



Ansiedade social e ansiedade de performance musical em cantores brasileiros: um estudo comparativo

Social Anxiety and Musical Performance Anxiety in Brazilian Singers: A Comparative Study

Crismarie Casper Hackenberg ¹

 <https://orcid.org/0000-0003-3838-0769>

Sérgio Felipe Abreu de Britto Bastos ³

 <https://orcid.org/0000-0003-2135-5989>

Felipe Santos de Oliveira ²

 <https://orcid.org/0000-0002-7862-9744>

Rodrigo da Cunha Teixeira Lopes ⁴

 <https://orcid.org/0000-0002-6579-3043>

¹ Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Católica de Petrópolis, Brasil

² Departamento de Psicologia, Universidade Estácio de Sá, Brasil

³ Departamento de Métodos Estatísticos, Instituto de Matemática, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil

⁴ Departamento de Psicologia Clínica e Psicoterapia, Universidade de Berna, Suíça

¹ ✉ crismarie@riocappella.com.br ² ✉ deoliveirafs@gmail.com ³ ✉ sergio.felipe@dme.ufrj.br ⁴ ✉ rodrigo.lopes@unibe.ch

Recebido: 07 de novembro de 2021. Aceitado: 18 de outubro de 2022.

Resumo. *Objetivo.* Explorar as relações entre ansiedade social (AS) e ansiedade de performance musical (APM) em uma amostra de cantores brasileiros. *Método.* Tratou-se de uma pesquisa analítica-descritiva, observacional, correlacional e quantitativa, com amostra de conveniência não-probabilística de 252 cantores (142 amadores e 110 profissionais). Foram aplicados um questionário sócio-demográfico, o Questionário de Ansiedade Social para Adultos e o *Kenny Music Performance Anxiety Inventory*. *Resultados.* Foi encontrada uma correlação positiva moderada e significativa entre AS e APM. Evidências sugerem que a APM é significativamente maior nos cantores profissionais e em solistas. O aspecto "Preocupação e insegurança" é significativamente maior em cantores profissionais que em amadores, sendo cantores profissionais e solistas os mais afetados. A AS e a APM estão presentes em cantores representando um agravante na saúde mental. Cantores profissionais e solistas podem ser beneficiados com diagnósticos e tratamentos na área da performance musical.

Palavras-chave. Ansiedade social, canto, ansiedade de performance musical, desempenho em público

Abstract. *Objective.* The goal of this study was to explore the relationship between social anxiety (SA) and musical performance anxiety (MPA) in a Brazilian sample of singers. *Method.* This study is descriptive, observational, correlational and quantitative, with a non-probabilistic convenience sample of 252 singers (142 amateurs and 110 professionals). Participants answered a sociodemographic questionnaire, the Adult Social Anxiety Questionnaire and the *Kenny Music Performance Anxiety Inventory*. *Results.* A moderate and significant positive correlation was found between SA and MPA. Evidence suggests that APM is significantly higher in professional singers and soloists. The aspects of "Worry and Insecurity" are significantly higher in professional singers than in amateurs. In conclusion, SA and MPA are present in professional singers representing an aggravating factor in mental health. Professional singers and soloists can benefit from diagnostics and treatment in the area of music performance.

Keywords. Social anxiety, singing, musical performance anxiety, public performance



Introdução

No campo da música, intérpretes independentemente de idade, experiência, dedicação ou tipo de instrumento, quando se apresentam em público, podem sofrer manifestações fisiológicas, psicológicas, cognitivas e emocionais (Zanon, 2015). Chamada de ansiedade de performance musical (APM) esse distúrbio é considerado um subtipo da ansiedade social no DSM-5 (APA, 2013) e uma categoria específica da ansiedade de desempenho (Burin & Osório, 2016).

Para Kenny (2009) a APM é uma experiência de forte e persistente ansiedade relacionada à performance musical que surge através de vulnerabilidades biológicas e psicológicas gerais. Barlow (2002) descreve a APM como um tipo de transtorno de ansiedade social caracterizado pelo medo da avaliação negativa dos outros. Assim, os pensamentos negativos na performance podem estar relacionados a pensamentos obsessivos sobre pequenas falhas, além de uma tendência a destacar os erros e não aceitar os aspectos positivos de uma situação (Bourne, 1995).

As pesquisas sobre APM floresceram nas últimas décadas muito direcionadas na investigação dos aspectos psicológicos da performance musical (Valentine, 2002) e nos tratamentos de APM para músicos (Kenny, 2005; Brugues, 2011). Sabemos que 16% a 40% dos músicos sofrem de APM (Fehm & Hille, 2005; Wesner et al., 1990), atingindo todos os tipos e idades: crianças, jovens ou adultos, profissional ou amador, experiente ou inexperiente, solistas, cantores de coral, instrumentistas e ainda músicos de orquestras (Rocha et al., 2011; Kenny et al., 2004; Papageorgi et al., 2007; Ryan & Andrews, 2009).

Impacto e causas da APM em músicos

A ansiedade de performance musical é um problema relevante que tem impedido muitos musicistas de alto nível a prosseguirem com suas carreiras promissoras (Thompson et al., 2006). Nos estudos

sobre fatores psicológicos, comportamentais e cognitivos, o modelo de Kenny (2011) aponta para um fator gerador de estresse no contexto de uma ameaça futura, em forma de um evento: o desempenho musical. São recitais, audições, concursos para orquestras, eventos com ou sem público, ou ainda frente a uma banca avaliadora.

Há consenso na literatura em relação à predisposição de gênero na APM. As mulheres musicistas têm níveis de ansiedade significativamente maiores do que os homens músicos (Osborne & Kenny, 2005; Papageorgi et al., 2007; Yondem, 2007), sendo que os intérpretes solistas podem possuir níveis mais altos de APM do que os indivíduos que performam em grupo (Brugues, 2011).

Algumas características da personalidade, tais como introversão, dependência, sensibilidade a avaliações, baixa autoestima, perfeccionismo e expectativas negativas de si mesmo, são listadas como favoráveis ao aparecimento de um quadro de APM (Abel & Larkin, 1990; Kenny et al., 2004; Langendörfer et al., 2006; Yondem, 2007).

Dentro dos aspectos ambientais, os fatores com maior influência no grau de APM são a presença de plateia, o tipo de performance (em grupo ou solo), o instrumento utilizado e a ocorrência de uma avaliação crítica para a performance (Brotons, 1994; Ryan & Andrews, 2009).

AS e APM em cantores

Alguns estudos no campo da ansiedade têm incluído cantores entre seus participantes (Papageorgi et al., 2007; Abel & Larkin, 1990; Brotons, 1994). Esses estudos indicam que cantores sofrem de ansiedade de desempenho e também de ansiedade social. Essa comorbidade nem sempre é observada ou considerada no tratamento de intervenções específicas de APM (Barbar et al., 2014a; Burin & Osório, 2016). O desempenho do canto e os aspectos cognitivos e emocionais exclusivos de cantores são pouco conhecidos (Ryan & Andrews, 2009) pois na maioria das pesquisas estes são agrupados com músicos instrumentistas.

