

VILNIAUS UNIVERSITETO MEDICINOS FAKULTETAS

IR

LIETUVOS MUZIKOS IR TEATRO AKADEMIJA

Menų terapijos (Muzikos terapijos specializacijos)

antrosios pakopos (magistrantūros) studijų

Baigiamasis darbas

IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ EMOCINĖS SVEIKATOS
STIPRINIMAS, TAIKANT MUZIKOS TERAPIJOS METODUS CHORINIO
DAINAVIMO UŽSIĖMIMUOSE

Martyna Domarkaitė

Darbo vadovas

LMTA, dr. Loreta Kačiušytė-Skramtai

Konsultantas

VU MF, doc. dr. Marija Jakubauskienė

Recenzentas

LMTA, doc. dr. Aldona Vilkelienė

Mokslo tiriamojo darbo įteikimo data _____

(pildo atsakingas Katedros/Klinikos darbuotojas)

Registracijos Nr. _____

(pildo atsakingas Katedros/Klinikos darbuotojas)

Studento elektroninio pašto adresas (martyna.domarkaite@mf.stud.vu.lt)

2023

TURINYS

SAVOKŲ ŽODYNAS	3
ĮVADAS.....	4
1. IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ EMOCINĖS RAIDOS YPATUMAI.....	6
1.1. Psichinės sveikatos stiprinimo svarba ikimokykliniame amžiuje	6
1.2. Emocijų pažinimas ir raiška ikimokykliniame amžiuje	12
1.2.1. 3-4 metų amžiaus vaikų emocijų pažinimas ir raiškos ypatumai	13
1.2.2. 5-6 metų amžiaus vaikų emocijų pažinimas ir raiškos ypatumai	14
2. MUZIKINĖS VEIKLOS POVEIKIS IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ EMOCIJŲ UGDYMUI BEI EMOCINEI SVEIKATAI	16
2.1. Dėmesys emocinės sveikatos stiprinimui vaikų chordinio dainavimo mokyklų programose	16
2.2. Ugdomosios muzikos terapijos praktikos ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinei sveikatai gerinti.....	19
3. EMPIRINIS TYRIMAS – MUZIKOS TERAPIJOS PROGRAMOS TAIKYMAS IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ CHORDINIO DAINAVIMO UŽSIĖMIMUOSE.....	23
3.1. Tyrimo metodologija	23
4. TYRIMO REZULTATŲ ANALIZĖ	27
4.1. Tėvų anketinės apklausos rezultatų analizė.....	27
4.2. Emocinių kompetencijų vertinimo rezultatai	39
APIBENDRINIMAS	51
IŠVADOS	53
REKOMENDACIJOS	54
LITERATŪROS ŠALTINIAI.....	56
SANTRAUKA.....	63
SUMMARY	64
PRIEDAI	65

SĄVOKŲ ŽODYNAS

Psichinė sveikata – psichikos gerovė, leidžianti žmonėms susitvarkyti su gyvenimo sunkumais, realizuoti savo gebėjimus, gerai mokytis bei dirbti, prisidėti prie bendruomenės gyvenimo. Psichinė sveikata yra pagrindinė žmogaus teisė, svarbi asmeniniam, bendruomenės ir socialiniam bei ekonominiam vystymuisi. Psichikos sveikata – tai daugiau nei psichikos sutrikimų nebuvimas – ji apima psichikos sutrikimus ir psichosocialinę negalią, taip pat kitas psichikos būsenas, susijusias su didelėmis kančiomis, veiklos sutrikimais ar savęs žalojimo rizika (World health organization, 2022).

Emocinė sveikata – savo jausmų suvokimas, supratimas ir priėmimas bei gebėjimas veiksmingai įveikti iššūkius ir pokyčius (The national center for emotional wellness, 2023).

Emocija – tai sąmoningos psichinės reakcijos, subjektyviai išgyvenamos kaip stiprūs jausmai, paprastai nukreipti į konkretų objektą ir lydimi fiziologinių ir elgesio pokyčių kūne (Amerikos psichologų asociacija, 2022).

Emocinis intelektas – gebėjimas atpažinti, įvertinti ir valdyti savo, kito žmogaus ar grupės emocijas (Bagdonas ir Bliumas, 2019).

Ugdymo planas – vykdomų ugdymo programų įgyvendinimo aprašas (Švietimo, mokslo ir sporto ministerija, 2023).

Ugdomoji muzikos terapija – muzikos terapija taikoma negalią turinčių vaikų bei suaugusiųjų ugdymo įstaigose ir siejama su asmens bendrųjų – psichomotorinių, kognityvinių, emocinių ir ypač komunikacinių – gebėjimų raidos aktyvinimu ar gebėjimų palaikymu (Abramavičiūtė ir Aleksienė, 2016).

Socialiniai įgūdžiai – asmens savybių visuma, leidžianti užmegzti ryšius su kitais žmonėmis socialines normas atitinkančiais būdais; socialinio bendravimo patirtis (Visuotinė lietuvių enciklopedija, n.d.).

Socialinė emocinė kompetencija – tai gebėjimai dirbti kartu su kitais, produktyviai mokytis, atlikti svarbiausius vaidmenis šeimoje, bendruomenėje, darbo vietoje (Liubertienė, Kunickienė, Kupriūnienė, 2015).

IVADAS

Temos aktualumas. Vaikystė yra labai svarbus etapas psichikos sveikatai – tai laikas, kai sparčiai auga ir vystosi smegenys, formuojasi vaiko fizinės ir emocinės sveikatos pagrindas. Remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, net 10% vaikų ir paauglių patiria psichikos sutrikimus, o didžioji dalis jų to net nežino, nes laiku negauna reikalingos pagalbos. Nesprendžiant psichikos sveikatos ir psichosocialinės raidos problemų, pasekmės gali tęstis iki suaugusiųjų amžiaus, apribojant galimybes gyventi visavertį gyvenimą (World health organization, 2021). Ikimokyklinis ir priešmokyklinis ugdymas iš esmės orientuotas į proto intelekto (mąstymo, suvokimo, vaizduotės, kūrybiškumo) ir kt. gebėjimų lavinimą (Slušnienė & Balčėtienė, 2016). Pasak autorių, būtent kokybiškas proto intelekto ugdymas ikimokykliniame amžiuje padeda pamatą tolimesnei vaiko emocinio intelekto raidai. Pasaulinė sveikatos organizacija atlieka tyrimus ir skatina kaip įmanoma labiau įtraukti psichinės sveikatos stiprinimo programas į ugdymo planus, nes finansinės ir moralinės investicijos į psichikos sveikatą ir gerovę užtikrins, kad besimokantieji gerai mokytųsi mokykloje, o tai atsilieps ir suaugusiems, įskaitant teigiamą poveikį kitai kartai (World health organization, 2023). Dėmesys emocinei sveikatai turėtų būti skiriamas jau pirmaisiais gyvenimo metais – ankstyvoje vaikystėje vaikas vis aiškiau supranta savo asmenybės bruožus ir kaip jo savitumas atsiliepią aplinkai. Sulaukęs trijų metų amžiaus vaikas pradeda suvokti, kad jo asmenybė atsispindi ir pakankamai pastoviose būsenose, pavyzdžiui požiūris į baimę yra lydimas jos vengimo, o elgesio modelis jį supančioje aplinkoje nekinta ir išlieka toks pats (Žukauskienė, 2012). Tėvai ieškodami papildomo vaiko lavinimo renkasi neformalaus ugdymo užsiėmimus, kurie neretai būtų papildyti ir emocinės sveikatos gerinimo metodais. Po pasaulinės COVID-19 pandemijos, buvo pradėta dar daugiau dėmesio skirti emocinio intelekto lavinimui, todėl net įvairiuose vaikams skirtuose užsiėmimuose pradėta ieškoti galimybių lavinti vaikų jausmų ir emocijų suvokimą. Į vaikų emocinę sveikatą atkreipiamas vis didesnis dėmesys – ikimokyklinio ugdymo dalimi tampa įvairios programos, skatinančios emocijų suvokimo lavinimą, pavyzdžiui „Zipis ir draugai“, Kimochi programa ir pan. Tačiau analizuojant Lietuvoje veiklą vykdančių dainavimo ir chorinio dainavimo mokyklų ugdymo ir strateginius planus pastebėta, kad nėra skiriama pakankamai dėmesio vaikų emocinių kompetencijų ugdymui. Muzikos mokyklos orientuojasi į muzikinių kompetencijų tobulinimą ir kuo profesionalesnį vaikų paruošimą tolimesniam muzikavimui.

Tyrimo naujumas. Šiomis dienomis pastebima tendencija, kad tėvai muzikinius užsiėmimus renkasi ne tik pagal pasiekiamus rezultatus, bet ir pagal jų siekimo būdus – jiems

svarbu, kad vaikas muzikavimo procese jaustųsi suprastas, išgirstas ir saugus. Tam gali pasitarnauti muzikos terapijos metodų integravimas į chorinio dainavimo užsiėmimus. Tiek aktyvioji muzikos terapija (improvizacija, dainų kūrimas, judesiais papildytų dainų atlikimas), tiek receptyvioji muzikos terapija (aktyvus muzikos kūrimas naudojant vaizdinę ir sensorinę medžiagą) gali tapti įrankiu plečiant vaikų jausmų ir emocijų supratimo galimybes. Dirbant grupėse ir naudojant muzikos terapijos metodus vaikai gali ne tik pagerinti savo emocines kompetencijas, bet ir pagilinti ugdomąsias kompetencijas, tokias kaip intonavimas, ritmikos ir dinamikos pojūtis, atliekamo kūrinio jausminė išraiška, nes „tarp muzikos terapijos strategijų yra ir akademinių įgūdžių tobulinimo tikslai“ (Aleksienė, p. 199, 2016).

Šiame darbe analizuojami ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos pokyčiai taikant muzikos terapijos programą chorinio dainavimo užsiėmimų metu. Chorinio dainavimo užsiėmimuose integruota muzikos terapijos metodais ir principais grindžiama programa gerina vaikų gebėjimus savivokos, elgesio savireguliacijos ir tarpusavio bendravimo srityse. Keliami hipotezė, kad specialiai tikslinei tiriamųjų grupei pritaikytos muzikos terapijos veiklos gali tapti priemone stiprinant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą.

Tyrimo objektas – ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimas taikant muzikos terapijos metodus chorinio dainavimo užsiėmimuose.

Tyrimo tikslas – ištirti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimo galimybes taikant muzikos terapijos metodus chorinio dainavimo užsiėmimuose.

Uždaviniai:

1. Išanalizuoti vaikų emocinės raidos ypatumus ikimokykliniame amžiuje;
2. Apžvelgti muzikos terapijos metodų taikymo galimybes stiprinant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą;
3. Įvertinti muzikos terapijos metodų taikymo poveikį stiprinant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą chorinio dainavimo užsiėmimų metu.

Tyrimo metodai:

1. Literatūros šaltinių analizė
2. Stebėjimas (užsiėmimų vaizdo medžiagos analizė)
3. Anketinė tėvų apklausa
4. Tyrėjos dienoraštis

1. IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ EMOCINĖS RAIDOS

YPATUMAI

1.1. Psichinės sveikatos stiprinimo svarba ikimokykliniame amžiuje

Remiantis Pasaulinės sveikatos organizacijos duomenimis, *psichinė sveikata* – tai psichikos gerovės būseną, leidžianti žmonėms susidoroti su gyvenimo įtampomis, realizuoti savo gebėjimus, gerai mokytis ir gerai dirbti bei prisidėti prie savo bendruomenės. Tai yra neatskiriama sveikatos ir gerovės sudedamoji dalis, kuria grindžiami mūsų individualūs ir kolektyviniai gebėjimai priimti sprendimus, kurti santykius ir formuoti pasaulį, kuriame gyvename. Psichinė sveikata yra pagrindinė žmogaus teisė ir tai labai svarbu asmeniniam, bendruomenės ir socialiniam bei ekonominiam vystymuisi (World health organization, 2022). Asmens psichinė sveikata priklauso nuo daugybės veiksnių – išsilavinimo, socialinės, ekonominės ir geopolitinės padėties, galimų genetiškai perduodamų ligų paveldėjimo ir kt.. Per visą žmogaus gyvenimą apstu priežasčių, kurios galėtų susilpninti asmens psichinę sveikatą. Įvairios aplinkybės, kurių žmogus negali kontroliuoti (pavyzdžiui pasaulinė pandemija, prasidėjęs karas ir pan.) jį priverčia jausti baimę, nerimą, pyktį, agresiją, kartais apatiškumą ir neigimą – visos šios emocijos palieka vienokius ar kitokius padarinius žmogaus psichikai. Pavyzdžiui, 2021 metais buvo atliktas tyrimas „Psichologinės pagalbos poreikis ir jos teikimas ūmiuoju COVID-19 ligos laikotarpiu“, kurio metu buvo apklausti hospitalizuoti COVID-19 pacientai. Tyrime dalyvavusių asmenų buvo prašoma atsakyti apie emocinės sveikatos pokyčius ligos metu – paklausus ar sergant koronavirusu emocinė sveikata pablogėjo ir buvo juntamas nerimas, stresas, liūdesys, nuotaikų kaita, apie 53% atsakiusiųjų pastebėjo psichologinės sveikatos pablogėjimą ir vertinant jų nuotaiką, net 33% asmenų pasižymėjo depresijos simptomais (nuo minimaliai išreikštų iki labai sunkių simptomų) (Šalčiūnaitė-Nikonovė et al, 2021).

Šiomis dienomis galime pastebėti, kad psichinė sveikata dar vadinama *emocine sveikata*. Psichinė ir emocinė sveikata turi labai daug panašumų ir abu šie apibrėžimai iš esmės apibūdina žmogaus psichologinę būklę. Psichinė sveikata apibrėžia asmens pažinimo, emocinio ir elgesio įvairovės visumą. Ji apima įvairius psichinės gerovės aspektus, įskaitant gebėjimą aiškiai mąstyti, valdyti emocijas ir susidoroti su stresu. Psichikos sveikatos sutrikimai gali turėti

įtakos žmogaus mąstymui, nuotakai ir elgesiui. Tuo metu emocinė sveikata konkrečiai reiškia asmens gebėjimą suprasti ir valdyti emocijas. Emocinė sveikata apima emocijų pažinimą ir reiškimą sveiku ir konstruktyviu būdu. Tai apima ir gebėjimą atpažinti ir valdyti stresą, susidoroti su sudėtingomis situacijomis ir palaikyti teigiamus santykius (Miller, 2020).

Psichinės sveikatos stiprinimas Lietuvoje yra nenutrūkstamas procesas, kuriame dalyvauja suinteresuotos šalys, įskaitant vyriausybę, sveikatos priežiūros specialistus, bendruomenines organizacijas. Pastaraisiais metais šiai sričiai stiprinti skiriamas ypatingas dėmesys – 2021 suburta koalicija „Psichikos sveikata – 2030“ priėmė susitarimą „dėl visuomenės psichikos sveikatos stiprinimo ir raštingumo psichikos sveikatos srityje didinimo“, kuriame išsikelti tikslai: padidinti mokinių, per 2 mėnesius nepatyrusių patyčių, dalį iki 70%, sumažinti gyventojų stigmines nuostatas į psichikos sveikatą bent 5%, padidinti kitais žmonėmis labiau pasitikinčių nei nepasitikinčių žmonių dalį iki 40%, sumažinti mirtingumą dėl savižudybių iki 13 atvejų 100 tūkst. gyventojų („Susitarimas dėl visuomenės psichikos sveikatos stiprinimo ir raštingumo psichikos sveikatos srityje didinimo“, 2021). Susitarime numatoma, kad koalicija sieks psichikos sveikatos gerinimo visuose amžiaus tarpsniuose ir politikose, puoselės biopsichosocialinį modelį, orientuosis į individualius asmens poreikius ir veiksmingai bei pagrįstai investuos į psichikos sveikatą.

Emocija – dvasinė būseną, kurią sukelia pusiausvyros santykiuose su aplinka sutrikimas; smarkus jausmo išgyvenimas (Tarptautinių žodžių žodynas, n.d.). Tai neatsiejama žmogaus kasdienybės dalis, todėl visada kelia daugybę klausimų ir diskusijų. Emocijų prigimtis ir paskirtis klausimus kėlė ir žymiems filosofams, pavyzdžiui Platonas (427-347 m. pr. Kr.) savo reikšmingiausiame dialoge „Valstybė“ rašė, kad „įniršis, pyktis ir geismas nėra natūralūs, bet kyla dėl netinkamo pojūčių naudojimo“ (Platonas, 2014), o Aristotelis (384-322 m. pr. Kr.) savo knygoje „Rinktiniai raštai“ rašė: „antai kiekvienas žmogus gali lengvai supykti, švaistyti ar kaupti pinigus. Bet ne kiekvienas gali ir sugeba suprasti, kam reikia duoti pinigų arba ant ko supykti, kiek ir kada pykti“ (Aristotelis, 1990). Emocijas gvildeno ir kiti egzistencialistai, fenomenologinės filosofijos krypties atstovai.

Rašytinių šaltinių laiko juostoje matome nuolatinę grįžimą prie žmogaus emocijų. XVII amžiuje René Descartes (1596-1650) teigė, kad žmogaus kūnas yra kaip hidraulinė sistema, kurioje pyktis priklauso nuo atsiveriančių vožtuvų, leidžiančių kraujui subėgti į raumenis, o liūdesys – priešingai, pasireikšdavo dėl kraujo raumenyse trūkumo (Donaldson, 2009). O XIX amžiuje parašytas Charles Darwin (1809-1882) veikalas „Žmogaus ir gyvūnų emocijų raiška“ laikomas mokslinio emocijų tyrinėjimo pradžia. Savo išvargas apie emocijas ir jų įtaką žmogaus elgesiui įvairiuose leidiniuose XX amžiuje aprašė ir William James (1842-1910) bei Carl Jung (1875-1961), o augant susidomėjimui apie biologinį emocijų pagrindimą, itin

išpopuliarėjo ir pasistūmėjo neuromokslas, to rezultatas – smegenų dalies, vadinamos *amygdala*, suradimas ir pagrindimas, kad būtent ji yra atsakinga už žmogaus jauseną (Šimic et al., 2021).

Emocijų prigimtį ir paskirtį nagrinėjo ne tik filosofai. Tam didelį dėmesį visais laikais skyrė ir psichologai. XX amžius buvo itin reikšmingas psichologijos mokslo augimui ir vystymuisi. Būtent šiame amžiuje susiformavo dabar puikiai žinomos psichologijos kryptys ir visos iš jų emocijas įvardino svarbiu žmogaus gyvenimui komponentu:

- Psichoanalizės šalininkai įsitikinę, kad patiriamos emocijos yra labai svarbi žmogaus gyvenimo dalis ir gebėjimas jas suprasti bei priskirti atitinkamoms patirtims gali turėti didelę naudą psichinei sveikatai ir gyvenimo kokybei. Psichoanalizės pradininkas Sigmund Freud (1856-1939) teigė, kad emocijos nėra tik psichikos procesų priedai – jos atspindi psichinio gyvenimo ir jo dinamikos pagrindus (Jurist, 2020);
- Bihevizmo teorijos atstovai turi priešingą įsitikinimą nei psichoanalitikai – jie teigia, kad emocijos yra išmoktos per įvairias patirtis ir naudojant klasikinį ir operacinį sąlygojimą patiriamas emocijas galima pakeisti. Bihevizistas John Watson (1878-1958) yra pasakęs, kad metas atsižadėti įsitikinimo, kad emocijos ir instinktyvus elgesys yra įgimtas ir biologiškai nulemtas ir suprasti, kad emocijos yra išmoktos ir suformuotos kultūriniame kontekste (Watson, 2004);
- Humanizmo šalininkai išskiria individo savirealizacijos, susitapatinimo su savo emocijomis ir asmeninio augimo svarbą. Carl Rogers (1902-1987) sakė: „keistas paradoksas – kai priimu save tokį, koks esu, tada galiu keistis“ (Rogers, 1951);
- Kognityvinės psichoterapijos specialistai remiasi teorija, kad emocijos yra kompleksinė, sudėtinga ir daugialypė patirtis sudaryta iš vidinių ir išorinių procesų (Lazarus, 1990);
- Egzistencializmo krypties atstovai emocijas įvardina kaip automatinį atsaką į aplinkoje esančius iššūkius, pavyzdžiui nerimas yra atsakas į pavojų ir grėsmę. Jie taip pat teigia, kad visose kultūrose emocijos yra universalios (Cosmides ir Tooby, 1992).

Reikia pripažinti, kad tradicinės psichologinės teorijos daugiausia dėmesio skyrė kognityviniams procesams ir intelekto koeficientui. Atsiradus emocinio intelekto sąvokai, buvo paneigta nuostata, kad vien tik kognityvinis intelektas lemia bendrą asmens sėkmę ir gerovę.

Sąvoka „emocinis intelektas“ buvo pradėta naudoti XX amžiaus pabaigoje, kai Howard Gardner (1943) pristatė daugybinio intelekto teoriją. Anot Gardner, intelektas nėra viena

fiksuota savybė, o yra įvairių gebėjimų samplaika, kurie dirba kartu tam, kad žmonės galėtų pasiekti savo tikslus ir spręsti problemas. Psichologas išskyrė aštuonis intelekto tipus: kinestetinį, tarpasmeninį, vidinį-asmeninį, kalbinį-lingvistinį, loginį-matematinį, muzikinį, gamtinį ir erdvinį (Polikevičiūtė, 2019). Būtent tarpasmeninis ir vidinis-asmeninis intelektas apibūdina žmogaus gebėjimus pažinti save, savo emocijas taip pat įvertinti ir kitų asmenų pojūčius. Remiantis aiškinamuoju psichologijos terminų žodynu, emocinis intelektas – „gebėjimas atpažinti, įvertinti ir valdyti savo, kito žmogaus ar grupės emocijas“ (Bagdonas, Bliumas, 2019). Pagal 1997 m. psichologų Peter Salovey (1958) ir John D. Mayer (1953) pristatytą modelį, emocinį intelektą sudaro keturi gebėjimai: tiksliai suvokti ir įvertinti emocijas; pasiekti ir sužadinti emocijas, kai jos palengvina pažinimą; suprasti emocinę kalbą ir naudotis emocine informacija bei reguliuoti savo ir kitų emocijas, skatinant augimą ir gerovę (*APA Dictionary of Psychology*, n.d.). Tiesa, sąvoka „emocinis intelektas“ pirmą kartą paminėta kur kas seniau – ją savo tyrime 1964 m. panaudojo Kornelio universiteto klinikinės psichologijos ir psichiatrijos profesorius Michael Beldoch (1931) savo pranešime „Jautrumas emocinės reikšmės išraiškai trimis bendravimo būdais“. Tačiau grįžtant prie šių laikų sąvokos naudojimo ir populiarinimo, Salovey ir Mayer idėjas savo moksliniuose leidiniuose aprašė amerikiečių psichologas ir mokslo žurnalistas Daniel J. Goleman (1946). Bestseleriu tapusioje savo knygoje „Emocinis intelektas“ autorius aprašo asmeninius įsitikinimus, kad „svarbiausius gyvenime etinius sprendimus nulemia giliai slypinčių jausmų stiprumas <...> o gebėjimas kontroliuoti savo impulsus yra charakterio tvirtumo ir valios pamatas“ (Goleman, 2009, 12-13 p.). Būtent D. J. Goleman išpopuliarino emocinio intelekto trumpinį *EQ* (*Emotional Quotient liet. emocinis koeficientas*) ir jo svarbą prilygino IQ (*Intelligence Quotient liet. intelekto koeficientas*) – „emocinis mokslumas – tai metagebėjimas, nulemiantis galimybę pasinaudoti kitais gebėjimais, įskaitant gryną intelektą“ (Goleman, 2009, 54 p.).

Kiekvienas žmogus iš esmės turi įgimtą ir dalinai išsiugdytą emocinį intelektą, kuris padeda priimti ir išspręsti kasdienes situacijas, kiek įmanoma prisitaikyti prie visuomenės ir jos nuostatų. Tačiau kasmet vis daugėja tyrimų, kad aukštas emocinis intelektas padeda susikurti geresnę karjerą, lengviau užmegzti pažintis, gyventi kokybiškesnį gyvenimą ir būti laimingesniu. 2022 metais Kalifornijoje atliktame tyrime buvo nustatyta, kad tie tyrime dalyvavę bibliotekininkai, kurie save priskyrė labiau emociškai išsilavinusiems, save įvardino ir laimingesniais žmonėmis (Villagran & Martin, 2022), o jau anksčiau minėtas D.J. Goleman savo knygoje „Lyderystė: emocinio intelekto galia“ teigia, kad visus savo srityse lyderiaujančius asmenis vienija vienas dalykas – aukštas emocinis intelektas (Goleman, 2007, 22 p.). Būtina paminėti, kad emocinis išprusimas nėra savaimė suprantama žmogaus asmenybės dalis. „Emocinis intelektas nėra tai, ko būtų galima išmokti čia ir dabar arba per kelias valandas.

Emocinis intelektas yra įgūdžiai“ – teigia Jolita Kudinovienė (Kudinovienė, 2021). Todėl galime daryti išvadas, kad kuo anksčiau pradėdame ugdyti emocinį intelektą, tuo didesnę įtaką jis padarys asmens gyvenimo kokybei. 2016 metais buvo atliktas tyrimas, kuriame nustatyta, kad vaikai, kurie darželyje ar kitoje ikimokyklinio ugdymo įstaigoje buvo mokomi atpažinti ir perteikti savo emocijas, pradėję lankyti mokyklą yra linkę užmegzti tvirtas ir pozityvias draugystes su savo bendraklasiais ir mokytojais, daugiau dalyvauti mokyklos veiklose, pasiekti aukštesnių mokymosi rezultatų. Tie, kuriems stigo emocinio intelekto kompetencijų, dažniau susidūrė su trumpalaikėmis draugystėmis, nesutarimais su mokytojais, mažiau mėgo mokyklą ir joje vykstančius procesus, taip pat rizikuoja turėti mokymosi sunkumų (Denham ir kt., 2016). „Emocinis intelektas yra gyvenimo kokybės ir sėkmės raktinis komponentas, todėl niekada ne per anksti pradėti mokyti vaiką apie emocijas ir kaip su jomis tvarkytis“ – teigia D.J. Siegel ir T.P. Bryson (Siegel & Bryson, 2012).

Lietuvos ikimokyklinio ugdymo įstaigos į savo ugdymo planus vis dažniau įtraukia emocinių ir socialinių įgūdžių lavinimo pamokas. Nuo 2000-ųjų metų Lietuvos ikimokyklinio ugdymo įstaigose ir pirmose bendrojo lavinimo mokyklų klasėse vykdoma programa „Zipis ir draugai“. Vykdam šią programą vaikai mokosi spręsti kasdienes sunkumus, ugdo savo emocines kompetencijas, stiprina psichologinę būseną. Programą „Zipis ir draugai“ sukūrė organizacija Partnership of Children, o ją Lietuvoje su švietimo, mokslo ir sporto ministerijos finansavimu vykdo viešoji įstaiga „Vaiko labui“. Per pirmuosius devynis programos vykdymo metus, joje sudalyvavo daugiau nei 73 tūkstančiai 5-7 metų vaikų, 2,6 tūkstančio pedagogų įgijo reikiamą „Zipis ir draugai“ pedagogo kvalifikaciją (Švietimo, mokslo ir sporto ministerija, 2009). Remiantis paskutine VŠĮ „Vaiko labui“ pateikta statistika, pastebimas didžiulis dalyvių skaičiaus augimas – jei pirmaisiais programos vykdymo metais dalyvavo 11 ugdymo įstaigų iš Vilniaus, 2021-2022 mokslo metais programą taikė 554 įstaigos visoje Lietuvoje. Pagal pateiktus skaičius akivaizdu, kad programą galima vertinti teigiamai – per visą vykdymo laiką joje sudalyvavo daugiau nei 266 tūkstančiai vaikų (2021-2022 mokslo metais dalyvaujančių vaikų skaičius siekė daugiau nei 18 tūkstančių). Iš „Zipis ir draugai“ vykdančių Vilniaus, Utenos, Telšių, Tauragės, Šiaulių, Panevėžio, Marijampolės, Klaipėdos, Kauno ir Alytaus apskričių pirmauja Vilniaus apskritis – šioje apskrityje gyvenantys programos dalyviai sudaro 31 procentą viso dalyvių skaičiaus. Nuo programos vykdymo pradžios joje sudalyvavo beveik 6 tūkstančiai pedagogų – 35 procentai iš jų gyvenantys Vilniaus apskrityje. Programoje „Zipis ir draugai“ dalyvauja ir tautinių mažumų vaikai – 2020-2021 mokslo metais dalyvavo 920 vaikų, iš kurių 48% programą vykdė rusų, 47% lenkų ir 5% baltarusių kalbomis. Programa taip pat pritaikyta ir vaikams, ugdomiems specializuotose ugdymo įstaigose arba klasėse. 2021-2022 mokslo metais šią programą taikė 12 tokio tipo ugdymo įstaigų, o programoje sudalyvavo

217 specialiųjų ugdymo poreikių turinčių vaikų (Vaiko labui, 2021). Programa „Zipis ir draugai“ turi tęsinį – „Obuolio draugai“ – ši programa skirta vyresniems, 8-11 metų amžiaus moksleiviams.

2020 metai sveikatos apsaugos ministerijos iniciatyva buvo paskelbti „Vaikų emocinės gerovės metais“. „Sveikatos apsaugos ministro Aurelijaus Verygos teigimu, investicijos į vaikų emocinę gerovę – vertingos investicijos į ateitį“ – savo pranešime spaudai rašė Sveikatos apsaugos ministerijos spaudos tarnyba (SAM tarnyba, 2020). Per 2020-tuosius metus buvo nuspręsta įvairiose Lietuvos institucijose įgyvendinti daugiau nei 200 veiklų, kurios atkreiptų gyventojų dėmesį į vaikų emocinę sveikatą, šviestų apie jos gerinimą. Per 2020-uosius metus buvo surengta įvairių akcijų, iniciatyvų, seminarų ir renginių, kurie buvo suskirstyti temomis:

- **Vaiko emocinė gerovė prasideda dar negimus;**
- **Auginkime pokyčių kartą:** *socialinių-emocinių kompetencijų ugdymas; saugumas internete; pagalbos ir užimtumo plėtra vaikams, turintiems elgesio ir (ar) emocinių sunkumų ir (ar) sutrikimų.*
- **Apsaugokime vaikus nuo patyčių ir smurto:** *patyčių prevencija; vaikų apsauga nuo smurto; ankstyvasis psichikos ir elgesio sutrikimų atpažinimas, emocinė, psichologinė ir švietimo pagalba.*

Įvairias veiklas vaikų emocinės gerovės metams paminėti vykdė sveikatos ministerijai pavaldžios ir nevyriausybinės organizacijos (Vaikų emocinės gerovės metų minėjimo 2020 metais planas, 2020).

Vis daugėja ikimokyklinio ugdymo įstaigų, kurios savo ugdymo planus papildo įvairiomis emocinį intelektą ir vaikų emocinę sveikatą ugdančiomis priemonėmis. Viena iš jų – „Kimochi“ programa. 2006 metais šią programą sukūrė pedagogė Nina Rappaport-Rowan (1965) ir vaikų raidos ekspertė bei žaidimų terapeutė Ellen Pritchard Dodge. Žodis *kimochi* išvertus iš japonų klabos reiškia „jausmas“, tad ši programa tinkama priešmokyklinio ir mokyklinio amžiaus vaikams ir jų pedagogams, siekiantiems lavinti vaikų emocinį intelektą, plėsti žinias apie emocijas ir gerinti įgūdžius jas suprantant ir išreiškiant. Programoje naudojami minkšti žaislai padeda vaikams mokytis dalintis, draugauti, užjausti ir pan. Šią metodiką sėkmingai naudoja vis daugiau privačių ir valstybinių Lietuvos ikimokyklinio ugdymo įstaigų.

