



VILNIAUS UNIVERSITETAS
ŠIAULIŲ AKADEMIJA

MUZIKOS PEDAGOGIKOS STUDIJŲ PROGRAMA

PAULIUS PULEIKIS

Magistro studijų baigiamasis darbas

**SUAUGUSIŲJŲ VOKALINĖ RAIŠKA KULTŪROS CENTRO MENO
MĖGĖJŲ KOLEKTYVE**

Darbo vadovė: prof. dr. Diana Strakšienė

Šiauliai, 2025

**Studijuojančiojo, teikiančio baigiamąjį
darbą, GARANTIJA**

WARRANTY of Final Thesis

Vardas, pavardė <i>Name, Surname</i>	Paulius Puleikis
Padalinys <i>Faculty</i>	Šiaulių akademija <i>Šiauliai Academy</i>
Studijų programa <i>Study Programme</i>	Muzikos pedagogikos magistro studijų programos, renginių organizavimo specializacija <i>Master's study program in music pedagogy, specialization in event organization</i>
Darbo pavadinimas <i>Thesis topic</i>	<i>Suaugusiųjų vokalinė raiška kultūros centro meno mėgėjų kolektyve.</i> <i>ADULT VOCAL EXPRESSION IN THE CULTURAL CENTER'S AMATEUR ART COLLECTIVE.</i>
Darbo tipas <i>Thesis type</i>	Baigiamasis darbas <i>Final Thesis</i>

Garantuoju, kad mano baigiamasis darbas yra parengtas sąžiningai ir savarankiškai, kitų asmenų indėlio į parengtą darbą nėra. Jokių neteisėtų mokėjimų už šį darbą niekam nesu mokėjęs.

I guarantee that my thesis is prepared in good faith and independently, there is no contribution to this work from other individuals. I have not made any illegal payments related to this work.

Šiame darbe tiesiogiai ar netiesiogiai panaudotos kitų šaltinių citatos yra pažymėtos literatūros nuorodoje.

Quotes from other sources directly or indirectly used in this thesis, are indicated in literature references.

Aš, Paulius Puleikis, pateikdamas (-a) šį darbą, patvirtinu (pažymėti)
I, Paulius Puleikis, by submitting this paper confirm (check)

**Embargo laikotarpis
*Embargo Period***

Prašau nustatyti šiam baigiamajam darbui toliau nurodytos trukmės embargo laikotarpį:
I am requesting an embargo of this thesis for the period indicated below:

_____ mėnesių / *months*

(embargo laikotarpis negali viršyti 60 mėn. / *an embargo period shall not exceed 60 months*).

Embargo laikotarpis nereikalingas / *no embargo requested.*

Embargo laikotarpio nustatymo priežastis / *Reason for embargo period:*

Puleikis P. Suaugusiųjų vokalinė raiška kultūros centro meno mėgėjų kolektyve. Muzikos pedagogikos magistro darbas / vadovė prof. dr. D. Strakšienė; Vilniaus universiteto Šiaulių akademija,. – Šiauliai, 2025 – 76 p.

SANTRAUKA

Darbe aptariama suaugusiųjų vokalinė raiška kultūros centro meno mėgėjų kolektyve. Magistro darbo tikslas – atskleisti suaugusiųjų vokalinės raiškos aspektus meno mėgėjų kolektyve. Tyrimo uždaviniai: aptarti suaugusiųjų amžiaus charakteristiką; apibrėžti meno mėgėjų sąvoką, aptarti meno mėgėjų kolektyvus; išsiaiškinti balso sandarą ir fiziologinę kaitą; atskleisti suaugusiųjų vokalinio ugdymo specifiką; empiriškai ištirti suaugusiųjų vokaliųjų ansamblių dalyvių ir kolektyvų vadovų nuomonę apie vokalinę raišką meno mėgėjų kolektyve. Tyrimo objektas – suaugusiųjų vokalinė raiška meno mėgėjų kolektyve. Siekiant išsiaiškinti suaugusiųjų vokalinės raiškos aspektus meno mėgėjų kolektyve, buvo atliktas kiekybinis ir kokybinis (pusiau struktūruotas interviu) tyrimas taikant trianguliacijos metodologinį principą.

Apibendrinus kiekybinio tyrimo rezultatus, galime teigti, kad dauguma suaugusiųjų, dalyvaujančių vokalinėje ansamblyje, yra meno mėgėjai neturintys muzikinio išsilavinimo. Respondentai pabrėžia, kad dalyvavimas ansamblyje padeda tobulinti vokaliuos gebėjimus, gerinti kvėpavimą, plėsti balso diapazoną. Tačiau dalyviai taip pat susiduria su iššūkiais repeticijų ir koncertų metu, tokiais kaip kvėpavimo problemos ir prisitaikymas prie balso įgarsinimo aparatūros, taip pat suaugusiesiems trūksta žinių apie balso struktūrą ir higieną. Nepaisant iššūkių, dalyviai džiaugiasi asmeniniu tobulėjimu, kuris neapsiriboja vien vokalo lavinimu, bet taip pat leidžia realizuoti įgytas kompetencijas, prisidedančias prie jų vokalinės raiškos ir bendro kolektyvo skambesio.

Apibendrinant kokybinio tyrimo rezultatus, galima teigti, kad suaugusiųjų vokalinė raiška kultūros centro meno mėgėjų kolektyve yra kompleksinis procesas, apimantis ne tik techninių vokaliųjų gebėjimų lavinimą, bet ir socialinius aspektus. Tyrimo duomenys atskleidė, kad pagrindinis skirtumas tarp vaikų ir suaugusiųjų vokalinio ugdymo susijęs su balso formavimosi etapu – suaugusieji jau turi susiformavusį balsą, o vaikų balsai dar tik formuojasi. Tyrimo rezultatai atskleidė keturias pagrindines problemas, su kuriomis susiduriama ugdant suaugusiuosius: vokalinio lavinimo iššūkius, kvėpavimo ir artikuliacijos trūkumus, psichologinius bei motyvacinius veiksnius ir ansamblinio balanso aspektus. Apibendrinant galima teigti, kad suaugusiųjų vokalinė raiška neapsiriboja vien techninių vokalo įgūdžių lavinimu – tai taip pat erdvė asmenybės augimui, mokymuisi visą gyvenimą, emocinei raiškai.

Raktiniai žodžiai: vokalinė raiška, meno mėgėjų kolektyvas, suaugusiųjų vokalinis ugdymas.

Puleikis P. Adult vocal expression in the cultural center's amateur art collective. Master's thesis in music pedagogy / supervisor prof. Dr. D. Strakšienė; Šiauliai Academy of Vilnius University, - Šiauliai, 2025 – 76 p.

SUMMARY

This thesis discusses adult vocal expression in an amateur art collective at a cultural center. The aim of the master's thesis is to reveal the aspects of adult vocal expression within an amateur art collective. The objectives of the research are to discuss the characteristics of adult age; to define the concept of amateur artists and examine amateur art collectives; to explore the structure of the voice and its physiological changes; to reveal the specifics of adult vocal education; and to empirically investigate the opinions of adult vocal ensemble participants and ensemble leaders regarding vocal expression in amateur art collectives. The object of the research is adult vocal expression in an amateur art collective. To explore the aspects of adult vocal expression within such a collective, both quantitative and qualitative (semi-structured interviews) research methods were applied, following the methodological principle of triangulation.

Summarizing the quantitative research results, it can be stated that most adults participating in vocal ensembles are amateur artists without formal music education. Respondents emphasize that participation in an ensemble helps improve vocal skills, enhances breathing, and broadens vocal range. However, participants also face challenges during rehearsals and performances, such as breathing difficulties and adapting to sound amplification equipment. Additionally, adults often lack knowledge about voice structure and vocal hygiene. Despite these challenges, participants are pleased with their personal development, which goes beyond vocal training and allows them to apply acquired competencies, contributing to their vocal expression and the overall sound of the ensemble.

Summarizing the qualitative research findings, it can be stated that adult vocal expression in an amateur art collective at a cultural center is a complex process involving not only the development of technical vocal skills but also social aspects. The data revealed that the main difference between vocal education for children and adults lies in the stage of voice development – adults have a fully formed voice, while children's voices are still developing. The research results identified four main problems in adult vocal education: challenges in vocal training, deficiencies in breathing and articulation, psychological and motivational factors, and issues related to ensemble balance. In conclusion, adult vocal expression extends beyond the development of technical vocal skills – it is also a space for personal growth, lifelong learning, and emotional expression.

Keywords: vocal expression, amateur art collective, adult vocal education.

TURINYS

SANTRAUKA	3
SUMMARY	4
IVADAS	6
1. SUAUGUSIŲ MOKYMOSI IR ĮSITRAUKIMO Į KULTŪRINĮ GYVENIMĄ TEORINIS ASPEKTAS	10
1.1. Suaugusiųjų amžiaus tarpsnio charakteristika	10
1. 2. Mokymosi visą gyvenimą strategija suaugusiųjų kultūrinės veiklos kontekste	13
1.3. Meno mėgėjų kolektyvas – suaugusiųjų kultūrinės raiškos galimybė.....	17
2. SUAUGUSIŲJŲ VOKALINĖ RAIŠKA.....	21
2.1. Dainavimo svarba suaugusiųjų gyvenime	21
2.2. Balso sandara ir fiziologinė kaita.....	24
2.3. Suaugusiųjų vokalinės raiškos specifika.....	28
3. SUAUGUSIŲJŲ POŽIŪRIO Į VOKALINĖS KULTŪROS RAIŠKĄ EMPIRINIS TYRIMAS	34
3.1. Tyrimo metodologija ir imtis	34
3.2 Tyrimo duomenų analizė	39
3.2.1. Kiekybinio tyrimo rezultatai	39
3.2.2. Kokybinio tyrimo rezultatai	46
DISKUSIJA.....	60
IŠVADOS.....	62
LITERATŪRA.....	64
PRIEDAI	69

IVADAS

Aktualumas ir mokslinis ištirtumas. Vokalinės kultūros ištakos siekia gilią senovę. Tobulinti vokalinius įgūdžius buvo aktualu visais laikais, nepaisant žmogaus amžiaus ir socialinės padėties. Šis procesas susijęs su mokslo raida, su neišvengiamai kintančiomis vertybėmis ir su poreikiu mokytis visą gyvenimą. UNESCO 1985 m. IV Paryžiaus konferencijoje buvo paskelbta, kad kiekvienas žmogus turi teisę mokytis visą gyvenimą. Žinių, įgūdžių, kurios įgyjamos mokykloje ar universitete, neužtenka visam žmogaus gyvenimui. Mokymas, švietimas ir meninė veikla suteikia žmogui galimybių prisitaikyti prie besikeičiančios aplinkos ir naujų technologijų. Šiuolaikinėje visuomenėje sparčiai vystantis naujosios technologijos, keičiasi žmonių gyvenimo būdas ir vertybinės nuostatos. Tokie pokyčiai kelia iššūkių tiek asmeniniam, tiek profesiniam prisitaikymui, todėl ypač svarbu nuolat atnaujinti žinias ir ugdyti įvairius gebėjimus visu žmogaus gyvenimo laikotarpiu. Asmenybei turi būti sudarytos visos sąlygos nuolat mokytis, tobulėti ir save ugdyti kultūrinėje veikloje. Įvairūs, paskutiniaisiais dešimtmečiais atlikti tyrimai įrodė, kad suaugusieji taip pat gerai gali mokytis kaip ir jaunimas, o tai reiškia, kad amžius nėra kliūtis ir toliau tobulėti. Tobulinimasis ir mokymasis visą gyvenimą, gali būti įvairiapusiškas, taip pat ir per meninę veiklą. Šių veiklų žmogus imasi dėl sau iškeltų tikslų: įgyti žinių, sustiprinti savo profesinius įgūdžius, įveiklinti savo laisvalaikį ir geriau suprasti pasaulį Žukauskienė (2012). Žmogus neturės mokymosi motyvų, jeigu ugdymas ir meninė veikla bei jų turinys, metodai neatitiks jo poreikių. Todėl švietimo ir kultūros įstaigos bei pedagogai turi prisitaikyti prie besikeičiančios visuomenės ir suteikti galimybę suaugusiems žmonėms mokytis ir save realizuoti tiek meninėse, tiek kitose veiklose.

Muzika ir meninės veiklos yra nuolat besivystančios kultūros dalis, kuri keičiasi su kiekviena karta, nustatydamą naujas tendencijas ir tuo metu vyraujančią muzikinę skonį. Tai neabejotinai suformavo dabartinę kultūrą, bet ją formuoja ir būsimos kartos. Vokalinė muzika įvairiose visuomenės dalyse skiriasi, tačiau ji išlieka pagrindine kultūros pažangos dalimi ne tik kaip pramoga, bet ir kaip priemonė išreikšti save tokiomis temomis kaip meilė, draugystė bei moralinės vertybės. Ji vaidina svarbų vaidmenį bendruomenėse ir kultūriniame gyvenime, nes suburia žmones bendrai patirti muzikos grožį. Tad ir šiais, besikeičiančiais laikais, svarbu, kad suaugusieji gautų kokybiškus vokalinio lavinimo pagrindus, nepaisant jų amžiaus ir socialinės padėties. Viena iš pagrindinių veiklų meno ir kultūros įstaigų kolektyvuose yra dainavimas, kuris ypač veikia žmogaus jausmus, formuoja meninį estetinį požiūrį, brandina ir ugdo asmenybę bei lavina ir stiprina žmogaus balso aparatą.

Tyrimo problema. Žmogaus balsas yra naudojamas ir kalbant, ir dainuojant. Dainavimas

atspindi žmogaus dvasinius poreikius, ugdo meninį skonį, padeda visapusiškai išreikšti save kaip asmenybę. Vokalinis ugdymas, žmogaus gyvenime yra reikalingas kiekviename jo gyvenimo etape, jis veiksmingai ir harmoningai formuoja žmogaus asmenybę jo intelektualines, kūrybines, fizines galias, verbalinės ir neverbalinės raiškos gebėjimus. Suaugusiojo gyvenime tai taip pat ne išimtis. Viena iš problemų, su kuria susiduria suaugusieji – tai poreikis ir noras muzikuoti, išreikšti save meninėse veiklose ir meno mėgėjų kolektyvuose. Dalyvavimas meninėje veikloje leidžia nors trumpam užmiršti kasdienes rūpesčius, nuolat lydinčią rutiną, atsitraukti nuo įprastos darbinės veiklos, leidžia žmogaus sielai tarsi pakilti ir save realizuoti. Kaip teigia Cameron (2019) atsiverdami savo kūrybiškumui, atveriamė dievišką neišsenkantį kūrybinį šaltinį, slypintį mumyse ir mūsų gyvenimuose. Tokių tikslų vedami žmonės dažnai renkasi įvairius hobius, susijusius su menine veikla bei dainavimu kultūros centruose esančiuose meno mėgėjų kolektyvuose.

Suaugusiųjų ugdymas ir švietimas yra atskira mokymo sfera, kuri vis daugiau kelia problemų būsimiems pedagogams. Gyventojų demografinė kaita ir visuomenės senėjimas tampa vis didesniu iššūkiu, o tai plačiai paliečia valstybės gyvenimą, keičia ir kultūros įstaigų, ir būsimų, ir esamų pedagogų darbą. Vienas iš sunkumų, su kuriuo susiduria pedagogai yra suaugusiųjų meninis ir vokalinis ugdymas, kadangi brandus žmogus jau yra susiformavęs tam tikrus meninius įgūdžius, įgytus gyvenimo eigoje, kuriuos pakeisti nėra taip paprasta Matonis (2013). Žmogus, dalyvaujantis meninėje saviraiškoje, susiformuoja ne tik vertybines orientacijas, bet ir platesnį kultūrinio bendravimo lauką Jucevičiūtė-Bartkevičienė, Bartkevičius, Mikučionytė, (2016). Taip pat, suaugusiųjų vokaliniam ugdyme labai svarbus yra asmens pažinimas. Ši problema iškyla, nes skiriasi suaugusiųjų ir vaikų mokymo procesas. Suaugusieji, įsiliedami į meno mėgėjų kolektyvų veiklą, kartu su savimi atsineša ir turimą muzikinę bei gyvenimišką patirtį, todėl asmenų suvokimas, motyvacija skiriasi. Šiuo atveju pedagogas turi būti susipažinęs su suaugusiųjų psichologija, asmens pažinimo procesais, mokymosi stiliais bei metodais.

