



## A autorregulação da aprendizagem: uma discussão com vistas à construção de contribuições para a prática de violinistas em formação

### Comunicação

*Nayane Lira da Silva*  
Universidade do Estado do Amazonas  
nls.mus@uea.edu.br

*Caroline Caregnato*  
Universidade do Estado do Amazonas  
ccaregnato@uea.edu.br

**Resumo:** A autorregulação é a capacidade que o indivíduo tem de controlar e avaliar suas próprias ações. Ela é importante para a aprendizagem, pois leva o aluno a organizar, planejar, monitorar e avaliar seu próprio processo de estudo, contribuindo assim para o seu desenvolvimento. Este artigo apresenta parte de uma pesquisa de mestrado em andamento que tem como objetivo geral investigar se os alunos de violino de um curso de graduação em música aplicam estratégias de autorregulação da aprendizagem durante sua prática instrumental. Os objetivos específicos desse trabalho são examinar as principais teorias sobre a autorregulação da aprendizagem; investigar como as estratégias de autorregulação da aprendizagem podem influenciar na prática instrumental dos estudantes de música; e elaborar, a partir das estratégias de autorregulação da aprendizagem de Zimmerman e Martinez-Pons, contribuições para a prática de violinistas em formação. Neste momento da pesquisa está sendo realizada uma revisão bibliográfica, recorrendo a diversas fontes, especialmente teses, dissertações, livros e publicações em periódicos, com o intuito de examinarmos os conceitos teóricos sobre a autorregulação da aprendizagem. Até o momento foram identificadas algumas estratégias de autorregulação da aprendizagem que podem contribuir para a construção da performance musical, pois estão relacionadas a um objetivo pré-estabelecido que pode ser de natureza musical.

**Palavras-chave:** Autorregulação da aprendizagem. Estratégias de autorregulação. Prática instrumental.

### Introdução

A autorregulação é vista como a capacidade do indivíduo de controlar os seus comportamentos, pensamentos e sentimentos para a realização de objetivos pré-estabelecidos. A autorregulação é importante para o processo de aprendizagem, pois permite à pessoa controlar seu próprio processo de estudo, estabelecendo metas, utilizando



estratégias e monitorando o seu desenvolvimento. Dessa forma uma pessoa autorregulada tem comportamentos, crenças pessoais e motivacionais que podem favorecer um aprendizado de maior qualidade, ou seja, o domínio de uma certa habilidade ou conteúdo (ZIMMERMAN, 1989).

Pesquisas ligadas a esse assunto revelam relações entre a autorregulação e o desempenho acadêmico. Rosário, Almeida, Guimarães e Pacheco (2001) observaram que organização, estabelecimento de objetivos, busca de informações, tomada de apontamentos, alteração da estrutura ambiental, autoconsciência na repetição e na memorização da informação fazem parte das estratégias de autorregulação adotadas por alunos com bom desenvolvimento. A pesquisa de Santos (2017), voltada ao estudo da autorregulação na prática violonística, revela que os resultados da performance são melhores quando os músicos demonstram comportamento autorregulado em sua prática instrumental. Outra pesquisa que investiga a autorregulação no ambiente musical é a de Oliveira, Silva e Vasconcelos (2021), que explora a autorregulação da aprendizagem direcionada à educação musical. Nessa pesquisa os autores afirmam que estudantes de música com maior grau de comprometimento com o processo de aprendizagem são aqueles que apresentam comportamentos autorregulados. Técnicas de estudo como divisão da peça musical em pequenos trechos e busca por novas formas de interpretação são estratégias autorreguladas e auxiliam na otimização da performance.

Observando os resultados das estratégias de autorregulação da aprendizagem sobre o desempenho acadêmico, a primeira autora desse trabalho começou a se questionar sobre a eficácia dessas estratégias direcionadas à prática violinística, e sobre o seu potencial de contribuir para o desenvolvimento de estudantes de graduação. Surgiu a partir daí o problema desta pesquisa: alunos de violino de um curso de graduação em música aplicam estratégias de autorregulação da aprendizagem durante a sua prática instrumental?

A busca de uma resposta para esse questionamento é relevante para estudantes que procuram tornar-se instrumentistas de alto nível e, também, para professores que orientam seus alunos na aprendizagem musical. Compreendendo-se as condições em que ocorrem as práticas dos estudantes, pode-se identificar eventuais pontos de melhoria e oferecer estratégias que favoreçam a aprendizagem musical. A motivação para a realização dessa



pesquisa também surgiu do interesse da primeira autora desse trabalho, enquanto educadora e instrumentista que busca encontrar respostas sobre planejamento, organização do estudo, e prática instrumental. Outro motivo para a realização deste trabalho está relacionado à literatura voltada à prática violinística, que pouco fala sobre planejamento, organização e resolução de problemas da prática individual.