Valstybinis psichikos sveikatos centras iniciavo metodinės priemonės „Mano emocijos“ sukūrimą. Ši priemonė skirta visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, dirbantiems ikimokyklinio amžiaus ugdymo įstaigose. Psichologinės sveikatos centro parengtoje metodinėje priemonėje pristatomos keturios pagrindinės emocijos, kurios yra itin aktualios ikimokyklinio amžiaus vaikams – džiaugsmas, baimė, liūdesys ir pyktis. „Nors mokytis emocinio raštingumo niekada nėra per vėlu, visgi geriausia pamatus visam tam dėti jau

ankstyvoje vaikystėje“ – teigia Psichologinės sveikatos centro psichologė ir metodinės priemonės sudarytoja Milda Lukašonokienė (Lukašonokienė, 2022, 3 psl.). Šią metodinę priemonę sudaro *rekomendacijos užsiėmimų vadovui* – jose aprašomos gairės, kuriomis turėtų pasikliauti programą vykdančias asmuo; *užsiėmimų aprašai* – juose nurodytos užsiėmimų temos, konkretūs metodai ir išsamiai aprašytos veiklos, padėsiančios pasiekti norimų rezultatų; *vaizdo įrašai* – aiškiai ir suprantamai iliustruojantys konkrečių emocijų pažinimo ir išraiškos būdus. Šie vaizdo įrašai laisvai prieinami platformoje YouTube, Sveikatos apsaugos ministerijos paskyroje. Anot Sveikatos apsaugos ministerijos spaudos tarnybos, metodinės priemonės pagalba „skleidžiama labai svarbi žinutė: visos emocijos yra reikalingos, nepaisant to, jog kai kurios jų būna nemalonios“ (SAM Spaudos tarnyba, 2022).

Apibendrinant galima teigti, jog psichikos sveikata, kaip ją apibrėžia Pasaulio sveikatos organizacija, yra esminis gerovės aspektas, leidžiantis žmonėms įveikti gyvenimo iššūkius, išnaudoti savo potencialą ir prisidėti prie visuomenės gyvenimo. Emocinė sveikata yra glaudžiai susijusi su psichikos sveikata ir apima emocijų, streso ir santykių supratimą bei valdymą. Psichikos sveikatos stiprinimas Lietuvoje apima valdžios institucijų, sveikatos priežiūros specialistų ir bendruomenės organizacijų bendradarbiavimą, o įvairios emocinės sveikatos stiprinimo programos taikomos ikimokykliniame amžiuje turi įtakos tolimesniam kokybiškam asmens gyvenimui.

1.2. Emocijų pažinimas ir raiška ikimokykliniame amžiuje

Vaikystė yra žmogaus vystymosi laikotarpis, kuris trunka nuo kūdikystės iki paauglystės. Tai greito fizinio, emocinio ir kognityvinio augimo metas, laikomas kritiniu etapu formuojant individo būsimą vystymąsi ir gerovę. Vaikystėje vaikai įgyja esminių gyvenimo įgūdžių, įskaitant socializaciją, bendravimą ir problemų sprendimą. Jie taip pat pradeda ugdyti savo asmenybę, tapatumo jausmą ir vertybes (Institute of Medicine and National Research Council, 2015). Amerikos psichologijos asociacijos žodyne rašoma, kad vaikystė paprastai skirstoma į kelis etapus, įskaitant kūdikystę (nuo gimimo iki 2 metų), ankstyvą vaikystę (nuo 2 iki 6 metų), vidurinę vaikystę (6–11 metų) ir paauglystę (nuo 11 iki 18 metų). Kiekvienam etapui būdingi unikalūs vystymosi etapai, tokie kaip mokymasis vaikščioti ir kalbėti kūdikystėje, kalbos įgūdžių ir socializacijos ugdymas ankstyvoje vaikystėje ir kritinio mąstymo bei savarankiškumo ugdymas paauglystėje (*APA Dictionary of Psychology*, n.d.). Apskritai vaikystė yra labai svarbus sveikam augimui ir vystymuisi laikotarpis, todėl būtina sudaryti vaikams ugdančią ir palaikančią aplinką, kuri padėtų jiems išnaudoti visas savo galimybes.

Emocijų pažinimas ir raiška išsamiau pradėta tyrinėti 1970-aisiais metais, kai pasiremdami Charles Darwin darbais, savo mokslinius tyrinėjimus apie veido išraiškų ir emocijų ryšį pristatė Paul Ekman ir Carroll Izard (Barr, Michel, Rochat ir Hopkins, 2005). Savo darbais šie psichologai įrodė, kad naudojamos veido išraiškos yra universalios įvairiose tautose ir kultūrose gyvenantiems žmonėms.

1.2.1. 3-4 metų amžiaus vaikų emocijų pažinimas ir raiškos ypatumai

Trejų–ketverių metų vaikai patiria įvairiausių emocijų, mokydami orientuotis juos supančio pasaulio aplinkoje – „jau trejų metų vaikas sugeba save apibūdinti per elgesį ar vidines būsenas, kurios dalinai kartojasi ir yra gana pastovios“ – teigia Rita Žukauskienė (Žukauskienė, 2012). Šiame amžiuje vaikai lavina savo emocinį intelektą, pradeda suprasti ir reikšti savo emocijas sudėtingesniais būdais. Trejų–ketverių metų vaikai jau geba atpažinti ne tik savo emocijas, bet ir iš veido išraiškų geba atskirti kaip jaučiasi kitas žmogus (Poulin-Dubois, Hastings, Chiarella, Geangu, Hauf, Ruel ir Johnson, 2018). Kai kurios įprastos emocijos, kurias gali patirti trejų ar ketverių metų vaikai:

- **Laimė.** Šio amžiaus vaikai mokosi patirti džiaugsmą ir laimę naujais būdais. Jie gali išreikšti šią emociją juokais, žaidimu ir jauduliu. Tokio amžiaus vaikai jau pradeda džiūgauti grupėje, taip išreikšdami savo reakciją į netikėtumą. „<...> kuo vyresni vaikai, tuo dažnesni tokie džiaugsmo protrūkiai“ (Žukauskienė, 2012).
- **Liūdesys.** Vaikai gali patirti liūdesį, kai jaučiasi vieniši, išsigandę ar įskaudinti. Šiame amžiuje vaikai gali verksti, kai yra nusiminę. Taip pat, demonstruoja empatiją kitam liūdinčiam bendraamžiui, nevengia prieiti, apkabinti, pagosti (Stoškuvienė, 2019).
- **Pyktis.** Šio amžiaus vaikai mokosi reguliuoti savo emocijas, bet vis tiek gali ištikti pykčio priepuoliai, kai jaučiasi pikti ar nusivylę. Šiuo laikotarpiu vaikas stengiasi padėti kitiems, bet nepavykus to padaryti gali labai supyksti (Gerdemann, S.C., Tippmann, J., et al., 2022).
- **Baimė.** Vaikai gali jausti baimę ar nerimą dėl naujos patirties ar aplinkos pokyčių. Dažniausia šis jausmas būna trumpalaikis, bet kiekybiškai gausus. 3-4 metų vaikų „baimės labai dažnai susijusios su įsivaizduojamomis, fantazijos sukurtomis būtybėmis“ – teigia Žukauskienė (Žukauskienė, 2012).

- **Pavydas.** Šio amžiaus vaikai lavina savęs jausmą ir gali jausti pavydą, kai mato, kad kiti vaikai sulaukia dėmesio arba gauna tai, ko nori.

Svarbu atpažinti ir patvirtinti vaiko emocijas, net jei jos atrodo neproporcingos situacijai. Pripažindami ir padėdami vaikams suprasti jų emocijas, tėvai ir globėjai gali palaikyti jų emocinę raidą ir padėti jiems sukurti sveikos įveikos strategijas. Transliuodamas savo emocijas, vaikas turėtų jaustis svarbus, o tai suaugusieji turėtų patvirtinti ne tik žodžiais bet ir veiksmais (Karklytė-Palevičienė, 2021).

1.2.2. 5-6 metų amžiaus vaikų emocijų pažinimas ir raiškos ypatumai

5-6 metų vaikai toliau lavina emocijų pažinimo ir išraiškos gebėjimus. Šiame amžiuje jie geba atpažinti kur kas didesnę spektrą jausmų ir verbaliai paaiškinti kodėl jų būseną yra vienokia ar kitokia. Keletas pagrindinių emocijų, kurias išgyvena priešmokyklinukai:

- **Empatija.** Ši emocija apibrėžiama kaip „įsijautimas į kito asmens emocinę būseną“ (Hille, Evanschitzky, Bauer, 2015, 149 psl.). 5-6 metų vaikai geba pastebėti, kad jo aplinkoje esantis asmuo yra liūdnas, todėl įsijausdamas į jo jausmus ir išreiškdamas savo rūpestį neretai stengiasi jam padėti, asmenį pralinksminėti (Movsesjan, Puzaitė, Lazdauskas, 2014).
- **Pasididžiavimas.** Priešmokyklinio amžiaus vaikai geba priimti nuopelnus už savo pasiekimus, atliktas užduotis. 2016 metais Vilniaus ikimokyklinio ugdymo įstaigose atliktame tyrime apie ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę raišką pastebėta, kad nuo 50 iki 70 procentų vaikų patiria pasididžiavimą kai pavyksta kažkam padėti (Jasiūnaitė, 2016).
- **Nusivylimas.** Natūralu, kad vaikui tampant vis savarankiškesniu dažniau pasitaiko nusivylimas, kai nepavyksta daryti to, ką norėtų arba kai iš tėvų/globėjų negauna leidimo elgtis taip, kaip nori.
- **Kaltė.** Šiame amžiuje vaikai gali pradėti jausti kaltę jei jie supranta, kad jų elgesys buvo netinkamas arba jei įžeidė kito asmens jausmus. 2013 metais Italijoje atlikto tyrimo metu išsiaiškinta, kad 5-6 metų vaikai jaučia didesnę kaltės jausmą jei klaidingai atlieka skirtas užduotis (Bafunno, Camodeca, 2013).

Ikimokyklinio amžiaus vaikai ir toliau gerina savo įgūdžius kontroliuodami **pyktį**.

Rasdami tinkamus būdus pykčiui išreikšti plečia ir savo žodyną – vis dažniau geba įvardinti pykčio priežastį, surasti būdus probleminėms situacijoms išspręsti. Tačiau neretai pasitaiko ir tokių frazių kaip „tu man nepatinki“ ar „taip nesąžininga“. Jas ištardami vaikai dar nesuvokia, kad gali įžeisti asmenį, kuriam adresuotas šis sakinys. Kalbant apie **baimę** svarbu paminėti, kad neracionalios baimės (pavyzdžiui po lova esančios pabaisos) išlieka, bet atsiranda ir su gyvenimiškomis temomis susijusios baimės – būti paliktam, būti sužeistam, būti atskirtam nuo tėvų (Young, 2016). 5-6 metų vaikams nesvetimas ir **pavydo** jausmas – šią būseną jie išreiškia verkšlenimu, kartais net agresyviais fiziniais veiksmais.

Pirmieji gyvenimo metai yra labai svarbūs vaiko vystymuisi – vaikai nuo 3 iki 6 metų patiria įvairias emocijas, kurios padeda jiems suprasti ir reaguoti į savo patirtį ir tarpusavio santykius. Ikimokyklinio amžiaus vaikų mokymas apie emocijas yra svarbus ugdant savimoneę, emocinį intelektą, empatiją ir įveikos įgūdžius. Tai leidžia vaikams efektyviai reguliuoti ir valdyti savo emocijas, užmegzti teigiamus santykius ir orientuotis socialinėse sąveikose. Emocinis ugdymas ikimokykliniame amžiuje padeda pamatus emocinei kompetencijai visam gyvenimui, daro įtaką akademiniam pasiekimams, socialiniams santykiams ir bendrai gyvenimo sėkmei.

2. MUZIKINĖS VEIKLOS POVEIKIS IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ EMOCIJŲ UGDYMU BEI EMOCINEI SVEIKATAI

2.1. Dėmesys emocinės sveikatos stiprinimui vaikų choro dainavimo mokyklų programose

Remiantis Lietuvos muzikų sąjungos duomenimis, Lietuvoje 2023-aisiais metais veikė 105 muzikos ir meno mokyklos. Trys iš šių mokyklų apibrėžiamos dainavimo ar choro dainavimo mokyklomis (Lietuvos muzikų sąjunga, n.d.). Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos duomenimis, Lietuvoje 2023 metais buvo vykdoma 16 509 neformalaus vaikų švietimo programos, iš kurių 2830 buvo muzikos krypties programos. Bendras neformalaus vaikų švietimo programų skaičius fiksuotas 364 neformalaus ugdymo įstaigose. Reikia paminėti, kad neformalaus ugdymo įstaigos ataskaitoje įvardinamos kaip „neformaliojo vaikų švietimo mokykla ir formalųjį švietimą papildančio ugdymo mokykla“ (Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerija, 2023). Remiantis to paties šaltinio duomenimis, 91,21% 3-5 metų vaikų Lietuvoje dalyvauja ikimokykliniame ir priešmokykliniame ugdyme. Deja, bet nepavyko rasti duomenų kuri dalis iš šių vaikų lanko ir muzikos krypties neformalaus ugdymo užsiėmimus. Nacionalinės švietimo agentūros portale skelbiama tik informacija, kad 2023 metų duomenimis, neformalaus ugdymo užsiėmimus visoje Lietuvoje lankė daugiau nei pusė - 66,43% mokyklinio amžiaus vaikų (Nacionalinė švietimo agentūra, 2023). Ši statistika neatitinka magistro darbo amžiaus imties, todėl negali būti naudojama kaip validi informacija, apibūdinanti neformalaus švietimo situaciją Lietuvoje ikimokykliniame ir priešmokykliniame amžiuje.

Lietuvoje yra penkios muzikos mokyklos, kuriose pagrindinė įgyjama specialybė yra chorinis dainavimas – berniukų choro dainavimo mokykla „Varpelis“, Šiaulių „Dagilėlio“ dainavimo mokykla, Vilniaus „Ažuoliuko“ muzikos mokykla, Vilniaus choro dainavimo mokykla „Liepaitės“ ir muzikos mokykla „Ugnelė“. Visose šiose neformalaus ugdymo įstaigose veikia ankstyvojo muzikinio ugdymo programos bei jaunučių ir jaunių chorai. Pavyzdžiui, Vilniaus „Ažuoliuko“ muzikos mokykla siūlo keturias ugdymo programas: ankstyvąjį muzikinį ugdymą (skirtą 5-6 metų berniukams), pradinio muzikinio formalųjį švietimą papildančio ugdymo programą (skirtą 6-11 metų berniukams), pagrindinio muzikinio formalųjį švietimą papildančio ugdymo programą (skirtą 11-15 metų vaikinams) ir kryptingo muzikinio ugdymo programą (skirtą 15-19 metų vaikinams) („Ažuoliuko“ muzikos mokykla,

2022). Tokiu pat principu suformuotos ir Vilniaus chorinio dainavimo mokyklos „Liepaitės“ (Vilniaus chorinio dainavimo mokykla „Liepaitės“, 2023) bei Šiaulių „Dagilėlio“ dainavimo mokyklos ugdymo programos (Šiaulių „Dagilėlio“ dainavimo mokykla, 2023). Analizuojant berniukų chorinio dainavimo mokyklos „Varpelis“ ugdymo programas, galima pastebėti, kad mokykloje veikia mažylių choras (jame dainuoja 3,5-5,5 metų berniukai), pirmos klasės jaunučių choras (jame dainuoja 6-8 metų berniukai), antros klasės jaunučių choras (jame dainuoja 7-9 metų berniukai), trečios klasės jaunučių choras (jame dainuoja 8-9 metų berniukai) bei berniukų ir jaunuolių choras (Berniukų chorinio dainavimo mokykla „Varpelis“, 2023). Muzikos mokykloje „Ugnelė“ veikia trys chorai – parengiamasis (dainuoja 3-6 metų vaikai), jaunučių choras (dainuoja 1-3 bendrojo lavinimo mokyklos klasę lankantys vaikai) ir pagrindinis choras (dainuoja 10-18 metų vaikai) (Muzikos mokykla „Ugnelė“, 2023). Remiantis UAB „Verslo žinios“ duomenimis, keturios iš įvardintų neformalaus ugdymo įstaigų – Šiaulių „Dagilėlio“ dainavimo mokykla, Kauno berniukų chorinio dainavimo mokykla „Varpelis“, Vilniaus chorinio dainavimo mokykla „Liepaitės“ ir Vilniaus „Ažuoliuko“ muzikos mokykla yra biudžetinės įstaigos, o muzikos mokykla „Ugnelė“ yra privati muzikos mokykla ir turi viešosios įstaigos statusą („Verslo žinios“, 2023). Reikia paminėti, kad berniukų ir jaunuolių choras „Ažuoliukas“ taip pat veikia ir kaip viešoji įstaiga – šį juridinį asmenį naudoja koncerto honorarams bei paramai gauti. Vėlgi „Berniukų ir jaunuolių choras „Ažuoliukas““ taip pat akredituoja ir choro alumną – „Ažuolų klubo“ veiklą.

Visos biudžetinės įstaigos savo internetinėse svetainėse skelbia strateginius ir metinius veiklos planus. Juose apibrėžiami įstaigos tikslai, misija, vizija, vertybės ir uždaviniai. Pavyzdžiui, Vilniaus „Ažuoliuko“ muzikos mokykla savo 2023-2027 metų strateginiame plane nurodo, kad mokyklos misija – teikti profesionalų muzikinį ugdymą, kuris pagrįstas akademinė tradicija, kitų berniukų chorų patirtimi, o muzikinio ugdymo pagalba skatinti pažinti save, tobulėti ir patirti sėkmę. Atsakomybė, atkaklumas, draugystė, meistriškumas, patriotizmas ir sėkmė – strateginiame plane nurodomos mokyklos vertybės. Pagrindiniais mokyklos tikslais įvardijamas siekis palaikyti aukštą mokinių muzikinio ugdymo kokybę ir pasiekimus bei stiprinti ir skleisti mokyklos identitetą (2023-2027 m. strateginis planas, 2022). Akivaizdu, kad mokykla labiausiai orientuojasi į berniukų muzikinį ugdymą ir jo kokybės užtikrinimą, mokyklos veiklos sklaidą Lietuvoje ir užsienyje. Strateginiame plane taip pat numatomos veiklos tikslam pasiekti, pavyzdžiui pasirašomos bendradarbiavimo sutartys su respublikos kultūros ir švietimo institucijomis, bent penkios koncertinės gastrolės užsienyje, dalyvaujama bent 10-tyje respublikinių ir mokyklinių konkursų. 2022-ųjų metų mokyklos veiklos ataskaitoje rasta, kad didžiausias dėmesys buvo skiriamas mokytojų įgalinimui ir lyderystės stiprinimui, mokinių muzikinės saviraiškos skatinimui, gero mikroklimato mokykloje užtikrinimui (2022

m. veiklos ataskaita, 2023). Strateginiuose ir ugdymo planuose bei veiklos ataskaitose nerasta informacijos apie mokykloje besimokančių vaikų emocinės sveikatos stiprinimą.

Analizuojant Vilniaus chorinio dainavimo mokyklos „Liepaitės“ 2023-2027 metų strateginį planą galima pastebėti, kad šalia profesionalaus ir visapusiško muzikinio ugdymo, mokyklos misija yra ugdyti atvirą kaitai, kūrybingą, pilietišką ir atsakingą asmenybę, kuri puoselėtų bendruomenės tradicijas (2023-2027 metų strateginis planas, 2022). Kaip savo vertybes mokykla įvardina pagarba, tolerancija, pasitikėjimą, bendradarbiavimą, sėkmės siekimą, atsakomybę ir dialogiškumą. 2023-ųjų metų ugdymo plane chorinio dainavimo mokykla „Liepaitės“ užsimena apie pasiektą tikslą – užtikrintą palankia mokyklos emocinę aplinką. Tai buvo pasiekta kompensuojant ugdymo praradimus ir sudarant optimaliai patogius pamokų tvarkaraščius. Kaip prioritetus 2023-iesiems metams mokykla išsikėlė mokytojų metodinės veiklos stiprinimą, prasmingą mokyklos įkūrimo jubiliejaus minėjimą ir kryptingą bei nuoseklų bendruomenės įsitraukimą į mokyklos veiklą (2023 metų veiklos planas, 2023). Kitų priemonių, skirtų mokinių emocinės sveikatos prevencijai nebuvo išskirta.

Chorinio dainavimo mokyklos „Varpelis“ 2022-2023 mokslo metų ugdymo plane neužsimenama apie mokyklos misiją, viziją ir tikslus. Ten nurodomos ir paaiškinamos plane naudojamos pagrindinės sąvokos, apibrėžiama kontaktinio ir nuotolinio ugdymo tvarka, pamokų trukmė, tvarkaraščių sudarymo gairės. Mokyklos 2022-2024 metų strateginiame plane įvardijama, kad mokykla siekia puoselėti berniukų ir jaunuolių chorinio dainavimo tradiciją, suteikti mokiniams pradinį profesionalaus lygio muzikinį išsilavinimą. Vertybės, kuriomis vadovaujasi ši įstaiga – demokratija, profesionalumas, pagarba, atvirumas, atsakomybė, kūrybiškumas, bendruomeniškumas, darna ir kultūrinis paveldas (2022-2024 metų strateginis planas, 2022). Šios įstaigos metiniuose ir strateginiuose planuose taip pat trūksta informacijos apie vaikų savijautą, emocinės būklės stiprinimą. Dėmesys koncentruojamas į muzikinį ugdymą ir jo nenutrūkstamumą COVID-19 pandemijos metu.

Šiaulių „Dagilėlio“ dainavimo mokykla savo 2022-2024 metų strateginiame plane nurodo, kad įstaigos tikslas bus sudaryti sąlygas vaikų ugdymuisi, saviraiškai, socializacijai. Šio tikslo mokykla sieks vykdydama neformalaus vaikų švietimo programą „Mėgstu dainuoti“. Pastebima, kad strateginiame plane ne tik atkreipiamas dėmesys į vaikų muzikinį ugdymą, bet ir stebimi pasiekimai ugdantis bendrąsias kompetencijas ir socialinius įgūdžius – mokykla turi vaiko asmenybės ūgties vertinimo sistemą, kurios pagalba stebi, fiksuoja ir vertina mokyklos auklėtinius. Nurodoma, kad mokykla dalyvauja „Socialinių kompetencijų ugdymo Šiaulių miesto mokyklose“ projekte (2022-2024 metų strateginis veiklos planas, 2021). Lyginant su anksčiau nagrinėtais strateginiais ir ugdymo planais, Šiaulių „Dagilėlio“ dainavimo mokykla

skiria daugiausiai dėmesio vaikų asmenybės ugdymui, socialinių įgūdžių stiprinimui ir emocinės sveikatos puoselėjimui.

Muzikos mokykla „Ugnelė“ strateginių ir ugdymo planų savo internetinėje svetainėje neskelbia, o susisiekus su mokyklos administracija reikiamų dokumentų gauti nepavyko.

Nors Lietuvos dainavimo ir chorinio dainavimo mokyklų strateginiuose ir ugdymo planuose skiriamas itin nedidelis dėmesys emocinės sveikatos stiprinimui, pasaulyje atlikta nemažai tyrimų, įrodančių, kad dainavimas chore prisideda prie žmonių psichinės sveikatos reguliavimo. Pavyzdžiui 2022 metais Vokietijoje buvo atliktas tyrimas, kurio metu buvo apklausti 847 chore dainuojantys suaugusieji. Tyrimas parodė, kad nepriklausomai nuo amžiaus, lyties ir išsilavinimo, žmonės dalyvaujantys chorinėje veikloje jaučia teigiamus padarinius savo emocinei ir psichinei sveikatai (Robens S., et al 2022). Dar 2009 metais atlikto tyrimo duomenimis, dainavimas chore ne tik lavina vaikų muzikinius gebėjimus, bet ir stiprina jauną asmenybę, moko tokių socialinių įgūdžių kaip pagarba, gebėjimas pasirinkti, prisiimti atsakomybę grupėje, daryti paslaugas, jausti meilę gamtai, gyvūnams, kitam asmeniui, savo šaliai, miestui, supančiai aplinkai (Coscuner, 2009). Anksčiau minėti tyrimai atlikti įprastais veikimo principais paremtuose choruose, tačiau jei veikloje dėmesys sutelkiamas į žmogaus gerbūvį, neretai naudojamas terminas *terapinis choras* – muzikos terapeuto vadovaujama dainuojančių žmonių grupė, kurios muzikinė veikla paremta terapiniais aspektais, o balsas tampa įrankiu komunikacijai, išraiškai, pasitenkinimui ir socialiniam bendravimui stiprinti (Zanini ir Leao, 2006). Terapiniai chorai dažnai vienija žmones su vienodais arba bent panašiais poreikiais – tokį konceptą galima taikyti psichikos sveikatos sunkumų turinčių asmenų grupėms, ligoninės bendruomenės nariams, senyvo amžiaus žmonėms, asmenims, turintiems neurologinių patologijų ir pan.

2.2. Ugdomosios muzikos terapijos praktikos ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinei sveikatai gerinti

Remiantis K. Bruscia knyga „Defining music therapy“, išskiriamos šešios pagrindinės muzikos terapijos sritys: ekologinė, rekreacinė, psichoterapinė, gydomoji, medicininė ir ugdomoji muzikos terapija (Bruscia, p. 204, 2014). Jei gydomoji bei medicininė muzikos terapija naudojama gydymo įstaigose, psichoterapinė muzikos terapija tampa vienu iš būdų praplėsti psichoterapijos ir psichiatrijos metodus, o ekologinė bei rekreacinė muzikos terapija prisideda prie socialinių ryšių sukūrimo ir stiprinimo, tai ugdomoji muzikos terapija dažniausiai naudojama vaikams ir suaugusiems, turintiems fizinių, psichinių, emocinių ir elgesio sunkumų

(Aleksienė ir Mučnienė, 2016). Tarptautiniame muzikos terapijos žodyne ugdomoji muzikos terapija apibrėžiama kaip „funkcinis ir mokslinis muzikos taikymas <...> siekiant palengvinti prisiminimą mokymo tikslais ir pagerinti informacijos perkėlimą į nemuzikinę aplinką. <...> Ugdomoji muzikos terapija siūlo socialinę ir emocinę paramą klientams, o naudojama struktūruota veikla padeda praktikuoti įvairių rūšių socialinį elgesį ir išreikšti emocijas“ (Kirkland, p. 39, 2013). Vertėtų paminėti, kad nors ir ugdomoji muzikos terapija taikoma ugdymo įstaigoje, ji neatstoja muzikos pamokų: „muzikos mokymas ir muzikos terapija yra panašūs tuo, kad padeda asmeniui įgyti žinių ir įgūdžių. Bet muzikos mokymas nėra terapija, o terapija nėra muzikos mokymas“ (Bruscia, p. 211, 2014). Ugdomoji muzikos terapija papildo muzikinį ugdymą, nes siūlo įvairius metodus ir technikas, užtikrinančias, kad mokiniai, turintys mokymosi sunkumų, galėtų sėkmingai dalyvauti įprastoje mokymo aplinkoje (Kirkland, 2013). Ugdomojoje muzikos terapijoje gali būti taikomi visi aktyviosios muzikos terapijos metodai: dainavimas, grojimas muzikos instrumentais, improvizavimas, terapinis dainų rašymas, muzikiniai žaidimai ir pan. Receptyvioji muzikos terapija ugdomojoje srityje taikoma kiek rečiau – dažniausiai tai yra dėl to, kad susiduriama su poreikiu įveikinti terapijos sesijoje dalyvaujančius pacientus. Būtina paminėti, kad ugdomoji muzikos terapija nebūtinai taikoma tik sveikatos sunkumų turintiems vaikams. Remiantis straipsniu „Muzikos terapijos vaidmuo ugdymo sistemoje“ pažymima, kad Amerikoje ugdomoji muzikos terapija mokyklose pradėta taikyti dar 1997 metais. Bendrojo lavinimo mokykloje taikoma ugdomoji muzikos terapija gali padėti mokiniams, kuriems gresia akademinės nesėkmės, turintiems elgesio ir emocinių problemų. „Rizikos grupėje“ esantys mokiniai gali atrodyti nutolę, nesidomėti mokomąja medžiaga ir elgtis netinkamai, tačiau muzikos terapija suteikia mokiniui kažką smagaus ir įtraukiančio, su kuo jis gali būti susijęs, kad galėtų labiau įsitraukti į mokymo programą (Riley, Colson ir Smothers, 2019). Ugdomosios muzikos terapijos taikymas bendrojo lavinimo mokykloje ganėtinai dažnas reiškinyje ir Jungtinėje Karalystėje – maždaug 25% muzikos terapeutų Jungtinėje Karalystėje dirba mokyklose arba švietimo įstaigose (Carr ir Wigram, 2009). 2022 metais Kinijoje atliktas tyrimas, kuriame tyrinėta mokykloje taikomos grupinės ugdomosios muzikos terapijos nauda vaikams, turintiems emocinių sunkumų. Buvo nustatyta, kad į pozityviąją psichologiją orientuota psichikos sveikatos ugdymo programa, pagrįsta muzikine veikla, yra labai tinkama pradinė ir vidurinių mokyklų mokiniams, ypač tiems, kurie netrukus baigs mokyklą (Li, 2022).

Nors muzikinis ugdymas ir ugdomoji muzikos terapija kelia skirtingus tikslus, šiuolaikinės muzikinio ugdymo teorijos neretai persipina su terapiniais tikslais:

- Emilio Žako Dalkrozo ritmikos ir improvizacinės muzikos terapijos yra daug teorinių ir techninių panašumų, įskaitant bendravimą per muzikinę improvizaciją ir prisitaikymą grojant judesiui (Habron, 2014).
- Gertrūda Orff Vokietijoje sukūrė muzikos terapijos formą socialinės pediatrijos klinikinėje sistemoje, o Bruscia ją apibrėžė kaip raidos muzikos terapijos formą. Nors raidos muzikos terapija pagal Gertrud Orff per pastaruosius keturiasdešimt metų toliau vystėsi, pagrindiniai principai tebėra aktualūs – vaikas ir jo raidos poreikiai yra terapeutų dėmesio centre. Procedūros pritaikomos atsižvelgiant į vaiko ir jo šeimos poreikius. Orffo muzikos terapiją taikantis muzikos terapeutas, pasitelkdamas jautrią sąveiką ir Orffo-Schulwerk elementus žaidimo situacijoje, siekia raidos tikslų ir padeda vaikui bei jo globėjams (Voigt, 2013).
- Kodály metodas yra vienas iš naudingų muzikos ugdymo metodų, kuris gali būti taikomas muzikos terapijoje, siekiant pagerinti autizmu sergančių vaikų bendro dėmesio elgesį. Autistiški vaikai išmoksta įsitraukti į grupės veiklą per dainavimo veiklas, liaudies muziką ir solfedžio mokymąsi (Chiengchana ir Trakarnrung, 2014).
- Vienas naujausių muzikos terapijos metodų – Ulwila metodas, skirtas vaikams su mokymosi sunkumais. Šis metodas sujungia muzikos ugdymo ir muzikos terapijos misiją, todėl vienu metu vykdo muzikinį ugdymą ir kartu padeda siekti terapinių tikslų. Pagrindinė jo metodo koncepcija grindžiama tuo, kad nesugebėjimas skaityti įprastų natų buvo didžiausia kliūtis intelekto problemų turintiems asmenims kolektyviai muzikuoti. Ulwila metodo autorius Heinrichas Ullrichas tapo naujo muzikos skaitymo metodo pradininku, pasitelkęs spalvų schemą, pakeitusią įprastą penkių takto linijų sistemą (Toth-Bakos, 2016).

Lietuvoje funkcionuoja nemažai privačių mokyklų, kurios remiasi vienokia ar kitokia filosofija, pavyzdžiui pagrindinė mokykla „Pažinimo medis“ ugdymą grindžia A. Adlerio individualiąja psichologija ir teigia esantys „viena iš nedaugelio pasaulio mokyklų, vaikų bendrųjų kompetencijų ugdymo procese ir klasių / grupių valdyme taikanti individualiosios psichologijos principus“ („Pažinimo medis“, 2023). „Apvalaus kvadrato mokykla“ savo ugdymą papildė sąmoningumo praktikomis, o mokykla „Saulės gojus“ yra pirmoji mokykla Lietuvoje „į savo ugdymo metodiką integravusi Howardo Gardnerio teoriją“ („Saulės gojus“, 2023).