Ugdant vokalinę kultūrą tarp suaugusiųjų būtina atsižvelgti į tai, kad dauguma jų gali neturėti jokios muzikinės patirties, nepažinoti muzikinio rašto, turėti skirtingus poreikius ugdymo procesui ir skirtingą požiūrį ir motyvaciją. Čia ir iškyla pedagoginė problema suderinant ugdymo procesą su suaugusiųjų ugdymo poreikiais, motyvacija ir mokymosi galimybėmis.

Apie suaugusiųjų vokalinį lavinimą ir vokalinę raišką meno mėgėjų kolektyvuose rašė: Bartkevičienė (2010), Matonis (1991), Piličiauskas (1998), Pilipavičienė (2006), Darafėjienė (1998), Gedvilaitė (2019), Voketaitis (2021), McPherso, Welch (2018), Kiušaitė (2019) ir kt.

Tyrimo probleminiai klausimai. Lietuvoje yra pasigendama fundamentalių mokslo darbų

apie suaugusiųjų vokalinę raišką meno mėgėjų kolektyvuose. Nepaisant Lietuvos ir užsienio autorių įdirbio, darbų, kurie analizuotų suaugusiųjų vokalinio ugdymo raišką vokaliniuose meno mėgėjų kolektyvuose iki šiol nepakanka, todėl tai traktuojame kaip aktualią pedagoginę problemą. Magistro darbe siekiama atsakyti į šiuos probleminius klausimus: kokia yra suaugusiųjų vokalinio ugdymo specifika? Kaip vystoma vokalinė raiška vokaliniam ansamblyje?

Tyrimo hipotezė. Tikėtina, kad suaugusieji, dalyvaujantys vokaliniuose meno mėgėjų kolektyvuose, ne tik ugdo savo vokalius gebėjimus, bet ir dėl aktyvios bendruomeninės veiklos ir socialinės sąveikos, plėtoja socialinius-bendruomeninius ryšius.

Tyrimo objektas – suaugusiųjų vokalinė raiška meno mėgėjų kolektyve.

Tyrimo tikslas – ištirti suaugusiųjų vokalinės raiškos ypatumus meno mėgėjų kolektyve.

Tyrimo uždaviniai:

- 1) aptarti suaugusiųjų amžiaus charakteristiką;
- 2) apibrėžti meno mėgėjų sąvoką, aptarti meno mėgėjų kolektyvus;
- 3) išsiaiškinti balso sandarą, ir fiziologinę raidą;
- 4) atskleisti suaugusiųjų vokalinio ugdymo specifika;
- 5) empiriškai ištirti suaugusiųjų vokalių ansamblių dalyvių ir kolektyvų vadovų nuomonę apie vokalinės raiškos galimybes meno mėgėjų kolektyve - vokaliniam ansamblyje.

Tyrimo metodologija. Siekiant išsiaiškinti suaugusiųjų vokalinės raiškos aspektus meno mėgėjų kolektyve – vokaliniam ansamblyje, buvo pasitelktas trianguliacijos metodologinis principas, taikant kiekybinio ir kokybinio tyrimo strategiją. Kiekybinis tyrimas – tai struktūrizuotas, besiremiantis iš mokslinės problemos kylančia hipoteze tyrimas, taikant matematinius analizės metodus tyrimo duomenims apdoroti bei nagrinėjamam reiškiniui aprašyti. Kokybiniai tyrimai, nebūdami priklausomi nuo hipotezių, pasižymi lankstumu bei duomenų indukcine analize, kuri induktyvią tyrėjo logiką priskiria prie kokybinių tyrimų bruožų Kardelis, (2017).

Tyrimo metodai.

Teoriniai: mokslinės ir metodinės literatūros analizė, dokumentų analizė, lyginamoji analizė, sisteminimas, interpretavimas, apibendrinimas.

Empiriniai: kokybinis tyrimas, taikant pusiau struktūruoto interviu metodą, kiekybinis tyrimo metodas – anketinė apklausa. Statistinė tyrimo duomenų analizė buvo atliekama naudojant SPSS 22.0 for Windows statistinių duomenų apdorojimo programą. Windows Microsoft Word ir Windows Microsoft Excel programos naudotos sudarant lenteles ir paveikslus.

Tyrimo imtis ir atranka. Tyrime dalyvavo 61 meno mėgėjas, vokalių ansamblių dalyvis, ir 7

kolektyvų vadovai. Tyrimas buvo atliktas Panevėžio apskrities kultūros centrų moterų ir mišriuose meno mėgėjų vokaliniuose ansambliuose.

Tyrimo etapai ir organizavimas:

- 2023 m. rugsėjo – gruodžio mėn.: mokslinio darbo temos pasirinkimas, tyrimo objekto, tikslo, uždavinių išsikėlimas, problemos formulavimas, švietimo dokumentų, mokslinės ir metodinės literatūros studijavimas; metodologinis pasirengimas tyrimui, tyrimo dizaino parengimas.
- 2024 m. sausio – rugsėjo mėn.: tyrimo tikslo, uždavinių koregavimas, tyrimo problemos tikslinimas; nagrinėtos mokslinės literatūros analizė; teorinės darbo dalies parengimas;
- 2024 m. spalio mėn. – 2025 m. sausio mėn.: atliktas empirinis kiekybinis tyrimas – anketinė apklausa bei surinkti kokybinio tyrimo duomenys;
- 2025 m. vasario – kovo mėn.: gautų tyrimo rezultatų analizavimas, empirinio tyrimo išvadų formulavimas.

Darbo aprobacija. Darbo pagrindinės tezės yra aprobuotos Vilniaus universiteto Šiaulių akademijos organizuotoje jaunųjų tyrėjų tarptautinėje mokslinėje konferencijoje „Jaunasis tyrėjas išmaniajai visuomenei (2024-05-09), kurioje skaitytas pranešimas tema „Suaugusiųjų vokalinė raiška meno mėgėjų kolektyve“. Pažymėjimo nr. MVG-VUŠA-2024-943.

Darbo struktūra. Darbą sudaro: santrauka lietuvių ir anglų kalba, įvadas, trys skyriai, išvados, literatūros sąrašas, 3 priedai. Tyrimo rezultatus iliustruoja 18 lentelių ir 6 paveikslai. Viso darbo apimtis be priedų ir literatūros sąrašo – 59 puslapiai.

1. SUAUGUSIŲ MOKYMOSI IR ĮSITRAUKIMO Į KULTŪRINĮ GYVENIMĄ TEORINIS ASPEKTAS

1.1. Suaugusiųjų amžiaus tarpsnio charakteristika

Žmogaus raida – gyvenimo kelionė. Ankstyvuoju periodu ši kelionė ištįsta per pradinę gyvenimo pusę – vaikystę, jaunystę – ir ankstyvąją brandą – senatvę. Psichologija ir antropologija nėra nustačiusi griežtų suaugusiųjų amžiaus tarpsnių ribų, nes chronologinis amžius – mažai informatyvus. Visi žmonės labai skirtingi, daug priklauso nuo žmogaus gyvensenos, žalingų įpročių, turimų ligų, išgyventų įvykių, gyvenimo eigoje įgytų kompetencijų. Žukauskienė (2012, p. 337) teigia, kad suaugusiųjų žmonių raidos stadijos nėra tokios ryškios kaip vaikų, kaip pirmieji ištarti žodžiai ar pirmieji brendimo požymiai. Jovaiša (2011, p.p 236 – 239) pateikia šiuos suaugusiojo gyvenimo skirstymo etapus:

- Jaunystė arba ankstyvasis subrendimo amžius (18 – 21 metai);
- Pirmasis suaugusiojo amžius (22 – 35 metai);
- Viduriniais suaugusiojo amžius (35 – 65 metų);
- Pagyvenusiojo amžius (61 – 74 metų);
- Senatvė (75 – 90 metų);
- Ilgaamžiškumas (90 ir daugiau metų).

Pirmojo subrendimo amžiaus (ankstyvasis subrendimo amžius) perima daug bruožų iš paauglystės. Autorius išskiria būdingiausius šio amžiaus tarpsnio veiklos uždavinius: pasirengti suaugusiojo gyvenimui, įgyti specialybę, rasti tinkamą darbo vietą, susikurti buitinį gyvenimą, vesti (ištekti). Savarankiškumo brandos rodiklis – pasirengimas imtis atsakomybės sprendžiant socialiai reikšmingus uždavinius. Per šį laikotarpį dažniausiai sukuriamos šeimos, taip pradedamas socialinis, darbinis, kultūrinis, šeimos ir visapusiškas asmeninis gyvenimas. Per pirmąjį suaugusiojo amžiaus tarpsnį žmogus visiškai subręsta biologiškai, intelektualiai, socialiai, įsitvirtina darbe, sukuria šeimą, gimdo vaikus. Autorius mini, kad šiuo laikotarpiu išryškėja motinystės ir tėvystės vaidmuo, kuris keičia vyro ir moters santykius, požiūrį į vaiką, jo globą, išskyla nauji buitiniai, socialiniai ir kultūriniai interesai. Apie 35 – uosius metus pasiekama darbinė kulminacija, todėl žmogus ima galvoti apie darbo pakeitimą ir persikvalifikavimą.

Viduriniame suaugusiojo amžiaus tarpsnyje, anksčiau per pastaruosius 15 metų įgyta intelektualinė, socialinė, kultūrinė, profesinė darbo patirtis, padeda racionaliau spręsti įvairius

klausimus, mažiau vadovautis emocijomis. Amžiaus tarpsnis pasižymi didele įžvalgos galia, racionalumu, profesionalumu, kuris pasiekia aukščiausią lygį, tačiau periodo pabaigoje silpnėja žmogaus biologinės psichologinės ir psichinės funkcijos. Šiame laikotarpyje daugelis individų išeina į pensiją, o tai daugeliui sukelia neigiamas emocijas, išgyvenamas atmetimo, izoliuotumo jausmas, skatinantis senėjimą. Šeimose užauga vaikai, palieka tėvų namus. Tėvai išgyvena skyrybas su vaikais, prasideda vienišų tėvų gyvenimas ir noras save realizuoti. Todėl, kaip pažymi Jovaiša (2011), šio amžiaus žmonėms, dar turintiems daug norų ir interesų, turėtų būti sudarytos sąlygos tenkinti savo dvasinius poreikius įvairiose švietimo ir kultūros institucijose.

Pagyvenusiojo amžiaus žmonės. Jovaiša (2011) pažymi, kaip socialiai nedarbingus, nors daugelis to amžiaus individų yra darbingi ir socialiai aktyvūs, nors yra didelių biologinių ir fizinių, emocinių skirtumų tarp šio amžiaus tarpsnio žmonių. Autorius atkreipia dėmesį, kad pagyvenusiojo amžiaus žmonių intelektas pralenkia biologinį aktyvumą, todėl formalios ir neformalios švietimo ir kultūros įstaigos turėtų sudaryti sąlygas žmonėms save realizuoti ir užtikrinti dvasinius jų poreikius. Žukauskienė (2012, p. 342) teigia, kad jaunesni žmonės vyresnį amžių vertina negatyviau, siedami jį su senatvišku silpnumu ir priklausomybe nuo kitų. Vyresni žmonės žiūri į senatvę pozityviau, jiems tai toks metas, kada po daugelio įtempto darbo metų, po viso to, ką jiems teko patirti, jie gali leisti savo dienas ramiai, gali daug laiko skirti apmąstymams ir savęs realizavimui. Taip pat verta atkreipti dėmesį, kad šiuo laikotarpiu kyla jaunystės prisiminimai, kuriais siekiama realizuoti ir įprasminti gyvenimo eigoje neįgyvendintas svajones ir troškimus, ypač kultūrinėje srityje, todėl reikia sudaryti sąlygas pagyvenusiojo amžiaus žmonėms klausyti įvairių paskaitų, kursų, dalyvauti kultūrinėje veikloje.

Viena iš paskutinių žmogaus amžiaus tarpsnių yra senatvė. Šį laikotarpį galima įvardinti kaip sunkių praradimų, skausmo laikotarpį, nes miršta artimieji, jaučiami biologiniai kūno pasikeitimai, ligos ir artėjanti mirtis, bet dvasinės galios stipresnės už fizines, todėl siekiama įveikti turimas ligas, drąsiai pasitikti likimą. Žmogus tarsi atsisveikina su pasauliu ir pragyventu gyvenimu ir ruošiasi iš jo išeiti. Paskutinį žmogaus amžiaus tarpsnį Jovaiša (2011) apibūdina kaip ilgaamžiškumą. Šiame amžiaus tarpsnyje gerokai susilpnėja socialinis ir kultūrinis gyvenimas, nes daugelis buvusių šeimos narių ir draugų iškeliavo iš šio pasaulio, žmogus lieka tarsi viena pasaulyje su savo sveikatos bėdomis. Jėgos nusilpsta, sutrinka aplinkos suvokimas, artimoji atmintis bejėgė, tik dar logiškai mąstoma. Šiuo laikotarpiu nebesidomima dvasinėmis problemomis, visiškai pasitikima savo nuostatais ir įsitikinimais, ir žiniomis. Artėjantis išėjimas išgyvenamas kaip perėjimas į lengvesnę būtį. Juodaitytė (1999, p. 55) nustato žmogaus brandą atsižvelgiama į tris pagrindinius požymius:

- biologinį amžių,
- socialinį amžių (socializavimosi, kultūros vertybių perėmimo požiūriais),
- psichologinį amžių (psichinės struktūros, intelekto, mokslumo, kultūros aspektai).

Visų požymių ir veiksnių integracija, kokybinė visuma yra žmogaus brandos rodiklis. Levinsonas (1978, p.p. 20 – 30) teigia, kad sulaukus tam tikro amžiaus, viena era prasideda, o kita baigiasi. Kiekvienas žmogus į kitą amžiaus tarpsnį gali pereiti skirtingu laiku, bet tas skirtumas ne didesnis kaip 5 – 6 metai. Autorius pateikia suaugusiojo žmogaus raidos periodizaciją, kuri savo ruožtu klasifikuojama smulkiau:

- Ankstyvoji branda (17 – 22) ;
- Įžengimas į suaugusiojo gyvenimą (22 – 28) ;
- Perėjimas iš ankstyvosios į viduriniąją brandą (28 – 33) ;
- Nusistovėjimas (33 – 40).
- Vidurinioji branda – nuo 40 iki 65 m.:
- Pereiga į viduriniąją brandą (40 – 45) ;
- Įžengimas į viduriniąją brandą (45 – 50) ;
- 50 – ūjų metų permaina (50 – 55) ;
- Vidurinio brandos viršūnė (55 – 60) ;
- Pereiga į vėlyvąją brandą (60 – 65) ;
- Vėlyvoji branda (65 –).

Apibendrinant galima teigti, kad, nežiūrint skirtingų autorių nuomonių bei teorinių požiūrių į suaugusiojo asmens charakteristiką, išskiriamos trys pagrindiniai suaugusiojo brandos etapai: jaunystė, suaugusiojo amžius bei senatvė ir ilgaamžiškumas. Jaunystėje pasirengiama suaugusiojo gyvenimui, įgyjama specialybė, susikuriamas buitinis gyvenimas. Suaugusiojo amžiuje sukurama šeima, auginami vaikai, aktyviai dalyvaujama socialiniame ir kultūriniame gyvenime, keičiama profesinė kvalifikacija. Senatvės ir ilgaamžiškumo laikotarpyje žmonės išeina į pensiją, susiduria su sveikatos pablogėjimu, stengiasi įveikti turimas ligas, grįžta jaunystės prisiminimai, silpnėja socialinis gyvenimas, ruošiamasi išėjimui į „lengvesnę būtį“. Per visus šiuos žmogaus raidos laikotarpius, įveikti gyvenimo etapoje iškylančius išukus gali padėti aktyvus socialinis gyvenimas, savęs realizacija ir įsitraukimas į kultūrinę veiklą.