Este trabalho tem como objetivo geral investigar se os alunos de violino de um curso de graduação em música aplicam estratégias de autorregulação da aprendizagem durante a sua prática instrumental. Seus objetivos específicos são examinar as principais teorias sobre a autorregulação da aprendizagem; investigar como as estratégias de autorregulação da aprendizagem podem influenciar na prática instrumental dos estudantes de música; e elaborar, a partir das estratégias de autorregulação da aprendizagem de Zimmerman e Martinez-Pons (1986), contribuições para a prática de violinistas em formação.

A coleta de dados dessa pesquisa será realizada por meio de pesquisa bibliográfica e de entrevista com estudantes de violino universitários. Primeiramente, está sendo realizada uma revisão bibliográfica, recorrendo-se especialmente a teses, dissertações, livros e publicações em periódicos, com o intuito de se apresentar os conceitos e definições ligados à autorregulação da aprendizagem. Em seguida, serão coletados dados por meio de entrevistas baseadas no modelo das estratégias de autorregulação da aprendizagem de Zimmerman e Martinerz-Pons (1986, p. 608), que serão também a principal fonte bibliográfica para a análise dos dados coletados.

Este artigo apresenta um recorte da pesquisa em andamento que acaba de ser descrita, e que se constitui em uma dissertação de mestrado. Pretendemos discutir aqui uma parte de nossos achados relacionados ao primeiro objetivo da dissertação e que é examinar as principais teorias sobre a autorregulação da aprendizagem.

### **As principais teorias sobre a autorregulação da aprendizagem**

No decorrer da nossa pesquisa, tivemos contato com alguns teóricos que visam estruturar o processo de autorregulação da aprendizagem. Nosso primeiro contato foi com o teórico Albert Bandura e através do estudo da Teoria Social Cognitiva encontramos alguns



mecanismos de autorregulação, que descrevem o controle que uma pessoa tem sobre sua motivação, pensamentos, comportamentos e vida emocional. Para o autor, o ser humano é capaz de exercer um papel ativo em sua própria história, devido a quatro principais capacidades humanas: (1) simbolização: que permite a representação e interpretação da própria existência e desempenho; (2) pensamento antecipatório: possibilita transcender o presente e regular o comportamento atual em direção a objetivos e metas futuras; (3) autorregulação: oferece a possibilidade de monitoramento, avaliação e controle do indivíduo sobre seu próprio comportamento em direção a objetivos pessoais; (4) autorreflexão: permite que a pessoa analise suas ações e organize suas autopercepções. Analisando tais capacidades humanas, podemos verificar que a autorregulação se constitui em uma delas.

O processo da autorregulação do comportamento ocorre por meio de três subprocessos: a auto-observação, o processo de julgamento e a autorreação. A auto-observação refere-se ao desempenho e qualidade do monitoramento. Uma auto-observação contínua permite uma melhor oportunidade de fluência sobre o comportamento e, assim, uma melhor condição de autorregulação do desempenho. O processo de julgamento é o momento em que o indivíduo avalia seu próprio desempenho, que pode ser julgado como apropriado, insatisfatório ou neutro, dependendo da forma como o indivíduo busca avaliar suas ações. No geral as ações são avaliadas em relação a padrões de comparação social e de comparação individual. A autorreação é consequência da autoavaliação. É neste momento que o indivíduo vai afirmar se as ações realizadas para chegar a um objetivo foram satisfatórias ou insatisfatórias, pois parte do comportamento humano é regulada por consequências autoavaliativas e, dessa forma, as pessoas tendem a agir buscando autossatisfação e apoio social, evitando comportamentos que sejam contrários a padrões pessoais e que levam à autodesaprovação. Portanto, um julgamento positivo gera uma reação gratificante e um bom resultado porque motiva a pessoa a aumentar seus esforços (BANDURA; AZZY; POLYDORO, 2008, p. 155 e 156).