Tačiau kalbant apie privačias muzikos mokyklas ir muzikinio ugdymo studijas pasigendama įstaigų, kurios savo ugdymą papildytų psichologine ar terapine filosofija. 2023

metų duomenimis, pirmoji ir vienintelė įstaiga, kuri ugdymą grindžia terapiniais aspektais yra muzikinio ugdymo studija „Muzikutis“. Tyrėjos įsteigta privati muzikinio ugdymo studija šiuo metu siūlo individualias dainavimo ir smuiko pamokas vaikams ir suaugusiems bei chorinio dainavimo užsiėmimus 3-6 metų vaikams. Ugdymas šioje įstaigoje paremtas muzikos terapijos aspektais – užsiėmimų metu koncentruojamasi į asmens savijautą, skatinama jo savimonė ir savirealizacija, koncentruojamasi ne į rezultatą, o į muzikavimo procesą. Sklandų ir efektyvų darbą emocinės sveikatos gerinimo aspektu nulemia individualus kontaktas pamokų metu ir darbas mažose grupėse. Kiekvienam mokiniui skiriamas didelis dėmesys – aprašomas ir kitaip fiksuojamas muzikuojančiojo progresas, suteikiamas atgalinis ryšys apie vykstančius procesus užsiėmimų metu. Studijos filosofiją nulėmė užsiėmimus vedančio asmens – tyrimo autorės – patirtis: muzikos pedagogikos bakalauras ir siekiamas muzikos terapijos magistro laipsnis.

Remiantis Lietuvos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos duomenimis daugiau nei pusė ikimokyklinio amžiaus vaikų lanko neformaliojo muzikinio ugdymo užsiėmimus, tačiau juose pasigendama dėmesio emocinės sveikatos stiprinimui. Lietuvoje veikiančios dainavimo ir chorinio dainavimo mokyklos koncentruojasi tik į muzikines kompetencijas, nors atsižvelgiant į pasaulyje atliekamus mokslinius tyrimus, muzikos ugdymas gali būti papildomas ir muzikos terapijos metodais. Vis dėl to, pamažu atsiranda įstaigų, kurios taiko muzikos terapijos metodus ir savo ugdymą grindžia terapiniais principais.

3. EMPIRINIS TYRIMAS – MUZIKOS TERAPIJOS PROGRAMOS TAIKYMAS IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ CHORINIO DAINAVIMO UŽSIĖMIMUOSE

3.1. Tyrimo metodologija

Mokslinės literatūros ir dokumentų analizė atskleidė vaikų emocinės sveikatos požymius ir jų dinamiką ikimokykliniame amžiuje. Anot Amerikos muzikos terapijos asociacijos parengto straipsnio, muzika gali paskatinti vaikus socializuotis, bendrauti bei stiprinti jų saviraišką (Amerikos muzikos terapijos asociacija, 2006). Siekiant emocinės sveikatos stiprinimo tikslų įgyvendinimo, chorinio dainavimo užsiėmimuose buvo pradėta taikyti autorinė tyrėjos programa „Muzikos terapijos programa chorinio dainavimo užsiėmimams: ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos gerinimas“ (Priedas Nr. 1). Kuriant programą buvo išsikelti tikslai – pastebėti muzikos terapijos intervencijos chorinio dainavimo užsiėmimuose poveikį ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimui, stebint pokyčius vaikų savimonės, elgesio savireguliacijos ir tarpusavio bendravimo srityse. Atsižvelgiant į programos tikslą ir uždavinius buvo sukurtas dešimties užsiėmimų ciklas, kurį sudarė receptyvosios ir aktyviosios muzikos terapijos veiklos. Norint pagrįsti šios programos tinkamumą chorinio dainavimo užsiėmimų metu, buvo atliktas empirinis tyrimas.

Tyrimo objektas – ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimas taikant muzikos terapijos metodus chorinio dainavimo užsiėmimuose.

Tyrimo tikslas - ištirti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimo galimybes taikant muzikos terapijos metodus chorinio dainavimo užsiėmimuose.

Atliekant empirinį tyrimą įvertinti muzikos terapijos metodų taikymo poveikį stiprinant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą chorinio dainavimo užsiėmimų metu atliekant:

1. 5-6 metų vaikų emocinių kompetencijų raiškos stebėjimą ir vertinimą taikant muzikos terapijos programą chorinio dainavimo užsiėmimuose.

2. Dainavimo studiją lankančių vaikų tėvų anketinę apklausą siekiant išsiaiškinti įgyvendinamos muzikos terapijos programos poveikį vaikų emocinių kompetencijų raiškos pokyčiams.

Tiriamųjų grupių charakteristika. Tyrime dalyvavo dvi tiriamųjų grupės: *ikimokyklinio amžiaus vaikų grupė* kuri lanko tyrėjos privačios muzikinio ugdymo studijos dainavimo užsiėmimus. Buvo stebėti aštuoni 5-6 metų vaikai. Dainavimo užsiėmimus vaikai lanko jau septynis mėnesius, todėl puikiai pažįsta aplinką, kurioje vyksta užsiėmimai. Užsiėmimai vyksta du kartus per savaitę, užsiėmimo trukmė – 45 minutės.

Tėvai/globėjai du kartus – tyrimo pradžioje ir tyrimo pabaigoje – atsakė į anketinės apklausos klausimus. Iš viso tyrimo pradžioje atsakė 17 tėvų/globėjų, į antrąją – 16.

Tyrimo metodai. Šiam tyrimui atlikti buvo pasirinkta keletas metodų:

Vaikų emocinių kompetencijų stebėjimas (vaizdo įrašų analizės metu). Šiam procesui stebėti buvo pasitelkta emocinių kompetencijų vertinimo lentelė (Priedas Nr. 2). Požymius stebėjimui tyrėja pasirinko remdamasi 2017-2020 metais vykdyto projekto „Mokymasis būti“ metodiniu leidiniu „Metodinis rinkinys. Socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymui ir vertinimui mokyklose“. Leidinyje apibrėžiama socialinio emocinio ugdymo svarba ir poreikis ugdymo įstaigose: „įrodyta, kad socialinis ir emocinis ugdymas (SEU) prisideda prie geresnės psichikos ir fizinės sveikatos“ (Agliaiti A. et al, 2018, 9 psl.). Šio leidinio prieduose esanti „Mokinių socialinių ir emocinių įgūdžių stebėjimo lentelė“ (110 psl.) tapo pagrindu išskiriant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos vertinimo sritis ir jų požymius, Emocinių kompetencijų vertinimo lentelė apima vaiko savimonės, elgesio savireguliacijos ir tarpusavio bendravimo sritis. Kiekviena iš sričių skaidoma į smulkesnius požymius:

- *savimonės skiltyje* analizuojamas vaiko gebėjimas pažinti savo ir kitų emocijas bei jas paaiškinti;
- *elgesio savireguliacijos skiltis* skaidoma į gebėjimą emocijas išreikšti, išlaukti savo eilės ir laikytis susitarimo;
- *santykių su bendraamžiais skiltyje* analizuojama kaip vaikai užsiėmimo metu gebėjo bendrauti tarpusavyje, kaip jiems sekėsi dalintis užsiėmimui reikalingomis priemonėmis ir pan.

Vertinimo lentelės sritys apibrėžtos remiantis ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės raidos teorijomis ir VšĮ „Psichologinės sveikatos centro“ psichologės konsultacijomis. Požymių pokyčiai buvo vertinami numatytais kriterijais. Mažiausias galimas įvertinimas buvo 1 balas, didžiausias – 5 balai. Vertinimo kriterijai (Priedas Nr. 2) buvo nustatyti remiantis metodinėje

priemonėje „Muzikos terapijos modelio įgyvendinimas mokyklose“ pateiktu mokinių socialinių emocinių kompetencijų vertinimo pavyzdžiu ir asmenine tyrėjos patirtimi dirbant su 3-6 metų vaikais.

Anketinės apklausos tėvams struktūra. Anketą sudarė trylika klausimų. Visi klausimai buvo suformuluoti remiantis tyrimo tikslu ir uždaviniais, atsižvelgiant į vertinamus požymius emocinių kompetencijų vertinimo lentelėje. Pirmoji emocinių kompetencijų vertinimo sritis apžvelgia vaiko savimonę ir įvertina kaip jis atpažįsta savo, kitų emocijas ir geba jas paaiškinti. Šiam blokui buvo skirti 1, 2, 4, 6, 7, 13 klausimai. Antroji emocinių kompetencijų sritis apžvelgia vaiko elgesio savireguliaciją. 3, 5, 8, 9 klausimai padeda pagilinti žinias apie vaiko emocijų išraišką, netinkamo elgesio kontrolę ir gebėjimą laikytis susitarimo kasdienėje veikloje. Paskutinė, trečioji sritis papildė tyrimo duomenis apie ikimokyklinio amžiaus vaikų bendravimo įgūdžius – kaip jie geba bendrauti tarpusavyje, dalintis reikalingomis priemonėmis ir kitais daiktais. Šiam blokui buvo priskirti 10, 11 ir 12 klausimai. Respondentai atsakinėdami į klausimus turėjo remtis rangine skale, kai „visi atsakymai eina griežtai didėjančia ar mažėjančia tvarka“ (Kardelis, 2005, 191 psl.). Remiantis ranginės skalės principais, į anketos klausimus buvo pateikti tokie galimi atsakymų variantai: „daug kartų per dieną“, „vieną kartą per dieną“, „keletą kartų per savaitę“, „kartą per savaitę“, „rečiau nei kartą per savaitę“. Anketa buvo pateikiama naudojant „Google Formos“ įrankį ir spausdintą anketos variantą (Priedas Nr. 3). Studiją lankančių vaikų tėvų apklausa naudojant anketos rezultatus siekiama papildyti emocinių kompetencijų raiškos stebėjimo ir vertinimo duomenis. Taip pat, anot Kardelio, tokio tipo anketa yra „aiški, nedviprasmiška, patikima“ (Kardelis, 2005, 189 psl.). Tuos pačius klausimus apimančią anketą tėvai atsakinėjo du kartus – prieš pradėdami muzikos terapijos programos taikymą ir praėjus dešimčiai užsiėmimų taikant šią programą.

Tyrėjos dienoraštis buvo vienas iš pagrindinių šaltinių, kuriais remiantis procese buvo tobulinama muzikos terapijos programa skirta ikimokyklinio amžiaus vaikų choriniams užsiėmimams. Reflektavimas po kiekvieno užsiėmimo padėjo analizuoti kurie metodai yra tinkami dirbant su vaikais, kas padeda gauti laukiamą rezultatą ir pan.

Tyrimo etapai: tyrimas atliktas etapais:

Apibrėžta tyrimo problema ir jo aktualumas, išskirti tyrimo uždaviniai

(2022 m. rugsėjo mėn. - 2023 m. balandžio mėn.)

Vykdyta tėvų, kurių vaikai lanko užsiėmimus, internetinė apklausa - pildomos anketos

(2023 m. kovo-balandžio mėn.)

Dešimties užsiėmimų metu vykdoma muzikos terapijos programa, naudojamas emocinių kompetencijų vertinimo lentelė

(2023 m. kovo mėn. - 2023 m. balandžio mėn.)

Gautų duomenų analizė ir išvadų parengimas

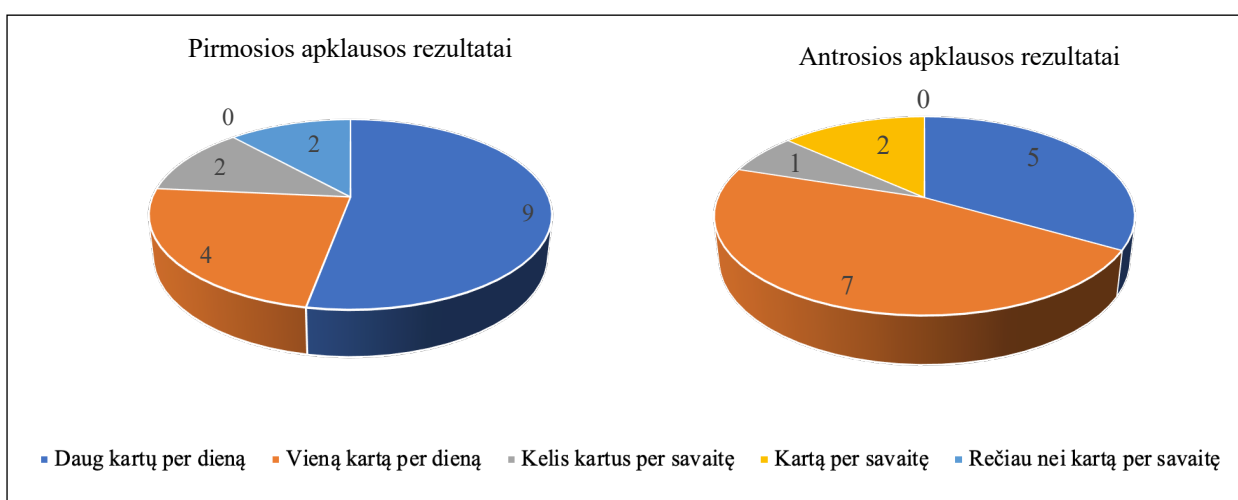
(2023 m. balandžio mėn.)

Tyrimo etika. Prieš pateikiant anketą, tyrimo autorė vaizdo skambučio metu susitiko su respondentais ir pristatė tiriamojo darbo tikslą, objektą, paaiškino anketos pildymo tikslą bei poreikį, užtikrino anketą pildančių asmenų anonimiškumą. Prieš pradėdant tyrimą jame dalyvaujantys asmenys pasirašė sutikimą, kad gauti duomenys bus naudojami rengiant darbą ir viešinant tyrimo metu gautus rezultatus.

4. TYRIMO REZULTATŲ ANALIZĖ

4.1. Tėvų anketinės apklausos rezultatų analizė

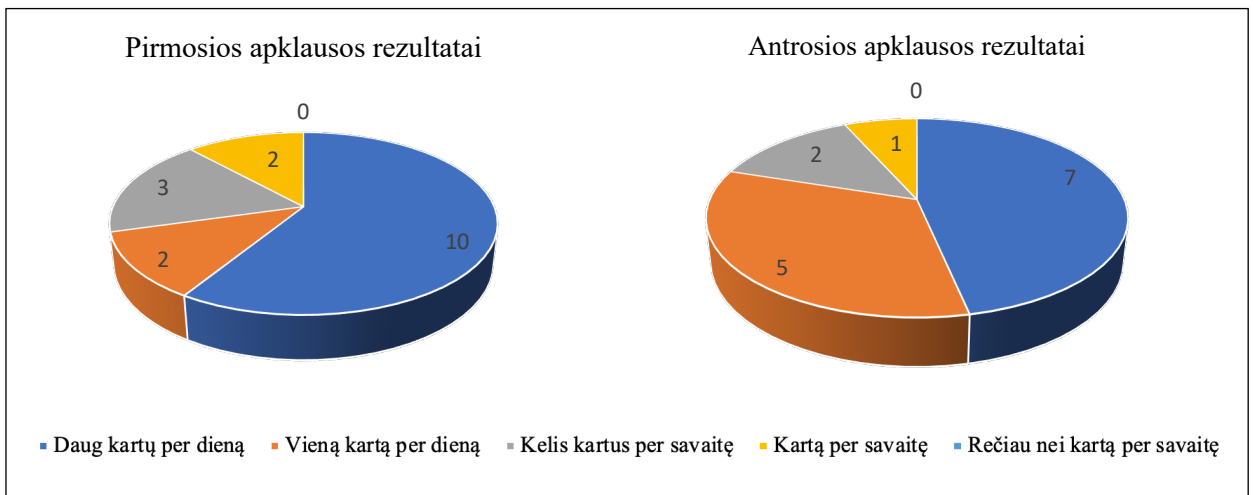
Tyrimo pradžioje ir pabaigoje buvo atlikta anketinė apklausa, kurioje dalyvavo muzikinio ugdymo studijos chorinio dainavimo užsiėmimus lankančių vaikų tėvai. Pirmosios ir antrosios apklausos metu buvo siekiama pastebėti pokytį vaikų elgsenoje namų aplinkoje. Pirmuoju klausimu buvo norima sužinoti, kaip dažnai vaikas kalba apie savo jausmus, pavyzdžiui įvardina, kad jam liūdna, kad jis pyksta ir pan. Žemiau esančiame paveiksle (žr. pav. 1) matysite sulygintus pirmos ir antros apklausos rezultatus.



Vaikų kalbėjimo apie savo jausmus dažnis (N-17). Paveikslas Nr. 1.

Gauti rezultatai rodo, kad pirmosios apklausos metu devyni tėvai nurodė, kad jų vaikas apie savo jausmus kalba daug kartų per dieną. Tokį pat atsakymą antrinėje apklausoje pateikė penki tėvai. Nors matome, kad vaikų, kurie apie savo jausmus kalba skaičius sumažėjo, akivaizdu, kad padaugėjo vaikų, kalbančių apie savo jausmus vieną kartą per dieną – pirmos apklausos metu tokį atsakymą nurodė keturi tėvai, antrosios apklausos metu – septyni tėvai. Matomas ir minimalus pokytis pateikiant atsakymą „kelis kartus per savaitę“ – pirmąjį kartą šį atsakymą pasirinko du tėvai, antrąjį kartą – vienas tėvas. Pastebimas pokytis pateikiant atsakymus „kartą per savaitę“ ir „rečiau nei kartą per savaitę“. Pirmosios apklausos metu nebuvo tėvų, kurie pasirinktų atsakymą „kartą per savaitę“, tačiau antrojoje apklausoje šį variantą pasirinko du respondentai. Antroje apklausoje nė vienas iš atsakiusiųjų nepasirinko varianto „rečiau nei kartą per savaitę“, nors pirmoje apklausoje šį atsakymą pasirinko du respondentai.

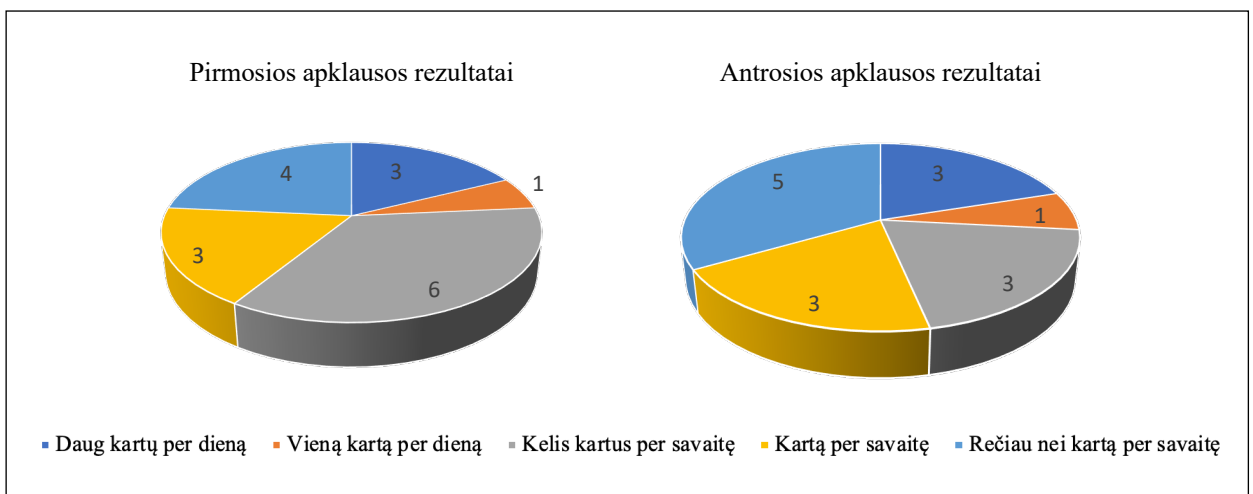
Antruoju klausimu apklausos dalyvių buvo klausama apie vaikų pastabumą kitų žmonių juntamų emocijų atžvilgiu (žr. pav. 2).



Vaikų pastabumas kitų žmonių juntamų emocijų atžvilgiu. Paveikslas Nr. 2.

Šiuose rezultatuose ryškiausiai pokytis atsispindi pasirinkime „daug kartų per dieną“: pirmosios apklausos metu dešimt atsakiusių pasirinko šį variantą, antrosios apklausos metu skaičius sumažėjo iki septynių. Taip pat pakito ir atsakymo „vieną kartą per dieną“ rodikliai – pirmosios apklausos metu šį variantą pasirinko du, o antrosios – penki respondentai. Žvelgiant į pokytį renkant atsakymą „kelis kartus per savaitę“ pastebima, kad pirmosios apklausos metu šį atsakymą pasirinko trys respondentai, o antrosios apklausos metu šis pasirinkimas sumažėjo vienu respondentu – fiksuojami dviejų žmonių atsakymai. Panašus pokytis matomas ir analizuojant „kartą per savaitę“ atsakymą – pirmojoje anketoje jį pasirinko du atsakiusieji, o antroje sumažėjo vienu ir liko vienas respondentas. Tiek pirmojoje apklausoje, tiek antroje nė vienas respondentas nepasirinko atsakymo „rečiau nei per kartą per savaitę“.

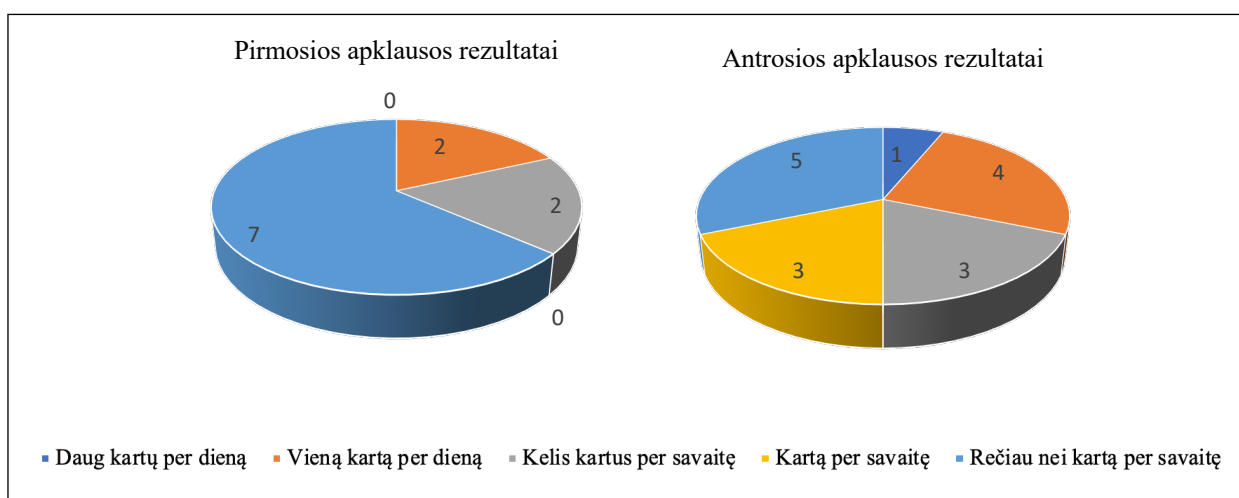
Trečiuoju klausimu siekta išsiaiškinti netinkamo elgesio dažnį vaikui išreiškiant pyktį (žr. pav. 3).



Netinkamo elgesio vaikui išreiškiant pyktį dažnis. Paveikslas Nr. 3

Pildant pirmąją anketa šeši respondentai nurodė, kad jų vaikas netinkamai pykti išreiškia „kelis kartus per savaitę“, po programos vykdymo šį variantą pasirinko trimis respondentais mažiau. Atsakymų „kartą per savaitę“ ir „daug kartų per dieną“ pasirinkimai nepakito – abiejų apklausų metu juos pasirinko trys respondentai, o atsakymą „vieną kartą per dieną“ abiejų apklausų metu pasirinko po vieną apklausoje dalyvavusį asmenį. Pasirinkusių atsakymą „rečiau nei kartą per savaitę“ skaičius padidėjo – pirmosios apklausos metu jį pažymėjo keturi, o antrosios – penki respondentai.

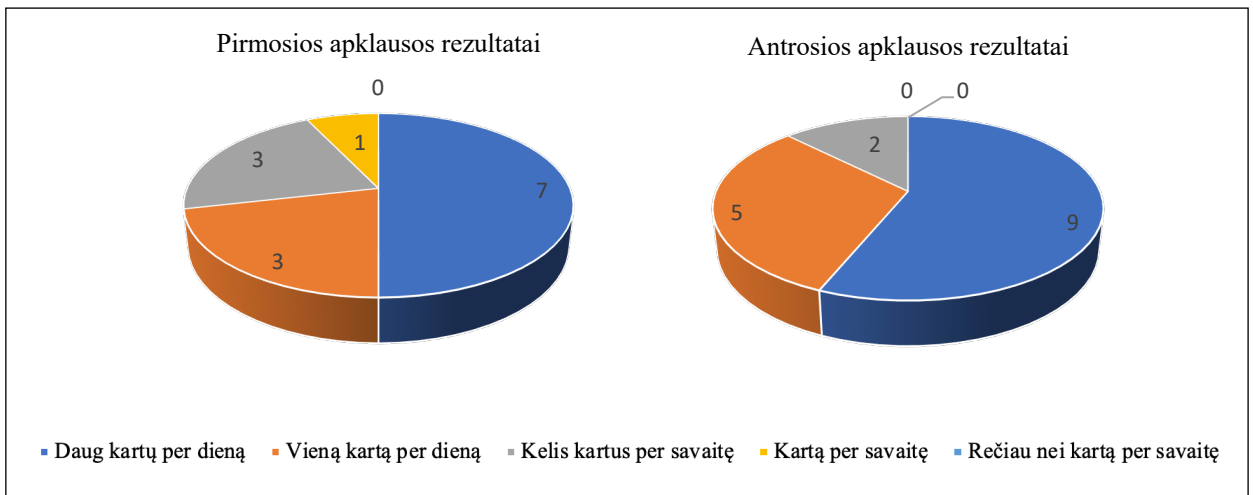
Ketvirtu klausimu siekta išsiaiškinti kaip dažnai respondentų nuomone jų vaikas nerimauja (žr. pav. 4).



Vaiko patiriamo nerimo dažnis. Paveikslas Nr. 4

Ryšciausias pokytis matomas pasirinkime „rečiau nei kartą per savaitę“ – pirmosios apklausos metu jį pažymėjo septyni, o antrosios apklausos dviem mažiau – penki respondentai. Pirmos apklausos metu nebuvo respondentų, kurie pasirinktų atsakymus „daug kartų per dieną“ ir „kartą per savaitę“, tačiau galime matyti, kad šie atsakymai buvo pasirinkti antrosios apklausos metu – atitinkamai vienas ir trys respondentai. Variantą „vieną kartą per dieną“ antrosios apklausos metu pasirinko keturi respondentai, o pirmos apklausos metu dviem mažiau. Analizuojant pasirinkimą „kelis kartus per savaitę, taip pat matomas pokytis – pirmosios apklausos metu jį pasirinko du tyrime dalyvavę asmenys, o antrosios apklausos metu – trys tyrime dalyvavę asmenys.

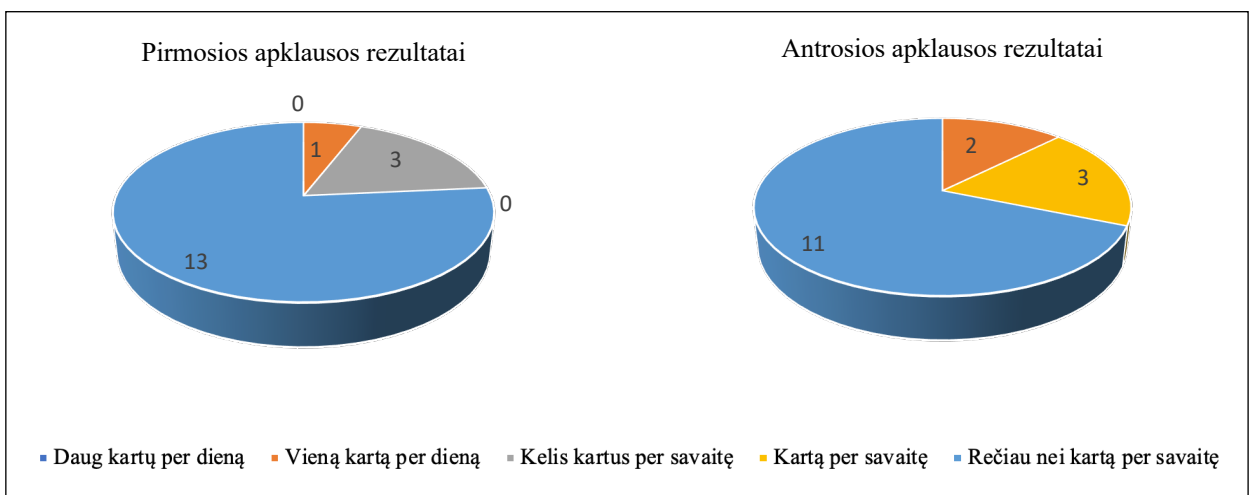
Penktasis klausimas vėl skirtas emocijų išraiškos dažniui nustatyti. Juo buvo klausiama kaip dažnai vaikas būna labai laimingas ir tai išreiškia įvairiais žodžiais, tokiais kaip „valio“, „jėga“ ir pan. (žr. pav. 5).



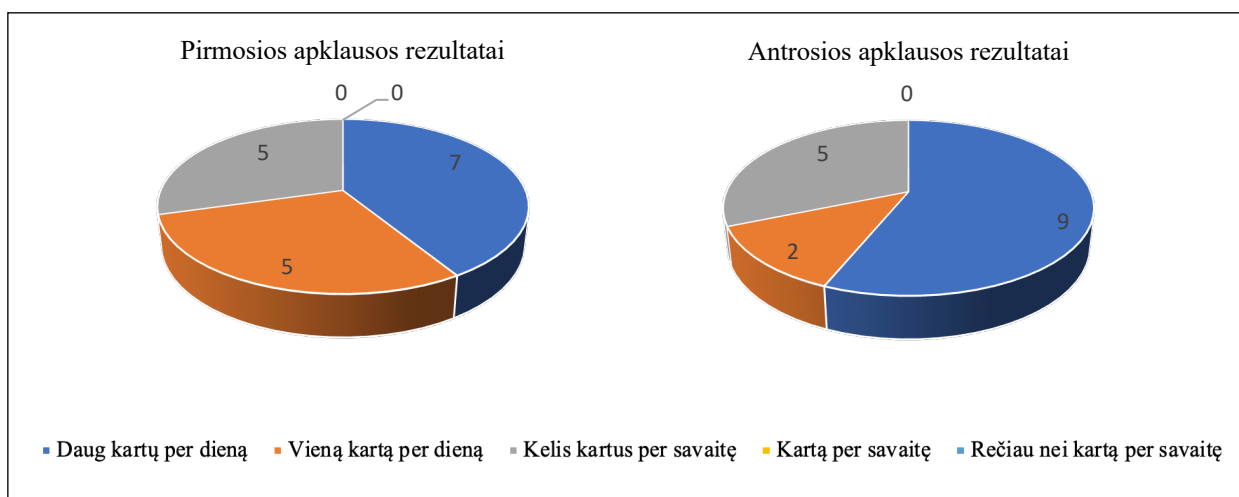
Džiaugsmingo elgesio išraiškos vaikų elgesyje dažnis. Paveikslas Nr. 5

Pirmosios apklausos metu, pusė respondentų pasirinko atsakymą „daug kartų per dieną“. Antrosios apklausos metu šį atsakymą pasirinko dviem respondentais daugiau – devyni, o atsakymo „rečiau nei kartą per savaitę“ abiejų apklausų metu nepasirinko nė vienas respondentas. Analizuojant variantą „vieną kartą per dieną“, taip pat matome pokytį – pirmosios apklausos metu jį rinkosi trys, o antrosios dviem daugiau – penki respondentai. Antros apklausos atžvilgiu pastebimas sumažėjimas atsakymų „kelis kartus per savaitę“ ir „kartą per savaitę“ atžvilgiu. Variantą „kelis kartus per savaitę“ pirmosios apklausos metu rinkosi trys respondentai, antrosios apklausos metu sumažėjo iki dviejų, o „kartą per savaitę“ pirmos apklausos metu pasirinko vienas respondentas, antros apklausos metu neužfiksuotas šio varianto pasirinkimas.

Šeštasis ir septintasis klausimas skirtas išsiaiškinti vaiko temperamento ir klausomos muzikos sąsajas (žr. pav. 6 ir 7). Šeštasis klausimas (pav. nr. 6) analizuoja kaip dažnai vaikas klausosi liūdno, lėtos, melancholiškos muzikos, o septintasis (pav. nr. 7) apžvelgia kaip dažnai vaikas klausosi linksmos, greitos muzikos.