1. 2. Mokymosi visą gyvenimą strategija suaugusiųjų kultūrinės veiklos kontekste

Su mokymusi susiduriama visą gyvenimą. Mokymosi aplinkos apima įvairiausių mokymosi erdvių ir galimybių, nuo formalaus ugdymo, įgyto mokykloje ar universitete, iki tolimesnio arba tęstinio suaugusiųjų švietimo, kuris apima kursų ir seminarų įvairovę, kurias teikia darbuotojų arba bendruomenės centrų ar kultūros įstaigos. Šis tęstinis švietimas yra labiausiai aiški ir matoma mokymosi visą gyvenimą forma, skirtas suaugusiems, jau pabaigusiems formaliojo ugdymo pakopas. Šiuolaikinis pasaulis reikalauja nuolatinių naujovių, kurios dažnai atsiranda dėl žmonių noro ir gebėjimo mokytis ir įgyti naujų kompetencijų, o tai lemia, kad mokymasis visą gyvenimą tampa reikšmingu veiksmu, nes spartėjantis technologijų vystymasis, gyventojų demografinė kaita ir visuomenės senėjimas tampa vis didesniu iššūkiu, kuris plačiai paliečia valstybės gyvenimą, keičia švietimo ir kultūros įstaigų darbą. Demografiniai pokyčiai verčia ieškoti sprendimų, kaip užtikrinti sklandžią visuomenės adaptaciją ir užtikrinti visuomenės naujai susiformavusius poreikius.

Vienas iš pirmųjų dokumentų, kuriame buvo apibrėžti suaugusiųjų mokymosi prioritetai ES kontekste 1997 metais Hamburge vykusios Penktosios UNESCO šalių tarptautinės suaugusiųjų švietimo konferencijos gairės. Jose buvo numatyta, kad konferencija ruošiasi „išryškinti suaugusiųjų švietimo reikšmę stiprinant žmonių galias“ ir paskatinti pasaulio visuomenę plėtoti suaugusiųjų švietimą ir tęstinį mokymąsi visą gyvenimą trunkančio mokymosi kontekste. Hamburgo konferencijos nuostata mokymosi aspektu vėliau detalizuojama. Mokymosi visą gyvenimą memorandume (2001) apibrėžiant tris pagrindines tikslingos mokymosi veiklos kategorijas:

- *formalųjį mokymąsi* – numatant, kad jis vyksta švietimo ir mokymo įstaigose, o besimokantieji gauna pripažintus diplomus ir kvalifikacijas.
- *neformalųjį mokymąsi*, vykstantį šalia pagrindinių švietimo ir mokymo sistemų. Toks mokymas gali būti teikiamas darbo vietose, juo gali užsiimti pilietinės visuomenės organizacijos ir grupės (pvz., jaunimo organizacijos, profsąjungos, politinės partijos), taip pat organizacijos bei tarnybos, įkurtos formalioms sistemoms papildyti (meno, muzikos, sporto užsiėmimai ar privačios pamokos, ruošiantis egzaminams). Besimokantieji tokiu atveju paprastai negauna formalizuotų sertifikatų.
- *savaiminis mokymasis* – tai natūralus kiekvieną dieną vykstantis mokymasis. Skirtingai nuo formaliojo ir neformaliojo mokymasis nebūtinai tikslinis, todėl jo gali nepripažinti net patys besimokantieji, papildantys savo žinias ir įgūdžius. Pagal pateiktą apibrėžimą neformalusis mokymasis vyksta už mokyklos, kolegijos, mokymo centro ir universiteto ribų. Jis retai laikomas „tikru“ mokymusi. Jo rezultatai retai turi konkurencinės vertės darbo rinkoje.

Mokymosi visą gyvenimą memorandume suaugusiųjų mokymuisi jau priskiriamas „nuolatinio“ mokymosi terminas taip atkreipiant dėmesį į jo potencialumą, t.y. į mokymąsi per visą gyvenimą be perstojo arba periodiškai. Pateikiamas ir naujai sukurtas terminas visaapimantis mokymasis, kuris sujungia laiką ir kontekstą – mokymąsi per visą gyvenimą visose srityse. Visaapimantis reiškia, kad formalusis, neformalusis mokymasis papildo vienas kitą. Jis primena mums, kad naudingas ir smagus mokymasis gali vykti ir vyksta šeimoje, laisvalaikio, kultūros centre ir kasdieniniame darbe.

Taip pat ir, Lietuvos Respublikos suaugusiųjų neformaliojo švietimo įstatymas Nr. VIII-822 mokymąsi visą gyvenimą apibūdina kaip visą mokymosi, bet kuriuo asmens amžiaus tarpsniu, veiklą, siekiant tobulinti asmenines, pilietines, socialines ir profesines kompetencijas. Mokymasis visą gyvenimą tapo viena iš svarbiausių šiuolaikinės visuomenės ir valstybės strategijų, siekiant didinti suaugusiųjų kultūrinį sąmoningumą, ugdyti jų gebėjimus bei skatinti asmeninį bei profesinį tobulėjimą. Suaugusiųjų mokymosi ypatumai kultūrinės veiklos kontekste įgyja išskirtinę svarbą, nes šis procesas leidžia suaugusiems ne tik gilinti savo žinias ir plėsti kompetencijas, bet ir stiprinti socialinius ryšius. Mokymasis visą gyvenimą jau nėra tik vienas iš švietimo ir mokymo aspektų; jis turi pasiekti kiekvieną šalies gyventoją. Neformalusis suaugusiųjų švietimas teikiamas kiekvienam jį pasirinkusiam asmeniui, ne jaunesniam kaip 18 metų. Lietuvos Respublikos suaugusiųjų neformaliojo švietimo įstatymas Nr. VIII-822 yra išskiriami šie pagrindiniai uždaviniai:

- 1) padėti asmeniui tenkinti savišvietos poreikius, plėtoti savo kultūrinius interesus;
- 2) ugdyti asmens kūrybines galias ir gebėjimus;
- 3) padėti asmeniui tapti aktyviam demokratinės visuomenės piliečiui;
- 4) sudaryti sąlygas įgyti profesinei veiklai reikalingų teorinių žinių ir praktinių gebėjimų, taip pat sąlygas kvalifikacijai tobulinti;
- 5) padėti bet kurio amžiaus suaugusiesiems priimtinausia forma mokytis, lavintis, šviestis pasirinktoje srityje;
- 6) asmens bendrosios kultūros ugdymą.

Mokymasis visą gyvenimą yra dažnai apibūdinamas kaip naudojimasis tiek formaliomis, tiek neformaliomis mokymosi galimybėmis per visą žmogaus gyvenimą, siekiant plėtoti ir puoselėti nenutrūkstamą žinių bei įgūdžių bagažą, reikalingą profesiniam bei asmeniniam pasitenkinimui. Lietuvos respublikos švietimo ir mokslo ministro įsakymu Nr. ISAK-433/A1-83 mokymosi visą gyvenimą strategija prisideda prie komunikato suaugusiųjų mokymasis: mokytis niekada nevėlu įgyvendinimo, kuriame akcentuojama suaugusiųjų švietimo plėtros svarba bei įtvirtinti penki

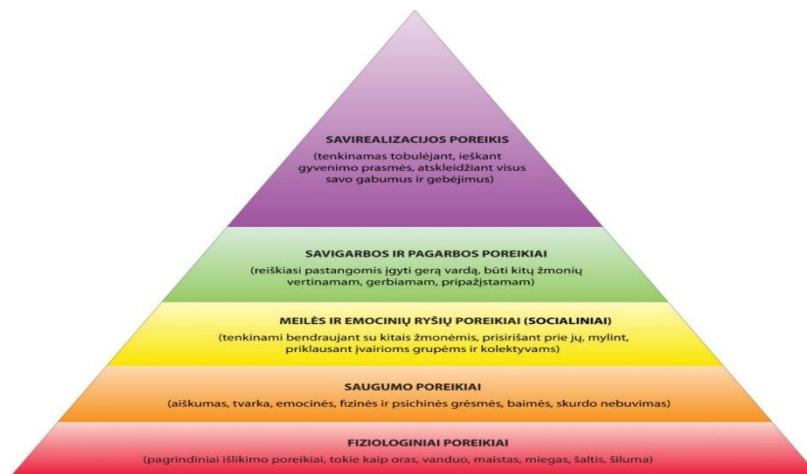
svarbiausi tikslai: šalinti dalyvavimo suaugusiųjų švietime kliūtis, didinti jo kokybę ir veiksmingumą, paspartinti neformaliuoju būdu įgytų kompetencijų pripažinimą, užtikrinti pakankamas investicijas ir vykdyti stebėseną. Lietuvos respublikos švietimo ir mokslo ministro įsakyme Nr. ISAK-433/A1-83 skiriami trys pagrindiniai suaugusiųjų mokymosi veiklos tipai: formalusis, neformalusis ir savaiminis mokymasis.

Formalusis mokymasis vyksta švietimo ir mokslo įstaigose. Mokymosi veikla yra tikslinga, apgalvota, organizuota, su fiksuota trukme ir tvarkaraščiu, hierarchine vertinimo sistema, formaliais priėmimo ir registracijos reikalavimais. Jis vykdomas švietimo institucijose jam būdinga, iš anksto numatyta tvarka, turiniu, metodais ir mokymosi priemonėmis. Besimokantieji gauna pripažintus diplomus ir kvalifikacijas.

Neformalusis mokymasis vyksta šalia pagrindinių švietimo ir mokymo sistemų. Jis taip pat apgalvotas ir organizuotas. Su formaliuoju mokymusi bendra yra tai, kad šį mokymąsi riboja institucinė priklausomybė. Jis būdingas kvalifikacijos tobulinimo sričiai. Neformalusis mokymasis gali būti teikiamas darbo vietose, juo gali rūpintis visuomeninės organizacijos ir grupės, taip pat organizacijos, įkurtos formaliai sistemai papildyti (meno, muzikos sporto veikla). Valstybės pripažinti dokumentai neišduodami.

Savaiminis mokymasis – tai natūralus, kiekvieną dieną vykstantis mokymasis. Skirtingai nuo pirmųjų dviejų, savaiminis mokymasis nebūtinai iš anksto apgalvotas, mažiau organizuotas, mažiau struktūruotas, gali būti skatinamas gyvenimo, profesinių aplinkybių, šeimos, sąlygų, todėl jo gali nepripažinti net patys individai, papildantys savo žinias ir gebėjimus. Jo pagrindas yra asmeninių, socialinių, šeimos poreikių tenkinimas. Pastarasis įvairių įstatymų, registrų ar studijų kokybės dokumentų nėra įteisintas. Prie savaiminio mokymosi galime priskirti ir norą save realizuoti ir įprasminti savo poreikius.

Mokymosi visą gyvenimą galimybė yra labai svarbi savirealizacijos procesui, nes leidžia žmonėms tobulinti savo įgūdžius ir žinias, kad galėtų pasiekti savo užsibrėžtus tikslus ir maksimaliai išnaudoti savo turimą potencialą. Mokymasis visą gyvenimą yra svarbus žingsnis šiame procese, kad suaugusieji galėtų pasiekti savo tikslų ir ugdyti save visapusiškai. Mokymosi visą gyvenimą galimybės gali padėti žmonėms geriau pažinti save, savo interesus ir turimus paslėptus talentus, padėti jiems rasti tinkamą būdą, kaip savo turimus poreikius paversti realybe. Per mokymosi procesą, žmonės gali rasti naujų pomėgių ir susidomėjimo sričių, kuriomis jie galėtų įprasminti savo turimą laisvą laiką ir turimus poreikius. Vienas iš visuomenės poreikių, kurį pateikia Maslow (2006, p. 78) yra savirealizacijos poreikis, kuris yra poreikių piramidės viršuje (žr. 1 pav.).



1 pav. Maslow poreikių hierarchijos piramidė.
Šaltinis: Visuotinė Lietuvių enciklopedija.

Maslow (2006) išskyrė asmenybės poreikių 5 lygmenis. Pirmasis (žemiausias) lygmuo yra fiziologiniai poreikiai (oro, vandens, alkio, troškulio, miego, šalčio, šilumos ir kitų), šių poreikių būtina žmogaus gyvybei palaikyti. Antrasis lygmuo – saugumo poreikiai (aiškumo, tvarkos, emocinės, fizinės ir psichinės grėsmės, baimės, skurdo nebuvimo ir kitų) – stipriausiai pasireiškia ankstyvojoje vaikystėje arba sergant neuroze. Trečiasis lygmuo – meilės ir emocinių ryšių poreikiai (socialiniai), kuriuos žmogus tenkina bendraudamas su kitais žmonėmis, prisirišdamas prie jų, mylėdamas, priklausydamas įvairioms grupėms ir kolektyvams. Ketvirtasis lygmuo – savigarbos ir pagarbos poreikiai, kurie reiškiasi pastangomis įgyti gerą vardą, būti kitų žmonių 14 vertinamam, gerbiamam, pripažįtamam. Penktąjį (aukščiausią) lygmenį sudaro savirealizacijos poreikis – siekimas tobulėti, ieškoti gyvenimo prasmės, atskleisti visus savo gabumus ir gebėjimus. Nepatenkinti poreikiai motyvuoja žmones veikti, o patenkinus vienus poreikius atsiranda naujų, aukštesnio lygio. Maslow (2006, p. 93) teigė, pagrindinis bet kokio poreikio patenkinimas yra padarinys, kuris išstumiamas iš sąmonės ir iškyla naujas ir aukštesnis poreikis. Kuo poreikiai aukštesnės pakopos, tuo vėlesniu asmenybės raidos etapu jų atsiranda ir tuo sudėtingesne, įvairesne veikla patenkinami. Tokių poreikių gali turėti kiekvienas, bet dažniausiai aukštesnieji poreikiai vyrauja tarp tų žmonių, kurie daugiau laiko skiria savo asmenybei ugdyti.

Apibendrinant galima teigti, kad kuo daugiau žmonės mokosi, tuo daugiau patirties įgyja. Mokydamasis žmogus visą gyvenimą pozityviai keičiasi, todėl mokymasis tampa socialiniu procesu, padedančiu sudaryti sąlygas toliau ugdytis save ir prisitaikyti prie besikeičiančio pasaulio ir jo keliamų iššūkių. Demografinės problemos ir visuomenės senėjimas išryškina visuomenės norą įprasminti savo gyvenimą ir norą save realizuoti įvairia veikla. Maslow poreikių hierarchijos

piramidės viršuje yra įrašęs savęs realizavimą, kuris gali prisidėti prie mokymosi visą gyvenimo idėjos plėtojimo ir skatinti žmonių žingeidumą.

1.3. Meno mėgėjų kolektyvas – suaugusiųjų kultūrinės raiškos galimybė

Viena iš galimybių įprasmingi savo gyvenimą ir užtikrinti suaugusiųjų savirealizacijos poreikį – dalyvavimas kultūrinėje veikloje. Suaugusiesiems ši veikla labai reikalinga ir svarbi, nes įsitraukdami į kultūrinę veiklą, žmonėms sudaromos puikios galimybės įgyti naujų žinių, ugdyti socialinius santykius, nejausti vienišumo, pamiršti turimas problemas, atsitraukti nuo buitinės, darbinės rutinos. Įvairios kultūrinės veiklos – dainavimas, šokimas, vaidyba, dailės užsiėmimai gali padėti įprasmingi savo turimą laisvalaikį ir padėti žmonėms savirealizuoti. Meninei saviraiškai itin tinkama erdvė – meno mėgėjų kolektyvai, ypač vokaliniai ansambliai. Dalyvavimas kultūros centro kolektyvų veikloje sudaro palankias sąlygas skirtingų kartų atstovams bendradarbiauti, dalytis patirtimi ir prisidėti prie kultūrinio tęstinumo puoselėjimo. Meno mėgėjų kolektyvai įtraukia ne tik suaugusius dalyvius, bet ir jų šeimas, bendruomenės narius, taip stiprindami tarpusavio ryšius ir kultūrinės veiklos svarbą kasdienybėje. Meno mėgėjų kolektyvai yra svarbios suaugusiųjų kultūrinės raiškos galimybė, kuri ne tik prisideda prie kūrybiškumo skatinimo, bet ir padeda stiprinti socialinius ryšius. Taip pat, meno mėgėjų kolektyvai veikia kaip žmonių traukos centras, kur įvairių amžiaus grupių žmonės gali bendrauti, dalytis kūrybinėmis idėjomis ir išreikšti savo emocijas per meną. Ši veikla ne tik gerina asmeninį pasitikėjimą savimi, bet ir stiprina socialinį įsitraukimą, ypač tarp vyresnio amžiaus ar socialiai izoliuotų asmenų. Kultūros centruose įvairias meno veiklas kultivuojantys meno mėgėjų kolektyvai, taip pat padeda išlaikyti tradicijas ir skatinti bendruomeninį bendradarbiavimą, kas yra itin svarbu kuriant sveiką ir dinamišką visuomenę.