No Brasil, os estudos quantitativos sobre APM ainda são poucos, porém os dados de pesquisa e a validação de escalas psicométricas de ansiedade de performance musical para a língua portuguesa nessa década, promovem crescimento nas pesquisas na área da música e da psicologia (Rocha et al., 2011). Destacam-se dois estudos nas pesquisas sobre APM na população brasileira, com amostras heterogêneas de músicos e cantores brasileiros: os estudos de Rocha et al. (2011) com 218 participantes músicos utilizando a K-MPAI de 40 itens e o estudo de Barbar et al. (2014b), com 230 participantes que validou a escala original K-MPAI de 26 itens para o português.

Por tanto, existe uma demanda de conhecimento sobre aspectos da ansiedade na performance musical do canto em público, que seria mais adequadamente investigada com uma amostra composta exclusivamente por cantores, para a observação das diferenças entre o canto amador e o profissional, gênero e cantores de grupos e solistas. Assim, o objetivo desse estudo foi explorar as relações entre ansiedade social (AS) e ansiedade de performance musical (APM) em uma amostra brasileira de cantores amadores e cantores profissionais.

Método

Este estudo trata-se de uma pesquisa analítica-descritiva, observacional, correlacional e quantitativa.

Participantes

A amostra de conveniência não-probabilística de 252 cantores participantes desta pesquisa foi dividida em duas categorias: 142 cantores amadores e 110 cantores profissionais. Os critérios de inclusão dos participantes amadores delimitaram pessoas que autodeclarassem possuir o hábito de cantar em grupo ou solo, que já tivessem se apresentado cantando em público e que não recebessem cachê financeiro para cantar. Os critérios de inclusão dos participantes profissionais definiram pessoas que recebessem frequentemente cachê financeiro para cantar ou que possuíssem carreira profissional de músico. O pagamento financeiro em apresentações

musicais foi um critério utilizado no estudo de Ryan e Andrews (2009) para diferenciar músicos amadores de músicos profissionais.

Instrumentos

Questionário sócio demográfico

Foi elaborado um questionário onde foram observadas variáveis de gênero, idade, escolaridade, frequência de canto em público (nenhuma ou raramente se apresenta em público; e se apresenta de 1 a 4 vezes ou mais), função musical do cantor (solista, cantor de grupo vocal e coralista) e aspectos cognitivos que podem influenciar a ansiedade de desempenho musical em público, distribuídos em cinco itens: expectativa sobre resultado, tamanho da plateia, plateia de pessoas desconhecidas, plateia de pessoas conhecidas e imprevistos na apresentação.

Questionário de ansiedade social para adultos (CASO-A30; Caballo et al., 2012; Caballo et al., 2010)

O CASO-A30 é um questionário de autorrelato composto por 30 itens que avalia a presença e a intensidade da ansiedade social. O CASO-A30 foi validado para português (Caballo et al., 2017) e constitui a medida primária da ansiedade social que utiliza uma escala Likert de cinco pontos, respondidos de acordo com o grau de 1 = "Nenhum ou muito pouco mal-estar, tensão ou nervosismo" a 5 = "Muito ou muitíssimo mal-estar, tensão ou nervosismo" que o indivíduo apresenta em diferentes situações sociais, podendo variar de 30 a 150 pontos. Este avalia cinco dimensões da ansiedade social: Fator 1, falar em público/interação com pessoas em posição de autoridade; Fator 2, interação com pessoas desconhecidas; Fator 3, interação com sexo oposto; Fator 4, expressão assertiva de incômodo, desagrado ou raiva; e Fator 5, ficar em evidência ou fazer papel de ridículo. O ponto de corte para identificação da AS é de 92 pontos para homens e 97 pontos para mulheres. Os resultados da versão original do instrumento, a partir dos dados de sua aplicação em 16 países da América Latina, além de Espanha e Portugal, relataram um $\alpha = .97$ (Caballo et al., 2008).

Essa amostra apresentou um valor elevado no Alfa de Cronbach $\alpha = .93$ e o KMO foi de $.92$.

Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI); Barbar et al., 2014b; Rocha, et al., 2011; Kenny et al., 2004)

Este instrumento, desenvolvido por Kenny et al. (2004), tem por referência o modelo de ansiedade proposto por Barlow (2000) com três aspectos vinculados ao desenvolvimento da ansiedade: a) vulnerabilidade / hereditariedade biológica; b) vulnerabilidade psicológica geral e c) vulnerabilidade psicológica específica. O K-MPAI é composto por 26 itens, pontuados em uma escala Likert de seis pontos, variando de "discordo plenamente" (-3) até "concordo plenamente" (+3), e tem por objetivo específico avaliar sintomas que indicam evocação de ansiedade, tensão, alterações de memória e cognições negativas devidas à APM. Também, ela busca elementos relativos à história do indivíduo com os pais, como a atenção recebida destes na infância. A pontuação varia de -78 até +78 sendo os valores mais altos a referência para a ansiedade de performance musical. No estudo original de Kenny et al. (2004), à consistência interna apresentou coeficiente alpha de Cronbach de $.94$. O estudo de validação para português (Barbar et al., 2014b) observou um $\alpha = .82$, e para os fatores da escala respectivamente: Fator 1, Preocupações e insegurança, $\alpha = .82$; Fator 2, Depressão e desesperança, $\alpha = .77$; e o Fator 3, Relacionamento parental precoce, $\alpha = .57$. Nesta amostra, respectivamente, foram encontrados um $\alpha = .84$, sendo o Fator 1 com um $\alpha = .72$, Fator 2 com um $\alpha = .81$, e Fator 3 com um $\alpha = .62$.

Procedimento

Os participantes cantores, amadores e profissionais, foram acessados pela divulgação das redes sociais, e-mails, grupos de WhatsApp de cantores e regentes, e anúncios em mídia digital. Os participantes cantores da pesquisa foram contatados por indicação de regentes de corais, professores de canto e associações de canto do estado do Rio de

Janeiro. Como não existem registros a respeito do número total de corais, cantores e regentes existentes no Brasil (Silva, 2018), a amostra foi coletada por conveniência com a divulgação da pesquisa realizada em grupos de convivência em redes sociais. O link da pesquisa survey foi compartilhado em muitas listas de cantores diferentes (como em ambientes artísticos, culturais, escolas de canto e grupos de corais) e compartilhado com grupos de cantores amadores e profissionais.

A coleta foi feita entre os meses de maio e setembro de 2018. Tiveram acesso à pesquisa survey 558 voluntários e, pelo formato presencial, 147 voluntários, totalizando 705 pessoas atingidas pela pesquisa. Foram excluídos da pesquisa 197 pessoas que não completaram as respostas ou marcaram respostas erradas (98 pessoas que cantam, mas não se apresentam e 158 pessoas que não cantam). A amostra total utilizada na pesquisa foi de 252 cantores. O tempo médio gasto na resposta dos instrumentos da pesquisa pelos participantes foi de 20 minutos.

A coleta de dados cumpriu as exigências estabelecidas pelas diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos com a aplicação do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foi garantido o sigilo das informações e o direito para os voluntários desistirem de participar do estudo a qualquer momento, sem nenhum prejuízo físico, econômico ou moral. A pesquisa teve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Católica de Petrópolis, sob número do parecer 2.555.669 e CAAE 85036918.6.0000.5281.