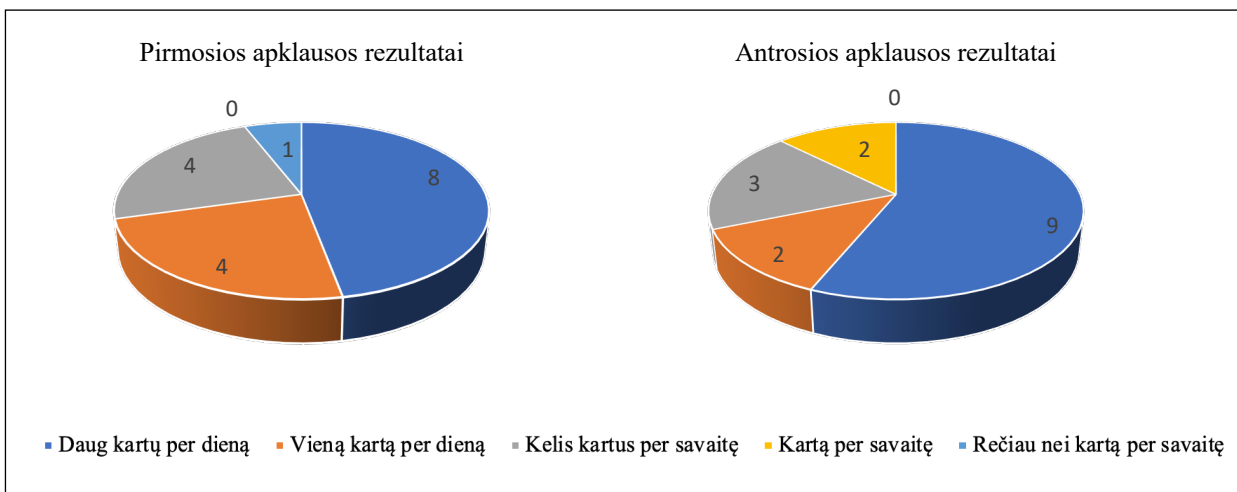
Pirmosios apklausos metu atsakymą „rečiau nei kartą per savaitę“ pasirinko didžioji dauguma – trylika respondentų. Antrosios apklausos metu šio atsakymo pasirinkimas sumažėjo dviem respondentais. Variantą „vieną kartą per dieną“ pirmoje apklausoje rinkosi vienas asmuo, antrą kartą pildant anketą skaičius padidėjo iki dviejų. Pastebima, kad nei pirmosios, nei antrosios apklausos metu nebuvo pasirinktas variantas „daug kartų per dieną“. Būtina paminėti, kad nors pirmojoje apklausoje atsirado trys respondentai pasirinkę atsakymą „kelis kartus per savaitę“, antrojoje apklausoje šio varianto niekas nesirinko. Panaši situacija pasikartojė ir antrosios apklausos metu – trys respondentai pažymėjo atsakymą „kartą per savaitę“, nors pirmos apklausos metu šio varianto nesirinko niekas.



Linksmos, greitai muzikos klausymo dažnis. Paveikslas Nr. 7

Tarp šio klausimo pasirenkamų atsakymų dominuoja „daug kartų per dieną“ – šį variantą pirmos apklausos metu pasirinko septyni, o antrosios apklausos dviem daugiau – devyni respondentai. Atsakymą „kelis kartus per savaitę“ abiejų apklausų metu pasirinko penki respondentai. Pirmosios apklausos metu į klausimą pasirinkę variantą „vieną kartą per dieną“ atsakė penki asmenys, o antrosios apklausos metu šį variantą pasirinko trims respondentais mažiau. Tiek pirmos, tiek antros apklausos metu variantų „rečiau nei kartą per savaitę“ ir „kartą per savaitę“ nesirinko nė vienas respondentas.

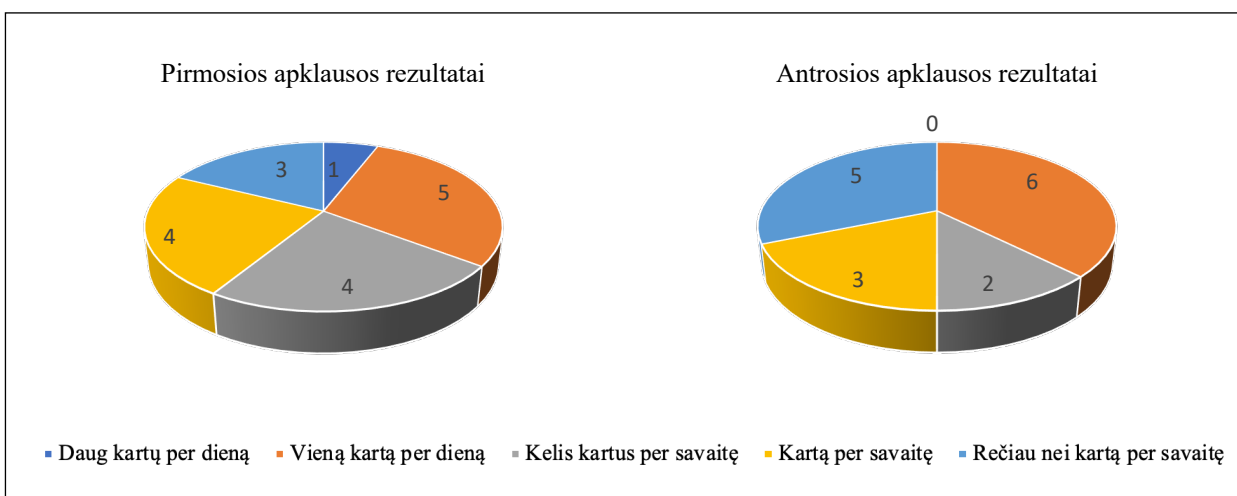
Aštuntame klausime tėvų buvo paprašyta atsakyti kaip dažnai jų vaikas laikosi susitarimo (žr. pav. 8).



Gebėjimo laikytis susitarimo dažnis. Paveiklas Nr. 8

Pirmoje apklausoje variantą „daug kartų per dieną“ pasirinko aštuoni respondentai, ta pati situacija ir antrosios apklausos metu, tiesa, dabar šį atsakymą pasirinko vienu daugiau – devyni respondentai. Akivaizdus pokytis ir renkantis atsakymą „vieną kartą per dieną“ – pirmosios apklausos metu šį atsakymą pažymėjo keturi atsakiusieji, o antrosios apklausos metu dviem mažiau – du atsakiusieji. Pastebimas sumažėjimas ir renkantis variantą „kelis kartus per savaitę“ – pirmosios apklausos metu jį rinkosi keturi, o antrosios – trys respondentai. Pirmą kartą pildant anketą niekas nesirinko atsakymo „kartą per savaitę“, tačiau antrosios apklausos metu tokių atsirado jau du. Panaši situacija ir su variantu „rečiau nei kartą per savaitę“ – pirmosios apklausos metu šį variantą rinkosi vienas respondentas, tačiau antrosios apklausos metu šio varianto nepasirinko niekas.

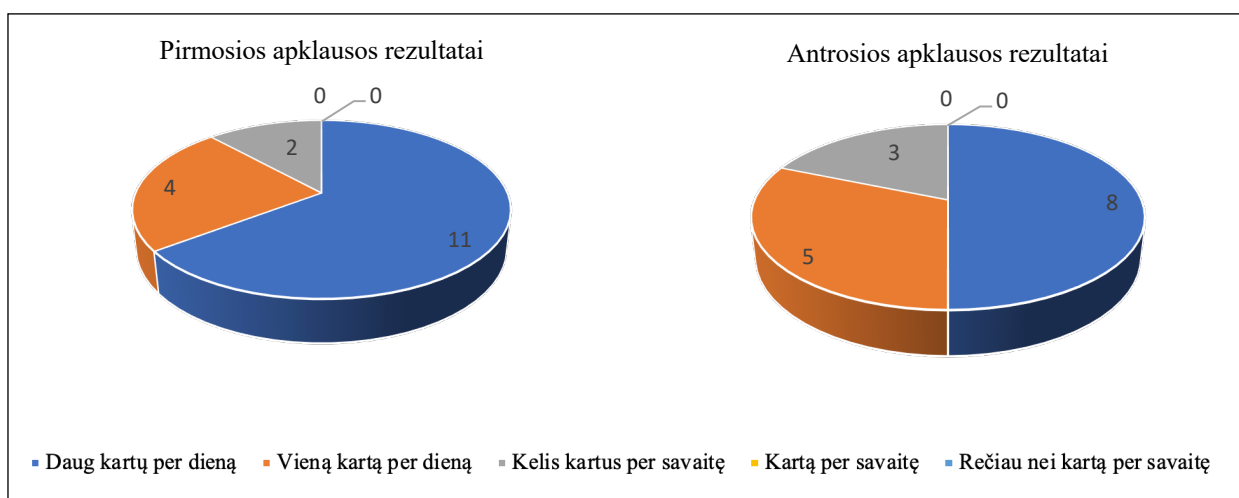
Devintas klausimas skirtas išsiaiškinti kaip dažnai vaikas netinkamai reaguoja į laukimą (žr. pav. 9).



Netinkamos reakcijos į laukimą dažnis. Paveiklas Nr. 9

Vizualiai matoma, kad abiejų apklausų metų respondentai pasiskirstė pasirinkdami visus galimus atsakymus – „rečiau nei kartą per savaitę“ pirmoje anketoje pažymėjo trys, o antroje – penki atsakantieji, „vieną kartą per dieną“ pirmojo pildymo metu rinkosi penki, o antrojo – šeši respondentai. „Kelis kartus per savaitę“ pirmoje anketoje pažymėjo keturi, o antroje – du tėvai, „kartą per savaitę“ pirmosios anketos pildyme rinkosi keturi, o antrosios anketos – trys respondentai. Vienas asmuo pirmoje anketoje pažymėjo „daug kartų per dieną“, tačiau antrojo pildymo metu šis atsakymas nebuvo pasirinktas.

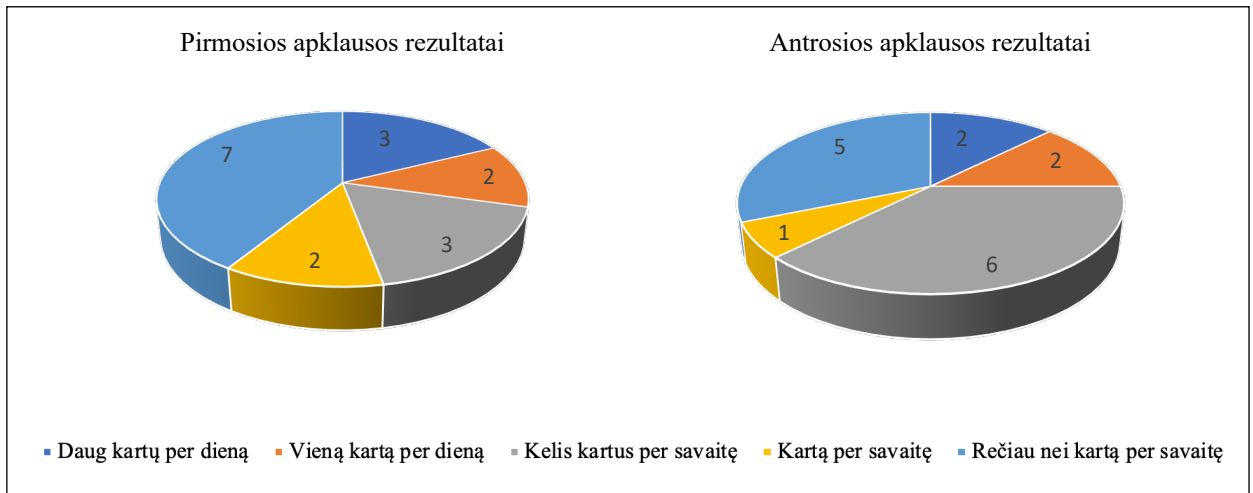
Dešimtame klausime tėvai rinkosi tinkamus atsakymus į klausimą „Kaip dažnai jūsų vaikas dalyvauja pokalbiuose su kitais suaugusiais“ (žr. pav. 10).



Vaiko komunikavimo su kitais suaugusiais dažnis. Paveikslas Nr. 10

Dominuojantis atsakymas į šį klausimą tiek pirmos, tiek antros apklausos metu buvo „daug kartų per dieną“ – pirmojoje anketoje šį variantą pasirinko 11, o antrojoje – 8 respondentai. Variantą „vieną kartą per dieną“ pirmoje apklausoje rinkosi keturi respondentai, antroje apklausoje penki respondentai. „Kelis kartus per savaitę“ pirmąjį kartą rinkosi du tėvai, o antrąjį kartą vienu daugiau – trys tėvai. Atsakymų „kartą per savaitę“ ir „rečiau nei kartą per savaitę“ abiejų apklausų metu nesirinko nė vienas respondentas.

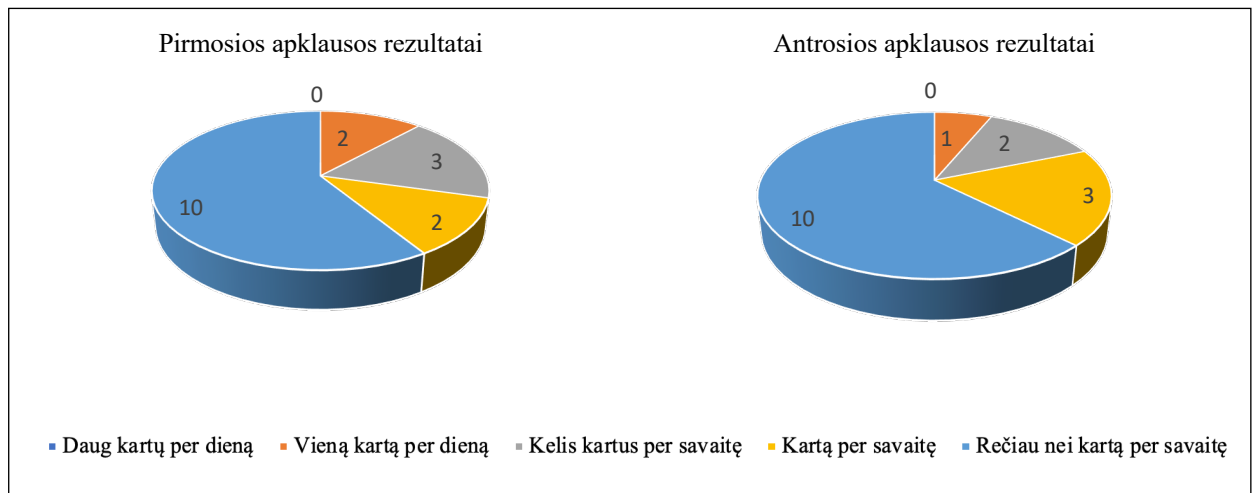
Vienuoliktame klausime tėvai fiksavo atsakymus apie vaikų iniciatyvą bendraujant su nepažįstamais vaikais (žr. pav. 11).



Vaikų iniciatyvumo bendraujant su nepažįstamais vaikais dažnis. Paveikslas Nr. 11

Atsakant į šį klausimą atsakymai pasiskirstė: „daug kartų per dieną“ pasirinko septyni ir penki respondentai“, „vieną kartą per dieną“ pirmoje ir antroje apklausoje pasirinko du respondentai. „Kelias kartus per savaitę“ pirmą kartą pažymėjo trys, o antrą kartą trimis daugiau – šeši respondentai“. Variantą „kartą per savaitę“ pirmoje apklausoje pasirinko du, o antroje – vienas respondentas. Paskutinį atsakymą „rečiau nei kartą per savaitę“ pirmoje anketoje pažymėjo septyni, o antroje penki tėvai.

Priešpaskutiniame klausime tėvai pasidalino savo patirtimi „kaip dažnai vaikas jaučiasi nejaukiai vietoje, kurioje yra daug nepažįstamų žmonių“ (žr. pav. 12).

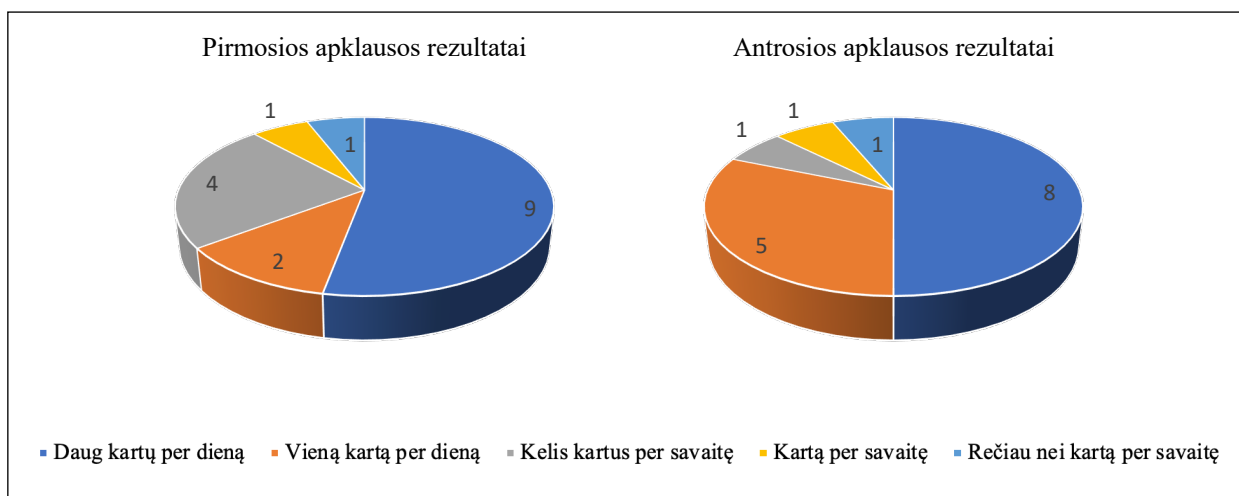


Vaikų nemalonių pojūčių nepažįstamoje aplinkoje dažnis. Paveikslas Nr. 12

Daugiausiai respondentų pasirinko atsakymą „rečiau nei kartą per savaitę“ – abiejų apklausų metu šį variantą žymėjo dešimt respondentų. „Vieną kartą per dieną“ pirmos apklausos metu pasirinko du, o antrosios vienas asmuo. „Kelias kartus per savaitę“ pirmąjį kartą pasirinko trys, o antrą kartą du respondentai. „Kartą per savaitę“ pirmosios apklausos metu

pasirinko du, o antrosios apklausos metu trys respondentai. Atsakymo „daug kartų per dieną“ abiejų apklausų metu nepasirinko nė vienas respondentas.

Paskutiniame klausime tėvai atsakinėjo kaip dažnai vaikai pasakoja apie darželyje ar kituose užsiėmimuose esančius vaikus (žr. pav. 13).



Vaikų pasidalinimai apie kitus užsiėmime dalyvaujančius vaikus. Paveikslas Nr. 13

Pirmosios apklausos metu didžioji dalis – devyni respondentai – pasirinko atsakymą „daug kartų per dieną“. Šį atsakymą antrosios apklausos metu pasirinko aštuoni respondentai. Pirmosios apklausos metu atsakymą „vieną kartą per savaitę“ pasirinko du tėvai, o antrosios apklausos metu penki tėvai. Pirmosios apklausos metu atsakymą „kelis kartus per savaitę“ rinkosi keturi, o antrosios – vienas asmuo. „Kartą per savaitę“ ir „rečiau nei kartą per savaitę“ abiejų apklausų metu pasirinko po vieną respondentą.

Antroje apklausoje buvo užduodama ir papildomų klausimų. Jais buvo siekta išsiaiškinti papildomas aplinkybes, kurios galimai turi įtaką vaiko emocijų raiškai įgyvendinant programą. Buvo pateikti 11 papildomų klausimų apie šeimyninę ir socialinę padėtį, turimus sveikatos sunkumus ir motyvus, lemiančius pasirinkti lankomą muzikinio ugdymo studiją. Atsakydami apie šeimyninę padėtį, 15 respondentų pasirinko, kad yra „vedę/ištekėjusios“, vienas respondentas šeimyninę padėtį nurodė pasirinkdamas atsakymą „kita“. Tokie pat rezultatai gauti ir analizuojant atsakymą apie išsilavinimą – 15 atsakiusiųjų nurodė, kad turi „aukštąjį universitetinį“ išsilavinimą, o vienas nurodė, kad turi „aukštąjį neuniversitetinį“ išsilavinimą. Šešioliktu ir septynioliktu klausimu buvo prašoma nurodyti savo socialinę padėtį (100% atsakiusiųjų pasirinko variantą „dirbantysis“) ir vaiko turimus sveikatos sunkumus (100% atsakiusiųjų nurodė, kad jų vaikas sveikatos sunkumų neturi). Aštuonioliktu klausimu tėvų buvo paprašyta nurodyti ar jų vaikas lankosi pas psichologą ar psichoterapeutą. Visi respondentai pasirinko neigiamą atsakymą.

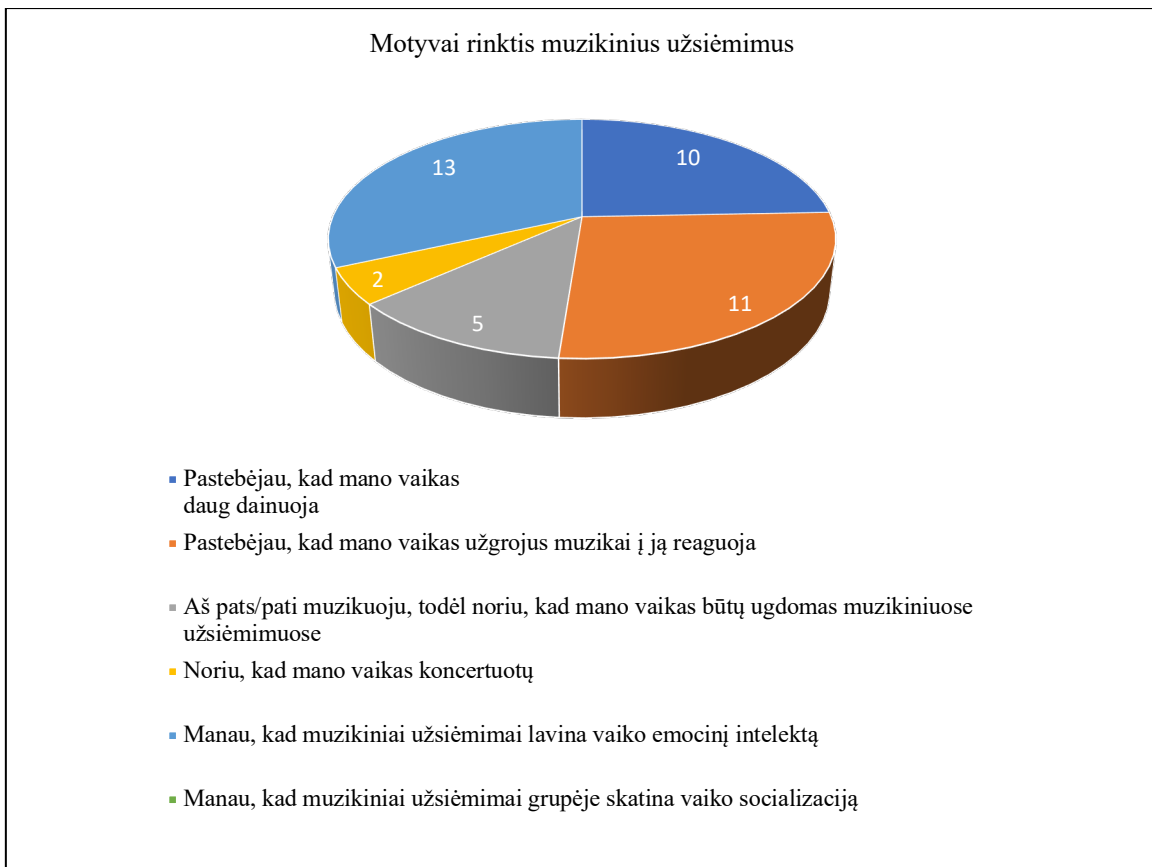
Sekančiu klausimu buvo paprašyta nurodyti kiek neformalaus ugdymo užsiėmimų lanko jų vaikas (žr. pav. 14).



Neformalaus ugdymo užsiėmimų skaičius. Paveikslas Nr. 14

Atsakydami į šį klausimą respondentai pasiskirstė: šeši respondentai atsakė, kad jų vaikas lanko vieną užsiėmimą, trys tėvai pasirinko, kad lanko du užsiėmimus, trys tėvai pasirinko, kad lanko tris užsiėmimus ir trys tėvai pasirinko, kad jų vaikas lanko keturis ir daugiau neformalaus ugdymo užsiėmimus.

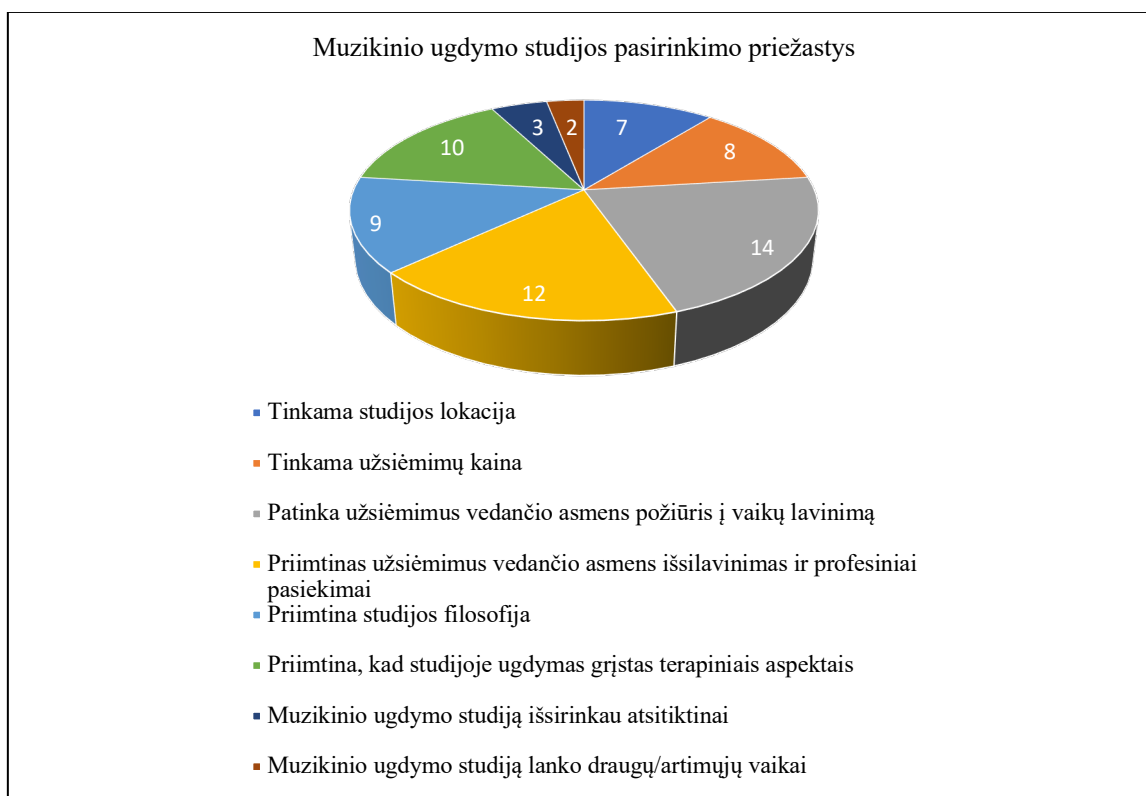
Sekantis klausimų blokas skirtas išsiaiškinti respondentų motyvus savo vaikams rinktis muzikinio ugdymo užsiėmimus (žr. pav. 15).



Motyvai rinktis muzikinius užsiėmimus. Paveikslas Nr. 15

Atsakant į šį klausimą respondentai galėjo rinktis kelis variantus, todėl rezultatuose matomi didesni skaičiai. Trylika respondentų pasirinko, kad muzikinius užsiėmimus vaikui išrinko dėl to, kad mano, kad muzikiniai užsiėmimai lavina vaiko emocinį intelektą. Vienuolika respondentų pažymėjo atsakymą „pastebėjau, kad mano vaikas užgrojus muzikai į ją reaguoja“. Dešimt respondentų pasirinko atsakymą „pastebėjau, kad mano vaikas daug dainuoja“. Penki tėvai pasirinko atsakymą „aš pats/pati muzikuoju, todėl noriu, kad mano vaikas būtų ugdomas muzikiniuose užsiėmimuose“, o du tėvai pasirinko „noriu, kad mano vaikas koncertuotų“. Respondentai buvo pakviesti nurodyti ir kitas priežastis, kurios lėmė jų pasirinkimą. Vienas iš jų atsakė: „kalbos aparato lavinimui“, kitas respondentas papildė atsakydamas: „manau, muzika lavina ir matematinius sugebėjimus“. Buvo ir tėvų, kurie išsamiau papildė užduotą klausimą: „manau, kad dainavimas lavina atmintį, naudinga dėl tarties (kai mažame amžiuje vaikai neištaria tam tikrų raidžių, garsų), suteikia pasitikėjimo savim, kai koncertuoja prieš auditoriją, vaikas turi gerą laiką su bendraminčiais. Ugdomo užsiėmimo metu, kai nėra šalia tėvų, vaikas įgauna savarankiškumo ir pasitikėjimo kitais“. Dar vieno vaiko tėvas nurodė: „Norėjau, kad dukra geriau jaustų save tarp kitų žmonių (yra linkusi dominuoti, daug kalbėti), siekiau, kad "įsiklausytų į kitą", girdėtų šalia esantį ir matytų kaip jos balsas dera tarp kitų“.

Kitame klausime buvo prašoma tėvų nurodyti kodėl vaiko muzikiniam lavinimui buvo pasirinkta muzikinio ugdymo studija „Muzikutis“ (žr. pav. 16). Šiame klausime respondentai taip pat galėjo pasirinkti kelis atsakymo variantus.



Keturiolika respondentų pasirinko atsakymą „patinka užsiėmimus vedančio asmens požiūris į vaikų lavinimą, o dvylika respondentų pasirinko atsakymą „priimtinas užsiėmimus vedančio asmens išsilavinimas ir profesiniai pasiekimai. Dešimt respondentų pasirinko atsakymą „priimtina, kad studijoje ugdymas grįstas terapiniais aspektais“, o devyni respondentai pasirinko atsakymą „priimtina studijos filosofija“. Atsakymą „tinkama užsiėmimų kaina“ pasirinko aštuoni tėvai, „tinkama studijos lokacija“ pasirinko septyni tėvai. Mažiausiai tėvų pasirinko atsakymus „muzikinio ugdymo studiją išsirikau atsitiktinai“ (trys respondentai) ir „muzikinio ugdymo studiją lanko draugų/artimųjų vaikai“ (du respondentai). Šį klausimą respondentai taip pat buvo pakviesti papildyti. Vienas iš tėvų rašė: „pasitikiu studijos vadove, kad tinkamai atlieps vaiko poreikius užsiėmimų metu“.

Paskutinis klausimas buvo skirtas tėvams, norintiems pasidalinti savo įžvalgomis apie tyrimo eigą ir jo metu vykdytus užsiėmimus. Šia galimybe pasinaudojo trys respondentai. Pirmasis iš jų rašė: „negaliu vertinti 5 savaitių rezultato, bet studijos lankymas labai gerai veikia Oną (vardas pakeistas). Ji visada laukia pamokėlių, būna labai laiminga po jų, ji dažnai dainuoja namuose, taip pat groja muzikiniais instrumentais“. Kitas tėvas atsakė: „manau pradėjo aiškiau išreikšti kaip ji (dukra) jaučiasi: liūdna, rami, linksma ir pan.“. Vienas iš tėvų pasidalino ir situacija po užsiėmimų muzikinio ugdymo studijoje: „vakare po darbo ir darželio, Kotryna (vardas pakeistas) prašo kartu su ja kažką nupiešti. Sakau "Nežinau ką piešti...", o ji man: "Ką nors, ką tau širdis sako. Iš visos širdies..."“.