Dainavimas, bet kokia formą namuose ar meno mėgėjų kolektyvuose, gali tapti tautos vertybių, bei kultūros puoselėjimo šaltinis. Kolektyvų nariai mokosi klausyti ir komunikuoti vienas su kitu muzikos kalba. Jie kuria muziką kaip komanda, įgyti gebėjimai – intonavimas, ritmo pojūtis, atlikimo kultūra – susilieja į vieną visumą ir leidžia patirti muzikos galią. Kaip teigia Girdzijauskienė (2019, p. 7) muzikavimas ansamblyje veikia panašiai kaip ir kolektyvinis muzikavimas, tačiau autorė išskiria, kad kiekvienam dainininkui tenka daugiau atsakomybės, daugiau spaudimo. Ansambliui, kaip nedideliui kolektyvui, dar svarbesnis tarpusavio susiklausimas, komandos jausmas – ansamblio muzikavimo rezultatas yra daugiau nei tik pavienių partijų atlikimas vienu metu.

Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatymas Nr. IX2395 nurodo, kad mėgėjų menas, – viešai atliekamas repertuaras, kurio atlikėjai ar atlikėjų kolektyvas (kolektyvai) yra mėgėjai,

negaunantys pajamų iš šios veiklos. Taip pat Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatyme Nr. IX-2395 nurodomas, kad mėgėjų meno kolektyvas – laisvalaikio meninė veikla užsiimanti asmenų grupė, meninio, sociokultūrinio ugdymo ir (ar) neformaliojo švietimo procese sukurianti, visuomenei pristatanti meninės veiklos rezultatus ir (ar) teikianti kultūros paslaugas.

Istoriškai ir kaip kryptingos valstybės kultūros politikos rezultatas susiklostė nacionalinę kultūrą puoselėjančių ir su dainų švenčių tradicijomis susijusių meno mėgėjų kolektyvų įvairovė. Visuomenėje yra keturi meninės kūrybos srautai – profesinis menas, meno mėgėjų kūryba, meniniai amatai ir stichinė meninė kūryba arba šiuolaikinis folkloras. Du pirmieji sudaro meninės kultūros visumą. Mėgėjų menas ypatingai susijęs su dvejomis vertybinėmis nuostatomis: estetinė ir pedagogine. Žmogus savo paties pastangomis turtina savo asmenybę, ugdo savo vidinį pasaulį, meninį skonį, aktyvina saviugdą procesą, daro įtaką bendruomenei ir visuomenei, bei kultūriniam gyvenimui. Lietuvių liaudis kūrė dainas, šokius, ratelius, sutartines, padavimus, pasakas, labai gerai jausdama psichologiją, grožio ir gėrio suvokimo galimybes. Dainos, žaidimai, rateliai, buvo kuriami ne tik estetiniam žmogaus pasigėrėjimui, bet ir doroviniams, pažintiniams tikslais. Šios dainos, šokiai, padavimai, pasakos vienaip ar kitaip turėjo auklėti žmogų.

Meno mėgėjų kolektyvų veikla yra valstybės prioritetiškai remiama ir reglamentuojama šiuo Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatymu Nr. IX-2395. Pagal tai, kokią meno šaką kultivuoja, kolektyvai skirstomi į muzikos (vokaliniai; instrumentiniai), šokių, vaidybos meno, dailės (tautodailės) ir mišrius (dainų ir šokių, folkloro). Kolektyvai skiriami pagal dalyvių skaičių, amžių, atlikėjų sudėtį ir pan. Atsižvelgiant į kolektyvo keliamus meninės veiklos uždavinius, interpretuojamų meno šakų, žanrų pobūdį ir įvairovę, dalyvių skaičių, jie privalo turėti vadovą, grupių vadovus, koncertmeisterius, chormeisterius, akompaniatorius ar kitus meno specialistus.

Kultūros centrai Lietuvoje atlieka reikšmingą vaidmenį mažinant socialinę ir regioninę atskirtį, stiprinant vietos bendruomenes bei skatinant gyventojų įsitraukimą į kultūrinę veiklą. Jie tampa erdvėmis, kuriose puoselėjamas kūrybiškumas, bendruomeniškumas ir kultūrinis augimas. Kultūros centrai ne tik organizuoja renginius, bet ir aktyviai bendradarbiauja su nevyriausybinėmis organizacijomis bei kitomis institucijomis, taip prisidedami prie kultūros sklaidos tiek vietiniu, tiek regioniniu mastu. Šie centrai užtikrina, kad kultūra būtų prieinama kiekvienam gyventojui, nepriklausomai nuo gyvenamosios vietos ar socialinės padėties. Vienas svarbiausių būdų įsitraukti į kultūros centro veiklą – dalyvauti meno mėgėjų kolektyvuose. Tokiuose kolektyvuose dažnai apjungiamos įvairios meninės veiklos sritys, įskaitant muziką, šokį, teatrą ar dailę. Remiantis Lietuvos liaudies kultūros centro direktoriaus įsakymu Nr. V-46, žmonėms suteikiama galimybė

prisijungti prie vokalinių ir tarpdisciplininių meno mėgėjų kolektyvų. Tokia veikla ne tik prisideda prie asmeninės saviraiškos, bet ir stiprina bendruomeninius ryšius bei skatina dalyvių kultūrinį aktyvumą.

Vokaliniai kolektyvai:

Choras – 16 – 60 (ir daugiau) dainininkų kolektyvas:

Mišrus choras (suaugusiųjų) – 16 – 60 (ir daugiau) dainininkų kolektyvas (keturios balsų grupės: sopranai altai, tenorai, bosai).

Lygių balsų choras – 16 – 60 (ir daugiau) dainininkų kolektyvas (dvi balsų grupės: vyrų choruose – tenorai ir bosai, moterų – sopranai ir altai).

Kamerinis choras – 16 – 25 (mišrus ar lygių balsų) dainininkų kolektyvas.

Choro studija – dainininkų sambūris, turintis ilgalaikę mokomojo ir švietėjiško pobūdžio meninės veiklos ugdymo programą.

Vokalinis ansamblis – 2 – 15 dainininkų mėgėjų kolektyvas:

Mažasis (kamerinis) ansamblis – 2 – 5 dainininkų grupė (duetai, tercetai, kvartetai, kvintetai). Gali būti mišrus (įvairūs sopranų, altų ir tenorų, bosų deriniai) ir lygių balsų (sopranų ir altų ar tenorų ir bosų).

Vokalinis ansamblis – 5 – 15 dainininkų grupė (mišrus ir lygių balsų).

Džiazo ansamblis – 5 – 15 dainininkų improvizacinės muzikos atlikėjų grupė (mišrių ir lygių balsų), propaguojanti įvairių stilių džiazo muziką.

Liaudiškos muzikos kolektyvai:

Liaudies instrumentų ansamblis – 3 – 20 muzikos atlikėjų (vaikų ir/ ar suaugusiųjų) kolektyvas, grojantis vienu ar keliais instrumentais - birbynių, kanklių, skudučių - grupėmis: autorinę kūrybą, taip pat stilizuotą folklorą.

Liaudiška kapela – 8 – 15 (ir daugiau) instrumentinės muzikos atlikėjų, grojantys lietuvių liaudies, modifikuotais ir klasikineis instrumentais autorinę kūrybą bei stilizuoto folkloro kūrinius. Kapela gali turėti 2 – 5 ir daugiau atlikėjų vokalinę grupę.

Folkloro kolektyvai:

Folkloro ansamblis – dainininkų, muzikantų, šokėjų, pasakotojų kolektyvas (8 – 35 ir daugiau dalyvių).

Folkloro ansamblis puoselėja krašto etninę kultūrą, atlieka liaudies dainas, šokius, ratelius, žaidimus, instrumentinę muziką, pasakojimus, smulkiąją tautosaką, programose naudoja paprotinę medžiagą ir pan., išlaiko regionams būdingą tarmę, stilistiką, atlikimo manierą.

Miesto folkloro ansamblis – perima vieno arba įvairių regionų liaudies kūrybos tradicijas.

Folkloro grupė – 3 – 7 dalyviai ir daugiau; 1 vadovas, dainininkų, muzikantų grupės, puoselėjančios krašto etninę kultūrą, atliekančios tradicinę liaudies kūrybą.

Dainininkų grupė – sambūris (3 – 7 dalyviai ir daugiau), daugiau dėmesio skiriantis dainuojamajai tradicijai, unikaliems žanrams (pvz., sutartinėms), apeiginiam folklorui, specifiniams dainavimo būdams arba moderniai folkloro interpretacijai.

Tradicinė kapela – 3 – 6 muzikantų kolektyvas. Atsižvelgiant į regionų specifinę instrumentariją, kolektyvą sudaro styginiai, dumpliniai, mušamieji, pučiamieji lietuvių liaudies tradiciniai ir atneštiniai muzikos instrumentai ir vokalinė grupė, atliekama tradicinė lietuvių liaudies instrumentinė ir vokalinė muzika. Pagal instrumentų sudėtis kapelos gali būti senosios ir vėlyvosios.

Liaudiškų dainų ir šokių kolektyvai:

Dainų ir šokių ansamblis – choro (16 ir daugiau dainininkų kolektyvas) / vokalinės grupės, šokėjų (ne mažiau 9 porų), liaudies instrumentų orkestro arba liaudiškos kapelos (ne mažiau muzikantų) suaugusiųjų ir/ar vaikų jungtinė grupė, atliekanti liaudies motyvais kompozitorių, choreografų sukurtas dainas, šokius, instrumentinę muziką, stilizuotą folklorą, inscenizuotas apeigas, teatralizuotus montažus.

Apibendrinant galima teigti, kad Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatymas Nr. IX 2395 apibrėžia mėgėjų meną kaip atliekamą repertuarą, kurio atlikėjai ar atlikėjų kolektyvas (kolektyvai) yra mėgėjai, negaunantys pajamų iš šios veiklos. Suaugusiems dalyvaujantiems kultūros centrų meno mėgėjų kolektyvuose suteikiamos plačios galimybės dalyvauti meninėse veiklose ir save realizuoti šiuose meno mėgėjų kolektyvuose: vokalinuose, liaudiškos muzikos ir šokių, folkloro kolektyvuose ir kituose kolektyvuose. Visi šie kolektyvai praturtina žmogaus pasaulėžiūrą, ir leidžia puoselėti save per meno raišką.

2. SUAUGUSIŲJŲ VOKALINĖ RAIŠKA

2.1. Dainavimo svarba suaugusiųjų gyvenime

Dainavimas yra svarbus kultūros elementas, kuris daugeliui suaugusiųjų suteikia gerų emocijų, gražina prisiminimus. Dainuojant žmogus gali išreikšti savo emocijas, nuotaikas, jausmus, ir taip pat kartu su kitais dainuojančiais žmonėmis bendrai patirti muziką „Dainavimas – viena iš nuostabiausių žmonių meninės ir dvasinės raiškos formų. Tai kartu ir demokratiškiausias bei maloniausias bendravimo su muzika, muzikinių poreikių tenkinimo būdas“ (Balčytis, 2009, p. 2). Dainavimas ilgą laiką buvo laikomas saviraiškos forma, sujungiančia žmones su jų emocijomis ir ugdančia bendruomeniškumo jausmą ir savirealizaciją. Suaugusiųjų gyvenime dainavimas yra ne tik malonumas, bet ir veikla prisidedantis prie jų psichinės ir socialinės gerovės, nes ugdo muzikos pažinties gebėjimus ir stiprina socialinius ryšius. Dainavimas taip pat gali būti socializacijos procesas, kuris padeda suaugusiesiems užmegzti naujų draugystės ryšių, ugdyti saviraišką. Muzika ir dainavimas gali išreikšti ir būdingesnius tautos psichologijos bruožus, ir žmogaus individualius psichikos ypatumus, jo dvasinį pasaulį. Piličiauskas pabrėžia, jog „muzika verčia galvoti, mąstyti. O tai jau labai svarbu“ (1998, p. 161).

Davidson, Faulkner (2014), teigia, kad dainavimas suaugusiųjų gyvenime yra itin svarbus aspektas, prisidedantis prie emocinės gerovės, socialinių ryšių stiprinimo ir bendruomeniškumo kūrimo. Dainavimas ne tik mažina stresą ir gerina nuotaiką, bet ir lavina vokalius įgūdžius bei didina pasitikėjimą savimi. Ypač suaugusiesiems dainavimas yra veikla, kuri teigiamai veikia psichinę ir fizinę sveikatą, taip pat yra naudinga socialiniam gyvenimui. Autoriai pabrėžia, kad dainavimas gali turėti teigiamą poveikį asmenims, kenčiantiems nuo demencijos, nes jis gerina kognityvines funkcijas, didina socialinį bendravimą ir leidžia asmenims išreikšti emocijas, taip skatindamas jų savivertės ir bendruomeniškumo jausmą.

Matonis (1991, p. 70) teigia, kad muzika ir dainavimas pagal emocionalumą tarp meno šakų visuotinai pripažįstama pirmaujančia. Autorius teigia, kad muzika ne tik svaigina, bet ir teikia dvasingumo, ne tik lavina, bet ir auklėja ir praturtina žmogaus gyvenimą. Taip pat muzika ir dainavimas gerina plaučių darbą, gerina miegą, širdies veiklą, atpalaiduoja bendrą raumenų įtampą. Jie visi, sudarydami estetišką visumą, veikia žmogų psichologiškai ir fiziologiškai. Dainavimas veikia sąmonę ir pasąmonę, leidžia pajusti įvairias emocijas ir jausmus, pagreitina asociacijų dinamiką, atgaivina prisiminimus apie patirtus jausmus, leidžia atsipalaiduoti ir išreikšti save. Kaip teigia Balčytis (2006, p. 1), dainavimo reikšmė neapsiriboja vien tik meniniais tikslais. Dainavimas turi didžiulės įtakos

žmogaus protinei ir psichologinei veiklai. Jeigu žmogus moka dainuoti, žino daug melodijų, jos nuolat skamba jo mintyse, ypač tada, kai darbuojasi vienas, susimąsto, kai šalia nėra pašnekovo. Protarpiais tos mintyse skambančios melodijos prasiveržia niūniavimu, švilpavimu ar suskamba visu balsu su žodžiais. Toks muzikinių intonacijų, melodijų skambėjimas mintyse yra ne kas kita kaip viena iš mąstymo formų, kartu su kalbos, regėjimo asociacijomis bei kitais komponentais sudaranti bendrą žmogaus protinės veiklos kompleksą. Velička (1995, p. 16) pažymi, jog nuolat dainuojantis ar niūniuojantis žmogus neabejotinai kažkuo turtingesnis už vien kalbėti tesugebanti. Autorius išskiria tris dainavimo naudos aspektus:

- fiziologinį, nes dainuojant stiprėja visa kvėpavimo organų sistema. Įvairaus stiprumo, aukštumo ir tembro garsai teigiamai veikia visą organizmą;
- psichologinį, nes dainavimo poveikis susijęs su dainų muzikinėmis intonacijomis;
- etninį, nes senovės lietuviai gerai suprato dainavimo ir giedojimo galią, nes giesmės, dainos apvalo sielą, daro žmogų geresnį, jautresnį.

Dainavimas – tai emocionaliausias ir labiausiai visuomenėje paplitęs menas, greičiausiai pasiekiantis žmogaus dvasines gelmes, galintis jam padaryti tam tikros įtakos, taip pat dainavimas ir meninė veikla yra viena iš bendravimo priemonių, kuri leidžia žmogui atsipalaiduoti, išreikšti save. Balčytis (2009, p. 12) teigia, kad dainavimas yra paprasčiausias muzikinės raiškos būdas dar ir dėl to, kad jis remiasi ta pačia kaip ir kalbėjimas raiškos priemone – žmogaus balsu. Ir kalbama, ir dainuojama tuo pačiu natūraliausiu „instrumentu“ – balso stygomis. Dainavimas ugdo muzikinį mąstymą, moko susikaupti, sutelkti dėmesį, įsiklausyti, vertinti ir mylėti muziką, ugdo jausmų kultūrą, atmintį, lavina vaizduotę ir kūrybiškumą. Taip pat, dainavimas moko ir labai tiksliai jausti laiko trukmę, garsų aukštumą, tembro ir garso stiprumo kaitą, tobulina kalbėjimo, tarties kultūrą. Pagrindiniai muzikos elementai ir išraiškos priemonės, kurios veikia žmogaus psichiką: melodija, harmonija, tembras, ritmas, tempas, dinamika. Per emocijas ir jausmus muzika labiausiai veikia žmogaus psichines – intelektines funkcijas. Be abejo, yra kūrinių, kurie gali veikti šiuos procesus „globaliai“, tačiau jų mažiau. Dažniau muzikos garsų poveikiai yra skirtingi – skatina įvairias emocijas. Pirmuoju atveju muzika sukelia džiaugsmą, kitu – ilgesį, liūdesį. Muzika galime sukelti romantišką, lyrišką, dramatišką nuotaiką, o pankroko ar hardroko muzika nuteikia žmones agresyviai. Be psichologinio poveikio, dainavimas turi ir fiziologinį poveikį. Įrodytas muzikos melodijos, o ypač jos ritmo, poveikis aukštajai nervinei veiklai, psichiniams procesams, vidaus organams, medžiagų apykaitos procesams. Muzikos elementai turi įtakos skirtingoms fiziologinėms sistemoms:

- ritmas – motorikai,
- melodija – emocijoms,
- harmonija – vidaus organų veiklai.