O segundo teórico estudado por nós é Barry Zimmerman, que influenciado pelas três subfunções do sistema de autorregulação do comportamento estruturado pelo psicólogo Albert Bandura, insere variáveis relacionadas à aprendizagem e divide o processo de aprendizagem em três partes: fase prévia, fase de realização e fase de autorreflexão.



a) fase prévia: envolve a análise da tarefa, o estabelecimento de objetivos e o planejamento estratégico para realização da atividade. Ela é influenciada pela motivação e por crenças de autoeficácia; b) a fase de realização: envolve a execução dos planos organizados na fase anterior. Nesta fase a pessoa utiliza estratégias e meios para executar os objetivos planejados, monitorando-se e auto-observando o seu desempenho na execução da atividade; c) fase de autorreflexão: compreende a avaliação do processo e o autojulgamento. Ocorre por meio da comparação de resultados visando identificar o que pode ser melhorado no desempenho. Os mecanismos de autorregulação citados fazem parte do processo interno do ser humano, ou seja, é possível que seja aplicável para qualquer pessoa e, portanto, pode ser adaptável às necessidades e metas estabelecidas por ela (ZIMMERMAN, 2005, p. 16).

Também localizamos estratégias de autorregulação formuladas por Zimmerman e Martinerz-Pons (1986, p. 608): (1) autoavaliação: indica a avaliação do aluno sobre a qualidade e o processo do seu trabalho; (2) organização e transformação: indica a iniciativa do aluno ao reorganizar e adaptar o material que está sendo aprendido; (3) estabelecimento de objetivos e planejamento: indicada o estabelecimento de objetivos e de meios para a conclusão das atividades relacionadas ao objetivo; (4) procura de informações: indica o esforço do aluno para adquirir informações de fontes não-sociais quando está com dificuldades no estudo; (5) tomada de apontamentos: indica o esforço em registrar eventos ou resultados; (6) estrutura ambiental: indica o esforço de alterar o ambiente físico de modo a promover a aprendizagem; (7) autoconsequência: indica a imaginação ou concretização de recompensas ou punições para sucesso ou fracasso; (8) repetição e memorização: indica as iniciativas e esforços do aluno para memorizar o material; (9 a 11) procura social: indica o esforço do aluno para procurar ajuda de colegas (9), professores (10) e adultos (11); (12 a 14) revisão de dados: indica o esforço do aluno para fazer a revisão de notas (12), de testes (13), e de livros (14) a fim de se preparar para uma aula ou exercício escrito; (15) outros: indica a aprendizagem iniciada por outras pessoas como professores ou pais.

Essas estratégias são importantes para o processo de desenvolvimento pessoal e para desempenhar tarefas, pois são ações dirigidas propositalmente para a aquisição de conhecimentos ou habilidades. O propósito de cada estratégia é que o aluno adquira



mecanismos de regulação para seu desenvolvimento pessoal, desempenho acadêmico e aprendizagem.

Porém, o pesquisador Paul Pintrich (2000) questiona a necessidade de uma pessoa passar por todas as subfunções de aprendizagem para atingir a autorregulação. Para o autor não há essa necessidade, pois alguns conhecimentos são adquiridos de forma involuntária, sem esforço consciente do processo autorregulatório. As fases apresentadas por esse teórico são: o planejamento de tarefas, seguido pelo monitoramento cognitivo e metacognitivo, o esforço para controlar aspectos pessoais, contexto social e características da atividade e, por último, a reflexão e a reação do aluno diante do processo. As fases apresentadas por Pintrich foram pensadas a partir do tempo que uma pessoa percorre até executar uma tarefa, e podem ocorrer simultaneamente ou dinamicamente à medida que o aluno progride na tarefa, assim metas e planos podem ser alterados ou atualizados com base no feedback de monitoramento (PINTRICH, 2000).

Outros teóricos que também apresentam uma proposta em que alunos podem percorrer fases distintas no processo da aprendizagem autorregulada são os pesquisadores Winne e Hadwin (1998). Nessa abordagem o aluno tem a liberdade de formular um modelo mental para executar uma tarefa proposta. Depois, pode estabelecer metas e formular estratégias cognitivas para alcançar o objetivo. Em seguida, os alunos monitoram os métodos criados e as estratégias escolhidas, obtendo feedbacks sobre o seu próprio conhecimento e sobre suas crenças relacionados à sua competência para realizar a tarefa. Para os autores, essas condutas permitem ao aluno avaliar e adaptar suas ações caso o processo de aprendizagem não ocorra conforme o planejado. Para isso os autores propõem cinco operações cognitivas para a realização das atividades que são: a pesquisa, o monitoramento, o agrupamento, o ensaio e a tradução. Todos os padrões propostos são objetivos traçados para alcançar uma meta.