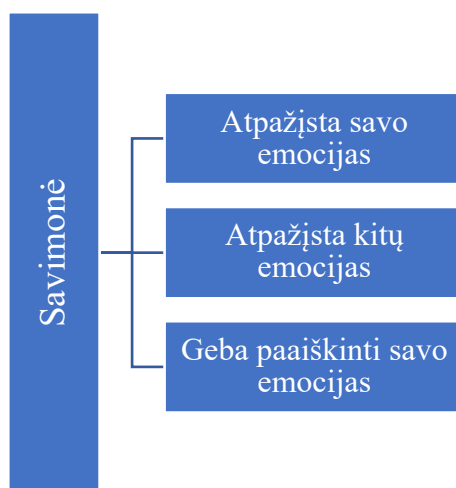
Anketos apklausos rezultatų tyrimo pradžioje ir po 10 užsiėmimų lyginimas padėjo pastebėti pokyčius tyrime dalyvavusių vaikų elgesyje ir įvertinti galimas pokyčio priežastis. Ryškiausi pokyčiai tarp pirmos ir antros anketos matomi klausimuose „kaip dažnai jūsų vaikas kalba apie savo jausmus“ (žr. pav. 1), „kaip dažnai jūsų vaikas nerimauja“ (žr. pav. 4), „kaip dažnai jūsų vaikas dalyvauja pokalbiuose su kitais suaugusiais“ (žr. pav. 10), ir „kaip dažnai jūsų vaikas pradeda pokalbį su nepažįstamais vaikais“ (žr. pav. 11). Tikėtina, jog įgyvendinama muzikos terapijos programa turėjo poveikį šioms pokyčiams, nes pavyzdžiui, trimis respondentais daugiau pasirinko atsakymą „kartą per dieną“ atsakydami į klausimą apie vaikų pasidalinimą apie patiriamus jausmus. Taip pat trimis respondentais daugiau antroje apklausoje pasirinko variantą „kartą per savaitę“, kai buvo klausama kaip dažnai jų vaikai pradeda pokalbį su nepažįstamais vaikais. Tai galėjo nutikti dėl to, kad muzikos terapijos programoje didelis dėmesys skiriamas emocijų įvardinimui ir tarpusavio bendravimui. Labiausiai respondentų atsakymai pasiskirstė atsakant į klausimus „kiek neformalaus ugdymo užsiėmimų lanko jūsų vaikas“ (žr. pav. 14) bei „kokie motyvai lėmė šios muzikinio ugdymo studijos pasirinkimą“ (žr.

pav. 16). Pastarojo klausimo atsakymų pasiskirstymas tyrėjos nuomone galėjo būti dėl muzikinio ugdymo studijos filosofijos ir ugdymo būdų išskirtinumo.

4.2. Emocinių kompetencijų vertinimo rezultatai

Kadangi studijoje choro dainavimo užsiėmimus lanko vaikai, kuriems yra nuo 3 iki 6 metų, ne visi vaikai galėjo dalyvauti tyrime. Remiantis tyrimais, priešmokyklinio amžiaus vaikai jau geba pažinti daugiau savo emocijų, be to pradeda po truputį suprasti ir kito žmogaus jausmus (Hille, Evanschitzky ir Bauer, 2015). Todėl emocinių kompetencijų pokyčių stebėjimui ir vertinimui tyrime buvo pasirinkti 8 priešmokyklinio amžiaus, t.y. 5-6 metų vaikai. Šiame skyrelyje aptariamas emocinių kompetencijų raiškos pokytis fiksuotas tarp pirmojo ir paskutinio užsiėmimo metu, taikant muzikos terapijos programą choriniuose užsiėmimuose. Kaip minėta anksčiau (žr. psl. 25), sudarant tėvų anketinę apklausą, visi klausimai buvo susieti su vertinamais emocinių kompetencijų požymiais. Šioje analizėje tyrimo duomenys papildomi tėvų anketų atsakymais ir asmeninėmis tyrėjos išvalgomis užfiksuotomis dienoraštyje.

Pirmoji sritis, kuri vertinama naudojant emocinių kompetencijų vertinimo lapą buvo vaiko savimonė. Ši sritis dar išskaidoma į tris raiškos požymius (žr. pav. 17):



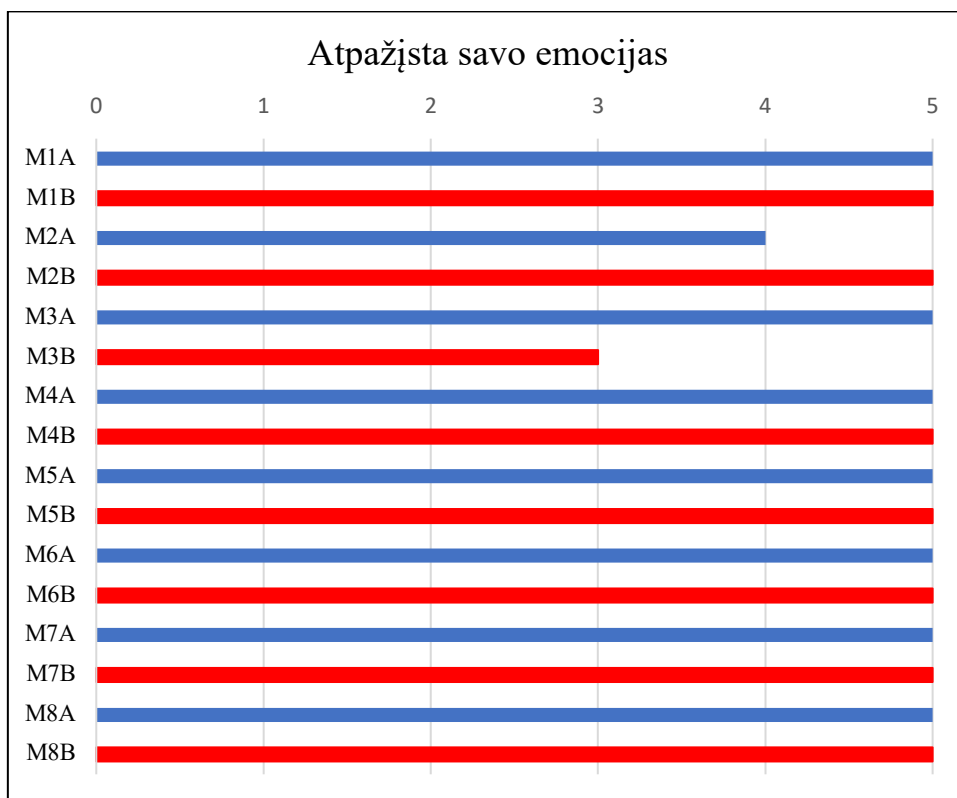
Pirmosios srities išskirstymas požymiais. Paveikslas Nr. 17

Visi požymiai buvo vertinami pasitelkiant penkių balų sistemą, žemiau nurodyti glausti vertinimo kriterijai, o išsamius kiekvieno požymio vertinimo aprašus galima rasti darbo priede (Priedas Nr. 2):

- **1 balas.** Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas sunkiai įgyvendina skirtas užduotis, kurios atskleidžia kompetencijas, užsiima kita veikla.

- **2 balai.** Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, kad vaikas pradėjęs atlikti skirtas užduotis greit praranda susidomėjimą, veikloje dalyvauja tik iš dalies.
- **3 balai.** Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas stebi kitus grupės narius, savo elgesį dalinai formuoja atsižvelgdamas į jų veiksmus. Pateikiami komentarai dalinai atspindi stebimą kompetenciją.
- **4 balai.** Stebint vaizdo medžiagą matome, kad vertinama kompetencija išreiškiama pakankamai aiškiai, kartais prireikia mokytojo verbalinio paskatinimo.
- **5 balai.** Stebint vaizdo medžiagą akivaizdu, kad vertinama kompetencija labai išreiškiama, lengvai pastebima ir nėra atsitiktinis veiksmas.

Pirmojo požymio vertinimų skirtumus tarp pirmo ir paskutinio užsiėmimo galima matyti diagramoje (žr. pav. 18). Dėl duomenų apsaugos vaikai užvadinti kodais M1, M2, M3, M4, M5, M6, M7 ir M8. Raidė A žymi pirmąjį programos užsiėmimą, o raidė B žymi paskutinį programos užsiėmimą.

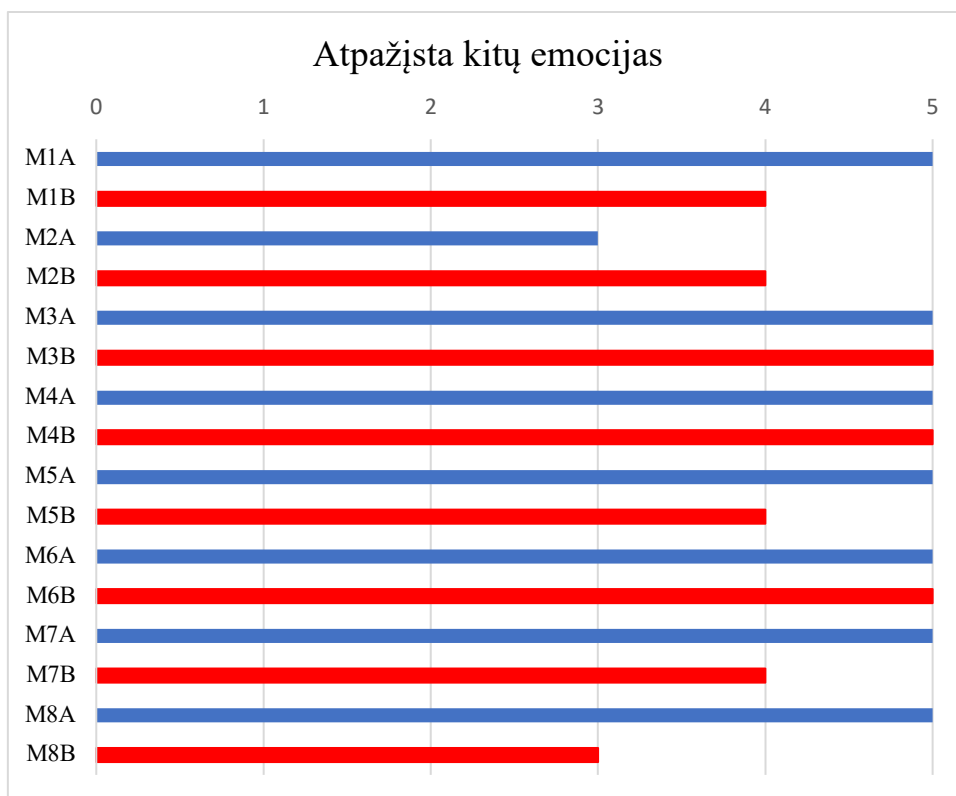


Gebėjimas atpažinti savo emocijas. Paveikslas Nr. 18

Iš diagramos matoma, kad M1, M4, M5, M6, M7 ir M8 pirmo ir paskutinio užsiėmimo metu surinko maksimalų balų skaičių. Pokytis matomas M2 ir M3 vertinimuose. Pirmojo programos užsiėmimo metu M2 surinko keturis balus, o paskutinio užsiėmimo metu pastebimas vertinimo padidėjimas – surinkti penki balai. Šį pokytį papildo ir šio tiriamojo tėvų atsakymas

į klausimą „kaip dažnai jūsų vaikas kalba apie savo emocijas“. Antrinės apklausos metu šio tiriamojo tėvai pažymėjo atsakymą „daug kartų per dieną“. Remiantis asmeninėmis terapeutės išvalgomis apie paskutinį vertintą užsiėmimą, taip pat galima pagrįsti šį įvertinimą: „<...> pastebėjau, kad M2 tiksliai įvardino savo juntamą emociją ir gebėjo ją paaiškinti savais žodžiais, kurie atitiko jo juntamus jausmus“. Analizuojant pokytį M3 vertinime matoma, kad pirmo užsiėmimo metu tiriamasis surinko penkis balus, o paskutinio užsiėmimo metu ši kompetencija buvo įvertinta trimis balais. Tai atsispindi ir tiriamojo tėvų atsakyme į klausimą „kaip dažnai jūsų vaikas kalba apie savo jausmus“ – pasirinktas variantas „kelis kartus per savaitę“. Skaitant terapeutės dienoraštį galima rasti tokias išvalgas: „paskutinio užsiėmimo metu M3 buvo labai išsiblaškęs, pastebėjau, kad savo nuotaiką apibūdino taip pat kaip ir M8. Paprašius savais žodžiais paaiškinti jausmus, negalėjo to padaryti ir sake *nežinau*“.

Sekanti diagrama parodo tiriamųjų vertinimo pokytį antrame požiūryje (žr. pav. 19):

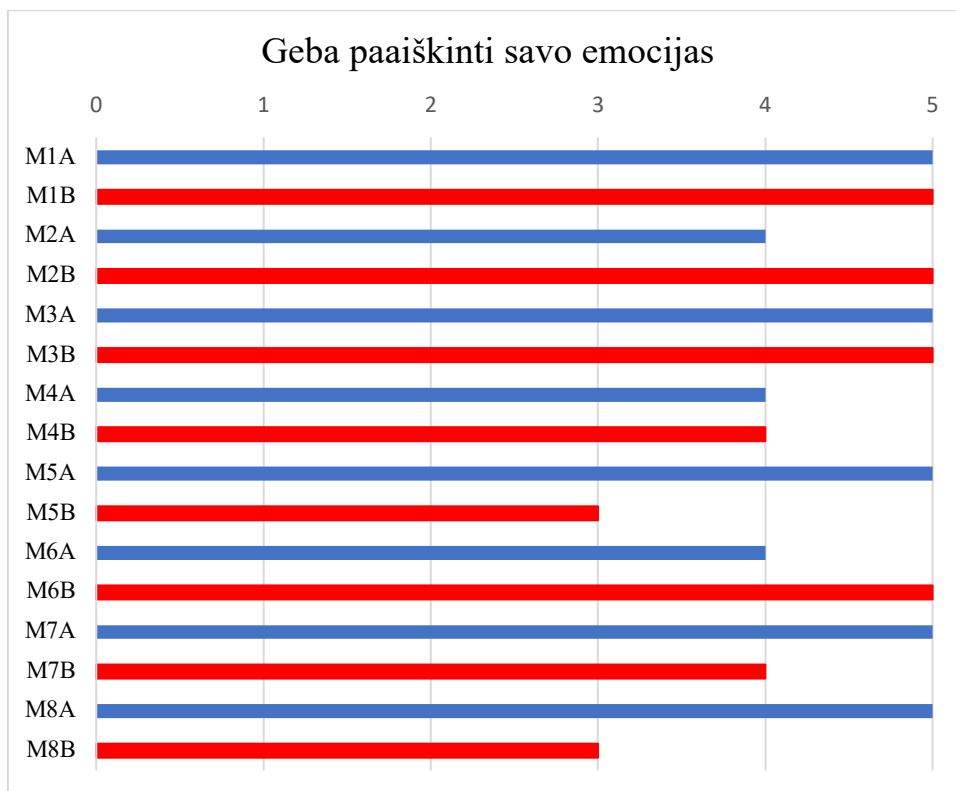


Gebėjimas atpažinti kitų emocijas. Paveikslas Nr. 19

Diagramoje matoma, kad M3, M4 ir M6 pirmojo ir paskutinio vertinto užsiėmimo metu buvo įvertinti maksimaliais balais. Analizuojant M1 rezultatus pastebima, kad pirmojo užsiėmimo metu ši kompetencija buvo įvertinta penkiais balais, o paskutinio užsiėmimo metu vertinimas nukrito iki keturių balų. Remiantis asmeninėmis tyrėjos išvalgomis šį vertinimą būtų galima pagrįsti: „gavus užduotį pasakyti kokia yra dainos emocija, M1 ne visada teisingai tą emociją įvardino“, nors pirmojo užsiėmimo metu tyrėja pastebėjo, kad „M1 šiandien labai

atidžiai žiūrėjo į *emociukus*, pakankamai tiksliai įvertino juose užfiksuotas emocijas, keletą iš jų net atpasakojo remdamasi savo patirtimi – kada jautėsi linksma ir atrodė kaip linksmas veidelis, kad vakar liūdėjo ir atrodė kaip liūdnas veidukas“. Šio tiriamojo tėvai abiejose anketos nurodė, kad vaikas pastebi kitų emocijas „kartą per dieną“. Žvelgiant į M2 demonstruotus rezultatus matomas pagerėjimas – pirmo vertinto užsiėmimo metu tiriamasis buvo įvertintas trimis, o paskutinio vertinto užsiėmimo metu keturiais balais. Šio vaiko tėvai abiejose anketose nurodė, kad vaikas „daug kartų per dieną“ pastebi kitų žmonių emocijas, todėl pastebėjimai iš muzikos terapeutės dienoraščio yra vertingi: „M2 šios pamokos metu buvo labiau susikaupęs nei visada – įdėmiai klausė vaikų pasakojimų apie jausmus, o atliekant dainelę gebėjo nustatyti beveik visas jos nuotaikas“. M5 ir M7 buvo įvertinti vienodai – pirmojo užsiėmimo metu surinko maksimalų balų skaičių, tačiau vertinant paskutinį užsiėmimą buvo įvertinti keturiais balais. Lyginant šiuos vertinimus su tėvų anketomis pastebima, kad M5 įvertinimas nesutampa su tėvų nuomone. Vertindami vaiko dėmesingumą kitų žmonių emocijoms jie abiejų apklausų metu nurodė, kad tai tiriamasis daro „daug kartų per dieną“, nors terapeutės dienoraštyje paskutinis užsiėmimas aprašytas taip: „pamokos pradžioje M5 labai „spyriojosi“ veiklų pradžiai, o man pasakius, kad tai mane liūdina ir toliau specialiai bandė provokuoti savo elgesiu – sakė, kad sutraiškys žaislą, vis kartojo *ne ne ne*“. Su tiriamuoju M7 situacija kiek kitokia. Pirmoje anketoje tėvai nurodė, kad vaikas „daug kartų per dieną“ atkreipia dėmesį į kitų asmenų emocijas, tačiau po dešimties užsiėmimų pildant anketą antrą kartą, pateikė atsakymą „kelis kartus per savaitę“. Šis vertinimas sutampa ir su terapeutės įžvalgomis: „šiandien M7 elgesys mane šiek tiek nustebino, gal pagautas bendros nuotaikos, o gal ir dėl kitų įvykių savo aplinkoje M7 labai grubiai bendravo, vis kartojo „čia mūsų klasė, mes nuspręsim“, „nu ir kas“, nors puikiai žino, kad toks bendravimo modelis studijoje niekada netaikomas ir man tai nėra priimtina“. Didžiausias regresas įvyko tiriamojo M8 vertinime. Nors pirmojo užsiėmimo metu šis vaikas buvo įvertintas penkiais balais, paskutinio užsiėmimo metu vertinimas siekė tris balus. Pirmojo užsiėmimo vertinimas sutapo su tėvų pateiktu atsakymu anketoje, kad vaikas domisi kitų žmonių emocijomis „daug kartų per dieną“, tačiau antrą kartą pildyta anketa ir joje pažymėtas tas pats atsakymas neatliepė muzikos terapeutės įvertinimo: „apskritai pastebėjau, kad šiandien vykęs užsiėmimas nebuvo sklandus – vaikai buvo išsiblaškę, linkę provokuoti, M8 pasisakymai reikalavo atskirai atkreipti dėmesį ir paaiškinti, kad taip bendrauti nedera“.

Trečiojo požymio „Geba paaiškinti savo emocijas“ vertinimai atsispindi šioje diagramoje (žr. pav. 20):

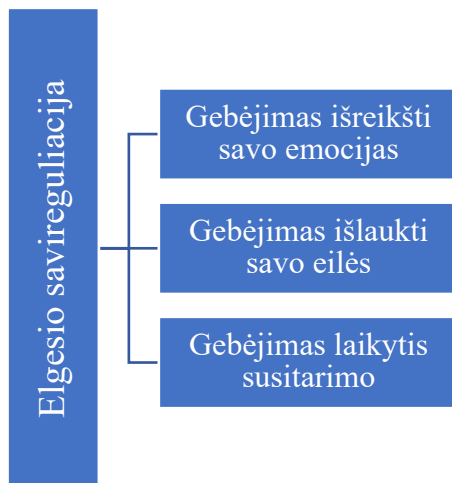


Gebėjimas paaiškinti savo emocijas. Paveikslas Nr. 20

Diagramoje matoma, kad yra tiriamųjų, kurių vertinimai nepakito – M1, M2 ir M3 pirmo ir paskutinio užsiėmimo metu surinko maksimalius įvertinimus, M4 abiejų užsiėmimų metu surinko trijų balų įvertinimą. Analizuojant šios kompetencijos vertinimą pastebima, kad savo rezultatus pagerino du tiriamieji – M2 ir M6. Kaip ir praėjusios kompetencijos apžvalgoje, trys tiriamieji – M5, M7 ir M8 paskutinio vertinimo metu buvo įvertinti žemesniais balais. Bandant ieškoti sąsajų tarp įvertinimo ir tėvų pateiktų atsakymų anketose, galima pastebėti, kad pirmosios apklausos metu tiriamąjo M5 tėvai atsakydami į šiam požymiui priskirtą klausimą nurodė, kad vaikas nerimauja „kartą per savaitę“, o antros apklausos metu pasirinko kitą atsakymą – „kelis kartus per savaitę“. Tai rodo, kad pastaruoju metu vaiko juntamas nerimas tėvų manymu buvo padažnėjęs, kas galimai turėjo įtakos paskutinio užsiėmimo vertinimui. Šio tiriamąjo tėvai apie tyrimo eigą atsiliepė taip: „pastebėjau, kad M5 atsisako važiuoti į užsiėmimą, tai tenka įkalbėti ir tartis, tačiau išėjęs iš užsiėmimo niekada nėra pasakęs, kad dėl to, kad dalyvavo pamokoje jautėsi blogai“. Panašus pokytis pastebėtas ir M7 tėvų pildytoje anketoje. Klausime apie vaiko patiriamą nerimą pirmą kartą buvo pažymėtas atsakymas „kelis kartus per savaitę“, o antrą kartą pasirinktas atsakymas „vieną kartą per dieną“. Lyginant M8 vertinimus ir tėvų pildytas anketas taip pat pastebėtas pokytis – pirmąjį kartą tėvai anketoje pažymėjo, kad vaikas jaučia nerimą „rečiau nei kartą per savaitę“, o antroje anketoje rinkosi atsakymą „kartą per savaitę“. Galima daryti išvadą, kad vaiko gebėjimas paaiškinti savo

emocijas iš dalies priklauso nuo jo patiriamo nerimo lygio. Padidėjęs nerimas turėjo įtakos mažesniems įvertinimams paskutinio užsiėmimo metu.

Antroji sritis, kuri vertinama naudojant emocinių kompetencijų vertinimo lentelę buvo vaiko elgesio savireguliacija. Ši sritis dar išskaidoma į tris požymius (žr. pav. 21):



Antrosios srities išskirstymas požymiais. Paveikslas Nr. 21

Pirmojo požymio vertinimų skirtumai matomi žemiau esančioje diagramoje (žr. pav. 22):



Gebėjimas išreikšti savo emocijas. Paveikslas Nr. 22

Net penki iš aštuonių vaikų pagerino savo gebėjimą išreikšti juntamas emocijas: M1 ir M2 lyginant su pirmuoju užsiėmimu buvo įvertinti dviem balais daugiau (nuo 2 balų iki 4 balų),

M3, M4 ir M8 lyginant su pirmuoju užsiėmimu buvo įvertinti vienu balu daugiau (nuo 4 balų iki 5 balų). Tiriamieji M5 ir M6 pirmo ir paskutinio užsiėmimų metu išlaikė tuos pačius įvertinimus (atitinkamai 5 balai ir 5 balai bei 4 balai ir 4 balai). Vienintelis tiriamasis M7 paskutinio užsiėmimo metu buvo įvertintas mažesniu (3 balų) įvertinimu nei pirmo užsiėmimo metu (4 balai). Ieškant galimos priežasties buvo analizuojama tiriamojo tėvų pildyta anketa – į pirmąjį su požymiu susietą klausimą „kaip dažnai jūsų vaikas pyktį išreiškia netinkamu elgesiu“, pirmoje anketoje tėvai atsakė pažymėdami variantą „vieną kartą per dieną“, o antroje anketoje pasirinko variantą „vieną kartą per savaitę“. Į antrąjį su požymiu susietą klausimą „kaip dažnai jūsų vaikas būna labai laimingas ir tai išreiškia kūno kalba“, pirmosios anketos pildymo metu pasirinko atsakymą „kelis kartus per savaitę“, o antrosios anketos pildymo metu pasirinko atsakymą „vieną kartą per dieną“. Tėvų anketų atsakymai nesutampa su paskutinio užsiėmimo vertinimu, todėl buvo atsižvelgta į asmenines muzikos terapeutės įžvalgas: „pamokėlės metu M7 dainėles atliko vienodame emociniame lygmenyje, kreipė dėmesį į tai, kaip elgėsi jos draugai ir kopijavo jų elgesį“.

Antrasis vertinamas požymis buvo gebėjimas išlaukti savo eilės. Įvertinimų pasiskirstymus pirmojo ir paskutinio užsiėmimų metu galima matyti diagramoje (žr. pav. 23):

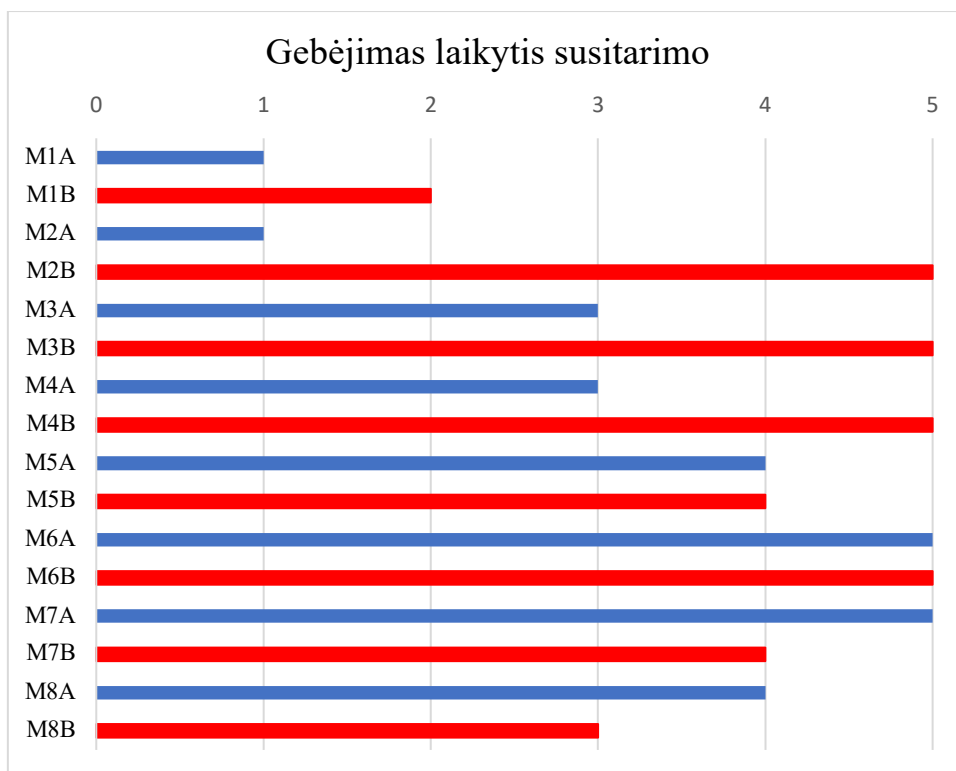


Gebėjimas išlaukti savo eilės. Paveikslas Nr. 23

Penki iš aštuonių tiriamųjų – M3, M4, M5, M6 ir M7 išlaikė tą patį įvertinimą kaip ir pirmojo užsiėmimo metu, tačiau pastebima, kad visi likę tiriamieji įvertinti žemesniu balu nei pirmojo užsiėmimo metu. Norint išsiaiškinti tėvų nuomonę apie vaikų gebėjimą išlaukti savo

eilės, anketoje buvo užduodamas klausimas „kaip dažnai jūsų vaikas netinkamai reaguoja į laukimą?“. Analizuojant tiriamojo M1 vertinimo pokytį pastebima, kad pirmos ir antrosios apklausų metu jo tėvai atsakymu į šį klausimą pasirinko „vieną kartą per dieną“. Tėvų nuomonei randamas atitikmuo ir muzikos terapeutės vedamo dienoraščio ištraukoje: „M1 pertraukinėjo kitus vaikus, sunkiai sukaupė dėmesį klausydamas kitų draugų pasisakymų, savo istorijas laikė svarbesnėmis nei kitų vaikų“. Tiriamojo M2 anketa parodė, kad pirmosios apklausos metu šiam klausimui atsakyti tėvai pasirinko variantą „kelis kartus per savaitę“, o antrosios apklausos metu rinkosi atsakymą „rečiau nei kartą per savaitę“. Nors paskutinio užsiėmimo įvertinimas ženkliai nesiskiria nuo pirmojo, tėvų pateikta nuomonė nevisai sutapo su terapeutės pastebėjimais: „dalinantis lipdukus pamokos pabaigoje M2 nekantriai tiesė ranką ir keletą kartų pakartojo, kad dabar jo eilė“. Tiriamojo M8 pirmasis ir paskutinis įvertinimas sutapo su M2, tačiau tėvų atsakymai anketose skyrėsi. Atsakinėdami pirmą ir antrą kartą jie pasirinko atsakymą „kartą per savaitę“. Muzikos terapeutė apie tiriamojo M8 elgesį paskutinio užsiėmimo metu rašė: „šiandien vienas vaikas atsinešė skanėstų, kuriais norėjo pasidalinti su savo grupės draugais. Pastebėjau, kad M8 bent tris kartus paklausė ar dar ilgai reikės laukti, kol gaus saldainį“.