Matonis (1991, p. 68) taip pat pažymi, kad didelį poveikį asmenybei daro įvairios muzikinės ir dainavimo tradicijos, bendras muzikinio gyvenimo intensyvumas, atskirų žanrų populiarumas bei visas nacionalinis muzikinės kūrybos palikimas. Meno poveikis žmogui neabejotinas, grožinės literatūros, dailės, architektūros, muzikos kūriniai veikia emocijas, tobulina pasaulėjautą, keičia požiūrį į aplinką, skatina asmenybės progresą. Dainavimas taip pat gali padėti atsitraukti nuo savo turimų problemų ir buities. Visa tai rodo, kad dainavimas yra susijęs su žmogaus gyvenimui, nes jis padeda žmonėms geriau pažinti save, pasaulį ir jo kultūrą, skatinti kūrybiškumą gerinti fizinę ir emocinę gerovę. Estetiniai jausmai, išgyventi dainuojant, sustiprina žmogaus intelektą, plečia jo pasaulėžiūrą. Nuo senovės muzika padėdavo žmonėms dirbti, ilsėtis, žadindavo jiems darbingumą, nuotaiką, fantaziją, kūrybą, įkvėpdavo pasitikėjimą savo jėgomis, šalindavo blogas nuojautas, nerimą, padėdavo užmiršti nesėkmes, nuoskaudas, sušvelnindavo nelaimės. Dainavimas, muzikos intonacijos ypač veikia žmogaus jausmus – taurina sielą, nuramina kylančią psichinę įtampą, ją keičia, džiugina, pripildo grožiu. Lietuvių liaudis kūrė dainas labai gerai jausdama psichologiją, grožio ir gėrio suvokimo galimybes. Grigienė ir Lasauskienė (2012, p. p. 24 – 25) teigia, kad dainavimas reikšminga tautinio ugdymo, tautinės pasaulėjautos ir savimonės, tautos kultūros tradicijų tęstinumas. Liaudies daina atveria kultūrinio gyvenimo ir visuomenės raidos ištakas, atskleidžia santykį su tradicine liaudies kūryba, rašytine literatūra. Liaudies dainų dainavimas, mokymas(is) padeda lavinti dikciją, moko suvokti žodžio prasmę muzikoje. Tik gerai supratus dainos tekstą, galima raiškiai, prasmingai ją atlikti (interpretuoti).

Kaip teigia Matonis (1991, p. 141), įvairių žanrų muzikos fono girdėjimas dažnai padeda susikaupti, gerina darbo kokybę ir jo našumą, intensyviną patį darbą. Ypač efektyvus lengvosios muzikos bei greitesnio tempo instrumentinės ir vokalinės muzikos poveikis. Sulėtinus muzikos tempą arba klausantis ilgesnių, lėtesnių kūrinių, galima sulėtinti ir pagilinti kvėpavimą, tokiu būdu leidžiant protui nurimti. Trankiau ritmo muzika kūno temperatūrą gali pakelti keliais laipsniais, o švelni ir minkšto ritmo – pažeminti. Tai vyksta muzikai veikiant kraujo apytaką, pulsą, kvėpavimą ir prakaitavimą. Žmogaus širdies plakimas yra ypač susijęs su žmogaus dainavimo metu transliuojamais garsais ir muzika. Širdis atsiliepia į muzikos savybes – dažnius, tempą bei garsumą, ir linkusi paklusti garsų ritmui. Kuo greitesnė muzika – tuo greičiau plaka širdis; kuo lėtesnė muzika, tuo lėtesni širdies dūžiai. Panašiai kaip ir kvėpavimo atveju, lėčiau plakdama širdis sumažina fizinę įtampą ir stresą, nuramina

protą ir padeda kūnui atsipalaiduoti. Ritminga ir garsi muzika gali suteikti veiklumo ir energijos, tačiau turi ir blogąją pusę – ji keičia kraujo spaudimą.

Apibendrinant galima teigti, dainavimas suaugusiųjų gyvenime atlieka svarbų vaidmenį ne tik kaip kultūrinis ir meninis reiškiny, bet ir kaip priemonė, gerinanti emocinę ir fizinę sveikatą. Dainavimas padeda išreikšti emocijas, stiprina socialinius ryšius, skatina bendruomeniškumą ir savirealizaciją. Tai veikla, kuri ne tik maloniai veikia žmogaus psichiką, bet ir teigiamai prisideda prie fizinės būklės, lavindama kvėpavimo sistemą, gerindama širdies veiklą ir mažindama stresą. Dainavimas taip pat gali būti naudinga socializacijos priemonė, padedanti suaugusiems užmegzti naujus ryšius ir ugdyti bendrą savivertės jausmą. Be to, muzika ir dainavimas skatina mąstymą, lavina atmintį, kūrybiškumą ir jautrumą, o dainavimas, kaip emocinė išraiškos forma, turi didžiulį poveikį žmogaus psichikai ir kūnui. Tai taip pat padeda išlaikyti ryšį su kultūrinėmis tradicijomis, lavina kalbos ir muzikos suvokimą, bei stiprina tautos tapatybę.

2.2. Balso sandara ir fiziologinė kaita

Kiekvienas mūsų balsas yra unikalus ir savitas, turintis daugybę individualių bruožų ir niuansų. Žmogaus balsas kartu su žmogaus fiziologija kinta visą gyvenimą. Balsas tarsi veidrodis, kuriame gali atsispindėti mūsų amžius, lytis, net ir šios akimirkos savijauta ir nuotaika. Bartkevičienė (2010, p. 29) išskiria keturias pagrindines balso aparato dalis: energetinę (trachėja, bronchai, plaučiai ir kvėpavimo raumenys, krūtinės ląsta, diafragma ir pilvas); balso generavimo (gerklės su balso klostėmis); balso rezonavimo (burnos, nosies, nosiaryklės ertmės, prienosiniai ančiai, galva, krūtinės ląsta, vidinės ryklės aktyvi veikla); artikuliavimo (lūpos, dantys, liežuvis, apatinis žandikaulis, kieta-sis ir minkštasis gomuriai, liežuvėlis, ryklė). Vaigauskaitė (2024, p. 48) teigia, kad žmogui kalbant arba dainuojant aktyviai veikia visa kvėpavimo sistema, kurią sudaro plaučiai, kvėpavimo takai, diafragma ir kvėpavimo raumenys. Formuojant garsą ir tariant žodžius aktyviai dalyvauja visas kvėpavimo ir kalbos aparatas. Jei sugebėsime kontroliuoti savo kvėpavimą, tinkamai valdysime žandikaulį, liežuvį ir lūpas, turėsime gerą ir skambų balsą. Netaisyklingas kvėpavimas ir įtemptas gomurys, kaklo ir pečių raumenys trukdo balsui rezonuoti.

Bartkevičienė (2010, p.p 14 – 18) teigia, kad kvėpavimas – tai sistema susidedanti iš diafragmos, plaučių, bronchų, trachėjos, alveolės ir tarpšonkaulinių raumenų. Diafragma – elastinga raumenų plėvelė, kuri skiria krūtinės ląstą nuo virškinamojo trakto. Iš įkvėpto oro būtent plaučiuose deguonis patenka į kraują, kuris išnešioja jį po visą organizmą, o iš organizmo kraujas į plaučius

atneša anglies dioksidą, kurį mes iškvėpdami kartu su plaučiuose likusiu oru pašaliname iš organizmo. Autorė apibūdina ir gerklų fiziologiją. Gerklos yra viršutinėje priekinėje kaklo pusėje, pakibusios ant poli žuvinio kaulo ir per jį prisijungusios prie galvos kaulų. Jos prasideda 4 kaklo slankstelių lygyje ir tęsiasi žemyn – per 3 slankstelius. Taigi maždaug ties 6 kaklo slanksteliu gerklos betarpiškai pereina į gerklę. Iš priekio gerklas dengia kaklo oda, poodinis kaklo raumuo ir raumenys, esantieji žemiau poli žuvinio kaulo. Už gerklų yra ryklė ir pradinė stemplės dalis. Voketaitis (2021, p. 30), kvėpavimo sistemos organus įvardija kaip kvėpavimo instrumentą. Žmogaus plaučiai yra į kempinę panašus organas, kuriame yra kaupiamas oras. Plečiantis diafragmai ir šonkauliams raumenims, į plaučius įkvepiamas oras. Diafragma yra raumenų audinys, skiriantis krūtinės ląstos ertmę nuo apatinės pilvo dalies. Pagrindinius įkvėpimo ir iškvėpimo raumenis autorius įvardina kaip pilvo raumenys, kurie veikia kaip mūsų šonkaulių spaustuvai ir plėtikai.

Sodeika (1968, p.p 19 – 21) balso stygas įvardina kaip pagrindinę balso aparato dalį. Autorius taip pat teigia, kad dažnai balso stygos ir rezonatoriai vadinami balso raukšlėmis, balso klostėmis, balso raiščiais, balso lūpomis. Balso stygos yra gerklose ir turi vadinamąsias žiedines ir skydines kremzles, kurios suformuoja „adomo obuolį“. Jį galima apčiuopti priekinėje kaklo dalyje, bet kurio amžiaus žmogui. „Adomo obuolį“ turi tiek vyrai, tiek moterys, tik pas vyrus jis lengviau pastebimas, nes yra didesnis nei pas moteris. Balso stygos savo galais yra prisitvirtinusios prie skydinės kremzlės. Autorius pabrėžia, kad balso stygose yra elastingi raumenų sluoksniai, kurie atsiveria įkvepiant taip įleisdami orą į plaučius. Dainavimo metu pasiekiant aukštus tonus balso stygos suartėja ir įsitempia, o dainuojant žemus tonus atvirkščiai, suartėjimo ir įsitempimo būna daug mažiau.

McPherso, Welch (2018, p. 29–30), teigia kad, balsas yra sudėtingas ir unikalus žmogaus kūno instrumentas, kurio sandara susijusi su keliomis pagrindinėmis sistemomis: kvėpavimo, gerklų ir balso stygomis. Balso sandara prasideda nuo kvėpavimo sistemos, kuri apima diafragmą, plaučius, šonkaulių ir pilvo raumenis. Kvėpavimo valdymas yra būtinas norint užtikrinti pakankamą oro srautą, reikalingą balso formavimui. Gerklos, sudarytos iš kremzlinių struktūrų, kurios valdo balso stygų atidarymą ir uždarymą, o jų judėjimas lemia tono aukštį ir garsą. Balso stygų funkcija priklauso nuo jų ilgumo, standumo ir storio, o jų vibracijos dažnis tiesiogiai veikia išgaunamo garso aukštį. Šalia šių balso aparato organų burna, nosis ir ryklė – veikia kaip rezonatoriai, kurie sustiprina tam tikrus garsus ir susilpnina kitus, o tai lemia balso tembrą ir jo kokybę.

Bartkevičienė (2010, p. 27) išskiria dar vieną organų sistemą, dalyvaujančią balso formavimo procese. Tai – artikuliacinis aparatas: lūpos, dantys, liežuvis, minkštasis ir kietasis gomuriai.

Kai žmogus kalba, dainuoja, oras pučiamas iš plaučių aukštyn į balso stygas, balso stygos ima vibruoti tam tikru dažniu, sudarydamos garsą. Oro srautas ir toliau juda burnos link, ten juo manipuliuoja liežuvis, dantys ir lūpos – tokiu būdu susidaro garsai, kuriuos mes vadiname žodžiais ir frazėmis. Autorė išskiria viršutinius ir apatinius rezonatorius. Apatiniai rezonatoriai: trachėja, krūtinės ląsta (bronchai, plaučiai, poklostinė erdvė). Viršutiniai rezonatoriai: burnos ertmė, nosis, nosiaryklė, prienosiniai ančiai, ryklė, galva. Gebėjimas subalansuoti viršutinių ir apatinių rezonatorių veiklą išugdo geriausias balso savybes: skambumą, lakumą, paslankumą, vientisumą, laisvumą ir ištvermingumą.

Gimžauskas (1957, p. 39) teigia, kad žmogaus balso stiprumas ir spalva priklauso ne vien tik nuo balso stygų. Balsui labai daug reikšmės turi ir balso rezonatoriai. Balso atsimušimas burnos bei nosies viduje suteikia jam tam tikrą spalvą ir jį sustiprina. Garsas praeidamas pro rezonatorius transformuojasi ir įgauna tik tam žmogui būdingą individualų tembrą. Dėl to žmonės nesunku atskirti pagal balso tembrą. Žmogaus balso aparatas – ypatingas instrumentas su labai plačiomis galimybėmis. Balso klostės įsitempia ir atsipalaiduoja, keičia savo apimtį, oras gali būti iškvepiamas per jas įvairiu stiprumu. Kitų organų sistemų – liežuvio, lūpų ir dantų – padėtis koreguoja garsą, krūtinės ir gerklės forma bei įvairių raumenų įtempimas taip pat keičia balso kokybę. Nuo šių procesų keičiasi balso aukštis, tembras, garsumas ir intonuojamas tonas.

Kaip jau buvo minėta poskyrio pradžioje, žmogaus balsas kinta visą mūsų gyvenimą. Kūdikio riksmas rodo, kad balso stygos funkcionuoja, tik dar nei gerklos, nei stygos nėra pilnai išsivysčiusios. Paauglystės laikotarpiu taip pat balsas toliau formuojasi ir įgauna naujų spalvų, vyksta balso mutacija, ryškėja balso tembras, formuojasi diapazonas, o balso aparatas, taip ir stygos susiformuoja ir sutvirtėja, kai žmogus yra subrendęs. Suaugusiojo gyvenime balso aparatas jau yra susiformavęs, tačiau bėgant laikui jis ima keistis, panašiai kaip brendimo metu, balsas pasikeičia vėlesniame amžiuje dėl hormonų ir įvairių kitų fiziologinių procesų, su amžiumi įgytų ligų ir turimų žalingų įpročių. Šie veiksniai tiesiogiai veikia balsą, tačiau yra daug kitų pokyčių, kurie gali taip pat paveikti balsą ir dainavimo kokybę.

Ugdant suaugusiųjų balsus, svarbu pritaikyti tinkamus metodus, atsižvelgiant į jų fiziologinius ir psichologinius pokyčius atsiradusius gyvenimo eigoje. Balso lavinimas turėtų būti individualizuotas, įtraukiant balso apšiltinimo pratimus, kad būtų išvengiama balso pervargimo. Kaip teigia Sandage, Hoch (2018), vyresnio amžiaus žmonėms gali pasireikšti įvairūs fiziologiniai pokyčiai, kurie veikia balso aparatą. Tai apima balso stygų ir kvėpavimo sistemos silpnėjimą, sumažėjusią raumenų funkciją bei hormoninius organizmo pokyčius. Šie veiksniai gali lemti siauresnį balso diapazoną,

silpną garso ir sumažėjusią balso ištvermę, todėl svarbu pritaikyti tinkamus vokalo lavinimo pratimus, kad būtų išlaikyta balso kokybė ir sumažinta nuovargio rizika. Gedvilaitė (2019, p. 9), teigia, kad vokalinio trakto anatominiai pakitimai skirtingame amžiuje keičia balso diapazoną, maksimalios fonacijos laiką, intonavimo tikslumą ir keičia balso intensyvumą. Dėl šių priežasčių ne tik balsai, bet ir suaugusieji gali būti jautresni ir pažeidžiami, todėl vokalo pedagogai, meno vadovai turi būti susipažinę su žmogaus būdingiausią balso psichofiziologija.

