foi de 45% e no 13º dia de 75%), permitindo pressupor um desenvolvimento na compreensão dos objetivos estabelecidos e clareza no que foi definido para a sessão de prática.

Analisando as respostas referente à fase de premeditação apresentadas, pressupomos que o participante demonstrou uma mudança no processo do planejamento estratégico e definição de objetivos, tornando a compreensão da sua prática mais interessante em sua rotina.

Fase de Performance

Seguindo o mesmo modelo, apresentamos a tabela 2 e 2.1 com os dados referente a fase da performance (envolvendo o autocontrole, a execução das tarefas, e a auto-observação) nos 3º e 13º dias.

FASE DE PERFORMANCE	Pré (3º dia)	Pós (13º dia)
Aquecimento		
	Auto-observação e avaliação metacognitiva (2 minutos de aquecimento): Qual o seu pensamento quando você está realizando este exercício? Você pode me explicar qual é este exercício e como ele o prepara para a prática musical?	
6	- Pensamento: colocar os dedos no violão (contato com o instrumento), foco na postura; eu preciso tocar essas peças; é interessante e necessário "acordar os dedos".	- Atenção nos movimentos e no instrumento; focar na sessão da prática; despertar a mão; acentuação em diferentes notas
	Auto-observação (imediatamente ao fim do aquecimento): Você escolheu mudar algum aspecto das atividades do seu aquecimento hoje por que você ouviu ou sentiu algo em sua prática (enquanto tocava)?	
7	- Não alterou nada. Intercalou escala cromática com os arpejos da mão direita	- Inseriu um exercício pois a peça exige um movimento similar; inserção de fragmentos difíceis do repertório no aquecimento
	Estratégias de tarefa (ao fim do aquecimento): Você poderia me falar como os movimentos do aquecimento podem ajudar você a alcançar seus objetivos da prática musical de hoje?	
8	- Aquecer a mão direita; postura da mão esquerda, posicionamento	- Um pré-aquecimento para as peças que irá abordar durante a prática

Tabela 2: Dados coletados Fase de Performance

Observando os itens de 6 a 8, podemos inferir que o participante começou a compreender a importância do aquecimento para a prática, no 3º dia, os exercícios não possuíam uma conexão com a prática, em contrapartida no 13º dia o participante inseriu exercícios que apresentam uma conexão com o repertório que deve praticar (exercícios criados e adaptados para auxiliar em movimentos considerados difíceis), demonstrando uma mudança na concepção do aquecimento para a prática.

No momento da prática do repertório, no 3º dia o participante definia o objetivo enquanto estava praticando, utilizando como estratégia a repetição de toda música ou de longos trechos, demonstrando preocupação com dedilhados e sem foco na prática, como fica evidente no item 12 (tabela 2.1), quando alterou o material praticado devido a um “branco” no trecho da obra que estava praticando. Analisando as respostas do 13º dia, o participante não alterou a peça praticada, manteve o foco no trecho praticado, focado nos trechos que definiu preestabelecidos, e utilizou diferentes estratégias (como variação rítmica e de andamento, mãos isoladas).

	Estratégias de tarefas e Auto-observação (a cada vez que mudam uma obra): Quais os tipos de abordagens práticas você tentou aplicar nessa última peça? Por que você decidiu mudar para a peça de agora?	
12	- Tocar lento, manter o ritmo e andamento com as dificuldades técnicas. “Deixar a mão ir”; troquei de peça pois não lembro do restante da peça (digitação)	-----

Tabela 2.1: Dados coletados Fase de Performance

As respostas permitem presumir que o conhecimento de diferentes estratégias bem como relacionar o aquecimento com o repertório permitiram que o participante aumentasse a sua autoconfiança em resolver problemas ou dificuldades técnicas, visto que no 3º dia optou por modificar o material praticado por não conseguir resolver uma dificuldade, e no 13º, demonstrou confiança para resolver os desafios deparados.