Análise de dados

Para uma análise descritiva dos dados demográficos da amostra estudada, foi realizada a aplicação de medidas descritivas como média, desvio padrão, correlação, tabela cruzada das variáveis da amostra e testes estatísticos paramétricos após a verificação da normalidade dos mesmos.

Para a comparação de grupos, foi utilizado o teste *t* de Student, teste qui-quadrado e Análise de Variâncias (ANOVA). Para os escores totais e

subescala da CASO-A30 e a SSPS-E, foi calculado o coeficiente de correlação de Pearson e utilizado o teste de hipóteses para verificar a significância das correlações. Para a classificação da magnitude das correlações encontradas, positivas e negativas, utilizou-se os seguintes parâmetros: correlações de 0 a .25 foram consideradas fracas; entre .26 e .50 moderadas; entre .51 e .70 fortes; e acima de .71, muito fortes (Streiner & Norman, 2003).

Foram calculados os valores de Alfa de Cronbach, visando a avaliação da consistência interna da escala. Os valores de alfa considerados aceitáveis foram aqueles superiores à .60 (Cortina, 1993). Foi utilizada a Análise Fatorial Exploratória dos componentes principais com rotação varimax, visando à avaliação da validade de construto da escala. Os critérios utilizados para a composição dos fatores foram: índice de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) acima de .60; teste de esfericidade de Bartlett significativo com autovalores acima de 1; percentual de variância explicada pelos fatores de aproximadamente 60%; e carga fatorial mínima de aproximadamente .40. Adotou-se em todas as análises o nível de significância $\leq .05$.

Os dados foram analisados utilizando o pacote estatístico SPSS, versão 25.0.

Resultados

A amostra geral ($n = 252$) foi constituída de 186 mulheres (73.8%) e 66 homens (27.2%) com idades entre 18 e 75 anos. A amostra dividida em dois grupos tem a participação de 142 cantores amadores (81% mulheres e 19% homens) e 110 cantores profissionais (64.5% mulheres e 35.5% homens). A faixa etária de maior prevalência em cantores amadores na amostra está entre 45 a 64 anos (39.4%), e em cantores profissionais, entre 30 a 44 anos (36.3%). Na categoria de escolaridade, o ensino superior completo representa 42.1% da amostra global, sendo 43.6% dentre os cantores profissionais e 40.8% dentre os cantores amadores (ver Tabela 1).

Os dois grupos, tanto cantores amadores (56.3%) quanto cantores profissionais (57.3%), atribuíram a causa mais preponderante de ansiedade

em apresentações ao item Expectativa sobre o resultado da apresentação. O segundo item escolhido, Imprevistos durante a apresentação, também foi igualmente mencionado pelo grupo de cantores amadores (22.5%) e o grupo de cantores profissionais (19.1%). O terceiro item foi sobre plateias. Tanto os cantores amadores (12.7%) quanto os cantores profissionais (12.7%) identificaram o item Plateias conhecidas como um fator mais estressante do que Plateias desconhecidas. O tamanho da plateia teve pouca relevância, porém foi mais escolhido por cantores amadores (9.6%) do que por cantores profissionais (3.5%).

A análise da amostra resultou numa predominância de indivíduos com alta frequência de canto em público com cantores profissionais (80.9%) e cantores amadores (57.7%) que se apresentam de uma a quatro vezes ou mais por mês. Também na amostra geral foram observados que 21.1% dos cantores amadores são pessoas que se apresentam raramente em um mês, e 20% dos cantores profissionais se apresentam mais de quatro vezes por mês. A amostra geral ($n = 252$) foi composta de cantores solistas (40.5%), cantores de grupos vocais (20.2%) e cantores de coral (39.3%), sendo que 65.5% dos cantores profissionais são solistas e 57.7% dos cantores amadores são cantores de coral.

Correlações entre AS e APM

Foi encontrada uma correlação positiva moderada e significativa ($r = .449$; $p < .01$) entre os escores totais do CASO-A30 e da K-MPAI. As correlações dos fatores de cada escala oscilaram entre $r = .074$ e $r = .449$ (ver Tabela 2).

AS e APM entre cantores profissionais e amadores

Foram observados os níveis de AS na amostra geral ($n = 252$) e encontrada uma média de 84.91 ($DP = 20.88$) em cantores profissionais e uma média de 83.43 ($DP = 18.76$) em cantores amadores. As duas médias de AS não são diferentes, $t(df) = 0.58278$ (221.12); $p = .2803$. Indivíduos que se declaram do

Tabela 1. Descrição da amostra geral e caracterização sociodemográfica

	Cantores profissionais	Cantores amadores	Amostra total	
	110 (43.7)	142 (56.3)	252 (100)	
Gênero				$\chi^2 = 8.667^*$
Feminino	71 (64.5)	115 (81)	186 (73.8)	
Masculino	39 (35.5)	27 (19)	66 (26.2)	
Idade				$\chi^2 = 9.609^*$
18-29	34 (30.9)	47 (33.1)	81 (32.1)	
30-44	40 (36.4)	31 (21.8)	71 (28.2)	
45-64	35 (31.8)	56 (39.4)	91 (36.1)	
> 65	1 (0.9)	8 (5.6)	9 (3.6)	
Causas atribuídas da ansiedade				$\chi^2 = 7.093^*$
Expectativa resultado apresentação	63 (57.3)	80 (56.3)	143 (56.7)	
Plateia de pessoas conhecidas	14 (12.7)	18 (12.7)	32 (12.7)	
Plateia de pessoas desconhecidas	1 (0.9)	3 (2.1)	4 (1.6)	
Tamanho da plateia	1 (0.9)	5 (3.5)	6 (2.4)	
Imprevistos durante apresentação	21 (19.1)	32 (22.5)	6 (21)	
Outros	10 (9.1)	4 (2.8)	14 (5.6)	
Escolaridade				$\chi^2 = 2.298$
Ensino médio completo	22 (20)	21 (14.8)	43 (17.1)	
Universitário	21 (19.10)	30 (21.1)	51 (20.2)	
Ensino superior completo	48 (43.6)	58 (40.80)	106 (42.1)	
Pós-graduação	19 (36.5)	33 (23.2)	52 (20.6)	
Canto em público por mês				$\chi^2 = 36.634^{**}$
Nenhuma - baixa frequência	2 (1.8)	11 (7.7)	13 (5.2)	
Raramente - baixa frequência	2 (1.8)	30 (21.1)	32 (12.7)	
De 1 a 2 vezes - alta frequência	40 (36.4)	51 (35.9)	91 (36.1)	
De 2 a 4 vezes - alta frequência	27 (24.5)	24 (16.9)	51 (20.2)	
Mais de 4 vezes - alta frequência	22 (20)	7 (4.9)	29 (11.5)	
Função musical				$\chi^2 = 58.438^{**}$
Cantor solista	72 (65.5)	30 (21.1)	102 (40.5)	
Cantor de grupo vocal	21 (19.1)	30 (21.1)	51 (20.2)	
Cantor de coral	17 (15.5)	82 (57.7)	99 (39.3)	

Nota. n = frequência. A porcentagem está entre parênteses.