Kiušaitė (2019, p. 50), pabrėžia, kad pasibaigus paauglystei ir mutacijos periodui, žmogaus balsas įgauna individualių savybių ir visiškai susiformuoja maždaug 36 gyvenimo metais. Gerklų, kaip tiesioginio balso sudarymo organo, branda priklauso nuo joms tenkančio funkcinio krūvio. Būdingų balso pakitimų atsiranda organizmui senėjant. Individualiai kinta balso tembras, aukštis, intonavimo galimybės. Suaugusiesiems senstant balso stygos plonėja, o gerklų kremzlės tampa kietesnės ir ne tokios lanksčios, todėl ir ima keistis balsas. Senėjimas dažnai keičia balso diapazoną, todėl vyresnio amžiaus vyrų balso aukštis tampa aukštesnis, o vyresnio amžiaus moterų – žemesnis. Be to, pagyvenusio žmogaus gerklų raumenų pakitimai gali sukelti silpną ar virpantį balsą, vadinamą balso drebuliu. Dėl liemens pakitimų ir priaugto svorio, sulenktos laikysenos atsiranda plaučių tūrio sumažėjimas, kuris gali sumažinti gerklomis tekančio oro tūrį, ir dar labiau, sumažėti balso stiprumą ir ištvermę. Pagrindiniai balso pokyčiai senstant gali būti tokie:

- sumažėjęs balso garsumas ir ištvermė;
- balso silpnumas;
- vyrų balsai paaukštėja;
- moterims balsas pažemėja;
- atsiranda balso drebulys arba nekontroliuojamas vibrato.

Kartais balso pasikeitimas gali signalizuoti ir besivystančią medicininę problemą. Pavyzdžiui, lėtinis nuovargis ir neurologinės problemos gali sukelti balso drebinimą arba drebulį. Balso sutrikimus gali išprovokuoti ir lengvas peršalimas, balso pertempimas ir per garsus dainavimas. Balsas taip pat gali pasikeisti dėl gerybinių (mazgelių, polipų) ar piktybinių pakitimų (vėžio) arba paralyžiavus vieną iš balso klosčių. Daugybė kintamųjų turi įtakos dainavimo kokybei ir turimam balsui, o žmogaus amžius yra viena iš faktorių lemiančių balso pasikeitimą senstant. Amžius daro reikšmingą įtaką balso skambesiui, balso stygų veiklai ir apskritai žmogaus vokalinėms galimybėms. Senstant ne tik kinta balso fizinės savybės, bet taip pat atsiranda pokyčių dainavimo technikoje, įgytoje gyvenimo metu. Šie pokyčiai dažnai siejami su raumenų tonuso praradimu, sumažėjusiu balso stygų užsidarymo efektyvumu ir kvėpavimo sistemos pokyčiais, kurie tiesiogiai veikia balso

stiprumą. Be to, balso problemos, tokios kaip mazgeliai ar balso stygų uždegimai, gali riboti dainavimo galimybes bei dalyvavimą meno mėgėjų kolektyvų veikloje.

Lyons (2022) pažymi, kad norint sulėtinti natūralius amžiaus sukeltus balso pokyčius ir išlaikyti sveiką balsą kuo ilgiau, itin svarbu atlikti vokalo lavinimo pratimus. Tinkamas balso apšilimas prieš dainavimą ir saikingas balso naudojimas padeda išlaikyti balso sveikatą. Balso lavinimo pratimai tokie kaip: kvėpavimo, artikuliacijos ir dikcijos, diapazono plėtimo ir pan. gali reikšmingai pagerinti balso funkciją net ir vyresniame amžiuje. Svarbu pažymėti, kad balso pokyčiai nėra priežastis atsisakyti vokalinės veiklos – tinkami vokaliniai pratimai ir aktyvus balso naudojimas gali padėti ilgiau išsaugoti balso kokybę ir mėgautis dainavimo teikiamais malonumais.

Apibendrinant galima teigti, kad žmogaus balso aparatą sudaro balso stygos, gerklos, rezonatoriai, kvėpavimo sistema. Visi šie organai glaudžiai susiję vieni su kitais ir yra priklausomi vienas nuo kito. Dainavimo metu jie veikia kaip visuma ir vienas be kito negalėtų veikti. Žmogaus balso aparatas keičiasi kiekviename žmogaus gyvenimo etape. Senstant balsas praranda savo stiprumą, moterų balsai pažemėja, vyrų – paaukštėja. Dėl atsipalaidavusių gerklų raumenų balsas įgauna balso virpėjimą, o dėl fiziologinių kūno pasikeitimų ir pasikeitusios laikysenos sumažėja gerklomis tekančio oro tūris, kuris sumažina balso stiprumą, dėl šių pasikeitimų atsiranda prastesnė intonacija, suprastėja vokalistų technika ir gebėjimas dainuoti ilgesnes muzikines frazes.

2.3. Suaugusiųjų vokalinės raiškos specifika

Šiandieniniame sparčiai besivystančiame pasaulyje suaugusiems tampa vis svarbiau save realizuoti, plėsti savo žinias, įgyti naujų įgūdžių. Noras įgyti naujų žinių ir plėsti turimas, paliečia ir vokalinio ugdymo sritį. Nesvarbu, ar tai būtų asmeninis noras tobulėti, ar noras dalyvauti meno mėgėjų kolektyvo veikloje. Suaugusiųjų vokalo ugdymas siūlo daugybę privalumų, kurie neapsiriboja tiesioginiu dainavimu ar balso tobulėjimu, bet taip pat padeda tobulinti bendravimo įgūdžius ir skatina saviraiškos laisvę. Pilipavičienė (2006, p. 5) teigia, kad žmogaus asmenybė yra harmoninga ir visuomeniškai pilnavertė, kai joje išlavintas tiek loginis, tiek intuityvus meninis mąstymas. Jeigu tarp šių sričių nėra pusiausvyros, žmogus tampa dvasiškai skurdus. Vienas iš esminių suaugusiųjų vokalinės raiškos aspektų yra nuoseklus balso apšildymas ir paruošimas dainavimui, vokaliniais pratimais. Vokalių pratybos tikslas – lavinti suaugusiojo balsą, kad jis galėtų sklandžiai įveikti konkrečius dainavimo techninius ir muzikinių kūrinių keliamus vokalius sunkumus. Pagrindinius metodus, taikomus suaugusiųjų vokaliniam ugdymui, išskiria Sandage ir Hoch (2018):

- *Individualizuotas požiūris į balso lavinimą*: Svarbu pritaikyti pratimus pagal kiekvieno dainininko fizinius gebėjimus ir amžiaus ypatumus, kad būtų užtikrintas balso sveikatingumas ir prevencijos priemonės nuo galimų su amžiumi susijusių problemų.
- *Balso apkrovos didinimas palaipsniui*: Laipsniškas lavinimas padeda prisitaikyti prie mažėjančios ištvermės ir stiprina balsą be pervargimo.
- *Emocinis ir socialinis įsitraukimas*: Suaugusieji dažnai dainuoja ne tik dėl technikos, bet ir dėl socialinių ryšių stiprinimo, todėl svarbu sukurti motyvuojančią ir palaikančią aplinką.

Pratimai naudojami tam, kad būtų suaktyvintas artikuliacinis aparatas, dainininko technika, plečiamas diapazonas. Vainauskienė (2004, p. 4) teigia, kad kiekvienas pratimas veikia balsą kompleksiskai, t.y. gali būti naudingas garso pradžiai, kokybiškam vokaliniam tonui formuoti, balso diapazonui plėsti ir kitiems įgūdžiams lavinti. Pasirenkant vokalo lavinimo pratimus, reikia atsižvelgti į suaugusiojo balso tipą, charakterį ir balso formavimo bei lavinimo poreikius. Svarbu atkreipti dėmesį į pratimo apimtį, garsų išdėstymo tvarką, jų slinkties kryptį, išgavimo būdą. Pirmiausia naudojami paprastesni, trumpesni pratimai, palengva pereinama prie sudėtingesnių, geresnio pasirengimo ir balso ištvermės reikalaujančių suaugusiųjų balsą lavinančių pratimų. Vaigauskaitė (2024, p. 85) teigia, kad pradedant balso lavinimo pratybas, būtina lavinti aiškią dikciją. Kadangi be kvėpavimo ir balso neįmanoma ištarti nė vieno žodžio ar garso, tai visos dikcijos pratybos tuo pat metu yra ir kvėpavimo bei vokalinės pratybos.

Pilipavičienė (2006, p. 32) teigia, kad vokalinių pratybų kompleksas susidarytas iš įvairių pratimų, skirtų: kvėpuoti, garsui formuoti, dikcijai ir artikuliacijai lavinti, įvairiems dainavimo štrichams tobulinti, tiksliai intonuoti, diapazonui plėsti, unisonui, garsui, tembrui suvienodinti, harmoninei klausai lavinti, garso atakai, garso dinamikai lavinti, ritmui lavinti, išraiškingam dainavimui lavinti. Naudinga dainuoti pratimus ir be instrumentinio pritarimo (akompanimento) – *a capella*. Tai lavina muzikinę ir vokalinę klausą, inotocinį tikslumą, padeda geriau girdėti save, ugdo didesnę pasitikėjimą savo balso galimybėmis ir ugdo savarankiškumą. Vokalinių pratybų metu rekomenduojama dainuoti *mp* – *mf* dinamika. Dinaminius niuansus *pp* – *ff* patartina naudoti tik epizodiškai. Nuolat reikia sekti, kad suaugusieji nedainuotų per garsiai, nes toks dainavimas ne tik negražus, bet ir kenkia balso aparatui. Garsiai dainuojant prarandama tiksli intonacija ir nuoseklus garso vedimas, prarandama klausos nuovoka, o tai ypač svarbu suaugusiesiems, kuriems dėl fiziologinių pasikeitimų ir amžiaus gali turėti prastesnę klausą.

Norint pasiekti kokybiškesnį balso lavinimą reikia leisti kūnui atsipalaiduoti. Lavinimo metu neturi jaustis jokios įtampos – nei balse, nei kūne. Gražiai dainuoti, skambėti balsui kenkia pernelyg

stipriai susegtos rūbų apykaklės. Balso stygos turi būti laisvos, neįtemptos, todėl negalima ištempti kaklo raumenų. Tokia laikysena užspaudžia balso stygas, sunku dainuoti, garsas pasidaro neskambus ir duslus, dainininkas greitai pavargsta ir gali užkimti. Siekiant, kad balso lavinimo pratybos būtų produktyvios, dainavimas kokybiškesnis, dainuoti reikia atsistojus, tačiau reikia atsižvelgti į dainininkų amžių ir derinti dainavimo laiką atsistojus su fizinėmis žmogaus galiomis. Taip pat galima dainuoti ir atsisėdus, tačiau reikia užtikrinti, kad dainininkai sėdėtų ant kėdės krašto ir nugara būtų tiesi, kojos nesukryžiuotos.

Darafėjienė (1998, p. 5), teigia kad vokalo lavinimo pratimai lavina balso aparatą, muzikinę klausą ir didina balso ištvermę. Kiek balsas tobulės priklauso nuo konkrečios dainavimo metodikos, turimo vokalo specialisto kompetencijos, suaugusiojo motyvacijos ir gebėjimo įsisavinti žinias. Atliekant vokalo lavinimo pratimus, veido raumenys turi būti laisvi, neįtempti. Norint raiškiai, emociškai dainuoti, svarbu aiškiai tarti skiemenis, žodžius. Artikuliacinis aparatas (lūpos, liežuvis, minkštasis gomurys, apatinis ir viršutinis žandikaulis) turi įtakos balso aparato darbui, ir balso skambesiui, todėl nenuostabu, kad žmogui senstant dėl fiziologinių pakitimų tampa vis sunkiau ištarti tam tikrus žodžius ar skiemenis. Todėl suaugusiems vokalo lavinimo metu taikant artikuliacijos ir dikcijos pratimus galima padėti gerinti turimą artikuliaciją. Grigienė ir Lasauskienė (2012, p. p 15 – 16) pateikia pratimus skirtus artikuliacijai lavinti:

- Artikuliacijai lavinti naudingos greitakalbės. „Šešios žąsys su šešiais žąsyčiais.“ „Šimtame tis šilas šis, šešiašakė ši pušis.“ „Kupeta su kupetaite ir pakupetys su kupetviete.“
- Liežuvio priekiu sukti ratus (kiek įmanoma didesniu lanku) apie lūpas, po to – apie dantis į vieną ir į kitą pusę.
- Artikuliacijai lavinti naudinga be garso mokytis tarti balsius a – e – o, stengiantis pajauti žiovulio efektą. Taip pat naudinga be garso ištarti priebalsius b – d – p teisingai gerklų ir gomurio padėčiai įtvirtinti.

Suaugusiojo dikcijos aiškumas susijęs ne tik su gerai suformuotu garsu, bet ir su bendru vokalinio ir muzikinio pasirengimu. Dėl blogos dikcijos kartais sutrinka ir dinamikos, ir tempo, ir ritmo niuansai. Norint aiškiai juos perteikti, reikia aiškiai artikuliuoti tekstą, nes klausytojui gerai suprantami žodžiai atskleidžia dainos prasmę, išryškina muzikinę mintį. Ir atvirkščiai, nesuprantami žodžiai nustelbia muzikinę mintį, menkina muzikinio kūrinio vertę. Kaip teigia Vaigauskaitė (2024, p. 90), garsas, atsiradęs balso stygose, būna labai silpnas. Jo stiprinimas ir tembrinių atspalvių praturtinimas vyksta rezonatoriuose. Pagrindiniai balso rezonatoriai – gerklų, burnos ir nosies ertmės, kuriose

vyksta balsinio tono stiprėjimas. Pasyvi dikcija ne tik neatskleidžia kūrinio ritmo, bet ir kenkia dainavimo kokybei bei intonacijai. Pasyvi dikcija ne tik neatskleidžia kūrinio ritmo, bet ir kenkia dainavimo kokybei bei intonacijai. Atliekant dikcijos ir artikuliacijos pratimus, kaip teigia Darafėjienė (1998, p. 29), visas dėmesys kreipiamas į taisyklingą ir aktyvų lūpų formavimą ir platus prasižiojimą. Artikuliacijai ir dikcijai lavinti padeda balsių ir skiemenų kaita bei vienodas garso vedimas, frazavimas. Naudinga dainuoti natų pavadinimais – do – rė – mi – fa, ... , nes į natų pavadinimus įeina visi balsiai ir priebalsiai.

Pečeliūnas (2011, p. 38) teigia, kad pagrindinis balso formavimo veiksnys yra tinkamas kvėpavimas. Nuo kvėpavimo priklauso garso trukmė, aukštis, balso spalva. Išoriniai kvėpavimo judesiai veikia bronchus ir diafragmą, o šie veikia gerklas ir minkštąjį gomurį. Grigienė, Lasakienė (2012, p. 10) pažymi, kad priklausomai nuo lyties, amžiaus ir kūno sudėjimo, kvėpuojame skirtingai. Nuo suaugusiojo įkvėpimo priklauso ne tik garso ataka, bet ir tembras, balso jėga, garso ilgumas. Geriau suvokdami natūralaus kvėpavimo bei kvėpavimo dainuojant specifiką, greičiau atsiras teisingas ir kokybiškas kvėpavimas dainuojant. Kaip teigia Darafėjienė (1998, p. 9), taisyklingas kvėpavimas ir aiški dikcija yra svarbiausias balso tobulinimo būdas. Kvėpavimas dainuojant skiriasi nuo natūralaus kvėpavimo: įkvepiama daugiau oro, jis taupiau naudojamas, labiau įtempiami raumenys. Suaugęs žmogus turi gerokai pailginti iškvėpimo laiką. Svarbu, kad kvėpuojant ir atliekant vokalinės pratybas nesikeltų ir neįsitemptų pečiai ir viršutinė krūtinės dalis (raktikaulis). Teisingai ugdant suaugusiųjų kvėpavimą, ilgiau išlaikomas lygus garsas, lengviau frazuojama, dainuojama be įtampos. Taisyklinga laikysena (atpalaiduoti pečiai, sprandas, rankos, pirštai) užtikrina teisingą kvėpavimą dainuojant. Grigienė ir Lasauskienė (2012, p. 12) pateikia teisingus kvėpavimo būdus dainuojant:

- Stengtis visada įkvėpti per burną ir per nosį vienu metu. Galima įkvėpti per nosį, kai burna atvira. (Tai padeda geriau atverti gerklas. Be to, toks kvėpavimo būdas mažiau triukšmingas).
- Įkvėpti reikia giliai: plečiant apatinius šonkaulius ir diafragmą. Tačiau dėl per didelio oro kiekio įsitempia gerklų, kaklo raumenys. Todėl įkvėpti reikia natūraliai, nepersistengiant.
- Greitai ir giliai įkvėpti uždara burna – neįmanoma.
- Dainuojant pauzių metu geriau kvėpuoti per nosį, kad nedžiūtų burna.