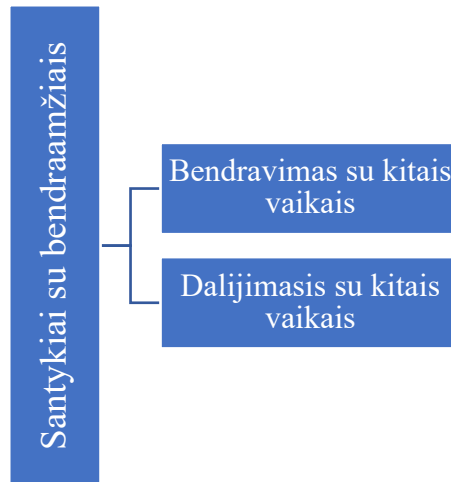
Paskutinis vertinamas elgesio savireguliacijos srities požymis buvo „gebėjimas laikytis susitarimo“. Pokyčiai pirmojo ir paskutinio užsiėmimo metu matomi diagramoje (žr. pav. 24):



Gebėjimas laikytis susitarimo. Paveikslas Nr. 24

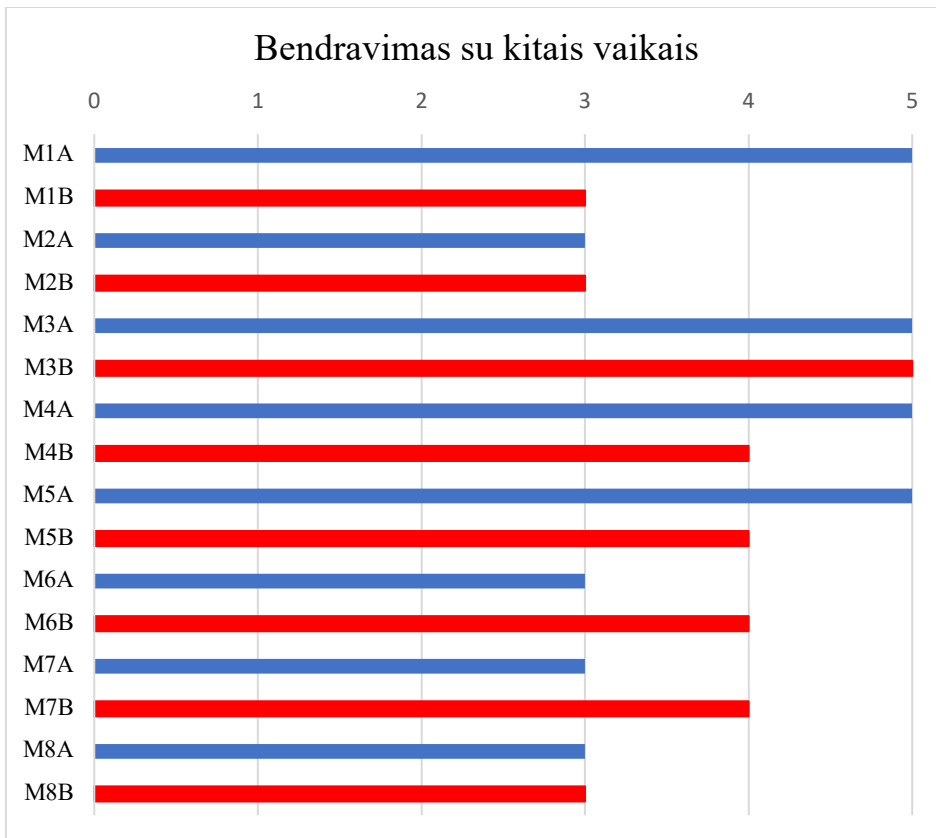
Keturi iš aštuonių tiriamųjų paskutinio užsiėmimo metu buvo įvertinti didesniu balu nei pirmojo užsiėmimo metu. Didžiausią pokytį pasiekė tiriamasis M2, kuris savo įvertinimą padidino net penkiais kartais. Muzikos terapeutė apie šį pokytį rašė: „pastebiu didžiulę M2 pažangą – šiandien jis buvo labai kantrus, dėmesingas. Nė karto neatkreipiau dėmesio į jo elgesį, priešingai – pastebėjau, kad ir kitus grupės draugus M2 sudrausmindavo ragindamas laikytis pamokos taisyklių“. Norint dar labiau pagrįsti įvykusį pokytį buvo analizuojamos ir tiriamojo tėvų anketos. Šiam požymiui priskirtam klausimui „kaip dažnai jūsų vaikas geba laikytis susitarimo?“ abiejų anketų pildymo metu tėvai pasirinko atsakymą „daug kartų per dieną“. Taip pat nemažą pokytį pasiekti pavyko ir M3 bei M4 tiriamiesiems. Savo įvertinimus nuo pirmojo užsiėmimo tiriamieji padidino dviem balais. Analizuojant M3 tėvų atsakymus į priskirtą klausimą, pirmoje anketoje pastebimas atsakymas „kelis kartus per savaitę“, o antroje anketoje pasirinktas „kartą per savaitę“ variantas. Nesutapusi tėvų nuomonei ir balų pokyčiui, buvo atsižvelgta į terapeutės užrašus: „šiandien buvo paskutinis programos užsiėmimas. Labai džiaugiuosi M3, nes atliko visas pamokoje išsikeltas užduotis. Gal kiek per daug susikoncentravo į kito vaiko guodimą (dėl ausies skausmo)“. M4 tėvai abiejų anketų pildymo metu į klausimą parinko „daug kartų per dieną“ atsakymą, todėl vėl buvo atsižvelgta į terapeutės dienoraštį: „palyginus su kitais užsiėmimais, šiandien M4 elgėsi šauniai ir prireikė vos kelių mažų pastabėlių, atkreipiančių dėmesį į jos elgesį“. Tiriamieji M5 ir M6 pirmo ir paskutinio užsiėmimo metu išlaikė tuos pačius įvertinimus, bet M7 ir M8 paskutinio užsiėmimo metu gavo prastesnį įvertinimą lyginant su pirmuoju, atitinkamai 4 ir 3 balus. M7 tėvai abiejose anketose nurodė, kad vaikas susitarimo geba laikytis „daug kartų per dieną“, tačiau dienoraštyje terapeutė rašo: „M7 šiandien viskam sakė ne – nenorėjo dainuoti, nenorėjo keletą kartų pakartoti dainos“. Tuo pat metu, M8 tėvai pirmoje anketoje nurodė, kad vaikas geba laikytis susitarimo „kelis kartus per savaitę“, bet antrą kartą pildant šią anketą pasirinko atsakymą „vieną kartą per savaitę“, todėl vertinimas atitiko tėvų nuomonę.

Trečioji sritis, kuri vertinama naudojant emocinių kompetencijų vertinimo lentelę buvo vaiko santykiai su bendraamžiais. Ši sritis dar išskaidoma į du požymius (žr. pav. 25):



Trečiosios srities išskirstymas požymiais. Paveikslas Nr. 25

Bendravimo su kitais vaikais vertinimo skirtumai matomi diagramoje (žr. pav. 26):

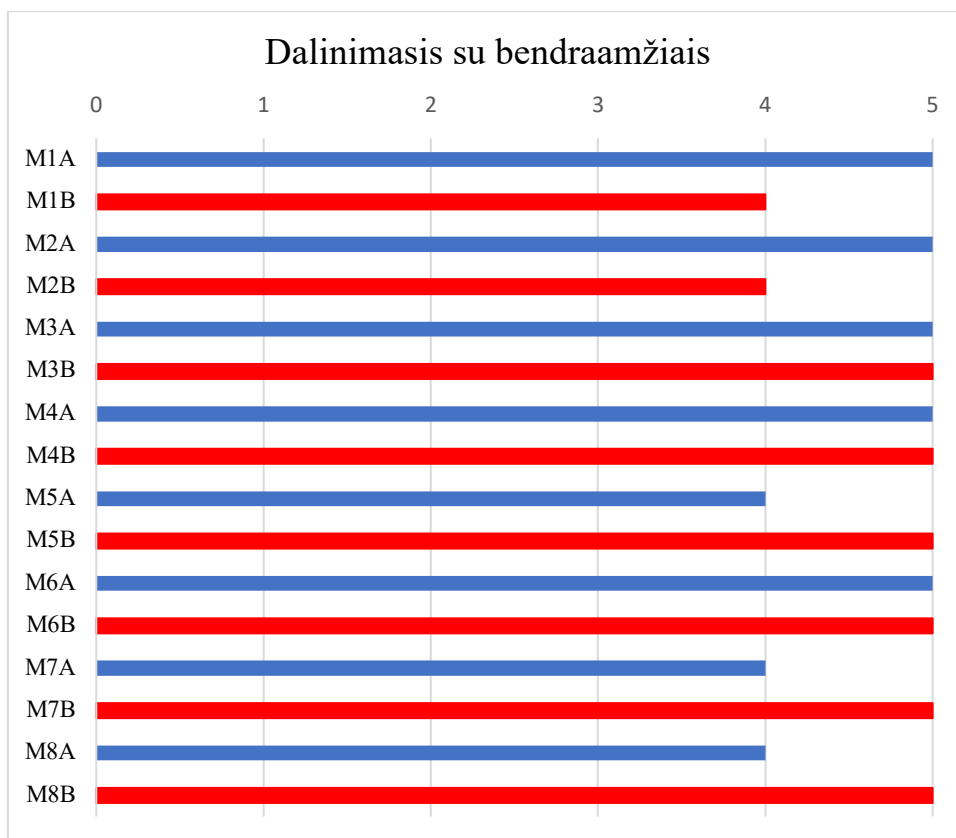


Bendravimas su kitais vaikais. Paveikslas Nr. 26

Galima pastebėti, kad tiriamieji M2, M3 ir M8 išlaikė tuos pačius vertinimus pirmojo ir paskutinio užsiėmimų metu. M6 ir M7 lyginant su pirmuoju užsiėmimu savo įgūdžius pagerino ir paskutinio užsiėmimo metu buvo įvertinti 4 balais. Tačiau žvelgiant į M1, M4 ir M5 rezultatus, matomas regresas. M1 pirmojo užsiėmimo metu buvo įvertintas 5 balais, tačiau paskutinio užsiėmimo metu surinko 3 balus. Ieškant galimų priežasčių buvo analizuojama ir tėvų užpildyta anketa. Anketoje pateikti du klausimai, kurie buvo priskirti šiam požymiui. Pirmasis iš jų buvo „kaip dažnai jūsų vaikas dalyvauja pokalbiuose su kitais suaugusiais“. M1

tėvai pirmoje ir antroje anketoje į šį klausimą atsakė pasirinkdami „daug kartų per dieną“. Siekiant papildyti vertinimą buvo pasitelkiamos įžvalgos iš terapeutės užrašų: „atkreipiau dėmesį, kad šiandien M1 žymiai daugiau dėmesio skyrė man ir jei kažką pasakojo, atrodė, kad tai daro dėl to, kad girdėčiau aš, o ne kiti vaikai“. M4 tėvai į priskirtą klausimą pirmą kartą atsakė pasirinkdami „vieną kartą per dieną“, bet antros apklausos metu išsirinko atsakymą „daug kartų per dieną“. M5 tėvai pirmosios apklausos metu pasirinko „daug kartų per dieną“ variantą. Antrasis anketos klausimas, kuris buvo priskirtas gilesniam šio požymio įvertinimui buvo „kaip dažnai jūsų vaikas jaučiasi nejaukiai vietoje, kurioje yra daugiau nepažįstamų vaikų?“. M1 tėvai pirmoje apklausoje atsakydami į šį klausimą pasirinko variantą „vieną kartą per dieną“, o atsakinėdami antrą kartą pasirinko variantą „rečiau nei kartą per savaitę“. M4 tėvai į šį klausimą pirmą kartą atsakė pasirinkdami „kelis kartus per savaitę“, o antrą kartą rinkosi „rečiau nei kartą per savaitę“. M5 tėvai pirmąjį kartą į klausimą atsakė naudodami variantą „rečiau nei kartą per savaitę“. Iš visų šių tiriamųjų tėvų atsakymų galima daryti prielaidą, kad vaikai mieliau renkasi bendrauti su suaugusiais nei su savo bendraamžiais.

Paskutinis vertintas požymis apėmė vaikų dalinimasi su kitais bendraamžiais – šiuo atveju tai buvo metodinės priemonės, dėmesys, pačių iniciatyva atsinešti žaislai ir pan. (žr. pav. 27):



Dalinimasis su bendraamžiais. Paveikslas Nr. 27

Diagramoje pavaizduota, kad tiriamieji M3, M4 ir M6 išlaikė tuos pačius įvertinimus pirmo ir paskutinio užsiėmimo metu. Tiriamieji M5, M7 ir M8 pagerino savo įvertinimą vienu balu (nuo 4 iki 5 balų). Vis dėl to, tiriamieji M1 ir M2 paskutinio užsiėmimo metu buvo įvertinti mažesniu balu nei pirmojo užsiėmimo metu. Pagrįsti M1 įvertinimą padėjo terapeutės asmeninės įžvalgos: „pastebėjau, kad pakvietus vaikus pasidalinti savo geromis ir blogomis naujienomis, M1 sunkiai gebėjo išlaukti savo eilės, vis įsiterpdavo pasakojant savo nutikimus“. Panašiai terapeutė aprašė ir tiriamojo M2 dalyvavimą paskutiniame užsiėmime: “M2 nebaigęs vienos temos pradėdavo vis kitą, kad kuo ilgiau galėtų kalbėti“. Iš šių pasidalinimų matoma, kad tiriamiesiems M1 ir M2 sudėtinga pasidalinti terapeutės skiriamą dėmesį su kitais vaikais, todėl jie stengiasi lyderiauti, kad sulauktų kuo daugiau dėmesio.

Emocinių kompetencijų vertinimo lentelę papildė ir emocijų atpažinimo lapas (Priedas Nr. 4). Kiekvienos programoje vykdytos pamokos pradžioje vaikai pasirinkdavo ir prie savo vardo priklijuodavo juntamą emociją atspindintį veiduką, vadinamą „emociuku“. Vaikai galėjo rinktis iš šių emocijų: piktas, liūdnas, linksmas, išsigandęs, ramus. Kas kart išsirenkant veiduką vaikai raginami muzikos terapeutės turėjo kuo išsamiau papasakoti kas lėmė jų pasirinkimą. Po pamokos vaikai dar kartą įvertindavo savo nuotaiką ir klijuodavo ją atspindintį lipduką.

Analizuojant visus gautus rezultatus pastebėta, kad didžiausią poveikį taikyta muzikos terapijos programa padarė ugdant gebėjimą išreikšti savo emocijas. Net penki iš aštuonių tiriamųjų buvo įvertinti aukštesniais balais nei pirmojo užsiėmimo metu. Keturi iš aštuonių tiriamųjų pagerino savo įgūdžius laikantis susitarimo, o trys tiriamieji pagerino savo rezultatus vertinant „dalinimosi su kitais vaikais“ požymį. Svarbu atkreipti dėmesį, kad iš viso buvo vertinti aštuoni požymiai ir net penkiuose iš jų tiriamieji M7 ir M8 paskutinio užsiėmimo metu buvo įvertinti mažesniais balais nei pirmojo užsiėmimo metu. Bandant išsiaiškinti kodėl taip atsitiko, buvo analizuojami jų tėvų antrinėse anketose pateikti atsakymai į papildomus klausimus. Pastebėta, kad M7 tėvai nurodydami savo išsilavinimą pasirinko „aukštasis neuniversitetinis“, o M8 tėvai paprašyti nurodyti šeimyninę padėtį pasirinko variantą „kita“. Įdomu tai, kad abiejų šių tiriamųjų tėvai klausime „kiek neformalaus ugdymo užsiėmimų lanko jūsų vaikas“ nurodė „keturis ir daugiau“, todėl galima daryti prielaidą, kad per didelis vaiko užimtumas gali turėti įtakos emocijų atpažinimui, sukelti stresą ir turėti neigiamos įtakos jo psichinei sveikatai (Shankar, 2021).

APIBENDRINIMAS

Pasaulio sveikatos organizacijos teigimu, psichikos sveikata yra vienas būtinausių elementų, užtikrinančių galimybes gyventi kokybišką ir turiningą gyvenimą, savo indėliu prisidėti prie supančios bendruomenės (World health organization, 2022). Psichikos sveikatos stiprinimu Lietuvoje rūpinasi tokios valstybinės institucijos kaip Lietuvos respublikos Sveikatos apsaugos ministerija, Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerija, įvairias metodines priemones ir programas šiuo tikslu naudoja visuomenės sveikatos biurai, ikimokyklinio ugdymo įstaigos ir bendrojo lavinimo mokyklos. Psichinės sveikatos, kitaip dar vadinamos emocine sveikata, stiprinimas turėtų būti pradėtas dar ankstyvame amžiuje. 3-6 metų amžiaus vaikai vis geriau atpažįsta kitų emocijas, pradeda suprasti ką jaučia patys (Žukauskienė, 2012). Pirmieji gyvenimo metai turi didelę įtaką tolimesniam žmogaus gyvenimui. Emocinių kompetencijų stiprinimas prisideda prie savimonės ugdymo, emocinio intelekto lavinimo, ugdo empatiją. Aukštas emocinis intelektas suteikia galimybę vaikams suprasti, valdyti ir išreikšti savo emocijas, kurti pozityvius ryšius su bendraamžiais, patirti sėkmę socialiniuose kontekstuose. Emocinis intelektas turi įtakos moksliniams pasiekimams, tarpusavio santykiams ir gyvenimo būdai (Goleman, 2009).

Remiantis Lietuvos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos duomenimis, daugiau nei 60% ikimokyklinio amžiaus vaikų dalyvauja neformalaus ugdymo veiklose. Tačiau, gilinantis į muzikinės krypties neformalius užsiėmimus pasigendama dėmesio emocinės sveikatos stiprinimui, pavyzdžiui – Lietuvoje veikiančios dainavimo ir chorinio dainavimo mokyklos koncentruojasi tik į profesionalų muzikinį ugdymą. Mokyklų strateginiuose ir ugdymo planuose neiškeliami tikslai lavinti emocines kompetencijas. Vis dėl to, galima pastebėti tendenciją, kad šiuolaikiniai tėvai auginantys ikimokyklinio amžiaus vaikus atsižvelgia į mokyklos filosofiją, rezultatų siekimo būdus ir renkasi įstaigas, kuriose vaikai ne tik įgytų muzikinių žinių, bet ir patirtų mokymosi sėkmę jaukioje ir motyvuojančioje aplinkoje.

Šiame tyrime išbandyta „Muzikos terapijos programa chorinio dainavimo užsiėmimams: ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos gerinimas“. Programos eksperimentiniame taikyme dalyvavo 17 privačios muzikinio ugdymo studijos dainavimo užsiėmimus lankančių vaikų. Aštuoni iš jų – 5-6 metų vaikai buvo stebimi ir vertinami naudojant emocinių kompetencijų vertinimo lentelę. Programą sudarė dešimt užsiėmimų, kurie buvo įvairūs veiklomis – vaikai dainavo, klausėsi muzikos, grojo muzikiniais instrumentais, kalbėjo apie savo emocijas, žiūrėjo įvairius vaizdo įrašus. Prieš prasidedant programai tiriamųjų tėvai atsakė į anketinę apklausą, kurios klausimai buvo priderinti prie vertinamų sričių. Gauti

anketos rezultatai padėjo padaryti išvadas ir galimus spėjimus dėl vaikų įvertinimų. Išanalizavus gautus atsakymus ir juos sugretinus su programos metu gautais įvertinimais pastebėta, kad programos vykdymo metu pagerėjo vaikų gebėjimo kalbėti apie savo jausmus kompetencija, nemaža dalis tiriamųjų pademonstravo geresnius rezultatus bendravime su suaugusiais ir tapo iniciatyvesni pradedant pokalbį su nepažįstamais vaikais. Tiesa, reikia pastebėti, kad ne visų tyrime dalyvavusių vaikų rodikliai pakito į gerąją pusę. Du iš aštuonių vaikų dalyvavusių tyrime, keletame vertintų požymių pademonstravo prastesnius rezultatus, todėl ieškant priežasties buvo išsiaiškinta – abiejų tiriamųjų tėvai anketoje nurodė, kad vaikas lanko daugiau nei keturis neformalaus ugdymo užsiėmimus. Pradėjus ieškoti mokslinio pagrindimo tyrėjos nuomonei, kad tai galėjo turėti įtakos vaikų įvertinimams, spėjimai pasitvirtino – per didelis užimtumas jauname amžiuje gali turėti įtakos vaikų emocinei ir psichinei būsenai, sukelia stresą (Shankar, 2021).

Dešimties užsiėmimų trukmės programa parodė, kad vykdant chorinio dainavimo užsiėmimus su integruotais muzikos terapijos metodais, gali prisidėti prie vaikų emocinės sveikatos stiprinimo, o naudojant ją ilgesnį laikotarpį, galimai pavyktų užfiksuoti dar didesnius pokyčius.

IŠVADOS

1. Literatūros apžvalga atskleidė, kad ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimas gali turėti didelę įtaką tolimesniam jų gyvenimui – gebėjimas atpažinti savo emocijas ir jas išreikšti yra aukšto emocinio intelekto požymis (Goleman, 2012). Emocines kompetencijas svarbu ugdyti kuo jaunesniame amžiuje, o tai padaryti padeda įvairios metodinės priemonės bei kuriamos ugdymo programos;
2. Lietuvoje veiklą vykdančios dainavimo ir chorinio dainavimo mokyklos savo ugdymo ir strateginiuose planuose neišskiria vaikų emocinės sveikatos stiprinimo kaip savo tikslo, o koncentruojasi į profesionalų muzikinį ugdymą, visą dėmesį skiriant muzikinių kompetencijų stiprinimui;
3. Anketinės tėvų apklausos rezultatai rodo, kad muzikos terapijos programos vykdymas chorinio dainavimo užsiėmimų metu paskatino vaikus dažniau kalbėti apie savo jausmus, daugiau komunikuoti su suaugusiais ir dažniau rodyti iniciatyvą bendraujant su nepažįstamais vaikais;
4. 5-6 metų vaikų emocinių kompetencijų raiškos pokyčių stebėjimas įgyvendinant muzikos terapijos programą parodė, jog vaikai gebėjo geriau verbaliai paaiškinti savo emocijas, geriau laikėsi susitarimų, noriau dalinosi instrumentais bei kitomis priemonėmis;
5. Muzikos terapijos programos vykdymo laikotarpiu prastesnė vaikų emocinių kompetencijų raiška gali būti susijusi su jų lankomų neformalaus ugdymo užsiėmimų kiekiu – tyrimų duomenimis pernelyg didelis vaiko užimtumas gali sukelti stresą ir turėti neigiamos įtakos jo psichinei sveikatai;
6. Eksperimentinė programa „Muzikos terapijos programa chorinio dainavimo užsiėmimams: ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos gerinimas“ iš esmės yra tinkama priešmokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimui. Tobulinant programą ją reikėtų papildyti instrumentinio improvizavimo ir grupinio muzikavimo veiklomis.

REKOMENDACIJOS

1. Remiantis išvada, kad ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimas gali turėti didelę įtaką jų tolesniam gyvenimui, rekomenduojama teikti pirmenybę emocinių kompetencijų ugdymui ankstyvajame amžiuje, taikant vaikų emocijų atpažinimą ir raišką, bendravimą skatinančias priemones. Užtikrindami struktūruotą veiklą ir intervencijas, orientuotas į emocijų vystymąsi, pedagogai ir auklėtojai gali sukurti ugdančią aplinką, kuri palaiko mažų vaikų emocijų augimą ir gerovę.
2. Lietuvos dainavimo ir chorinio dainavimo mokykloms rekomenduojama apsvaistyti galimybę įtraukti emocinės sveikatos stiprinimą kaip neatsiejamą mokymo programos ir strateginio planavimo dalį. Integruodamos veiklas ir iniciatyvas, kurios konkrečiai skirtos emociinei sveikatai (pavyzdžiui, įtraukdamos dėmesingo įsisąmoninimo pratimus, menų terapijas ar seminarus apie emocijų intelektą), dainavimo ir chorinio dainavimo mokyklos gali sukurti savo mokiniams visapusiškesnę ir turiningesnę ugdymo patirtį. Reguliariai vertinant programos veiksmingumą, ją galima pritaikyti prie vaikų poreikių, sukuriant palankią aplinką skatinti jų emocijų ir socialinių vystymąsi. Toks požiūris gali padėti vaikams ne tik pasiekti puikių rezultatų muzikoje, bet ir išsiugdyti esminius emociinius įgūdžius, kurie padės jų asmeniniam augimui, atsparumui ir bendrai gerovei.
3. Remiantis pastebėtu emocijų kompetencijų pagerėjimu muzikos terapijos programos metu 5-6 metų vaikams, rekomenduojama tęsti ir plėsti muzikos terapijos principų bei metodų taikymą ankstyvojo amžiaus vaikų ugdymo įstaigose. Programoje pirmenybė turėtų būti teikiama veiklai, skatinančiai žodinę emocijų raišką, skatinančiai socialinių įgūdžių, tokių kaip susitarimų laikymasis ir dalijimasis, ugdymąsi.
4. Remiantis išvada, kad menkesnė vaikų emocijų raiška muzikos terapijos programos įgyvendinimo metu gali būti susijusi su jų lankomų neformaliojo ugdymo užsiėmimų kiekiu, rekomenduojama apsvaistyti veiklos ir galimo poveikio vaikų psichikos sveikatai pusiausvyrą. Svarbu teikti prioritetą vaikų gerovei, užtikrinant tinkamą neformaliojo ugdymo kiekį, leidžiantį pakankamai pailsėti ir atsipalaiduoti.
5. Tobulinant „Muzikos terapijos programa chorinio dainavimo užsiėmimams: ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos gerinimas“ programą, įtraukti daugiau instrumentinės improvizacijos ir grupinio muzikavimo veiklų. Šie papildymai suteikia galimybę kūrybiškai reikštis, tyrinėti muzikos elementus ir bendradarbiauti su

bendraamžiais. Instrumentinė improvizacija skatina saviraišką ir kūrybiškumą, o grupinio muzikavimo veikla stiprina socialinę sąveiką ir tarpasmeninius įgūdžius.

LITERATŪROS ŠALTINIAI

1. Abramavičiūtė-Mučinienė, Z. ir Aleksienė, V. (2016). *Muzikos terapijos istorija, teorija ir profesinė veikla: elektroninis vadovėlis*. Vilnius.
2. Agliati, A., Barriga, P. A., Cifuentes, P. A., Baena, I. B., Beržanskytė, J., Cavioni, V., Conte, E., Mendez, F. C., Ferreira, M., Fajfar, A. G., Baya, D. G., Grazzani, I., Lazdina, S., Cobo, I. L., Martinsone, B., Velazquez, J. A. M., Ornaghi, V., Panič, N., Rakovas, T., Raudienė, I., Mena, D. R., Aranda, D. R., Šukytė, D., Talić, S. ir Jimenez, B. V. (2018). *Metodinis rinkinys socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymui ir vertinimui mokyklose*.
3. Aleksienė, V. (2016). *Muzikinės veiklos ypatumai ugdant autistiškus vaikus*. Kaunas: Šviesa.
4. American music therapy association. (2006). Music therapy and young children. Prieiga per internetą: https://www.musictherapy.org/assets/1/7/MT_Young_Children_2006.pdf (žiūrėta 2023-05-19).
5. American Psychological Association. (2022). *Emotions*. Prieiga per internetą: <https://www.apa.org/topics/emotions> (žiūrėta 2023-05-14).
6. APA Dictionary of Psychology. (n.d.). *Childhood*. Prieiga per internetą: <https://dictionary.apa.org/childhood> (žiūrėta 2023-04-13).
7. APA Dictionary of Psychology. (n.d.). *Emotional intelligence*. Prieiga per internetą: <https://dictionary.apa.org/emotional-intelligence> (žiūrėta 2023-05-19).
8. Aristotelis. (1990). *Rinkiniai raštai*. Vilnius: Mintis.
9. Bafunno, D. ir Camodeca, M. (2013). Shame and guilt development in preschoolers: The role of context, audience and individual characteristics. *European Journal of Developmental Psychology*, 10(2), 128–143. <https://doi.org/10.1080/17405629.2013.765796>.
10. Bagdonas A. ir Bliumas R. (2019). *Aiškinamasis psichologijos terminų žodynas*. Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras.
11. Balčėtienė, A. ir Slušnienė, G. (2017). Emocinio intelekto ugdymas ikimokykliniame amžiuje. *Mokslo taikomieji tyrimai Lietuvos kolegijose*, 12, 183-189.
12. Barr, R. G., Michel, G. F., Rochat, P. ir Hopkins, B. (2005). *The Cambridge Encyclopedia of Child Development*. Cambridge: Cambridge University Press.

13. Berniukų chorinio dainavimo mokykla „Varpelis“. (2023). *Ugdymo programos*. Prieiga per internetą: <https://varpelis.com/ugdymo-programos/>
14. Bruscia, K. E. (2014). *Defining music therapy – third edition*. University Park, IL: Barcelona Publishers.
15. Carr, C. E. ir Wigram, T. (2009). Music therapy with children and adolescents in mainstream schools: a systematic review. *British journal of music therapy*, 23(1), 3-18. <https://doi.org/10.1177/135945750902300102>.
16. Chiengchana, N. ir Trakarnrung, S. (2014). The effect of Kodály-based music experiences on joint attention in children with autism spectrum disorders. *Asian Biomedicine*, 8(4), 547-555. <https://doi.org/10.5372/1905-7415.0804.326>.
17. Chorinio dainavimo mokykla „Varpelis“. (2022). *Kauno berniukų chorinio dainavimo mokyklos „Varpelis“ 2022-2024 m. strateginis planas*. Prieiga per internetą: <https://varpelis.com/wp-content/uploads/2022/06/2022-2024-metu-strateginis-planas.pdf> (žiūrėta 2023-05-05).
18. Coscuner, S. (2009). *The Effects of Amateur Choir Education on Children's Citizenship and Character Development*. Presentation in conference: International conference on primary education. Honk Kong.
19. Cosmides, L. ir Tooby, J. (1992). Cognitive Adaptations for Social Exchange. *The Adapted Mind: Evolutionary Psychology and the Generation of Culture*. Oxford: Oxford University Press.
20. Denham, S., Salisch, M., Olthof, T., Kochanoff, A. ir Caverly, S. (2002). Emotions and social development in childhood. *Handbook of child social development*. New York: Blackwell Publishers
21. Donaldson, I M L. (2009). The treatise of man (De homine) by René Descartes. *Royal College of Physicians of Edinburgh*, 39(4), 375-6, DOI: 10.4997/jrcpe.2009.418
22. Gefenaitė, G., Jonikaitė, I., Mozūraitytė, K., Pranckevičienė, A. ir Šalčiūnaitė-Nikonovė, L. (2021). *Psichologinės pagalbos poreikis ir jos teikimas ūmiuoju COVID-19 ligos laikotarpiu: rekomendacijos sveikatos politikos formuotojams ir sveikatos priežiūros specialistams*. Prieiga per internetą: https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/Veiklos_sritys/visuomenes-sveikatos-prieziura/Rekomendacijos_psichologinei_pagalbai.pdf (žiūrėta 2023-05-01).
23. Gerdemann, S. C., Büchner, R. ir Hepach, R. (2022). How being observed influences preschoolers' emotions following (less) deserving help. *Social Development*, 31(3), 862-882. <https://doi.org/10.1111/sode.12578>.

24. Goleman, D. (2007). *Lyderystė. Kaip vadovauti pasitelkiant emocinį intelektą*. Kaunas: Smaltijos leidykla
25. Goleman, D. (2009). *Emocinis intelektas*. Vilnius: Presvika.
26. Habron, J. (2014). “Through music and into music”, through music and into well-being: Dalcroze eurhythmics as music therapy. *The Journal for Transdisciplinary Research in Southern Africa*, 10(2). <https://doi.org/10.4102/td.v10i2.101>.
27. Hille, K., Evanschitzky, P. ir Bauer, A. (2015). *3-6 metų vaiko raida: psichologijos pagrindai ikimokyklinio amžiaus vaikų ugdytojams*. Vilnius: Tyto alba.
28. Institute of Medicine and National Research Council. (2015). *Transforming the Workforce for Children Birth Through Age 8: A Unifying Foundation*. Washington, DC: The National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/19401>.
29. Young, K. (2016). *Fear and Anxiety – An Age by Age Guide to Common Fears, The Reasons for Each and How to Manage Them*. Prieiga per internetą: <https://www.heysigmund.com/age-by-age-guide-to-fears/> (žiūrėta 2023-05-10).
30. Jasiūnaitė, P. (2016). 5-7 metų vaikų dorinių vertybių raiška emociniu aspektu. *Jaunųjų mokslininkų darbai*, 2(46), 17-25.
31. Jurist, E. L. (2017). Art and emotion in psychoanalysis. *Int J Psychoanal*, 87(5), 1315-34. <https://doi.org/10.1516/d0eb-y9hh-wy58-cnwl>.
32. Kardelis, K. (2005). *Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai: vadovėlis*. Šiauliai: Liucijus.
33. Karklytė-Palevičienė, M. (2021). *Vaiko emocinis intelektas: kaip padėti vaikams pažinti emocijas, pasitikėti savimi ir gerai sutarti su kitais*. Vilnius: Alma littera.
34. Kirkland, K. (2013). *International dictionary of music therapy*. New York: Routledge.
35. Kudinovienė, J. (2021). *Emocinis intelektas – neatsiejama visaverčio gyvenimo dalis*. Prieiga per internetą: <https://www.bernardinai.lt/emocinis-intelektas-neatsiejama-visaverčio-gyvenimo-dalis/> (žiūrėta 2023-05-05).
36. Kunickienė, R., Zabulytė-Kupriūnienė, J. ir Liubertienė, I. (2015, rugsėjo 27 d.). *Socialinių emocinių kompetencijų lavinimas ugdymo įstaigose*. Prieiga per internetą: <https://www.dramblys.lt/articles/socialiniu-emociniu-kompetenciju-lavinimas-ugdymo-istaigose2> (žiūrėta 2023-05-05).
37. Lazarus, R. S. (1990). Theory-based stress measurement. *Psychological Inquiry*, 1(1), 3-13. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0101_1.
38. Li, D. (2022). Music Therapy in Mental Health and Emotional Diversion of Primary and Secondary School Students. *Occupational Therapy International*, vol. 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/8370682>.