Fase de autorreflexão

Por fim apresentamos a tabela 3 com os dados referente a fase da autorreflexão (autojulgamento e autoavaliação), que permite presumir que a capacidade do participante em resolver os problemas e focar na atividade que está realizando alterou, como fica evidente com a resposta do item 15 e 17 (tabela 3). No 3º dia, o participante cita que os erros desconcentram e uma dependência do professor para resolver os problemas, já no 13º dia, com a utilização de diferentes estratégias na prática, há uma confiança na capacidade em solucionar os problemas. Esses dados corroboram que, com a utilização de diferentes estratégias e uma clara consciência dos resultados da prática, o participante elevou a confiança na sua capacidade de praticar e de se desafiar (CLEARY, CALLAN E ZIMMERMAN, 2012)

Fase de Autorreflexão	Pré	Pós
15	<p>Autoinstrução - Pense num momento em que você estava muito concentrado, enquanto aprendia algo novo e funcionou para você. Um momento no qual você experimentou uma concentração profunda. Em comparação com esta sessão que lembrou, qual o grau de concentração na prática de hoje? O que você pensa que contribuiu para essa capacidade de manter ou não manter a concentração hoje?</p> <p>- Em algumas passagens estou com a concentração mais alta; os erros sempre me desconcentram; resignificação e revisão do que já vi; a memória visual auxilia a manter o foco; a irregularidade no andamento me desconcentra; para manter o foco, estou tocando lento, está ajudando; isolar trechos</p>	<p>-Utilização de diferentes estratégias aumentam a concentração; conscientização da tarefa; escrever o diário; manter o mesmo dedilhado (antes utilizava um dedilhado em cada prática)</p>
17	<p>Atribuição Causal - Ordene as seguintes sentenças (considere 1= mais verdadeiro e 4 = menos verdadeiro para mim). "<i>A eficácia da minha prática depende</i>": Meus esforços e ética de trabalho; A ajuda que recebo do meu professor; Meu nível de talento musical; Se estou ou não tendo um dia bom ou ruim.</p> <p>2 - 3 - 4 - 1</p>	<p>1 - 3 - 4 - 2</p>
19c	<p>Como você se sentiu "sobre você mesmo" depois desta sessão de prática musical? (considere 1 = nada bem e 7 =muito bem) Por que essa nota?</p> <p>5 - Resultado razoavelmente bom, consegui trabalhar o que queria, porém senti dores nas costas e na mão, isso não ajuda mesmo com pouco tempo; estou errando na parte "fácil"</p>	<p>5,5 - A utilização de diferentes estratégias está trazendo resultado, mas não estudar/passar as outras peças do repertório deixa o participante apreensivo</p>
20a	<p>Adaptativo/defensivo - Dada a sua experiência com a prática musical de hoje, quais palavras caracterizam sua expectativa em relação à sua próxima sessão de prática?</p> <p>- Entusiasmado e um pouco perdido</p>	<p>- Entusiasmado, decidido</p>

Tabela 3: dados coletados Fase de Autorreflexão

Diante da afirmação do participante, no Item 19d (tabela 3), que a utilização de diferentes estratégias ajudam nos resultados e no Item 20a (tabela 3), afirmando que ter consciência do problema e do tempo para as próximas estratégias, permite pressupor que o participante desenvolveu competências autorregulatórias, como o gerenciamento do tempo, análise de tarefa, definição de objetivos e plano estratégico para prática, dialogando com o estudo de Miksza (2018), no qual aponta que estudantes autorregulados tendem a apresentar uma maior variedade de estratégias.

Intervenção

Seguindo o protocolo de microanálise adotado, no 8º dia da coleta realizou-se uma sessão de orientação para o participante. Observando os vídeos e os diários, foi detectado que o participante utilizava como único recurso estratégico a repetição da música ou de longos trechos em sua prática, não isolava os desafios ou dificuldades técnicas, não gerenciava o tempo e não apresentava clareza nos objetivos. Após essa análise inicial dos vídeos e o acompanhamento da sessão no 3º dia, a intervenção envolveu a apresentação de diferentes estratégias para a prática musical, como a variação rítmica, de andamento, isolamento de trechos, além da definição de objetivos. É essencial destacar que o objetivo dessa sessão foi orientar o participante sobre como aprimorar sua prática, enfatizando a reflexão sobre cada um dos aspectos abordados, sem impor métodos específicos de estudo.

Conclusão

Um dos momentos mais cruciais na formação de um músico é a prática musical, um período dedicado à busca pela proficiência técnica e expressiva. Com a análise preliminar exposta, surgem questionamentos relevantes: de que maneira a autorregulação pode contribuir para a organização e realização da prática musical? Pode o protocolo de microanálise, aliado à intervenção orientada, ser empregado para aprimorar a prática musical?