Kitas svarbus aspektas ugdant suaugusiųjų vokalinę raišką yra balso formavimas. Darafėjienė (1998, p. 9) teigia, kad formuojant balsą, aktyviausios yra lūpos, nuo kurių padėties priklauso balso spalva. Suaugusiųjų balsai yra labai skirtingi, juos veikia žmogaus amžius, fiziologiniai padariniai,

vieni balsai gilūs, tamsūs, kiti šviesūs ir sodrūs. Norint skirtingo tembro balsus suvienodinti, skiriasi skirtingų balsių formavimas.

Dainuojant balsę a, burna visiškai pražiota, ji gerai padeda atpalaiduoti artikuliacijos aparatą, atskleisti balso grožį bei individualų tembrą. Balsis e iš prigimties yra skambus. Kad nebūtų pernelyg šviesus, patartina labiau išsižioti. Kad šis balsis būtų apvalus ir minkštas, jį reikia dainuoti kaip ė (gėlė). Jis padeda aktyviai garso atakai. Dainuojant balsį o pakeliamas minkštasis gomurys, sukeliamas žiovulio jausmas, garsas suapvalinamas, panaikinamas gerklų veržimas bei gerklinis garsas, Tariant balsį u, lūpos išsikiša į priekį, padeda išlaikyti pakeltą minkštąjį gomurį. Nepatariama jį dainuoti, kai balsas skamba tyliai, dusliai. Dainuojant vokalinio pobūdžio kolektyve, naudojamas atskiroms partijoms bei bendro skambusio išlyginimui. Balsį i suformuoja aukšta balso pozicija, aktyvina garso ataką. Rekomenduojama dainuoti su balsiu i kai balsas neskamba ir yra neaktyvus. Norint pasiekti visapusišką balso formavimą pravartu lėtai dainuoti visą balsių i – ė – a – o – u eilę, tada nuosekliai burnos ertmė išplečiama. Balsių eilė i – u – o – a sumažina balso stygų raumenų įtampą. Norint sutamsinti suaugusiųjų balsus, pradedama dainuoti tamsesnius, baigiama šviesesniais balsiais ir atvirkščiai.

Taip pat ne mažiau svarbus suaugusiųjų vokalinės raiškos aspektas yra tinkamo repertuaro parinkimas. Pilipavičienė (2006, p. 48) teigia, kad tikslingai parinktas repertuaras neretai lemia sėkmingą vokalinę veiklą. Repertuaro sudarymas visais laikais buvo viena iš aktualiausių ir sunkiausių vokalinio ugdymo aspektų, nepaisant vokalistų amžiaus ar turimų vokalių gebėjimų. Ši problema labai išryškėja ugdant suaugusiųjų vokalius gebėjimus. Kadangi brandūs žmogus jau yra susiformavęs tam tikrus meninius įgūdžius įgytus gyvenimo eigoje, kuriuos pakeisti nėra taip paprasta, nes dauguma suaugusiųjų gali neturėti jokios muzikinės patirties, nepažinoti muzikinio rašto, turėti skirtingus poreikius ugdymo procesui, skirtingą požiūrį ir motyvaciją. Todėl daugelio vokalių kūrinių, skirtų suaugusiesiems, vokalistai nepajėgus atlikti. Rinkdamas kolektyvo ar vokalistų repertuarą vadovas turi atsižvelgti į kolektyvo ar vokalistų turimus vokalius duomenis ir pajėgumą. Pagrindinis dėmėsis renkantis dainuojamus kūrinius turi būti skirtas suaugusiųjų vokalinio ugdymo bei lavinimo tikslui. Kaip teigia Velička (1992 p. 9), „repertuaras turi būti kaip takas, nuo primityvaus link rafinuoto, nuo grubaus skonio link subtilaus“. Repertuaras turi atitikti emocines, fizines ir intelektines suaugusiojo galimybes. Jei atliekami kūriniai dainininkams neįdomūs, ar pernelyg sudėtingi turimiems vokaliams duomenims, dainuodami suaugusieji nepatiria teigiamų emocijų. Tai neigiamai veikia fizines balso savybes: tembrą, skambumą, balso lygumą. Kūriniai turi būti ne tik patrauklūs muzikine kalba, bet ir patogūs dainuoti.

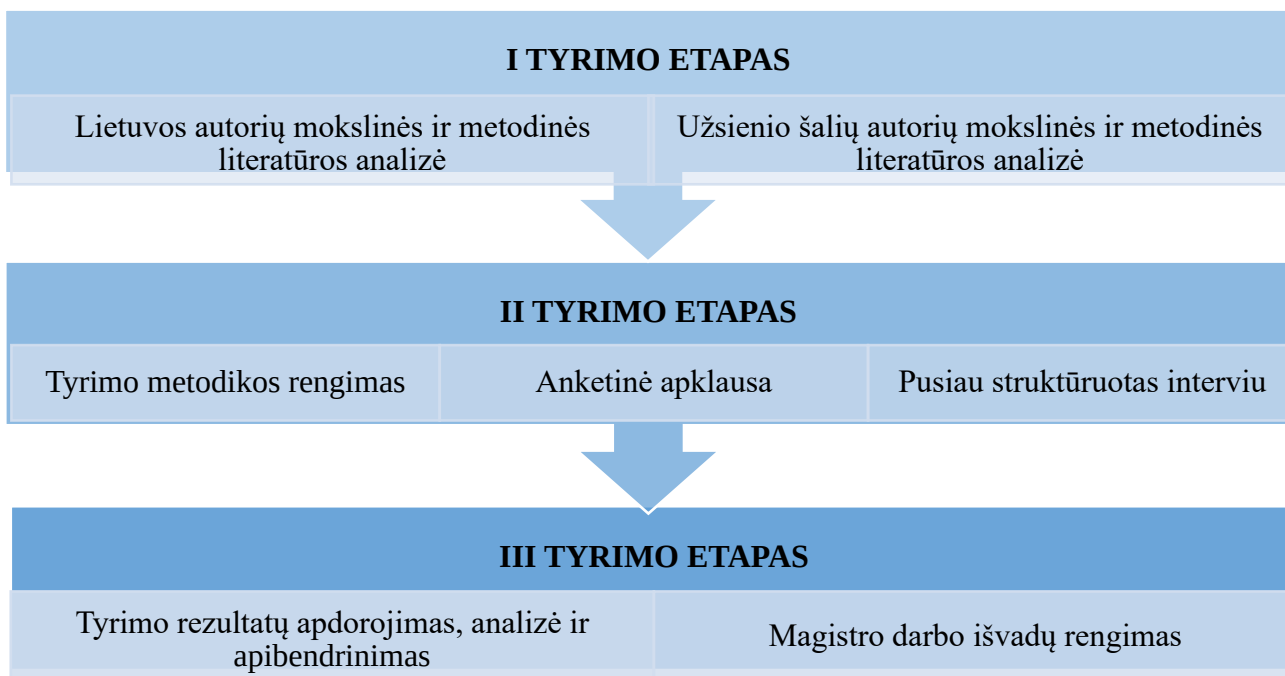
Apibendrinant galima teigti, kad suaugusiųjų vokalinio ugdymo pagrindas yra tinkamas balso apšildymas įvairiais balso lavinimo pratimais. Balso lavinimo pratimu metu suaugusieji turi įsitikinti, kad jaučiasi patogiai, lavinimo metu neturi jaustis jokios įtampos nei balse, nei kūne. Taisyklinga laikysena (atpalaiduoti pečiai, sprandas, rankos, pirštai) ir teisingas kvėpavimas užtikrina geresnę dainavimo kokybę bei intonaciją. Teisingas balso ir balsių formavimas leidžia išgauti vienodą ir lygų garsą. Tinkamo repertuaro pasirinkimas atsižvelgus į vokalistų amžių, turimus vokalius gebėjimus, gali lemti sėkmingą suaugusiųjų vokalinę raišką.

3. SUAUGUSIŲJŲ POŽIŪRIO Į VOKALINĖS KULTŪROS RAIŠKĄ EMPIRINIS TYRIMAS

Trečiajame skyriuje parengiama tyrimo metodika, apibūdinama imties charakteristika bei atliekamas tyrimas, kurio metu siekiama išsiaiškinti vokalinių ansamblių meno vadovų ir kolektyvų dalyvių nuomonę apie suaugusiųjų vokalinės raiškos galimybes vokaliniam ansamblyje.

3.1. Tyrimo metodologija ir imtis

Tyrimui atlikti buvo pasirinkti du tyrimo metodai: kokybinis tyrimas, taikant pusiau struktūruotą interviu vokalinių ansamblių meno vadovams ir kiekybinis tyrimas – anketinė apklausa vokalinių ansamblių dalyviams. Šio tyrimo tikslas – atskleisti suaugusiųjų vokalinės raiškos aspektus meno mėgėjų kolektyve. Pusiau struktūruoto interviu ir anketinės apklausos pagalba buvo siekiama atsakyti į tyrimo metu užsibrėžtą tikslą. Tyrimo organizavimo seka pateikiama 2 paveiksle.



2 pav. Tyrimo organizavimo seka
Šaltinis: sudarytas darbo autoriaus

Empirinis tyrimas organizuotas tokiu nuoseklumu:

1. *Literatūros šaltinių analizė.* Šiame etape buvo apžvelgta suaugusiųjų amžiaus charakteristika, suaugusiųjų mokymosi visą gyvenimą galimybės ir suaugusiųjų kultūrinės veiklos galimybės – meno

mėgėjų kolektyvuose. Taip pat apžvelgiama dainavimo svarba suaugusiųjų gyvenime, balso sandara ir fiziologinė kaita, bei suaugusiųjų vokalinio ugdymo specifika. Buvo suformuluoti uždaviniai, tikslas ir problema.

2. *Pasiruošimas empiriniam tyrimui.* Antrame tyrimo etape buvo sudaryta standartizuota anketa, formuluojami anketinės apklausos klausimai, remiantis pirmosios dalies mokslinės ir pedagoginės literatūros analizės rezultatais, atsižvelgiant į galimus suaugusiųjų vokalinio ugdymo aspektus, kultūros centro meno mėgėjų kolektyve – vokaliniam ansamblyje. Paruošus kiekybinio tyrimo klausimyną, anketos buvo išdalintos Panevėžio rajono kultūros centrų meno mėgėjų vokaliųjų ansamblių nariams.

3. *Kokybinio tyrimo instrumento kūrimas.* Atliekant kokybinį tyrimą buvo panaudotas iš dalies struktūruoto interviu metodas. Tokio pobūdžio interviu padėjo išsiaiškinti vokaliųjų ansamblių vadovų nuomonę apie vokalinę raišką, suaugusiųjų meno mėgėjų kolektyvuose (vokalinuose ansambliuose).

4. *Gautų duomenų analizė.* Šis metodas buvo taikomas išanalizuotai medžiagai apibendrinti, išvados parengti.

5. *Išvadų ir rekomendacijų formulavimas.* Tyrimo rezultatai buvo susieti su pirmosios tyrimo dalies (mokslinės ir metodinės literatūros analizės) rezultatais, ir padarytos bendros išvados. Šis metodas buvo taikomas tyrimo medžiagos gavimui ir susistemimui.

Tyrimo instrumentai.

Anketinė apklausa. Kaip teigia Tidikis (2003, p. 474) anketa – tai formalizuota grupė klausimų, kuriais siekiama gauti tam tikros informacijos ir žinių iš respondentų. Pasirinktas standartizuotas anketavimo metodas. Tai reiškia, kad anketos yra anoniminės, visi klausimai visiems respondentams yra vienodi, jų pateikimo tvarka nesikeičia. Tokio metodo anketos privalumas tas, kad jos nesunkiai užpildomos. Prieš atliekant tyrimą buvo gautas suaugusiųjų, dalyvaujančių vokaliųjų ansamblių veikloje, žodinis sutikimas dalyvauti tyrime. Kadangi tyrime suaugusieji dalyvavo savanoriškai, todėl suderinus apklausos datą ir laiką su kiekvienu tyrime dalyvavusiu Panevėžio rajono kultūros centrų vokalinių ansamblių dalyviais buvo bendraujama atskirai. Apklausai atlikta buvo naudojama „Google forms“ platforma. Anketinės apklausos struktūra pateikta 1 lentelėje.

1 lentelė. **Empirinio tyrimo instrumento struktūra**

Eil. Nr.	Klausimų blokas	Klausimo Nr.	Klausimai	Autoriai
----------	-----------------	--------------	-----------	----------

1	Demografiniai	1 – 6	Jūsų lytis? Jūsų amžius? Jūsų išsilavinimas? Jūsų užimtumas? Kiek laiko dalyvaujate vokalinio ansamblio veikloje? Jūsų turimas muzikinis išsilavinimas?	Žukauskienė (2012), Jovaiša (2011), Levinsonas (1978), Juodaitytė (1999).
2	Privalumai dalyvauti vokalinio ansamblio veikloje	7 – 10	Kas paskatino prisijungti prie vokalinio ansamblio kolektyvo veiklos? Kokie buvo lūkesčiai prisijungiant prie vokalinio ansamblio kolektyvo veiklos? Ar jie išsipildė? Ar dalyvavimas vokalinio ansamblio veikloje padeda išreikšti save kaip dainininką ir kolektyvo narį? Ar dalyvavimas vokalinio ansamblio veikloje padeda jums tobulėti ir įgyti naujų žinių? Jei taip, tai kokių žinių ir įgūdžių įgijote?	Pilipavičienė (2006), Velička (1992), Matonis (1991), Grigienė, Lasauskienė (2012)
3	Vokalinio ansamblio repeticijų nauda	11 – 13	Kaip prasideda jūsų vokalinio ansamblio repeticija? Ar jums lengviau dainuoti kūrinį gerai įsidainavus? Kokia vokalinio ansamblio repeticijų nauda asmeniškai jums?	Darafėjienė (1998) Grigienė, Lasauskienė (2012), Pilipavičienė (2006), Pečeliūnas (2011)
4	Vokalinio ugdymo nauda suaugusiajam	14 – 19	Kokius teigiamus pokyčius pastebėjote vokalinio ansamblio užsiėmimuose? Kokių tikslų siekiate dalyvaudama(s) vokalinio ansamblio veikloje? Dažniausiai kylančios problemos dalyvaujant vokalinio ansamblio repeticijose ir koncertuose? Kokių vokalinių žinių ir techninių niuansų jums buvo suteikta vokalinio ansamblio užsiėmimu metu? Veiksniai, turintys įtakos vokalinio ansamblio dalyvio saviraiškai ir kolektyvo pasiekimams? Kas jus labiausiai motyvuoja dalyvauti vokalinio ansamblio veikloje?	Darafėjienė (1998), Grigienė, Lasauskienė (2012), Pilipavičienė (2006), Pečeliūnas (2011), Bartkevičienė (2010), Sodeika (1968), Balčytis (2006)
5	Vokalinio ansamblio dainavimo kokybė	20 – 23	Ar vadovas(ė) atsižvelgia į kolektyvo narių pageidavimus ir vokales galimybes renkant kolektyvo repertuarą? Ar vokalinio ansamblio repertuaras ugdo jūsų vokalius gebėjimus ir techniką? Nuo ko priklauso vokalinio ansamblio dainavimo kokybė? Parašykite tris argumentus, kodėl verta dalyvauti vokalinio ansamblio veikloje.	Maslow (2006), Velička (1995), Matonis (1991), Grigienė, Lasauskienė (2012)

Šaltinis: sudarytas darbo autoriaus

Iš dalies struktūruotas interviu. Kardelis (2016, 103 p.) teigia, kad kokybiniai tyrimai, nebūdami priklausomi nuo hipotezių, pasižymi lankstumu bei duomenų indukcinė analize, kuri induktyvią tyrėjo logiką priskiria prie kokybinių tyrimų bruožų. Atliekant pusiau struktūruotą interviu yra iš anksto numatomi būtini ir galimi klausimai. Iš dalies struktūruoto interviu procedūra ir klausimai standartizuojami tik iš dalies. Pokalbio metu esant poreikiui galima užduoti papildomų klausimų. Tidikis (2003) teigia, kad interviu metodas teikia galimybę:

- Atlikti tyrimą be iš anksto parengtos išsamios tyrimo programos;

- Gauti ne tik faktinę medžiagą, bet ir išsiaiškinti subjektyvų tiriamojo požiūrį;
- Bendrauti su tiramuoju jam įprasta kalbos maniera ir sąvokomis;
- Išsiaiškinti, kaip tiriamasis supranta asmenines problemas, ir gauti labai intymios informacijos;
- Ne tik fiksuoti tiriamojo atsakymų turinį, bet ir tiesiogiai stebėti jo reakcijas;
- Be ypatingų sąlygų ir lėšų gauti turiningos informacijos;
- Pokalbis vienu metu gali būti panaudojamas ir kaip tyrimo metodas, ir kaip poveikio priemonė.