39. Lietuvos muzikų sąjunga. (n.d.). *Mokyklos*. Prieiga per internetą: <https://www.muzikusajunga.lt/mokyklos> (žiūrėta 2023-05-03).
40. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. (2020). *Siekiant emocinės gerovės vaikams – per 200 priemonių ir veiklų*. Prieiga per internetą: <https://sam.lrv.lt/lt/naujienos/siekiant-emocines-geroves-vaikams-per-200-priemoniu-ir-veiklu> (žiūrėta 2023-05-05).
41. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. (2020). *Vaikų emocinės gerovės metų minėjimo 2020 metais planas*. Prieiga per internetą: [https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/PLANAS%2B\(3\).pdf](https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/PLANAS%2B(3).pdf) (žiūrėta 2023-05-10).
42. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. (2022). *Ikimokyklinukams – apie emocijas žaismingai ir suprantamai*. Prieiga per internetą: <https://www.vrsa.lt/visuomenes-sveikata/naujienos/866/ikimokyklinukams-apie-emocijas-zaismingai-ir-suprantamai:3351> (žiūrėta 2023-05-05).
43. Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerija. (2009). *Socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymo programa „Žipio draugai“ švenčia savo dešimtmetį*. Prieiga per internetą: <https://smsm.lrv.lt/lt/naujienos/socialiniu-ir-emociniu-igudziu-ugdymo-programa-zipio-draugai-svencia-savo-desimtmeti-> (žiūrėta 2023-05-05).
44. Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerija. (2023). *Neformaliojo švietimo programų suvestinė pagal ugdymo kryptį, programų kryptį ir savivaldybę*. Prieiga per internetą: <https://shorturl.at/gLMP3> (žiūrėta 2023-05-15).
45. Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerija. (2023). *Sąvokos ir terminai*. Prieiga per internetą: <https://www.aikos.smm.lt/Puslapiai/Savokos-ir-terminai.aspx> (žiūrėta 2023-05-17).
46. Lukašonkienė, M. (2022). *Mano emocijos: metodinė priemonė, skirta visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, dirbantiems ikimokyklinio ugdymo įstaigose*. Prieiga per internetą: [https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/KORONA/Methodinė%20priemonė%20Mano%20emocijos\(1\).pdf](https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/KORONA/Methodinė%20priemonė%20Mano%20emocijos(1).pdf) (žiūrėta 2023-05-15).
47. Mokykla „Saulės gojus“. (2023). *Kaip mes mokomės: H. Gardnerio intelektų įvairovės teorija*. Prieiga per internetą: <https://mokykla.saulsgojus.lt/koncepcija#musu-kredo> (žiūrėta 2023-05-08).
48. Movsesjan, A., Puzaitė, D., Lazdauskas, T. (2014). 5–6 metų vaikų empatija ir jos ryšys su dėmesiu bei tėvų taikomu auklėjimo stiliumi. *Ugdymo psichologija*, 25, 5-17.

49. Muzikos mokykla „Ugnelė“. (2023). *Ugdymo sistema*. Prieiga per internetą: <https://www.ugnele.lt> (žiūrėta 2023-05-08).
50. Nacionalinė švietimo agentūra. (2023). *Savivaldybės švietimo stebėsenos rodikliai*. Prieiga per internetą: <https://shorturl.at/fnrO9> (žiūrėta 2023-05-15).
51. Pažinimo medis. (2023). *Bendrosios „Pažinimo medžio ugdymo stiprybės“: ugdymas grįstas A. Adlerio individualiąja psichologija ir baziniais vaikų poreikiais*. Prieiga per internetą: <https://pazinimomedis.lt> (žiūrėta 2023-05-08).
52. Platonas. (2014). *Valstybė*. Vilnius: Margi raštai.
53. Polikevičiūtė, I. (2019). *Howard Gardner: intelekto rūšys*. Prieiga per internetą: <https://psichika.eu/blog/howard-gardner-intelekto-rusys/> (žiūrėta 2023-04-30).
54. Positive Psychology. (2020). *What is emotional health? (+11 activities & examples)*. Prieiga per internetą: <https://positivepsychology.com/emotional-health-activities/> (žiūrėta 2023-05-03).
55. Poulin-Dubois, D., Hastings, P. D., Chiarella, S. S., Geangu, E., Hauf, P., Ruel, A. ir Johnson, A. (2018). The eyes know it: Toddlers' visual scanning of sad faces is predicted by their theory of mind skills. *PLoS ONE*, 13(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208524>.
56. Psichikos sveikatos puoselėjimo taryba. (2021). *Tarybos, Nacionalinės kūrybinių ir kultūrinių industrijų asociacijos ir Nacionalinės trečiojo amžiaus universitetų asociacijos susitarimas dėl visuomenės psichikos sveikatos stiprinimo ir raštingumo psichikos sveikatos srityje didinimo*. Prieiga per internetą: <https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/S-257.pdf> (žiūrėta 2023-05-15).
57. Riley, M., Colson, T. L. ir Smothers, M. (2019). Music Therapy's Role in the Education System. *Kentucky Teacher Education Journal: The Journal of the Teacher Education Division of the Kentucky Council for Exceptional Children*, Vol. 6.
58. Robens, S., Monstadt, A., Hagen, A. ir Ostermann, T. (2022). *Effects of Choir Singing on Mental Health: Results of an Online Cross-sectional Study*. Prieiga per internetą: [https://www.jvoice.org/article/S0892-1997\(22\)00157-6/fulltext#articleInformation](https://www.jvoice.org/article/S0892-1997(22)00157-6/fulltext#articleInformation) (žiūrėta 2023-03-03).
59. Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy: its current practice, implications and theory*. Constable.
60. Shankar, V. (2021). *A packed schedule doesn't really enrich your child*. Prieiga per internetą: <https://www.nytimes.com/2021/07/09/opinion/culture/kids-schedule-parents.html> (žiūrėta 2023-05-19).

61. Siegel, D. J. J. ir Bryson, T. P. (2012). *The Whole-Brain Child: 12 Revolutionary Strategies to Nurture Your Child's Developing Mind*. New York: Random House Publishing Group
62. Stoškuvienė, V. (n.d.) Vaiko raidos etapai: 4-6 metų vaikas. Prieiga per internetą: <https://pvc.lt/patarimai-tevams-2/vaiko-raidos-etapai/> (žiūrėta 2023-05-03).
63. Šiaulių „Dagilėlio“ dainavimo mokykla. (2021). *2022-2024 metų strateginis veiklos planas*. Prieiga per internetą: <https://dagilelis.lt/wp-content/uploads/2022/11/Strateginis-planas-2022-2024-m..pdf> (žiūrėta 2023-05-08).
64. Šiaulių „Dagilėlio“ dainavimo mokykla. (2023). *Ugdymas*. Prieiga per internetą: <https://dagilelis.lt/dainavimo-mokykla/veiklos-sritys/ugdymas/> (žiūrėta 2023-05-08).
65. Šimić, G., Tkačić, M., Vukić, V., Mulc, D., Španić, E., Šagud, M., Olucha-Bardonau, F. E., Vukšić, M. ir Hof, P. R. (2021). Understanding emotions: origins and roles of the Amygdala. *Biomolecules*, 11, 823. <https://doi.org/10.3390/biom11060823>.
66. Tarptautinių žodžių žodynas. (n.d.). *Emocija*. Prieiga per internetą: <https://tzz.lt/e/emocija/> (žiūrėta 2023-05-02).
67. The National Center for Emotional Wellness. (2023). *Emotional wellness: empowering people through challenges & change*. Prieiga per internetą: <https://www.nationalcenterforemotionalwellness.org/emotional-wellness> (žiūrėta 2023-05-19).
68. Toth-Bakos, A. (2016). *Music education and music therapy*. Presentation in conference: International Technology, Education and Development Conference. <https://doi.org/10.21125/inted.2016.0135>.
69. Vaiko labui. (2021). *Programos „Zipio draugai“ statistika*. Prieiga per internetą: https://www.vaikolabui.lt/wp-content/uploads/2022/03/Priedas-nr.-1_Programos-ZIPIO-DRAUGAI-statistika-2021-2022-1.pdf (žiūrėta 2023-05-08).
70. Verslo žinios, UAB. (2023). Įmonių ir paslaugų paieška: įmonė muzikos mokykla „Ugnelė“. Prieiga per internetą: https://rekvizitai.vz.lt/imone/vsi_choro_studija_ugnele/ (žiūrėta 2023-05-09).
71. Villagran, M. A. L. ir Martin, L. (2021). Academic librarians: Their understanding and use of emotional intelligence and happiness. *The Journal of Academic Librarianship*, 48(1). <https://doi.org/10.1016/j.acalib.2021.102466>.
72. Vilniaus „Ažuoliuko“ muzikos mokykla. (2022). *2023-2027 m. strateginis planas: „Ažuoliuke“ užgimusi draugystė – visam gyvenimui!* Prieiga per internetą: https://azuoliukomuzikosmokykla.lt/wp-content/uploads/2023/01/V-148_priedas-Azuoliuko-strateginis-planas_skelbimui.pdf (žiūrėta 2023-05-15).

73. Vilniaus „Ažuoliuko“ muzikos mokykla. (2022). *Vilniaus „Ažuoliuko“ muzikos mokykla: 2022 m. veiklos ataskaita*. Prieiga per internetą: https://azuoliukomuzikosmokykla.lt/wp-content/uploads/2023/02/V-13_priedas-ATASKAITA-2022-2.pdf (žiūrėta 2023-05-15).
74. Vilniaus „Ažuoliuko“ muzikos mokykla. (2023). *Ugdymo programos*. Prieiga per internetą: <https://azuoliukomuzikosmokykla.lt/ugdymo-programos/> (žiūrėta 2023-05-14).
75. Vilniaus chorinio dainavimo mokykla „Liepaitės“. (2022). *Vilniaus chorinio dainavimo mokyklos „Liepaitės“ 2023-2027 metų strateginis planas*. Prieiga per internetą: <https://liepaites.lt/wp-content/uploads/2023/01/STRATEGINIS-PLANAS-Liepaites-2023-2027-m-i-svetaine-1.pdf> (žiūrėta 2023-05-14).
76. Vilniaus chorinio dainavimo mokykla „Liepaitės“. (2023). *Mokykloje vykdomos programos*. Prieiga per internetą: <https://liepaites.lt/veikla/mokykloje-vykdomos-programos/> (žiūrėta 2023-05-14).
77. Vilniaus chorinio dainavimo mokykla „Liepaitės“. (2023). *Vilniaus chorinio dainavimo mokyklos „Liepaitės“ 2023 metų veiklos planas*. Prieiga per internetą: <https://liepaites.lt/wp-content/uploads/2023/02/2023-m.-Veiklos-planas.pdf> (žiūrėta 2023-05-14).
78. Visuotinė lietuvių enciklopedija. (n.d.). *Socialiniai įgūdžiai*. Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/socialiniai-igudziai/> (žiūrėta 2023-04-23).
79. Voigt, M. (2003). Orff music therapy: an overview. *Voices A World Forum for Music Therapy*, 3(3). <https://doi.org/10.15845/voices.v3i3.134>.
80. Watson, J. B. (2004). *Psichologija bihevioristo požiūriu*. Vilnius: VU Specialiosios psichologijos laboratorija.
81. World Health Organization. (2022). *Mental health: concepts in mental health*. Prieiga per internetą: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (žiūrėta 2023-05-19).
82. World Health Organization. (2023). *How school systems can improve health and well-being: topic brief: mental health*. Prieiga per internetą: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240064751> (žiūrėta 2023-05-16).
83. Zanini, C. R. O. Ir Leao, E. (2006). Therapeutic Choir - A Music Therapist Looks at the New Millenium Elderly. *Voices A world forum for music therapy*, 6(2). <https://doi.org/10.15845/voices.v6i2>.
84. Žukauskienė, R. (2012). *Raidos psichologija: integruotas požiūris*. Vilnius: Margi raštai.

SANTRAUKA

Tyrimo tema: ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimas, taikant muzikos terapijos metodus chorinio dainavimo užsiėmimuose.

Tyrimo tikslas: ištirti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimo galimybes taikant muzikos terapijos metodus chorinio dainavimo užsiėmimuose.

Uždaviniai:

1. Išanalizuoti vaikų emocinės raidos ypatumus ikimokykliniame amžiuje;
2. Apžvelgti muzikos terapijos metodų taikymo galimybes stiprinant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą;
3. Įvertinti muzikos terapijos metodų taikymo poveikį stiprinant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą chorinio dainavimo užsiėmimų metu.

Tyrimo dalyviai: Tyrime dalyvavo dvi tiriamųjų grupės: aštuoni 5-6 metų vaikai, du kartus per savaitę ir vaikų tėvai/globėjai, kurie tyrimo pradžioje ir tyrimo pabaigoje atsakė į anketinės apklausos klausimus. Iš viso pirmąją anketinę apklausą užpildė 17 tėvų/globėjų, antrąją – 16.

Tyrimo metodika: empiriniam tyrimui atlikti buvo pasirinkta keletas metodų – vaikų emocinių kompetencijų stebėjimas (vaizdo įrašų analizės metu) ir vertinimas naudojant emocinių kompetencijų vertinimo lapą, tėvų anketinės apklausos rezultatai bei tyrėjos dienoraštis.

Tyrimo rezultatai: Atlikus 5-6 metų vaikų emocinių kompetencijų raiškos pokyčių stebėjimą įgyvendinant muzikos terapijos programą pastebėta, kad eksperimentinė programa „Muzikos terapijos programa chorinio dainavimo užsiėmimams: ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos gerinimas“ iš esmės yra tinkama priešmokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimui – pasibaigus programos užsiėmimams vaikai gebėjo geriau verbaliai paaiškinti savo emocijas, geriau laikėsi susitarimų, noriau dalinosi instrumentais bei kitomis priemonėmis.

Išvados: muzikos terapijos integravimas į chorinį dainavimą skatina emocinį ir socialinį vystymąsi, sukuria palankią aplinką, kurioje vaikai gali lavinti socialinius ir emocinius įgūdžius, mėgaudamiesi muzikos teikiama nauda.

Raktiniai žodžiai: muzikos terapija, chorinis dainavimas, socialiniai ir emociniai įgūdžiai.

SUMMARY

The topic of the study: enhancing the emotional health of preschool children by applying music therapy methods in choral singing classes.

Aim of the study: to investigate the possibilities of enhancing the emotional health of preschool children by applying music therapy methods in choral singing classes.

Objectives:

1. To analyse the peculiarities of children's emotional development in pre-school age;
2. 2. to review the possibilities of application of music therapy methods in strengthening the emotional health of preschool children;
3. To assess the impact of music therapy methods in enhancing the emotional health of preschool children during choral singing sessions.

Participants: two groups of subjects took part in the study: eight children aged 5-6 years, twice a week, and their parents/guardians, who answered a questionnaire at the beginning and at the end of the study. A total of 17 parents/carers completed the first questionnaire and 16 completed the second.

Research methodology: several methods were chosen to conduct the empirical study: observation of children's emotional competences (through video analysis) and assessment using the Emotional Competence Assessment Sheet, the results of the parents' questionnaire survey and the researcher's diary.

The results of the study: after observing the changes in the expression of emotional competences of children aged 5-6 years through the implementation of the music therapy programme, it was found that the experimental programme "Music therapy programme for choral singing: improving the emotional health of pre-school children" is in principle suitable for the enhancement of the emotional health of pre-school children - at the end of the programme, the children were better able to verbally explain their emotions, they were better able to stick to the agreements, and they were more willing to share the instruments and other tools.

Conclusions: Integrating music therapy into choral singing promotes emotional and social development and creates a supportive environment where children can develop social and emotional skills while enjoying the benefits of music.

Keywords: music therapy, choral singing, social and emotional skills.

PRIEDAI

Muzikos terapijos programa chorinio dainavimo užsiėmimams: ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos gerinimas

Programos kontekstas. Muzikos terapijos programa skirta 3-6 metų vaikams, lankantiems privačios muzikinio ugdymo studijos vokalinio ansamblio užsiėmimus.

Šie dainavimo užsiėmimai skirti lavinti vaikų klausą ir balsą, ritminį ir dinaminį pojūtį. Lankydami užsiėmimus vaikai mokosi dainuoti kolektyve, įgyja patirties koncertų ir festivalių metu. Muzikos terapijos intervencija bus taikoma vaikams, kurie šiame kolektyve dainuoja jau daugiau nei pusmetį – nuo rugsėjo mėnesio. Jie puikiai vieni kitus pažįsta, gerai jaučiasi grupėje, užmezgė naujas draugystes. Užsiėmimą lankančių vaikų raida yra normali, visi dienos metu lanko valstybinį ar privatų darželį, o tėvai į studiją juos atveda dėl papildomo lavinimo pastebėję, kad vaikams patinka muzika. Atkreipiant dėmesį į skirtingus amžiaus tarpsnio poreikius ir gebėjimus, vokalinio ansamblio užsiėmimai vykdomi dviem – 3-4 metų ir 5-6 metų grupėmis. Programa gali būti taikoma abiem amžiaus grupėms, nes dainos, žaidimai ir kiti užsiėmimai tinkami ikimokyklinio amžiaus vaikams.

Muzikos terapijos programa bus taikoma su tikslu pastebėti terapinių metodų poveikį vaikų emocinei sveikatai. Chorinio dainavimo užsiėmimų metu taikomi muzikos terapijos metodai ne tik lavintų taip reikalingą emocinį intelektą, bet ir padėtų pagerinti pirminius užsiėmimų lankymo tikslus – vaikai pajautų taisyklingo kvėpavimo naudą, lavintų smulkiąją ir stambiają motoriką ritmuodami, grodami muzikiniais instrumentais, įsisavintų atliekamų dainų reikšmes.

Programos įgyvendinimas. Vokalinio ansamblio užsiėmimus studijoje vaikai lanko du kartus per savaitę. Vieno užsiėmimo trukmė – 45 minutės. Įprastai chorinio dainavimo užsiėmimus sudaro šios dalys: pasisveikinimas, balso lavinimo pratimų atlikimas, koncertui ruošiamų dainų dainavimas, žaidimas, atsisveikinimas. Kadangi užsiėmimų trukmė nėra ilga, taikoma muzikos terapijos programa apima visas šias veiklas.

Pilotinė programa bus vykdoma penkias savaites, t.y. 10 užsiėmimų. Pradėjus taikyti programą, užsiėmimo struktūra kiek pakinta, ją sudaro šios dalys: emocijos pasirinkimas, pasisveikinimas, dienos daina, emocijos pasirinkimas, atsisveikinimas. Svarbu atkreipti dėmesį į tai, kad kiekvieno susitikimo metu atliekamų dainų, žaidžiamų žaidimų ir vykstančių improvizacijų tikslas turi būti aiškiai iškomunikuotas vaikams, taip siekiant kuo didesnio sąmoningo įsitraukimo į planuojamas veiklas. Vaikai turi būti supažindinami apie vykstantį procesą ir jo naudą jų emocinei sveikatai.

Programos tikslas – pastebėti muzikos terapijos intervencijos choriniuose užsiėmimuose poveikį ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimui.

Programos uždaviniai:

- 1) Pastebėti pokytį vaikų savistaboje – savo ir kitų emocijų supratimo srityse, gerinti gebėjimą tas emocijas verbaliai paaiškinti;
- 2) Gerinti elgesio savireguliacijos įgūdžius – skatinti emocijas išreikšti, mokyti laikytis susitarimo ir išlaukti savo eilės;
- 3) Skatinti vaikų tarpusavio bendravimą ir sklandų dalinimąsi mokymosi priemonėmis.

Programos metodai. Receptyviajai muzikos terapijai priskiriamas emocinio imitavimo metodas. Aktyviosios muzikos terapijos metodai – improvizacija muzikos instrumentais grupėje, dainos papildytos smulkiąją ir stambiają motoriką lavinančiais judesiais, dainų dainavimas perteikiant įvairias emocijas ir vaidmenis. Užsiėmimų metu naudojami ir kiti ugdymo metodai – Lietuvos respublikos sveikatos apsaugos ministerijos užsakymu paruošti animaciniai filmukai, kuriuose ikimokyklinio amžiaus vaikams pasakojama apie pagrindines emocijas – baime, pyktį, džiaugsmą ir liūdesį. Filmukų metu vaikai mokomi kaip atpažinti šias emocijas ir jas išgyventi. Kita vaizdinė medžiaga – ištraukos iš įvairių animacinių filmų, kur ryškiai išreikštos veikėjų emocijos, taip pat ir metodinė medžiaga – skirtingų emocijų lipdukai.

Programos turinys. Žemiau pateikiamas visų dešimties užsiėmimų turinys ir vykdomų veiklų tikslai (žr. pav. 1):

	Pirmasis užsiėmimas	
	Veiklos aprašymas	Veiklos tikslas
Pasisveikinimas	<p>Paeiliui kiekvienam vaikui dainuojama daina:</p> <p><i>„Labas, labas, labas, kaip tu gyveni? Gal šiandien tu nori dainuot su manimi?“</i></p> <p>Kiekvienas vaikas išsirenka savo judesį ar veiksmą, kurį nori pakviesti padaryti visus užsiėmime dalyvaujančius vaikus.</p>	Atkreipti dėmesį į kiekvieną vaiką ir jo poreikius, suteikti galimybę vaikams nuspręsti pasisveikinimo būdą.
Emocijų pristatymas	Susėdus ratu, visiems vaikams pristatomos penkios emocijos,	Supažindinti vaikus su emocijomis, kurios bus

	esančios spalvotuose veidukuose: baimė, džiaugsmas, liūdesys, pyktis ir ramybė. Vaikai šiuos veidukus parodo savo veido išraiškomis, pakomentuoja kodėl ir kada galima šitaip jaustis.	naudojamos programos vykdymo metu, paprašyti jų pasidalinti savo mintimis apie skirtingus veidukus ir suprasti pirminį emocijų vertinimą.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.
Dainelė	Dainuojama daina „Birutėlė šeimininkė“: <i>Birutėlė šeimininkė, kubilėly tešlą minkė. Kepė skanų pyragėlių – mmm, aaa. Pavaišino katinėlių – mmmiau.</i> Dainelė dainuojama remiantis emocijomis, kurias išsirinko kiekvienas vaikas.	Pirminis įvertinimas kaip vaikai geba išreikšti emociją dainuodami.
Instrumentų ratas	Vaikai išsirenka instrumentą ir susėda ratu. Kai terapeutas groja pianinu, vaikai irgi groja, jam nutilus, nutyla ir vaikai. Suskambus treliui aukštame registre, vaikai turi pasislinkti per vieną kėdę ir groti kitu instrumentu	Išsirinkti instrumentą, kuris atspindi esamą vaiko būseną. Ši veikla padeda koncentruoti dėmesį, sklandžiai dalintis muzikos instrumentais su kitais grupėje esančiais vaikais.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas išeina iš pamokos ir ar ta nuotaika pasikeitė.
Antras užsiėmimas		
Pasisveikinimas	Paeiliui kiekvienam vaikui dainuojama daina:	Atkreipti dėmesį į kiekvieną vaiką ir jo poreikius, suteikti galimybę vaikams nuspręsti pasisveikinimo būdą.

	<p>„<i>Labas, labas, labas, kaip tu gyveni? Gal šiandien tu nori dainuot su manimi?</i>“</p> <p>Kiekvienas vaikas išsirenka savo judesį ar veiksmą, kurį nori pakviesti padaryti visus užsiėmime dalyvaujančius vaikus.</p>	
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.
Dainelė	Dainuojama lietuvių liaudies daina „Kati kati katinėli“ išreiškiant skirtingas emocijas pagal dainos tekstą	Įsigilinti į dainos tekstą ir perteikti jį tinkamomis emocijomis.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas išeina iš pamokos ir ar ta nuotaika pasikeitė.
Trečias užsiėmimas		
Pasisveikinimas	<p>Paeiliui kiekvienam vaikui dainuojama daina:</p> <p>„<i>Labas, labas, labas, kaip tu gyveni? Gal šiandien tu nori dainuot su manimi?</i>“</p> <p>Kiekvienas vaikas išsirenka savo judesį ar veiksmą, kurį nori pakviesti padaryti visus užsiėmime dalyvaujančius vaikus.</p>	Atkreipti dėmesį į kiekvieną vaiką ir jo poreikius, suteikti galimybę vaikams nuspręsti pasisveikinimo būdą.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.

Dainelė	Dainuojama lietuvių liaudies daina „Kati kati katinėli“ išreiškiant vaikų pasirinktomis emocijomis	Įsigilinti į dainos tekstą ir perteikti jį tinkamomis emocijomis.
Instrumentų ratas	Vaikai išsirenka instrumentą ir susėda ratu. Kai terapeutas groja pianinu, vaikai irgi groja, jam nutilus, nutyla ir vaikai. Suskambus treliui aukštame registre, vaikai turi pasislinkti per vieną kėdę ir groti kitu instrumentu	Išsirinkti instrumentą, kuris atspindi esamą vaiko nuotaiką. Ši veikla padeda koncentruoti dėmesį, sklandžiai dalintis muzikos instrumentais su kitais grupėje esančiais vaikais.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją prikljuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas išsina iš pamokos ir ar ta nuotaika pasikeitė.
Ketvirtas užsiėmimas		
Pasisveikinimas	Paeiliui kiekvienam vaikui dainuojama daina: <i>„Labas, labas, labas, kaip tu gyveni? Gal šiandien tu nori dainuot su manimi?“</i> Kiekvienas vaikas išsirenka savo judesį ar veiksmą, kurį nori pakviesti padaryti visus užsiėmime dalyvaujančius vaikus.	Atkreipti dėmesį į kiekvieną vaiką ir jo poreikius, suteikti galimybę vaikams nuspręsti pasisveikinimo būdą.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją prikljuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.
Dainelė	Dainuojama lietuvių liaudies daina „Aš turėjau gaidį“. Vaikų prašoma parinkti gyvūnus, apie kuriuos dainuojama ir priskirti tiems gyvūnams emociją.	Vaikai patys pasirenka gyvūnų emocijas, tai padeda ugdyti empatiją ir emocijų išraišką.

Atspėk emociją	Terapeutas dainuoja vaikams žinomą dainą vis keisdamas emocijas, o vaikai jas įvardina ir paaiškina kodėl taip mano.	Ši veikla skatina vaikus atpažinti kitų žmonių emocijas.
Instrumentų ratas	Vaikai išsirenka instrumentą kuriuo norėtų būti ir susėda ratu. Kai terapeutas groja pianinu, vaikai irgi groja, jam nutilus, nutyla ir vaikai. Suskambus treliui aukštame registre, vaikai turi pasislinkti per vieną kėdę ir groti kitu instrumentu	Išsirinkti instrumentą, kuris atspindi esamą vaiko būseną. Ši veikla padeda koncentruoti dėmesį, sklandžiai dalintis muzikos instrumentais su kitais grupėje esančiais vaikais.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas išeina iš pamokos ir ar ta nuotaika pasikeitė.
Penktas užsiėmimas		
Pasisveikinimas	Paeiliui kiekvienam vaikui dainuojama daina: <i>„Labas, labas, labas, kaip tu gyveni? Gal šiandien tu nori dainuot su manimi?“</i> Kiekvienas vaikas išsirenka savo judesį ar veiksmą, kurį nori pakviesti padaryti visus užsiėmime dalyvaujančius vaikus.	Atkreipti dėmesį į kiekvieną vaiką ir jo poreikius, suteikti galimybę vaikams nuspręsti pasisveikinimo būdą.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.
Dainelė	Dainuojama lietuvių liaudies daina „Aš turėjau gaidį“. Vaikų prašoma parinkti gyvūnus, apie kuriuos	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.

	dainuojama ir priskirti tiems gyvūnams emociją.	
Animacinių herojų emocijos	Vaikams rodomas filmukas, kuriame demonstruojamos jiems žinomų animacinių herojų emocijos. Iš dviejų emocijų jie turi pasirinkti kokią emociją jaučia herojus ir ją įvardinti. Nuoroda į filmuką.	
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją prikljuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas išsine iš pamokos ir ar ta nuotaika pasikeitė.
Šeštasis užsiėmimas		
Pasisveikinimas	Paeiliui kiekvienam vaikui dainuojama daina: <i>„Labas, labas, labas, kaip tu gyveni? Gal šiandien tu nori dainuoti su manimi?“</i> Kiekvienas vaikas išsirenka savo judesį ar veiksmą, kurį nori pakviesti padaryti visus užsiėmime dalyvaujančius vaikus.	Atkreipti dėmesį į kiekvieną vaiką ir jo poreikius, suteikti galimybę vaikams nuspręsti pasisveikinimo būdą.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją prikljuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.
Instrumentų ratas	Vaikai išsirenka instrumentą kuriuo norėtų būti ir susėda ratu. Kai terapeutas groja pianinu, vaikai irgi groja, jam nutilus, nutyla ir vaikai. Suskambus treliui aukštame registre, vaikai turi	Išsirinkti instrumentą, kuris atspindi esamą vaiko būseną. Ši veikla padeda koncentruoti dėmesį, sklandžiai dalintis muzikos instrumentais su kitais grupėje esančiais vaikais.

	pasislinkti per vieną kėdę ir groti kitu instrumentu	
Dainelė	Aptariamas vaikams žinomos dainos tekstas, atliekant dainą stengiamasi atsižvelgti į joje slypinčias emocijas ir jas perteikti.	Ši veikla skatina vaikus įsigilinti į atliekamą dainą ir lavina gebėjimą išreikšti emocijas.
Kartok mane	Vaikai susodinami į vieną eilę, o prieš juos pasodinamas vienas vaikas, kuris dainuodamas dainą išreiškia atitinkamą emociją. Visi vaikai dainuodami turi atsižvelgti į priešais sėdinčio vaiko atlikimą ir tai pakartoti. Pasirenkama daina turėtų būti gerai žinoma vaikams, kad vienintelė užduotis būtų koncentruotis ir atkartoti emocijas. Daina dainuojama tol, kol emocijas pademonstruoja kiekvienas veikloje dalyvaujantis vaikas.	Ši veikla padeda vaikams ugdyti gebėjimą pažinti kitų emocijas ir jas išreikšti savo atlikime.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją prikljuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas išeina iš pamokos ir ar ta nuotaika pasikeitė.
Septintas užsiėmimas		
Pasisveikinimas	Paeiliui kiekvienam vaikui dainuojama daina: <i>„Labas, labas, labas, kaip tu gyveni? Gal šiandien tu nori dainuot su manimi?“</i> Kiekvienas vaikas išsirenka savo judesį ar veiksmą, kurį nori	Atkreipti dėmesį į kiekvieną vaiką ir jo poreikius, suteikti galimybę vaikams nuspręsti pasisveikinimo būdą.

	pakviesti padaryti visus užsiėmėme dalyvaujantius vaikus.	
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją prikljuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.
Dainelė	Aptariamas vaikams žinomos dainos tekstas, atliekant dainą stengiamasi atsižvelgti į joje slypinčias emocijas ir jas perteikti.	Ši veikla skatina vaikus įsigilinti į atliekamą dainą ir lavina gebėjimą išreikšti emocijas.
Emocinio imitavimo metodas	Vaikams sekama pasaka. Prieš išaiškėjant pasakos pabaigai, nustojama ją skaityti ir vaikai klausosi parinkto muzikos kūrinio. Po muzikos kūrinio bando atspėti kaip galėjo baigtis ši pasaka. Svarbu, kad muzikos kūrinys būtų instrumentinis ir parinktas pagal skaitomos pasakos pabaigą.	Ši veikla lavina vaikų vaizduotę, ragina įsiklausyti į muziką ir ją susieti su ką tik girdėta informacija.
Vaizdo įrašas apie emocijas I dalis	Vaikam rodomas Sveikatos apsaugos ministerijos animacinis vaizdo įrašas	Vaikams patraukliu būdu pristatomos emocijos.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją prikljuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas išėina iš pamokos ir ar ta nuotaika pasikeitė.
Aštuntas užsiėmimas		
Pasisveikinimas	Paeiliui kiekvienam vaikui dainuojama daina: <i>„Labas, labas, labas, kaip tu gyveni? Gal šiandien tu nori dainuot su manimi?“</i>	Atkreipti dėmesį į kiekvieną vaiką ir jo poreikius, suteikti galimybę vaikams nuspręsti pasisveikinimo būdą.