* $p < .05$. ** $p < .001$.

Tabela 2. Correlação entre os subfatores do CASO-A30 e subfatores e geral da escala K-MPAI ($n = 252$)

	Dimensões da CASO-A30					
	Geral	F1	F2	F3	F4	F5
K-MPAI geral	.449*	.423*	.421*	.284*	.257	.349*
Fator 1	.404*	.402*	.318*	.298*	.22*	.333*
Fator 2	.428*	.412*	.422*	.264*	.237*	.316*
Fator 3	.094	.035	.117	.046	.094	.074

Nota. CASO-A30 = Questionário de Ansiedade Social para Adultos. F1 = falar em público/interação com pessoas em posição de autoridade; F2 = interação com pessoas desconhecidas; F3 = interação com sexo oposto; F4 = expressão assertiva de incômodo, desagrado ou raiva; e F5 = ficar em evidência ou fazer papel de ridículo. K-MPAI = Kenny Music Performance Anxiety Inventory; Fator 1 = Preocupações e insegurança, Fator 2 = Depressão e desesperança, Fator 3 = Relacionamento parental precoce.

* $p < .01$.

gênero feminino pontuaram em média 85.95 ($DP = 19.44$) e indivíduos que se declaram do gênero masculino pontuaram em média 78.79 ($DP = 19.58$). O teste de comparação de médias do escore total do CASO-A30 indica que as médias são significativamente diferentes em relação ao gênero, $t(df) = 2.5587(113.57)$; $p = .011$, sendo a média da AS no gênero feminino maior do que o gênero masculino, $t(df) = 2.5587(113.57)$; $p = .00591$ (ver [Tabela 3](#)).

Os níveis de APM foram calculados entre (-78) e (+78) na amostra ($n = 252$), sendo a média geral encontrada de -9.13 ($DP = 23.51$). Evidências sugerem que a APM é significativamente maior nos cantores profissionais ($M = -5.87$, $DP = 25.68$) do que nos cantores amadores, $M = -11.65$, $DP = 21.42$; $t(df) = 1.9008(210.84)$, $p = .02935$ (ver [Tabela 4](#)).

Foram comparadas as médias de cantores profissionais e cantores amadores em cada dimensão da K-MPAI. Na dimensão de Depressão e desesperança, as médias de AS de cantores profissionais, $M = -2.62$ e $DP = 12.49$, são marginalmente diferentes das médias de AS de cantores amadores, $M = -5.08$, $DP = 11.32$; $t(df) = 1.6183(222.35)$; $p = .05351$. Na dimensão de Relacionamento parental precoce as médias de AS de cantores profissionais, $M = -1.79$ e $DP = 6.13$, não são diferentes das médias de AS de cantores amadores, $M = -1.51$, $DP = 5.53$; $t(df)$

$= .38016(221.57)$; $p = .6479$. Contudo, os resultados demonstraram que os aspectos de Preocupação e insegurança são significativamente maiores em cantores profissionais, $M = -.44$ e $DP = 11.58$, do que em cantores amadores, $M = -3.75$, $DP = 10.2$; $t(df) = 2.374(218.44)$; $p = .009231$.

Também foram observados os níveis de APM entre solistas (40.5%) e cantores de grupos vocais e corais (59.5%) na amostra. Evidências estatísticas sugerem que a APM é maior nos cantores solistas do que nos cantores de grupo, $t(df) = 1.9054(217.643)$; $p = .05$.

Foi utilizada na análise a linha de corte do CASO-A30 na identificação de casos de altos níveis de AS na amostra, sendo para homens valores acima de 92 e para mulheres, acima de 97 (Caballo, 2010). A amostra geral de cantores foi observada como um grupo com alta ansiedade social (com AS) e outro grupo com baixa ansiedade social (sem AS; ver [Tabela 5](#)).

Os testes t demonstraram que a APM acompanha os indivíduos com indicadores de AS. APM é maior em pessoas com AS, $M = 5.83$ e $DP = 21.53$, do que em pessoas sem AS, $M = -15.46$; $DP = 21.39$; $t(df) = -7.1905(138.656)$; $p = .05$. A APM é maior em mulheres com AS, $M = 7.98$ e $DP = 20.92$, do que mulheres sem AS, $M = -15.86$; $DP = 21.39$; $t(df)$

Tabela 3. Médias e desvio padrão e as dimensões do CASO-A30: geral e subfatores

			Dimensões do CASO-A30					
			Geral	F1	F2	F3	F4	F5
Cantores	Profissional	<i>M</i>	84.91	16.23	18.74	17.35	13.36	19.23
	<i>n</i> = 110	<i>DP</i>	20.88	5.41	5.51	5.62	5.48	4.67
	Amador	<i>M</i>	83.43	16.41	17.49	17.5	13.2	18.84
	<i>n</i> = 142	<i>DP</i>	18.76	5.26	4.76	5.01	5	4.4
	Total	<i>M</i>	84.08	16.33	18.03	17.44	13.27	19.01
	<i>n</i> = 252	<i>DP</i>	19.69	5.31	5.13	5.28	5.2	4.52

Nota. CASO-A30 = Questionário de Ansiedade Social para Adultos. F1 = falar em público/interação com pessoas em posição de autoridade; F2 = interação com pessoas desconhecidas; F3 = interação com sexo oposto; F4 = expressão assertiva de incômodo, desagrado ou raiva; e F5 = ficar em evidência ou fazer papel de ridículo.

Tabela 4. Médias e desvio padrão das dimensões da K-MPAI: geral e subfatores

			K-MPAI dimensões			
			Geral	F1	F2	F3
				Preocupação	Depressão	Relações Parentais
Cantores	Profissional	<i>M</i>	-5.87	-.44	-2.62	-1.79
	<i>n</i> = 110	<i>DP</i>	25.68	11.58	12.49	6.13
	Amador	<i>M</i>	-11.65	-3.75	-5.08	-1.51
	<i>n</i> = 142	<i>DP</i>	21.42	10.2	11.32	5.53
	Total	<i>M</i>	-9.13	-2.31	-4.01	-1.63
	<i>n</i> = 252	<i>DP</i>	23.51	10.92	11.89	5.79

Nota. CK-MPAI = Kenny Music Performance Anxiety Inventory; F1 = Preocupações e insegurança; F2 = Depressão e desesperança; F3 Relacionamento parental precoce.

Tabela 5. Média e desvio padrão da escala K-MPAI geral na amostra geral de casos com AS sem AS

		Sem AS		Com AS		Total	
<i>n</i> (%)		177 (70.2%)		75 (29.8%)		252 (100%)	
		<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>
Sexo	Homem (<i>n</i> = 66)	-14.87	22.21	-.53	22.61	-10.74	23.10
	Mulher (<i>n</i> = 186)	-15.68	21.17	7.98	20.92	-8.55	23.69
	Total (<i>n</i> = 252)	-15.46	21.39	5.83	21.53	-9.13	23.51

Nota. CASO-A30 = Questionário de Ansiedade Social para Adultos. K-MPAI = Kenny Music Performance Anxiety Inventory.