Diante destes questionamentos, a pesquisa desperta uma reflexão sobre a organização e a orientação que os estudantes de música recebem para suas sessões de prática musical, que em muitos casos, enfrentam dificuldades em delimitar os objetivos e estratégias para tarefas específicas. O protocolo de microanálise permitiu monitorar as ações e, com a sessão de orientação, auxiliar o participante na compreensão dos processos em sua prática, auxiliando-o a desenvolver uma reflexão sobre as ações, motivação, comportamento e resultados.

Além de fomentar o desenvolvimento dos aspectos mencionados, a aplicação do protocolo permitiu observar as nuances das competências autorregulatórias elevando a qualidade da prática musical. Como podemos observar no 13º dia, o participante demonstrou uma maior compreensão na análise das tarefas, clareza dos objetivos e a utilização de diferentes estratégias durante a sessão de prática. Diante desses resultados, a microanálise emerge como uma importante ferramenta para o desenvolvimento da prática musical e o monitoramento das nuances autorregulatórias, como aponta Miksza (2018). É relevante enfatizar que a prática musical é um processo complexo, integrando diversas habilidades e competências adquiridas ao longo da vida, e a microanálise se mostra uma ferramenta capaz de auxiliar estudantes e professores a organizarem suas práticas musicais tornando-a mais eficaz e consciente. Pesquisas futuras podem investigar a eficácia desta ferramenta na prática musical em diferentes contextos musicais.

Referências

- BANDURA, A., AZZI, R. G., & POLYDORO, S. (2008). Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos. Porto Alegre: Artmed.
- CLEARY, T. J., CALLAN, G. L., & ZIMMERMAN, B. J. (2012). Assessing self-regulation as a cyclical, context-specific phenomenon: overview and analysis of SRL microanalytic protocols. *Education Research International*, 2012, Article ID 428639, 1-19. <https://doi.org/10.1155/2012/428639>
- MCPHERSON, G. E., OSBORNE, M. S., EVANS, P., & MIKSZA, P. (2017). Applying self-regulated learning microanalysis to study musicians' practice. *Psychology of Music*, 1-15. <https://doi.org/10.1177/0305735617703707>

- MIKSZA, P., BLACKWELL, J., & ROSETH, N. E. (2017). Self-Regulated Learning in Music Practice and Performance. In D. SCHUNK, J. GREENE, & P. ALEXANDER (Eds.), *Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance* (pp. 181–193). Nova Iorque: Routledge.
- MCPHERSON, G. E., MIKSZA, P., & EVANS, P. (2018). Self-Regulated Music Practice: Microanalysis as Data Collection Technique and Inspiration for Pedagogical Intervention. *Journal of Research in Music Education*, 1–25. <https://doi.org/10.1177/0022429418756312>
- MOISÉS, L. M. (2022). Aprendizagem autorregulada: Intervenção segundo técnicas de Microanálise - estudo de caso em pianistas da Universidade de Aveiro (Dissertação de mestrado, Universidade de Aveiro). Aveiro.
- OSBORNE, M. S., MCPHERSON, G. E., MIKSZA, P., & EVANS, P. (2020). Using a Microanalysis Intervention to Examine Shifts in Musicians' Self-Regulated Learning. *Psychology of Music*, 49(4), 972–988. <https://doi.org/10.1177/0305735620908894>
- SOARES, L. T. (2020). A microanálise da aprendizagem musical autorregulada como ferramenta para o desenvolvimento da pedagogia da performance. *Percepta*, 8(1), 101-122.
- SOARES, L. T. (2021). Protocolo de Microanálise da Prática Musical (PMPM): um instrumento de avaliação da aprendizagem musical autorregulada (Tese de doutorado, Universidade Federal do Rio de Janeiro). Rio de Janeiro.
- WILLIAMON, A., GINSBORG, J., PERKINS, R., & WADDELL, G. (Eds.). (2021). *Performing Music Research: Methods in Music Education, Psychology, and Performance Science* (1st ed.). Oxford: University of Oxford.
- ZIMMERMAN, B. J. (1990). Self-regulating academic learning and achievement: the emergence of a social cognitive perspective. *Educational Psychology Review*, 2(2), 173-201.
- ZIMMERMAN, B. J. (1998). Academic studying and the development of personal skill: A self-regulatory perspective. *Educational Psychologist*, 33(2/3), 73–86.
- ZIMMERMAN, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. BOEKAERTS, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7>