	Kiekvienas vaikas išsirenka savo judesį ar veiksmą, kurį nori pakviesti padaryti visus užsiėmime dalyvaujančius vaikus.	
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.
Vaizdo įrašas apie emocijas II dalis	Vaikam rodomas Sveikatos apsaugos ministerijos animacinis vaizdo įrašas . Aptariama ką matė praėjusį kartą ir ką jau žino apie emocijas.	Išsamiau susipažinti su pykčio emocija.
Dainelė	Aptariamas vaikams žinomos dainos tekstas, atliekant dainą stengiamasi atsižvelgti į joje slypinčias emocijas ir jas perteikti.	Ši veikla skatina vaikus įsigilinti į atliekamą dainą ir lavina gebėjimą išreikšti emocijas.
Dainelė su judesiais	Dainuojama lietuvių liaudies daina „Žvirblio puota“. Dainuojant išreiškiamos emocijos pagal dainos tekstą.	Ši veikla skatina vaikus įsigilinti į atliekamą dainą ir lavina gebėjimą išreikšti emocijas.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas išeina iš pamokos ir ar ta nuotaika pasikeitė.
Devintas užsiėmimas		
Pasisveikinimas	Paeiliui kiekvienam vaikui dainuojama daina: <i>„Labas, labas, labas, kaip tu gyveni? Gal šiandien tu nori dainuot su manimi?“</i> Kiekvienas vaikas išsirenka savo judesį ar veiksmą, kurį nori	Atkreipti dėmesį į kiekvieną vaiką ir jo poreikius, suteikti galimybę vaikams nuspręsti pasisveikinimo būdą.

	pakviesti padaryti visus užsiėmimo dalyvaujančius vaikus.	
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją prikljuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.
Vaizdo įrašas apie emocijas III dalis	Vaikam rodomas Sveikatos apsaugos ministerijos animacinis vaizdo įrašas . Aptariama ką matė praėjusį kartą ir ką jau žino apie emocijas.	Išsamiau susipažinti su baimės emocija.
Dainelė	Dainuojama lietuvių liaudies daina „Žvirblio puota“. Dainuojant išreiškiamos emocijos pagal dainos tekstą.	Ši veikla skatina vaikus įsigilinti į atliekamą dainą ir lavina gebėjimą išreikšti emocijas.
Instrumentų ratas	Vaikai išsirenka instrumentą kuriuo norėtų būti ir susėda ratu. Kai terapeutas groja pianinu, vaikai irgi groja, jam nutilus, nutyla ir vaikai. Suskambus treliui aukštame registre, vaikai turi pasislinkti per vieną kėdę ir groti kitu instrumentu	Išsirinkti instrumentą, kuris atspindi esamą vaiko būseną. Ši veikla padeda koncentruoti dėmesį, sklandžiai dalintis muzikos instrumentais su kitais grupėje esančiais vaikais.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją prikljuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas išeina iš pamokos ir ar ta nuotaika pasikeitė.
Dešimtas užsiėmimas		
Pasisveikinimas	Paeiliui kiekvienam vaikui dainuojama daina: <i>„Labas, labas, labas, kaip tu gyveni? Gal šiandien tu nori dainuot su manimi?“</i>	Atkreipti dėmesį į kiekvieną vaiką ir jo poreikius, suteikti galimybę vaikams nuspręsti pasisveikinimo būdą.

	Kiekvienas vaikas išsirenka savo judesį ar veiksmą, kurį nori pakviesti padaryti visus užsiėmime dalyvaujančius vaikus.	
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas atėjo į pamoką.
Dainelė	Dainuojama daina „Birutėlė šeimininkė“: <i>Birutėlė šeimininkė, kubilėly tešlą minkė. Kepė skanų pyragėlių – mmm, aaa. Pavaišino katinėlių – mmmiau.</i> Dainelė dainuojama remiantis emocijomis, kurias išsirinko kiekvienas vaikas.	Pirminis įvertinimas kaip vaikai geba išreikšti emociją dainuodami.
Instrumentų ratas	Vaikai išsirenka instrumentą kuriuo norėtų būti ir susėda ratu. Kai terapeutas groja pianinu, vaikai irgi groja, jam nutilus, nutyla ir vaikai. Suskambus treliui aukštame registre, vaikai turi pasislinkti per vieną kėdę ir groti kitu instrumentu	Išsirinkti instrumentą, kuris atspindi esamą vaiko būseną. Ši veikla padeda koncentruoti dėmesį, sklandžiai dalintis muzikos instrumentais su kitais grupėje esančiais vaikais.
Emocijų pasirinkimas	Kiekvienas vaikas paeiliui pasirenka kaip šiandien jaučiasi ir savo emociją priklįuoja prie vardo.	Išsiaiškinti kokios nuotaikos vaikas išeina iš pamokos ir ar ta nuotaika pasikeitė.

Programos planas. Paveikslas Nr. 1

Verta atkreipti dėmesį, kad pirmas ir paskutinis programos užsiėmimas kartojasi dėl to, kad būtų galima įvertinti vaikų elgsenos pokytį per visą programos laiką.

Programos vertinimas. Norint įvertinti programos poveikį vaikams, naudojamas vaiko emocijų atpažinimo lapas. Prieš prasidedant užsiėmimams, vaikai išsirenka jiems tinkamiausią emociją ir ją priklijuoja prie savo vardo. Jų pasirinktos emocijos aptariamos, išanalizuojamos, diskutuojama kodėl pasirinkta viena ar kita emocija. Po viso muzikinio užsiėmimo vaikai dar kartą įvertina savo emociją ją pasirinkdami ir priklijuodami prie savo vardo. Po kiekvieno užsiėmimo šis plakatas fotografuojamas, užfiksuojamas vaikų emocijų ir emocijų savivokos pokyčiai. Taip pat programos vertinimą papildoma ir emocinių kompetencijų vertinimo lentelė. Jame kiekvieno užsiėmimo metu vaikai įvertinami nuo 1 iki 5 balų skirtingose srityse – savistabos, elgesio savireguliacijos ir tarpusavio bendravimo. Šios sritys išsiskirsto į dar smulkesnes kompetencijas – gebėjimą atpažinti savo emocijas, gebėjimą atpažinti kito emocijas, gebėjimą paaiškinti savo emocijas, gebėjimą išreikšti savo emocijas, laikytis susitarimo ir išlaukti savo eilės, bendravimo ir dalinimosi su kitais bendraamžiais.

Programos priemonės. Užsiėmimai vyksta tam pritaikytoje aplinkoje: nedidelė jauki patalpa, joje kiliminė danga, vaikai veiklose dalyvauja be batų, su šlepetėmis. Patalpoje nėra daug daiktų, tačiau jie visi reikalingi muzikiniams procesams įgyvendinti – lentynoje vaikams lengvai prieinami įvairūs instrumentai: ksilofonai, metalofonai, barškučiai, kastanjetės, būgnas, tamburiniai, mėnulio būgnas, montesori varpeliai, klavės, trikampis. Klasėje taip pat stovi elektrinis pianinas, naudojama ir koncertinė ukulelė. Patalpos interjero jaukumas sukuriama naudojant dekoratyvines pagalvėles, pledus, lemputes. Vaikai muzikuoja sėdėdami ant kilimo arba ant mažų kėdučių. Muzikos terapijos intervencijos programoje taip pat naudojama ir įvairi vaikams skirta literatūra – muzikinės pasakos, vaikiškų meditacijų garso įrašai. Proceso sukeliama pokyčiui įvertinti naudojamas emocijų atpažinimo lapas, kurį sudaro plakatas su vaikų vardais, emocijų paveikslėliai, o jam fiksuoti – vaizdo kamera, fotoaparatas.

Vaiko vardas	
Vaiko amžius metai mėnesiai
Grupė	

Vaikų, dalyvaujančių užsiėmimuose emocinių kompetencijų vertinimo lentelė

Apačioje esanti lentelė skirta individualiam užsiėmimuose dalyvaujančio vaiko kompetencijų vertinimui. Vertinamas atliekamas stebint vaizdo įrašą, filmuotą kiekvienos pamokos metu.

Kompetencijos	Savimonė			Elgesio savireguliacija			Santykiai su bendraamžiais	
	Atpažįsta savo emocijas	Atpažįsta kitų emocijas	Geba paaiškinti savo emocijas	Geba išreikšti emocijas	Geba išlaukti savo eilės	Geba lakytis susitarimo	Bendravimas su kitais vaikais	Dalijimasis su kitais vaikais (priemonėmis ir pan.)
Pirmas užsiėmimas								
Antras užsiėmimas								
Trečias užsiėmimas								
Ketvirtas užsiėmimas								
Penktas užsiėmimas								
Šeštas užsiėmimas								
Septintas užsiėmimas								
Aštuntas užsiėmimas								
Devintas užsiėmimas								
Dešimtas užsiėmimas								

Kiekvienas stebimas požymis užsiėmimo metu gali būti įvertintas nuo 1 iki 5 balų.

Savimonė		
1. Atpažįsta savo emocijas		Pavyzdžiai
1 balas	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas sunkiai įgyvendina skirtas užduotis, kurios atskleidžia kompetencijas, užsiima kita veikla.	Vaikas pasirenka veiduką atsitiktinai, dalinimosi metu nesiklauso ką kalba kiti, pats verbaliai pagrįsti kodėl renkasi būtent tokį veiduką negali, į mokytojos užduodamus klausimus atsako vienu, dviem žodžiais.
2 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, kad vaikas pradėjęs atlikti skirtas užduotis greit praranda susidomėjimą, veikloje dalyvauja tik iš dalies.	Vaikas pasirenka veiduką, kuris jam labiausiai patinka, bet nebūtinai atspindi jo nuotaiką. Nelabai domisi kuo dalinasi kiti.
3 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas stebi kitus grupės narius, savo elgesį dalinai formuoja atsižvelgdamas į jų veiksmus. Pateikiami komentarai dalinai atspindi stebimą kompetenciją.	Vaikas renkasi veiduką kurį rinkosi jo grupės draugas arba tą, kuris pasikartoja dažniausiai. Paprašytas paaiškinti pasirinkimą vaikas kalba ne apie dabartinę būseną, o apie praeities įvykius.
4 balai	Stebint vaizdo medžiagą matome, kad vertinama kompetencija išreiškiama pakankamai aiškiai, kartais prireikia mokytojo verbalinio paskatinimo.	Vaikas pasirinkęs emociją atspindintį veiduką ir mokytojai uždavus keletą klausimų gebėjo paaiškinti kodėl būtent taip jaučiasi.
5 balai	Stebint vaizdo medžiagą akivaizdu, kad vertinama kompetencija labai išreiškiama, lengvai pastebima ir nėra atsitiktinis veiksmas.	Vaikas pasirinkęs emociją atspindintį veiduką gebėjo savo žodžiais paaiškinti kodėl būtent taip jaučiasi, o išsakytas komentaras sutampa su išsirinkta emocija.
2. Atpažįsta kitų emocijas		Pavyzdžiai
1 balas	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas sunkiai įgyvendina skirtas užduotis, kurios atskleidžia kompetencijas, užsiima kita veikla.	Sunkiai arba visai nedalyvauja bendroje veikloje atpažįstant emocijas paveiksliukuose, filmukuose, draugų išraiškose, nediskutuoja klausydamas skirtingų emocijų dainų.
2 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, kad vaikas pradėjęs atlikti skirtas užduotis greit praranda susidomėjimą, veikloje dalyvauja tik iš dalies.	Stebėdamas paveiksliukus, filmukus, draugų išraiškas, klausydamas skirtingų emocijų dainų, dažniausiai sutelkia dėmesį ne į emociją bet į kitą informaciją.
3 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas stebi kitus grupės narius, savo elgesį dalinai formuoja atsižvelgdamas į jų veiksmus. Pateikiami komentarai dalinai atspindi stebimą kompetenciją.	Stebėdamas paveiksliukus, filmukus, draugų išraiškas, klausydamas skirtingų emocijų dainų, pirmiausia stebi kaip elgiasi grupės draugai, ką jie sako ir prisitaiko prie vienos ar kitos grupės.

4 balai	Stebint vaizdo medžiagą matome, kad vertinama kompetencija išreiškiama pakankamai aiškiai, kartais prireikia mokytojo verbalinio paskatinimo.	Stebėdamas paveikslukus, filmukus, draugų išraiškas, klausydamas skirtingų emocijų dainų, savais žodžiais įvardina veikėjų emocijas ir dažniausiai atsako teisingai.
5 balai	Stebint vaizdo medžiagą akivaizdu, kad vertinama kompetencija labai išreiškiama, lengvai pastebima ir nėra atsitiktinis veiksmas.	Stebėdamas paveikslukus, filmukus, draugų išraiškas, klausydamas skirtingų emocijų dainų visada tiksliai įvardina veikėjų emocijas.
3. Geba paaiškinti savo emocijas		Pavyzdžiai
1 balas	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas sunkiai įgyvendina skirtas užduotis, kurios atskleidžia kompetencijas, užsiima kita veikla.	Kalbant apie savo emocijas naudoja vos kelis žodžius – „gerai“, „blogai“, „nežinau“.
2 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, kad vaikas pradėjęs atlikti skirtas užduotis greit praranda susidomėjimą, veikloje dalyvauja tik iš dalies.	Norint gauti išsamesnį atsakymą mokytoja turi klausti daug papildomų klausimų, atsakymai neretai kartojasi.
3 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas stebi kitus grupės narius, savo elgesį dalinai formuoja atsižvelgdamas į jų veiksmus. Pateikiami komentarai dalinai atspindi stebimą kompetenciją.	Kalbant apie savo emocijas jas sieja su įvykiais, kurie įvyko kitoje aplinkoje tą pačią dieną arba juntamus jausmus susieja su ateities įvykiais (pvz. „esu liūdnas, nes vaikai iš manęs juokėsi darželyje“, „esu linksma nes važiuosiu pas senelius“).
4 balai	Stebint vaizdo medžiagą matome, kad vertinama kompetencija išreiškiama pakankamai aiškiai, kartais prireikia mokytojo verbalinio paskatinimo.	Paklaustas kalba apie emocijas, tam, kad papasakotų išsamiai reikalingi papildomi mokytojos klausimai.
5 balai	Stebint vaizdo medžiagą akivaizdu, kad vertinama kompetencija labai išreiškiama, lengvai pastebima ir nėra atsitiktinis veiksmas.	Pats rodo iniciatyvą kalbėti apie savo emocijas, geba jas susieti su dienos aktualijomis ir paaiškinti kodėl taip jaučiasi, naudoja turtingą žodyną tokio amžiaus vaikui.

Elgesio savireguliacija		
1. Geba išreikšti emocijas		Pavyzdžiai
1 balas	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas sunkiai įgyvendina skirtas užduotis, kurios atskleidžia kompetencijas, užsiima kita veikla.	Vaikas renkasi bet koki instrumentą arba priešingai, tą, kuris jam labiausiai patinka net jei neatspindi jo nuotaikos. Grojimo metu nesiklauso kitų grupėje muzikuojančių vaikų, viduryje veiklos nustoja groti, pradeda tyrinėti instrumentą ir pan.

2 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, kad vaikas pradėjęs atlikti skirtas užduotis greit praranda susidomėjimą, veikloje dalyvauja tik iš dalies.	Vaikas sunkiai pasirenka vieną instrumentą, jis tik dalinai atitinka jo įvardintą emociją. Viduryje grojimo gali nubėgti ir pasikeisti instrumentą.
3 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas stebi kitus grupės narius, savo elgesį dalinai formuoja atsižvelgdamas į jų veiksmus. Pateikiami komentarai dalinai atspindi stebimą kompetenciją.	Vaikas pasirinkęs piktą veiduką renkasi švelnų instrumentą, pavyzdžiui vėjo varpelius, kurie neatspindi jo pasirinktos nuotaikos, bet atliepia tikrąją emociją. Pasirenka instrumentą kopijuodamas draugų pasirinkimus.
4 balai	Stebint vaizdo medžiagą matome, kad vertinama kompetencija išreiškiama pakankamai aiškiai, kartais prireikia mokytojo verbalinio paskatinimo.	Vaikas išreišdamas savo emociją pasirenka atitinkančius instrumentus, bet ne visada juos išnaudoja emocijai išreikšti (<i>pvz. būdamas linksmas renkasi būgną ir jį muša per stipriai</i>)
5 balai	Stebint vaizdo medžiagą akivaizdu, kad vertinama kompetencija labai išreiškiama, lengvai pastebima ir nėra atsitiktinis veiksmas.	Vaikas išreišdamas savo emociją renkasi atitinkančius instrumentus, o grodamas jas išreiškia (<i>pvz. jei įvardina save kaip piktą, renkasi būgną, groja stipriais ir greitais judesiais</i>)
2. Geba išlaukti savo eilės		Pavyzdžiai
1 balas	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas sunkiai įgyvendina skirtas užduotis, kurios atskleidžia kompetencijas, užsiima kita veikla.	Prasidėjus lipdukų dalyboms vis kartoja „dabar man“, „aš noriu“ ir pan. Renkantis kitiems vaikams taip pat bando pasiekti lipduką ir jį pasiimti.
2 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, kad vaikas pradėjęs atlikti skirtas užduotis greit praranda susidomėjimą, veikloje dalyvauja tik iš dalies.	Nuliūsta arba supyksta jei savo eilės lipdukui išsirinkti reikia palaukti, nevengia to pademonstruoti elgesiu, veido išraiška.
3 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas stebi kitus grupės narius, savo elgesį dalinai formuoja atsižvelgdamas į jų veiksmus. Pateikiami komentarai dalinai atspindi stebimą kompetenciją.	Geba laukti savo eilės, bet lipduką renkasi žiūrėdamas į tai, ką renkasi jo grupės draugai, neretai prašo daugiau nei vieno lipduko.
4 balai	Stebint vaizdo medžiagą matome, kad vertinama kompetencija išreiškiama pakankamai aiškiai, kartais prireikia mokytojo verbalinio paskatinimo.	Geba laukti savo eilės, bet nevengia paskatinti draugus lipdukus pasirinkti greičiau, parekomenduoti kitiems kokius lipdukus jie turėtų išsirinkti.
5 balai	Stebint vaizdo medžiagą akivaizdu, kad vertinama kompetencija labai išreiškiama, lengvai pastebima ir nėra atsitiktinis veiksmas.	Geba ramiai išlaukti savo eilės, stebi draugų pasirinkimus, bet aiškiai žino, ką pasiims kai ateis jo eilė.
3. Geba laikytis susitarimo		Pavyzdžiai
1 balas	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas sunkiai įgyvendina skirtas užduotis, kurios atskleidžia kompetencijas, užsiima kita veikla.	Vaikas sunkiai geba laikytis susitarimo, kad skatinamieji lipdukai bus dalinami užsiėmimo pabaigoje. Nuolat klausinėja „kada

		lipdukai“, „dabar noriu lipdukų“ ir pan., veido išraiškomis, kūno kalba demonstruoja nepasitenkinimą gavus neigiamą atsakymą.
2 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, kad vaikas pradėjęs atlikti skirtas užduotis greit praranda susidomėjimą, veikloje dalyvauja tik iš dalies.	Užsiėmimo metu bando keisti jo eigą prašydamas žaisti žaidimus, sunkiai laikosi iš anksto numatytos struktūros.
3 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas stebi kitus grupės narius, savo elgesį dalinai formuoja atsižvelgdamas į jų veiksmus. Pateikiami komentarai dalinai atspindi stebimą kompetenciją.	Užsiėmimo metu stebi kartu dalyvaujančius vaikus ir elgiasi atsižvelgdamas į jų poelgius.
4 balai	Stebint vaizdo medžiagą matome, kad vertinama kompetencija išreiškiama pakankamai aiškiai, kartais prireikia mokytojo verbalinio paskatinimo.	Vaikas žino pamokos struktūrą, bet išreiškia poreikį dienvakės pakartojimui keletą kartų per užsiėmimą, t.y. turi žinoti kas seks po dabar vykdomos veiklos.
5 balai	Stebint vaizdo medžiagą akivaizdu, kad vertinama kompetencija labai išreiškiama, lengvai pastebima ir nėra atsitiktinis veiksmas.	Vaikas žino užsiėmimo struktūrą, jos laikosi ir dalyvauja visose veiklose.

Santykiai su bendraamžiais		
1. Bendravimas su kitais vaikais		Pavyzdžiai
1 balas	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas sunkiai įgyvendina skirtas užduotis, kurios atskleidžia kompetencijas, užsiima kita veikla.	Dažniausiai sėdi atskirai, kartais net ne toje pačioje patalpoje, nenori, kad prie jo sėdėtų kiti vaikai, kad į jį žiūrėtų.
2 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, kad vaikas pradėjęs atlikti skirtas užduotis greit praranda susidomėjimą, veikloje dalyvauja tik iš dalies.	Dažnai laikosi atstumo nuo vadovo ir kitų vaikų, nerodo iniciatyvos bendrauti su kitais vaikais
3 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas stebi kitus grupės narius, savo elgesį dalinai formuoja atsižvelgdamas į jų veiksmus. Pateikiami komentarai dalinai atspindi stebimą kompetenciją.	Dažniausiai sėdi prie to paties vaiko kaip visada arba prašosi sėdėti prie vadovo. Su vienu pasirinktu vaiku dalinasi instrumentais, kalbasi, po pamokėlės atskirai atsisveikina.
4 balai	Stebint vaizdo medžiagą matome, kad vertinama kompetencija išreiškiama pakankamai aiškiai, kartais prireikia mokytojo verbalinio paskatinimo.	Nori sėdėti arčiau vadovo, tačiau mielai sėdi prie kitų vaikų. Su visais dalinasi priemonėmis ir instrumentais, bendrauja su keliais vaikais iš grupės, tačiau turi geriausius draugus. Mėgsta kai jų klausosi.

5 balai	Stebint vaizdo medžiagą akivaizdu, kad vertinama kompetencija labai išreiškiama, lengvai pastebima ir nėra atsitiktinis veiksmas.	Dažniausiai sėdi draugų apsuptyje, stengiasi visus pakalbinti, įtraukti į veiklą, paguodžia arba paskatina kitus draugus esant poreikiui. Klausosi kitų vaikų pasidalinimų.
2. Dalijimasis su kitais vaikais (priemonėmis ir pan.)		Pavyzdžiai
1 balas	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas sunkiai įgyvendina skirtas užduotis, kurios atskleidžia kompetencijas, užsiima kita veikla.	Nesulaukęs kvietimo bėga pirmas rinktis instrumentus, lipdukus ir kitas priemones, aiškiai išreiškia nepasitenkinimą jei renkasi ne pirmas, arba negali paimti to instrumento, kurį buvo nusižiūrėjęs.
2 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, kad vaikas pradėjęs atlikti skirtas užduotis greit praranda susidomėjimą, veikloje dalyvauja tik iš dalies.	Priemonės renkasi gavęs leidimą iš vadovo, tačiau stumdosi, stengiasi pirmas patenkinti savo poreikius.
3 balai	Stebint vaizdo medžiagą galima matyti, jog vaikas stebi kitus grupės narius, savo elgesį dalinai formuoja atsižvelgdamas į jų veiksmus. Pateikiami komentarai dalinai atspindi stebimą kompetenciją.	Instrumentus, lipdukus ir kitas priemones veikloms renkasi sulaukęs savo eilės, nesistengia pirmauti, bet ir nelieka paskutinis.
4 balai	Stebint vaizdo medžiagą matome, kad vertinama kompetencija išreiškiama pakankamai aiškiai, kartais prireikia mokytojo verbalinio paskatinimo.	Geba sulaukti savo eilės renkantis instrumentus, lipdukus, kitas veikloms skirtas priemones.
5 balai	Stebint vaizdo medžiagą akivaizdu, kad vertinama kompetencija labai išreiškiama, lengvai pastebima ir nėra atsitiktinis veiksmas.	Geba sulaukti savo eilės, užleidžia jaunesnius (žemesnius) vaikus renkantis instrumentus, lipdukus, kitas veikloms skirtas priemones.

Klausimų anketa tėvams, kurių vaikai dalyvauja užsiėmimuose.

Priedas Nr. 3

Vaiko vardas	
Vaiko amžius metai mėnesiai
Atsakinėja	<input type="checkbox"/> Mama <input type="checkbox"/> Tėtis

Atsakymus žymėkite X.

		Daug kartų per dieną	Vieną kartą per dieną	Kelis kartus per savaitę	Kartą per savaitę	Rečiau nei kartą per savaitę
1.	Kaip dažnai jūsų vaikas kalba apie savo jausmus? (pvz.: <i>sako man liūdna, aš pykstu ir pan.</i>)					
2.	Kaip dažnai jūsų vaikas pastebi kitų emocijas? (pvz.: <i>mama, kodėl tu liūdna</i>)					
3.	Kaip dažnai jūsų vaikas išreiškia pyktį netinkamu elgesiu? (pvz. <i>mušasi, stipriai verkia, krenta ant žemės ir pan.</i>)					
4.	Kaip dažnai jūsų vaikas nerimauja? (pvz. <i>nenori pasilikti užsiėmimuose, nenori ryte likti darželyje, nerimastingai jaučiasi didelėje žmonių kompanijoje</i>)					
5.	Kaip dažnai jūsų vaikas būna labai laimingas ir tai išreiškia kūno kalba? (pvz. <i>šokinėja, ploja rankomis, šaukia įvairius laimę išreiškiančius žodžius: „valio“, „jėga“ ir pan.</i>)					
6.	Kaip dažnai jūsų vaikas klausosi lėtos, liūdnos, melancholiškos muzikos?					

7.	Kaip dažnai jūsų vaikas klausosi greitos, linksmos, aktyvios muzikos?					
8.	Kaip dažnai jūsų vaikas geba laikytis susitarimo? (pvz. <i>saldainiai po vakarienės, žaidimai po pietų miego, planšetė žaidimams tik 15 min. per dieną ir pan.</i>)					
9.	Kaip dažnai jūsų vaikas netinkamai reaguoja į laukimą? (pvz. <i>nervingai trypia kojomis jei reikia ilgiau palaukti eilėje parduotuvėje, laukdamas lipdukų/saldainių/dovanėlių kartoja „o dabar man“, „aš noriu“ ir pan.</i>)					
10.	Kaip dažnai jūsų vaikas vaikas dalyvauja pokalbiuose su kitais suaugusiais? (pvz. <i>atreaguoja į suaugusiųjų kalbas, bando kažką pasakyti, įsilieti į diskusiją</i>)					
11.	Kaip dažnai jūsų vaikas pirmas pradeda pokalbį su nepažįstamais vaikais žaidimų aikštelėje, restorane, žaidimų kambaryje ir pan.?					
12.	Kaip dažnai jūsų vaikas jaučiasi nejaukiai vietoje, kurioje yra daugiau nepažįstamų vaikų?					
13.	Kaip dažnai jūsų vaikas pasakoja apie kitus darželyje/muzikiniuose užsiėmimuose esančius vaikus? Įvardina juos vardais?					

14. Kokia jūsų šeimyninė padėtis?

- Vedęs/susituokusi
- Partnerystė
- Našlė/našlys
- Išsiskyres/išsiskyrusi
- Kita

15. Koks jūsų išsilavinimas?

- Nebaigtas vidurinis
- Vidurinis
- Profesinis
- Aukštasis neuniversitetinis
- Aukštasis
- Kita.....

16. Kokia jūsų socialinė padėtis?

- Dirbantysis
- Bedarbis
- Kita.....

17. Ar jūsų vaikas turi sveikatos sunkumų? Pvz. lėtinių ligų, elgesio, emocijų sutrikimų ir pan.

- Taip
- Ne
- Nenoriu atsakyti

18. Ar jūsų vaikas lankosi pas psichologą/psichoterapeutą?

- Taip
- Ne
- Nenoriu atsakyti

19. Kiek neformalaus ugdymo užsiėmimų lanko jūsų vaikas?

- Vieną
- Du
- Tris
- Keturis ir daugiau

20. Kas lėmė jūsų sprendimą pradėti lankyti muzikinius užsiėmimus? Galite pažymėti kelis atsakymus.

- Pastebėjau, kad mano vaikas daug dainuoja
- Pastebėjau, kad užgrojus muzikai vaikas į ją reaguoja, t.y. ima šokti, linguoti, dainuoti ir pan.
- Aš pats/pati muzikuoju, todėl noriu, kad ir vaikas būtų ugdomas muzikiniuose užsiėmimuose
- Noriu, kad mano vaikas koncertuotų
- Manau, kad muzikiniai užsiėmimai lavina vaiko emocinį intelektą
- Manau, kad muzikiniai užsiėmimai grupėje skatina vaiko socializaciją
- Kita.....

21. Kas lėmė jūsų sprendimą pradėti lankyti dainavimo užsiėmimus muzikinio ugdymo studijoje „Muzikutis“? Galite pažymėti kelis atsakymus.

- Tinkama studijos lokacija
- Tinkama užsiėmimų kaina

- Patinka užsiėmimus vedančio asmens požiūris į vaikų lavinimą
- Priimtinas užsiėmimus vedančio asmens išsilavinimas ir profesiniai pasiekimai
- Priimtina studijos filosofija
- Priimtina, kad studijoje muzikinis ugdymas yra grįstas terapiniais aspektais
- Muzikinio ugdymo studiją „Muzikutis“ išsirinkau atsitiktinai
- Muzikinio ugdymo studiją „Muzikutis“ lanko draugų/artimųjų vaikai
- Kita.....

Dėkoju už jūsų atsakymus!

Emocijų atpažinimo lapas

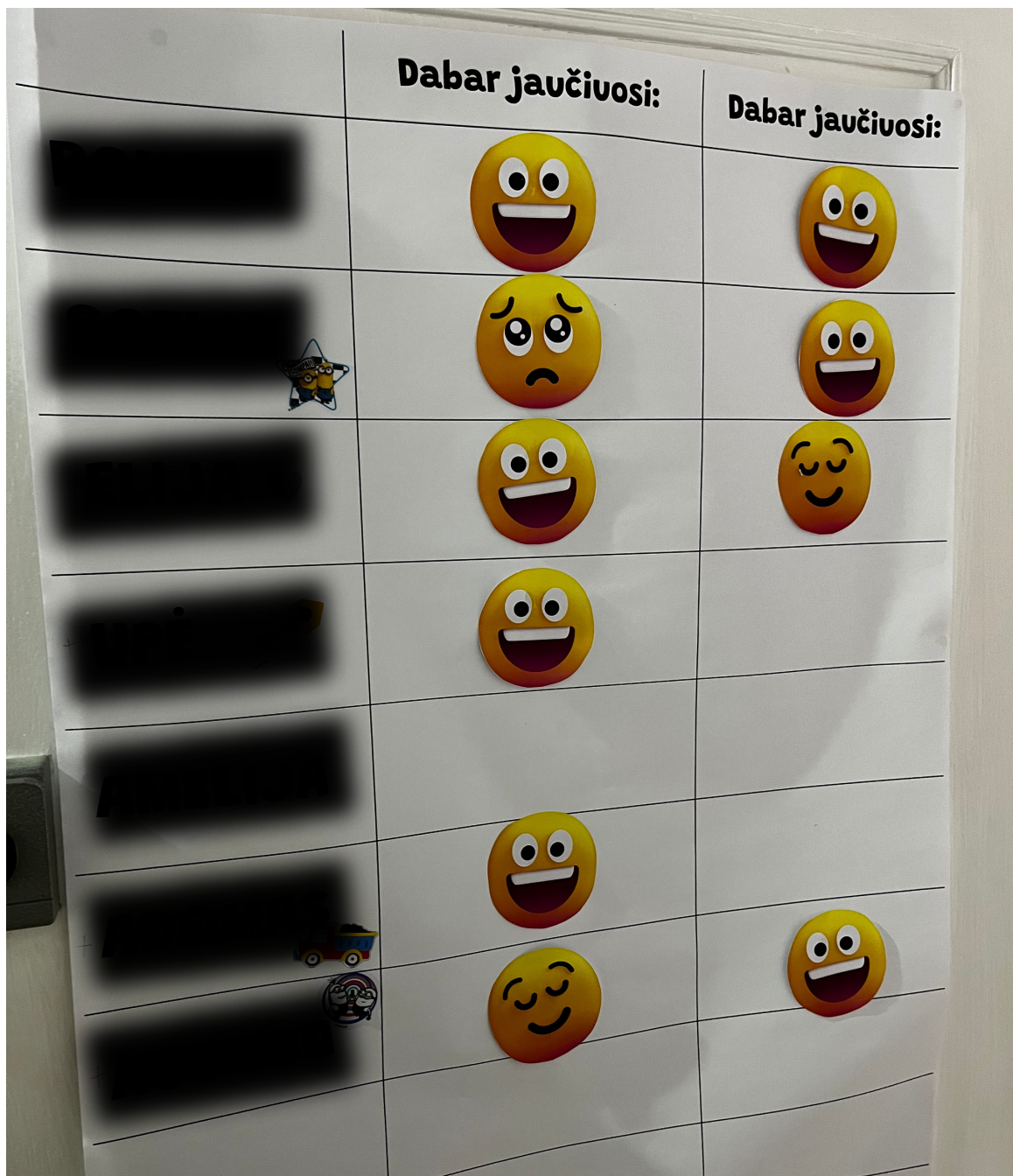
Kiekvienos pamokos pradžioje ir pabaigoje vaikai savo emocijas apibūdina pasirinkdami vieną iš šių veidukų:



Pasirinktą veiduką prikljuoja prie savo vardo emocijų atpažinimo lape:

	Aš dabar jaučiuosi:	Aš dabar jaučiuosi:
M1		
M2		
M3		
M4		
M5		
M6		
M7		
M8		

Pavyzdys kaip emocijų vertinimo lapas naudojamas užsiėmime::



Vaikų vardai užtušuoti dėl asmens duomenų apsaugos.