= -7.0486, (105.474); $p = .05$. E a APM é maior em homens com AS, $M = -.53$ e $DP = 22.61$ do que em homens sem AS, $M = -14.87$; $DP = 22.21$; $t(df) = -2.3461(32.831)$; $p = .05$ (ver [Tabela 6](#)).

Aspectos cognitivos de cantores amadores e cantores profissionais

Os aspectos cognitivos foram observados no Fator 1, preocupação e insegurança, da escala K-MPAI, composto por 10 itens. Os escores de médias nos itens de 1 a 10 em cantores amadores, de -1.83 até

1.72, e profissionais, de -1.38 até 1.58, apresentam uma forma muito similar entre os itens de 1 a 5. Porém a partir dos itens de 6 até 10 aparecem diferenças, com exceção do item 8 (Eu desisto de boas oportunidades de apresentação devido a ansiedade), foram mais pontuados por cantores amadores ($M = -1.59$, $DP = 1.891$) do que por profissionais ($M = -1.32$, $DP = 2.05$). As médias das perguntas 10, 12, 13, 14, 15, 20 e 22 foram significativamente semelhantes ($p > .05$; ver [Tabela 7](#)).

Tabela 6. Média e desvio padrão da escala K-MPAI geral nos grupos de cantores, casos com AS e sem AS

	Cantor Amador						Cantor profissional					
	Sem AS		Com AS		Total		Sem AS		Com AS		Total	
	<i>n</i> (%)											
	101 (40%)		41 (16.3%)		142 (56.3%)		76 (30.2%)		34 (13.5%)		110 (43.7%)	
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>
Homem	-14.90	16.19	-10.29	16.03	-13.70	15.97	-14.85	26.10	5.17	24.5	-8.69	26.97
Mulher	-18.32	19.35	5.88	20.60	-11.17	22.55	-11.31	23.44	11.23	21.49	-4.32	25.01
Total	-17.64	18.74	3.12	20.65	-11.65	21.43	-12.57	24.31	9.09	22.42	-5.87	25.69

Nota. CASO-A30 = Questionário de Ansiedade Social para Adultos; K-MPAI = Kenny Music Performance Anxiety Inventory.

Tabela 7. Itens do Fator 1 da Escala K-MPAI Preocupações e insegurança

Item 1 (p. 10)	Antes de uma apresentação eu nunca sei se terei um bom desempenho;
Item 2 (p. 12)	Durante uma apresentação eu fico pensando se serei capaz de terminá-la;
Item 3 (p. 13)	Pensar sobre a avaliação pode interferir no meu desempenho;
Item 4 (p. 14)	Mesmo nas apresentações mais estressantes eu sinto confiança que terei um bom resultado;
Item 5 (p. 15)	Frequentemente, eu fico preocupado a respeito de uma reação negativa da plateia.
Item 6 (p. 17)	Desde que comecei a estudar música, eu me lembro de me sentir ansioso com as apresentações;
Item 7 (p. 18)	Eu me preocupo que uma apresentação ruim possa arruinar minha carreira;
Item 8 (p. 20)	Eu desisto das boas oportunidades de apresentações devido a ansiedade;
Item 9 (p. 22)	Frequentemente eu me preparo para uma apresentação com temor e expectativa de um desastre inevitável;
Item 10 (p. 25)	Eu me preocupo tanto antes de uma apresentação, que não consigo dormir.

Nota. p = pergunta.

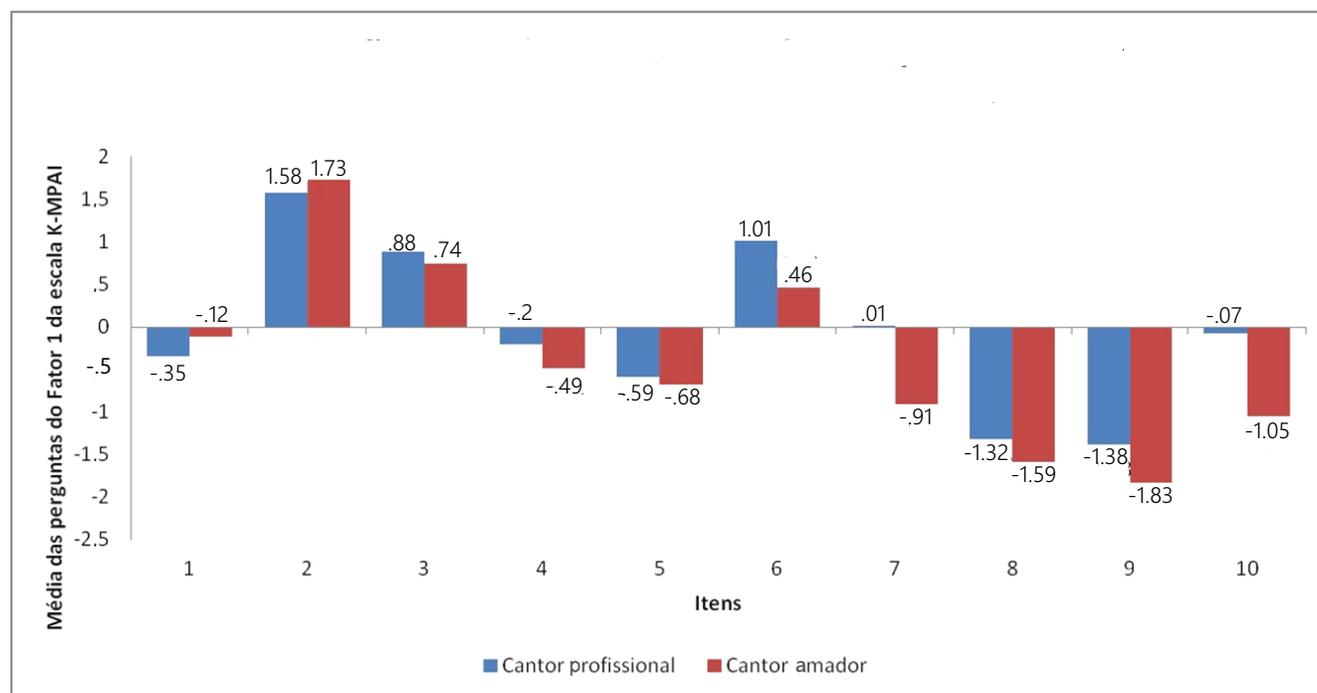
Contudo, as perguntas 17, 18, 21, 23 e 25 foram estatisticamente diferentes para os grupos de cantores amadores e cantores profissionais. No item 6 (Desde que comecei a estudar música, eu me lembro de me sentir ansioso com as apresentações), cantores profissionais apresentaram médias maiores do que cantores amadores, $t(df) = 2.159(250)$; $p = .016$. No item 7 (Eu me preocupo que uma apresentação ruim possa arruinar minha carreira), cantores profissionais apresentaram médias maiores do que cantores amadores, $t(df) = 3.355(250)$; $p = .000458$. No item 10 (Eu me preocupo tanto antes de uma apresentação, que não consigo dormir), cantores profissionais apresentaram médias maiores do que cantores amadores, $t(df) = 3.6454(250)$; $p = .0001624$ (ver Figura 1).