### **Considerações finais**

As teorias apresentadas nesta pesquisa descrevem etapas para o processo da aprendizagem. Embora haja diferença entre eles, a proposta geral é a de que o aluno é



responsável pelo seu processo de aprendizagem e um ser atuante, capaz de monitorar e avaliar seu próprio desempenho. Dessa forma, entende-se que os modelos de autorregulação são benéficos para promover o desenvolvimento de uma habilidade e que fatores motivacionais, sociais e ambientais são importantes para o desenvolvimento dos alunos.

No momento, esta pesquisa está em andamento e espera-se discutir mais sobre as propostas teóricas de autorregulação da aprendizagem. Além disso, nossa expectativa é identificar nos alunos de violino de um curso de graduação em música, traços de aprendizagem e estratégias autorreguladas, para que assim possamos fazer uma correlação com as ideias propostas pelos teóricos, além de identificar e descrever como ocorre o processo de aprendizagem desses estudantes. Como a pesquisa de mestrado relacionada a este artigo também está visando a aprendizagem musical, nela será organizado um capítulo específico para discutir a autorregulação da aprendizagem no contexto da prática musical.



## Referências

BANDURA, Albert; AZZI, Roberta Gurgel; POLYDORO, Soely. **Teoria Social Cognitiva**: conceitos básicos. Porto Alegre: Artmed, 2008.

OLIVEIRA, Iuri Ozires; SILVA, João Carlos Sedraz; VASCONCELOS, Gibran Chaves de. Educação musical e autorregulação da aprendizagem no ensino básico e superior. **ID on line: Revista de Psicologia**, v. 15, n. 58, p. 190-205, 2021. Disponível em: <<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3270/0>>. Acesso em: 21 ago 2022.

PINTRICH, Paul. The role of goal orientation in self regulated learning. In M. BOEKAERTS, Monique; PINTRICH, Paul; ZEIDNER, Moshe. (Eds.). **Handbook of self regulation** (pp. 451-502). San Diego: Academic Press, 2000. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780121098902500433>>. Acesso em: 21 ago 2022.

ROSÁRIO, Pedro; ALMEIDA, Leandro; GUIMARÃES, Carina; PACHECO, Mônica. Como estudam os alunos com elevado rendimento acadêmico? Uma análise centrada nas estratégias de autorregulação. **Sobredotação**, Minho, v. 2, n. 1, p. 103-116, 2001. Disponível em: <<http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/12476>>. Acesso em: 21 ago 2022.

SANTOS, Jâmison Sampaio de Queiroz. **Autorregulação e prática deliberada**: um estudo com alunos em cursos de bacharelado em violão. 118 f. Dissertação (Mestrado em Música) – Programa de Pós-Graduação em Música, Escola de Música, Universidade Federal da Bahia. Salvador, 2017. Disponível em: <<https://repositorio.ufba.br/handle/ri/25369>>. Acesso em: 21 ago 2022.

ZIMMERMAN, Barry J. A social cognitive view of self-regulated academic learning. **Journal of Educational Psychology**, v. 81, n. 3, p. 329-339, 1989. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/publication/232534584\\_A\\_Social\\_Cognitive\\_View\\_of\\_Self-Regulated\\_Academic\\_Learning](https://www.researchgate.net/publication/232534584_A_Social_Cognitive_View_of_Self-Regulated_Academic_Learning)>. Acesso em: 21 ago 2022.

ZIMMERMAN, Barry J. Attaining self-regulation: A social-cognitive perspective. In: M. BOEKAERTS, Monique; PINTRICH, Paul; ZEIDNER, Moshe. (Eds.). **The handbook of self-regulation** (pp.13-39). San Diego: Academic Press, 2005. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780121098902500317>>. Acesso em: 21 ago 2022.

ZIMMERMAN, Barry J.; MARTINEZ-PONS, Manuel. Development of a structured interview for assessing student use of self-regulated learning strategies. **American Educational Research**



**abem**

Associação Brasileira  
de Educação Musical



Journal, v. 73, p. 614-628, 1986. Disponível em:  
<<https://journals.sagepub.com/doi/10.3102/00028312023004614>>. Acesso em: 21 ago 2022.

WINNE, Philip; HADWIN, Allyson. Studying as self-regulated learning. In D. J. Hacker, J. Dunlosky and A.C. Graesser (Eds.). **Metacognition in Educational Theory and Practice**, 1998. p. 277-304