Discussão

O objetivo deste estudo foi explorar as relações entre ansiedade social e ansiedade de performance musical em uma amostra brasileira de cantores amadores e cantores profissionais. Sobre a amostra exclusiva de cantores, apresentou-se equilíbrio no quantitativo de gênero, idade e campos de atuação de amadores e profissionais. A concentração da faixa etária dos cantores amadores de 45 a 64 anos (39.4%) pode estar relacionada com a predominância de coralistas adultos na amostra (57.7%). A faixa etária concentrada entre 30 a 44 anos (36.3%) dos cantores profissionais reforça a presença na amostra de cantores solistas em plena atividade vocal na profissão (65.5%).

Foi observada uma correlação positiva moderada entre a AS e a APM corroborando os achados de

Figura 1. Comparação das médias dos itens do Fator 1 da escala K-MPAI entre cantores profissionais e amadores



Gorges et al. (2007) sobre essa correlação baixa e média encontrada na literatura. A presença de ansiedade nos cantores dessa amostra se alinha aos achados em estudos com músicos e cantores de Kenny (2009) e Zanon (2015), inclusive em amostras brasileiras como Barbar et al. (2014a), Nascimento (2013) e Burin et al. (2019).

Foram encontrados concomitantemente AS e APM nessa amostra de cantores, corroborando com os estudos de músicos realizados por Papageorgi et al. (2007), Abel & Larkin, (1990) e Brotons (1994). Os resultados deste estudo confirmaram a presença de AS significativamente mais alta em mulheres do que em homens, mas não confirmaram que mulheres possuem médias de APM maiores do que os homens como os estudos de Osborne & Kenny (2005), Papageorgi et al. (2007), Yondem (2007), Rae e McCambridge (2004) e Kenny et al. (2012) pois não foi identificada diferença significativa entre gêneros nos níveis da APM. Diferentemente dos achados de Dobos et al. (2019), em amostra brasileira de músicos, que mostraram que as mulheres relataram níveis mais elevados de APM e ansiedade social do que os homens.

Na literatura, já foram identificados níveis de APM significativamente mais altos em cantores solistas do que em cantores de grupo (Brugues, 2011). Contudo, corroborando com pesquisas sobre ansiedade em músicos e cantores amadores e profissionais como Rocha et al. (2011) e Kenny et al. (2004), este estudo comparou os níveis de AS na amostra e não foram observadas diferenças significativas entre cantores profissionais e cantores amadores, concluindo que nessa amostra de cantores brasileiros não houve evidências que profissionais possuíssem AS mais alta do que cantores amadores.

Sobre a presença da AS, foram identificados 29.7% indivíduos com altos níveis de AS, encontrando-se em cantores amadores (16.3%) e cantores profissionais (12.5%). Se observada concomitantemente, a APM é maior em pessoas com alta AS do que sem AS, tanto em homens quanto em mulheres. A forte associação entre altos níveis de ansie-

dade e a APM já foi discutida em estudos anteriores (Kenny et al., 2004; Yoshie et al., 2009). Osborne e Franklin (2002) encontraram casos de AS em 27% de uma amostra de músicos e Barbar et al. (2014a) identificou 15.6% de casos de AS em uma amostra brasileira de músicos e cantores com APM.

Assim, este estudo evidenciou que o canto profissional apresentou níveis de APM mais alto do que a performance amadora. O estudo de Kenny et al. (2004) corroborou com esse achado, pois indicou a presença de níveis altos de ansiedade em músicos profissionais. Contudo, de forma divergente, Steptoe e Fidler (1987) evidenciou níveis de APM menores em músicos profissionais do que em amadores.

Sobre a identificação de aspectos cognitivos em cantores observou-se a incidência de Preocupação e insegurança maior em profissionais do que amadores, o que corrobora com os estudos relatados sobre a ansiedade de performance em cantores populares profissionais de Barroso (2021). Supostamente haveria em cantores profissionais uma diferença quanto a preocupação e responsabilidade sobre o resultado da apresentação, o que poderia influenciar os níveis de ansiedade desses indivíduos. A manifestação da alta responsabilidade em cantores solistas poderia ser explicada pelo perfeccionismo e pela evidência da ansiedade ser potencializada durante o desempenho do canto com pensamentos negativos e catastróficos (Barlow, 2002; Bourne, 1995; Valentine, 2002).

Um aspecto neste estudo a ser destacado na investigação de atribuições de ansiedade é a predominância da expectativa de resultado que, em outras palavras, para o cantor quer dizer “o medo de não ser gostado”. Essa expectativa, ou alta aspiração, se bem manejada, pode produzir um excelente desempenho, mas também pode gerar APM, pois as falhas na performance são capazes de causar insegurança e ameaça à autoestima de um indivíduo (Papageorgi et al., 2007).

Três aspectos cognitivos de qualidade negativa encontrados foram significativamente mais altos em cantores profissionais do que amadores: (a) inse-

gurança em véspera de apresentação, (b) memórias antigas de ansiedade pré-apresentações e (c) pensamento catastrófico sobre fracasso na carreira. Esses achados corroboram com o estudo de [Dobos et al. \(2019\)](#) realizado com músicos brasileiros profissionais que revelou a existência de uma forte interrelação entre APM, ansiedade social e perfeccionismo. Esses resultados se alinham a várias teorias relativas a ansiedade social e a ansiedade de desempenho que associam os temas a situações de exposição com a presença de cognições negativas ([Barbar, 2013](#); [Rae & McCambridge, 2004](#)).

Neste estudo observou-se a sobreposição da APM e da ansiedade social na amostra de cantores o que identifica uma comorbidade que nem sempre é observada ou tratada nas intervenções de APM ([Barbar, 2013](#); [Kenny et al., 2012](#)). Essa probabilidade de comorbidade foi confirmada por [Barbar et al. \(2014a\)](#) já que músicos brasileiros com AS têm 3.22 vezes mais propensão a desenvolver APM do que os músicos sem AS.

Os diagnósticos em pesquisas com instrumentos adequados para avaliação da APM são importantes na eficácia dos tratamentos ([Kenny, 2005](#)). Seus dados são necessários para estabelecer mais eficiência nas intervenções que podem ser cognitivas, comportamentais ou combinadas, até com meditação, yoga, hipnose, *biofeedback*, musicoterapia e exposição virtual, além de técnicas de relaxamento ([Kenny, 2005](#); [Brugues, 2011](#); [Burin & Osório, 2016](#); [Steptoe & Fidler, 1987](#)). Segundo [Kinrys e Wygant \(2005\)](#), existe um interesse no tema da ocorrência de transtornos de ansiedade em mulheres, bem como na busca de tratamentos específicos para a demanda dessa população.

Sobre as limitações desse estudo, esta amostra não-clínica e não-probabilística inviabiliza a generalização de resultados. Os achados não podem ser generalizados para a população brasileira considerando-se a grande diversidade social, cultural e educacional de nosso país. Recomenda-se em estudos futuros incluir participantes clínicos. Outro ponto refere-se ao desenho transversal do estudo que limita

a possibilidade de inferências causais sobre a relação entre as variáveis. Estudos futuros são necessários para avaliar prospectivamente as relações do papel do hábito de cantar com outros aspectos da saúde mental. Estudos conduzidos com amostras mais amplas, incluindo, até mesmo, casos e não casos de transtorno de ansiedade social podem ampliar os resultados, com outras correlações e associações.

Como virtude do estudo, destaca-se o caráter inovador desta pesquisa pela investigação quantitativa dos níveis de APM e AS em uma amostra formada exclusivamente por cantores, incluindo a metodologia de caracterização da amostra no levantamento de campo e os fatores de inclusão para o estudo comparativo entre cantores amadores e profissionais. Frequentemente agrupam-se cantores amadores e profissionais em amostras musicais, sendo incluídos músicos instrumentistas à amostra de cantores ([Ryan & Andrews, 2009](#); [Barbar et al., 2014b](#)).

A análise de consistência interna observou um valor elevado no CASO-A30 e respectivamente para a escala K-MPAI e seus fatores, evidenciando consistência interna altamente satisfatória ([Streiner & Norman, 2003](#)) com valores maiores do que o estudo de validação para português da K-MPAI ([Barbar et al., 2014b](#)). Ocorrem fragilidades metodológicas nos estudos brasileiros de APM com ausência de instrumentos validados e critérios claros de inclusão e exclusão bem definidos ([Burin & Osório, 2016](#)). Este estudo aplicou critérios bem claros para os participantes baseados em metodologias e procedimentos com instrumentos validados.

A incidência de casos de AS em amostra exclusiva de cantores desse estudo mostra que a ansiedade social está presente na área musical, em indivíduos que praticam o canto e vivem supostamente os benefícios do cantar ([Ryan & Andrews, 2009](#)). Os aspectos negativos presentes em cantores profissionais podem ser um agravante na performance de intérpretes. Esse estudo evidenciou no grupo de cantores profissionais, preocupação e insegurança em período pré-apresentações, perda de sono por

conta da ansiedade e o medo do prejuízo que falhas possam trazer para suas carreiras.

A AS e a APM, conjuntamente, representam um impacto global negativo para a qualidade de vida dos músicos e dos cantores (Papageorgi et al., 2007; Burin, 2017). Observamos que cantores profissionais podem apresentar altos níveis de AS e níveis de APM, o que torna a investigação da AS uma ação recomendável para casos de tratamentos de APM. Cantores profissionais devem ser atendidos e apoiados em sua trajetória profissional, pois a ansiedade social na performance musical pode evoluir para transtornos mais severos como o transtorno de ansiedade social.

Existem estudos que já investigaram a presença de APM em músicos e cantores brasileiros como Barbar et al. (2014b), Barbar et al. (2014a), Dobos et al. (2019) e especificamente em cantores (Barroso, 2021). Contudo, necessitam-se de mais pesquisas voltadas para o entendimento de causas atribuídas e as possíveis estratégias de enfrentamento da APM (Burin, 2017). O resultado dessa pesquisa visa contribuir com a literatura para o reconhecimento de que os cantores, além dos músicos, merecem uma atenção exclusiva da comunidade de saúde mental. Este estudo demonstrou que cantores profissionais, sobretudo mulheres que cantam são muito afetadas emocionalmente e profissionalmente pela AS, e os solistas profissionais, homens e mulheres, são atingidos pela APM em suas carreiras, o que poderia ser amenizado com os benefícios de treinamentos ou tratamentos psicoeducativos na performance musical.

Referências

- Abel, J. L., & Larkin, K. T. (1990). Anticipation of performance among musicians: Physiological arousal, confidence and state anxiety. *Psychology of Music*, 18(2), 171-182. <https://doi.org/10.1177/0305735690182006>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Association. <https://cdn.website-editor.net/30f1123991548a0af708722d458e476/files/uploaded/DSM%2520V.pdf>
- Barbar, A. E. M. (2013). *Ansiedade de Performance Musical: validação transcultural de instrumento de avaliação* [Trabalho de conclusão de curso, Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto]. Biblioteca Digital, Universidad de São Paulo. <http://www.tcc.sc.usp.br/tce/disponiveis/59/59030100/tce-14012015-101628/>
- Barbar, A. E. M., Crippa, J. A. S., & Osório, F. L. (2014a). Performance anxiety in brazilian musicians: Prevalence and association with psychopathology indicators. *Journal of Affective Disorders*, 152-154(1), 381-386. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.09.041>
- Barbar, A. E. M., Crippa, J. A. S., & Osório, F. L. (2014b). Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI): Transcultural adaptation for Brazil and study of internal consistency. *Journal of Depression and Anxiety*, 3, 1-3. <https://www.longdom.org/open-access/kenny-music-performance-anxiety-inventory-kmpai-transcultural-adaptation-for-brazil-and-study-of-internal-consistency-10.41722167-1044.1000167.pdf>
- Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist*, 55(11), 1247-1263. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11280938/>
- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its Disorders: The Nature and Treatment of Anxiety and Panic* (2nd ed.). Guilford Press.
- Barroso, A. L. (2021). *Performance vocal e ansiedade em cantores populares profissionais: um olhar fonoaudiológico* [Dissertação Mestrado em Fonoaudiologia, Universidade Católica de São Paulo]. Repositorio PUCSP. <https://sapientia.pucsp.br/handle/handle/24073>
- Bourne, E. J. (1995). *The anxiety & phobia workbook* (2^o ed.). New Harbinger Publications.
- Brottons, M. (1994). Effects of performing conditions on music performance anxiety and performance quality.

- ty. *Journal of Music Therapy*, 31(1), 63-81. <https://doi.org/10.1093/jmt/31.1.63>
- Brugues, A. O. (2011). Music performance anxiety – part 2: A review of treatment options. *Medical Problems of Performing Artists*, 26(3), 164-171. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21987072/>
- Burin, A. B., Barbar, A. E. M., Nirenberg, I. S., & Osório, F. L. (2019). Music performance anxiety: Perceived causes, coping strategies and clinical profiles of Brazilian musicians. *Trends Psychiatry Psychother*, 41(4), 348-357. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31967195/>
- Burin, A., & Osório, F. (2016). Interventions for music performance anxiety: Results from a systematic literature review. *Archives of Clinical Psychiatry*, 43(5), 116-131. <https://doi.org/10.1590/0101-60830000000097>
- Burin, A. B. (2017). *Ansiedade de performance musical: causas percebidas, estratégias de enfrentamento e perfil clínico de músicos brasileiros e australianos* [Dissertação de Mestrado, Universidade de São Paulo]. Biblioteca Digital USP. <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/17/17148/tde-25052018-144106/pt-br.php>
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Irurtia, M. J., Arias, B., Hofmann, S. G., & CISO-A Research Team. (2008). Social anxiety in 18 nations: Sex and age differences. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual: Revista Internacional Clínica y de la Salud*, 16(2), 161-185. <https://psycnet.apa.org/record/2009-13116-002>
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Arias, B., Irurtia, M. J., Calderero, M., & Equipo de Investigación CISO-A Research Team. (2010). Validación del “cuestionario de ansiedad social para adultos” (caso-a30) en universitarios españoles: similitudes y diferencias entre carreras universitarias y comunidades autónomas. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual: Revista Internacional Clínica y de la Salud*, 18(1), 5-34. <https://www.behavioralpsycho.com/producto/validacion-del-cuestionario-de-ansiedad-social-para-adultos-caso-a30-en-universitarios-espanoles-similitudes-y-diferencias-entre-carreras-universitarias-y-comunidades-autonomas/>
- Caballo, V. E., Salazar, I. C., Irurtia, M. J., Arias, B., & Hofmann, S. G. (2012). The multidimensional nature and multicultural validity of a new measure of social anxiety: The social anxiety questionnaire for adults. *Behavioral Therapy*, 43(2), 313-328. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22440068/>
- Caballo, V., Salazar, I., Nobre-Sandoval, L., Wagner, M., Arias, B., & Lourenço, L. (2017). Validação brasileira do questionário de ansiedade social para adultos (CASO). *Psicologia: teoria e prática*, 19(2), 131-147. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872017000200007
- Cortina, J. (1993). What is Coefficient Alpha? An examination of theory and applications. *Journal of Applied Psychology*, 78(1), 98-104. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.78.1.98>
- Dobos, B., Piko, B. F., & Kenny, D. T. (2019). Music performance anxiety and its relationship with social phobia and dimensions of perfectionism. *Research studies in music education*, 41(3), 310-326. <https://doi.org/10.1177/1321103X18804295>
- Fehm, L., & Hille, C. (2005). Bühnengst bei Musikstudierenden. *Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin*, 26(2), 199-212.
- Gorges, S., Alpers, G. W., & Pauli, P. (2007). Musical performance anxiety as a form of social anxiety. *International Symposium on Performance Science*, 1, 67-72. <https://www.semanticscholar.org/paper/Musical-performance-anxiety-as-a-form-of-social-Gorges-Alpers/fe8c0b061c6f96c1e7ac59da54c996f0d3dc5753>
- Kenny, D. T., Davis, P., & Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress amongst opera chorus artists and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders*, 18(6), 757-777. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2003.09.004>
- Kenny, D. T. (2005). A systematic review of treatments for music performance anxiety. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 18(3), 183-208. <https://doi.org/10.1080/10615800500167258>

- Kenny, D. T. (2009). The factor structure of the revised Kenny Music Performance Anxiety Inventory. In *International Symposium on Performance Science* (pp. 37-41). Association Européenne des Conservatoires. https://www.researchgate.net/publication/223995005_The_factor_structure_of_the_revised_Kenny_Music_Performance_Anxiety_Inventory
- Kenny, D. (2011). *The psychology of music performance anxiety*. Oxford University Press.
- Kenny, D., Driscoll, T., & Ackermann, B. (2012). Psychological well-being in professional orchestral musicians in Australia: A descriptive population study. *Psychology of Music, 42*(2), 210-232. <https://doi.org/10.1177/0305735612463950>
- Kinrys, G., & Wygant, L. E. (2005). Transtornos de ansiedade em mulheres: gênero influencia o tratamento? *Revista Brasileira de Psiquiatria, 27*(suppl. 2), 43-50. <https://doi.org/10.1590/S1516-44462005000600003>
- Langendörfer, F., Hodapp, V., Kreutz, G., & Bongard, S. (2006). Personality and performance anxiety among professional orchestra musicians. *Journal of Individual Differences, 27*(3), 162-171. <https://doi.org/10.1027/1614-0001.27.3.162>
- Nascimento, S. E. F. (2013). *Ansiedade de Performance Musical: um estudo sobre o uso de betabloqueadores por bacharelandos em música* [Dissertação Mestrado em Música, Universidade Federal de Minas Gerais]. Repositório Institucional UFMG. <https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/AAGS-9RTNFQ>
- Osborne, M. S., & Franklin, J. (2002). Cognitive processes in music performance anxiety. *Australian Journal of Psychology, 54*(2), 86-93. <https://doi.org/10.1080/00049530210001706543>
- Osborne, M. S., & Kenny, D. T. (2005). Development and validation of a music performance anxiety inventory for gifted adolescent musicians. *Journal of Anxiety Disorders, 19*(7), 725-751. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2004.09.002>
- Papageorgi, I., Hallam, S., & Welch, G. (2007). A conceptual framework for understanding musical performance anxiety. *Research Studies in Music Education, 28*(1), 83-107. <https://doi.org/10.1177/1321103X070280010207>
- Rae, G., & McCambridge, K. (2004). Correlates of performance anxiety in practical music exams. *Psychology of Music, 32*(4), 432-439. <https://doi.org/10.1177/0305735604046100>
- Rocha, S. F., Dias-Neto, E., & Gattaz, W. F. (2011). Ansiedade na performance musical: tradução, adaptação e validação do Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI) para a língua portuguesa. *Archives of Clinical Psychiatry, 38*(6), 217-221. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832011000600001>
- Ryan, C., & Andrews, N. (2009). An investigation into the choral singer's experience of music performance anxiety. *Journal of Research in Music Education, 57*(2), 108-126. <https://doi.org/10.1177/0022429409336132>
- Silva, A. P. (2018). *Construção da sonoridade do coro amador: estratégias utilizadas por regentes* [Dissertação de Mestrado em Fonoaudiologia, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo]. Repositório PUCSP. <https://tede2.pucsp.br/handle/handle/21453>
- Stephens, A., & Fidler, H. (1987). Stage fright in orchestral musicians: A study of cognitive and behavioural strategies in performance anxiety. *British Journal of Psychology, 78*(2), 241-249. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3594093/>
- Streiner, D. L., & Norman, G. R. (2003). *Health Measurements Scales: A Practical Guide to their Development and Use* (3th ed.). Oxford University Press.
- Thompson, W. F., Bella, S. D., & Keller, P. E. (2006). Music performance. *Advances in Cognitive Psychology, 2*(2-3), 99-102. https://www.academia.edu/12442977/Music_Performance
- Valentine, E. (2002). The fear of performance. In J. Rink (Ed.), *Musical Performance: A Guide to Understanding* (pp. 168-182). Cambridge University Press.
- Wesner, R. B., Noyes, R., & Davies, T. L. (1990). The occurrence of performance anxiety among musicians. *Journal of Affective Disorders, 18*(3), 177-185. <https://pub->

[med.ncbi.nlm.nih.gov/2139062/#:~:text=Over%2021%25%20of%20the%20respondents,had%20adversely%20affected%20their%20careers](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/2139062/#:~:text=Over%2021%25%20of%20the%20respondents,had%20adversely%20affected%20their%20careers)

Yondem, Z. (2007). Performance anxiety, dysfunctional attitudes and gender in university music students. *Social Behavior and Personality*, 35(10), 1415-1426. <https://www.proquest.com/openview/26b166fd4629914e9cb0fd45d82811c7/1?pq-origsite=gscholar&cbl=47863>

Yoshie, M., Kudo, K., Murakoshi, T., & Ohtsuki, T. (2009). Music performance anxiety in skilled pianists: Effects of social-evaluative performance situation on subjective, autonomic and electromyographic reactions. *Experimental Brain Research*, 199(2), 117-126. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19701628/>

Zanon, F. (2015). *Ansiedade e performance musical: uma revisão sistemática da pesquisa sobre epidemiologia e questionários/escalas*. Universidade de Aveiro.