Pokalbio metu buvo pildomas interviu protokolai, o tyrimo duomenys buvo koduojami (V – 1, V – 2, V – 3 ir t.t.). Interviu klausimų skirstymas pateikiamas 2 lentelėje.

2 lentelė. **Interviu klausimų skirstymas**

Eil. Nr.	Klausimų temos	Klausimo Nr.	Klausimai	Autoriai
1.	Demografinis	1 – 4	Lytis, amžius, įstaiga, kurioje dirbate, darbo stažas.	Žukauskienė (2012), Jovaiša (2011), Levinsonas (1978), Juodaitytė (1999).
2.	Meno mėgėjų apibrėžimas	5	Kaip apibrėžiate vokalinį meno mėgėjų kolektyvą? Kuo jis skiriasi nuo profesionalių kolektyvų?	Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatymas Nr. IX-2395.
3.	Vokalinio ugdymo skirtumai	6 – 7	Kuo skiriasi suaugusiųjų vokalinis ugdymas nuo vaikų ar jaunimo ugdymo?	Pilipavičienė (2006), Velička (1992), Matonis (1991), Grigienė, Lasauskienė (2012).
4.	Vokalinės raiškos ypatumų analizė	8 – 10	Kokie vokaliniai pratimai ar technikos labiausiai pasiteisina suaugusiesiems? Ar yra metodų, kurie nesuteikė laukiamų rezultatų? Kokių tikslų siekiate ugdant suaugusiųjų vokaličius įgūdžius? Kokius vokalinio ugdymo metodus dažniausiai taikote dirbdami su suaugusiaisiais?	Darafėjienė (1998), Grigienė, Lasauskienė (2012), Pilipavičienė (2006), Bartkevičienė (2010), Balčytis (2006).
5.	Sunkumai ugdant vokaličius gebėjimus	11	Kokius pagrindinius iššūkius pastebite dirbdami su suaugusiaisiais vokalinėje srityje?	Pečeliūnas (2011), Maslow (2006), Velička (1995), Matonis (1991).
6.	Emociniai, psichologiniai ir socialiniai aspektai	12 – 13	Kiek svarbūs yra emociniai ir psichologiniai aspektai dirbant su suaugusiaisiais vokaliniam ansamblyje? Ar pastebėjote, kad suaugusieji dalyvavimą vokaliniam ansamblyje vertina ne tik kaip muzikos atlikimą, bet ir kaip savirealizacijos būdą?	Davidson, Faulkner, (2014), Maslow (2006), Velička (1995), Matonis (1991), Grigienė, Lasauskienė (2012)
7.	Repertuaro formavimas ir vokalinio ugdymo nauda	14 – 15	Kaip formuojamas kolektyvo repertuaras? Ar jis pritaikytas suaugusiųjų vokaliniam gebėjimams? Ar atsižvelgiate į kolektyvų narių nuomonę renkant dainuojamus kūrinius? Jūsų nuomone, kuo naudingas suaugusiesiems vokalinis ugdymas?	Maslow (2006), Velička (1995), Matonis (1991), Grigienė, Lasauskienė (2012)

Šaltinis: sudarytas darbo autoriaus

Tyrimo etika. Atliekant tyrimą buvo vadovautasi šiais etikos principais, kuriuos pateikia Žydžiūnaitė, Neifachas, Zubrickaja (2011, p.p 62 – 65):

- Pagarbos asmens orumui principas – tyrėjas nedarė įtakos tiriamiesiems jiems apsisprendžiant dalyvauti ar nedalyvauti tyrime.
- Teisingumo principas – tyrėjas išsaugojo informantų privatumą, nes informacija apie tiriamuosius, vardai ir pavardės, kolektyvo pavadinimas nebuvo atskleisti.
- Savanoriškumo principas – informantai tyrime dalyvavo savanoriškai, prieš tai gavus jų žodinį sutikimą.
- Konfidencialumo principas – tyrėjas garantavo informacijos apie tiriamuosius konfidencialumą, darbe nebuvo minėti tiriamųjų nei vardai, nei pavardės.
- Teisės gauti tikslią informaciją principas – tyrėjas informantus supažindino su tyrimo tikslu, uždaviniais, atsakė į tiriamiesiems rūpimus klausimus.

Šiame tyrime duomenų analizei taikomas kokybinis turinio analizės metodas, kuris leidžia sisteminti ir interpretuoti gautus duomenis. Turinio analizė apima verbalinės informacijos kategorizavimą, siekiant atskleisti svarbiausias tyrimo dalyvių išsakytas mintis bei paslėptas reikšmes. Interviu transkripcijos analizuojamos teminiu kodavimo principu, identifikuojant pasikartojančius motyvus ir reikšminius vienetus, kurie leidžia geriau suprasti tyrimo objektą. Tyrimo metu svarbu užtikrinti duomenų patikimumą bei išlaikyti tyrimo dalyvių autentišką patirtį, kuri atsiskleidžia per jų išsakytus pasakojimus Gaižauskaitė, Valavičienė (2016, 319 – 320 p.).

3.2 Tyrimo duomenų analizė

3.2.1. Kiekybinio tyrimo rezultatai

Kiekybiniame tyrime dalyvavo 61 vokalinio ansamblio narys, iš jų 87 % moterų ir 13 % vyrų (žr. 3 lentelę).

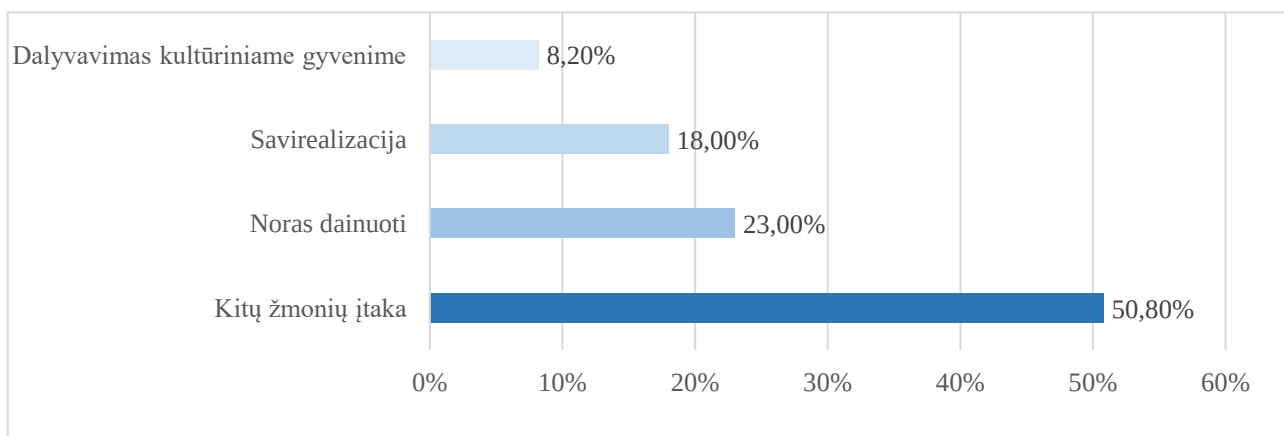
3 lentelė. Socialinė – demografinė tiriamųjų charakteristika (proc.) (N=61)

Lytis			
Vyras		Moteris	
13		87	
Išsilavinimas			
Vidurinis	Profesinis	Aukštasis universitetinis	Aukštasis neuniversitetinis
46	3	19	32
Amžius			
iki 30	31 – 50	51 – 70	Virš 71
5	27	65	3
Respondentų darbinis užimtumas			
Dirbantis		Šiuo metu nedirbantis	Senjoras
80		8	12
Muzikinis išsilavinimas			
Baigta muzikos mokykla		Aukštasis muzikinis išsilavinimas	Neturiu muzikinio išsilavinimo
13		5	82

Šis pasiskirstymas atitinka Panevėžio rajono ansamblių tendencijas, kur vyrų yra mažiau, tikėtina, dėl kitų veiklų pasirinkimo. Respondentų amžius svyravo nuo jaunesnių nei 30 iki 71 metų ir daugiau, tačiau dauguma (65 %) buvo 51–70 metų amžiaus grupėje, kuri aktyviausiai dalyvauja ansamblių veikloje. Išsilavinimas pasiskirstęs įvairiai – nuo profesinio iki aukštojo universitetinio, tačiau daugiausia (46 %) respondentų turi vidurinį išsilavinimą. Tai rodo, kad išsilavinimas nėra lemiamas veiksnys dalyvavimui ansamblyje. Dauguma (80 %) respondentų yra dirbantys (žr. 3 lentelę), kas leidžia daryti išvadą, jog suaugusieji laisvalaikį skiria savirealizacijai meno mėgėjų kolektyvuose. Tyrimas taip pat parodė, kad (82 %) dalyvių neturi muzikinio išsilavinimo (žr. 3 lentelę), tačiau tai netrukdo jiems dalyvauti ansamblių veikloje. Tai patvirtina, jog dauguma jų yra meno mėgėjai, o muzikinis išsilavinimas nėra būtinas įsitraukimui į kolektyvą.

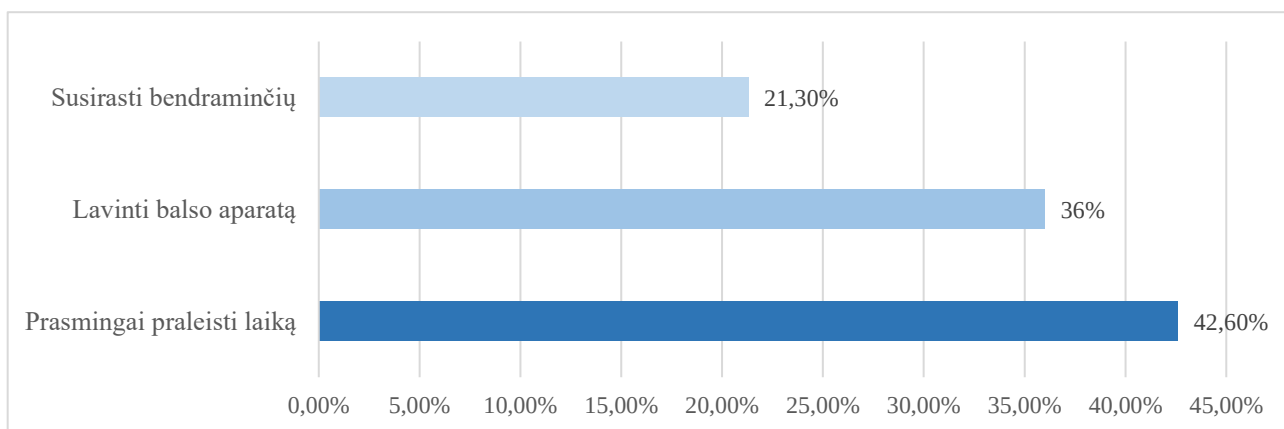
Tyrimo metu siekta išsiaiškinti, kokie pagrindiniai motyvai paskatino suaugusiuosius prisijungti prie vokalinio ansamblio veiklos. (žr. 3 paveikslą). Iš tyrimo rezultatų matyti, kad didžiausią įtaką prisijungti prie meno mėgėjų kolektyvo turėjo kitų žmonių įtaka – šį motyvą nurodė net (50,8 %) respondentų. Tai rodo, kad socialinis aspektas, aplinkinių paskatinimas ar pavyzdys yra svarbus

veiksnyms sprendžiant dėl dalyvavimo kolektyvinėje muzikinėje veikloje. Noras dainuoti kaip pagrindinis motyvas buvo svarbus (23 %) apklaustųjų. Šis rezultatas išryškina vidinį, asmeninį poreikį muzikuoti. Savirealizacija paskatino (18 %) respondentų. Tai leidžia teigti, kad dalis žmonių ansamblyje ieško galimybių atsiskleisti, tobulėti ar išreikšti save dainuodami. Mažiausiai reikšmingas motyvas buvo dalyvavimas kultūriniame gyvenime – jį pasirinko tik (8,2 %) respondentų. Tai gali rodyti, kad bendruomeniškumas ar kultūrinis aktyvumas šiuo atveju buvo ne pagrindinis motyvas. Apibendrinant galima teigti, kad dauguma suaugusiųjų į vokalinį ansamblį įsitraukė dėl aplinkinių paskatinimo, tačiau nemaža dalis vadovavosi asmeniniais motyvais, tokiais kaip noras dainuoti ar savirealizacija.



3 pav. Respondentų prisijungimo prie vokalinio ansamblio motyvai, proc. (N=61)

Išsiaiškinus pagrindinius respondentų prisijungimo prie vokalinio ansamblio motyvus, kitu klausimu buvo svarbu sužinoti, kokie buvo respondentų tikslai prisijungiant prie vokalinio ansamblio (žr. 4 paveikslą). Tyrimo rezultatai atskleidė, kad pagrindinis tiriamųjų tikslas, paskatinęs prisijungti prie vokalinio ansamblio, buvo prasmingas laisvalaikio praleidimas – tai įvardijo beveik pusė visų respondentų (42,6 proc.). Tai leidžia manyti, kad suaugusieji siekia turiningai praleisti laisvalaikį, atsitraukti nuo buitinės ar darbinės rutinos ir realizuoti savo pomėgius – mylima veikla dainavimu. (žr. 4 paveikslą). Be to, ne maža dalis respondentų (36 proc.) nurodė, kad jų pagrindinis tikslas prisijungiant prie vokalinio ansamblio – lavinti balso aparatą. Šie tyrimo rezultatai labai džiugina ir patvirtina, kad suaugusieji nori ugdyti savo vokalius gebėjimus, o dalyvavimas meno mėgėjų kolektyve yra puiki galimybė tai įgyvendinti. (21,3 proc.) apklausos dalyvių nurodė, kad jų pagrindinis tikslas prisijungiant prie kolektyvo veiklos yra susirasti bendraminčių, todėl galima teigti, kad suaugusieji siekia plėsti savo draugų ratą ir socialinius ryšius. (žr. 4 paveikslą). Apibendrinant tyrimo duomenys galime teigti, kad suaugusiųjų tikslai prisijungiant prie vokalinio ansamblio yra daugialypiai, apiman- tys tiek asmeninio tobulėjimo, tiek socialinės integracijos, tiek prasmingo laisvalaikio aspektus.



4 pav. Respondentų tikslai prisijungiant prie vokalinio ansamblio, proc. (N=61)

Kadangi tyrimo tikslas buvo atskleisti suaugusiųjų vokalinės raiškos aspektus meno mėgėjų kolektyve – vokaliniam ansamblyje, tai apklausos metu siekta išsiaiškinti, ar respondentai dalyvaujantys vokalinio ansamblio veikloje gali išreikšti save kaip dainininką ir kolektyvo narį. Apibendrinus tyrimo gautus rezultatus, galime teigti, kad (93 proc.) apklausoje dalyvavusių respondentų mano, kad dalyvaudami vokalinio ansamblio veikloje gali išreikšti save kaip dainininką ir kolektyvo narį. (7 proc.) tiriamųjų atsakė, kad nežino. Darbo autoriaus nuomone, iš šių tyrimo metu gautų rezultatų galima teigti, kad respondentai kolektyvo veikloje dalyvauja trumpą laiką ir nespėjo išreikšti savęs kaip dainininko ar kolektyvo nario.

Išsiaiškinus, kad respondentai, dalyvaujantys vokalinio ansamblio veikloje, gali atsiskleisti kaip dainininkai ir kolektyvo nariai, taip pat buvo siekiama nustatyti, kokius teigiamus pokyčius meno mėgėjai pastebi dalyvaujant vokalinio ansamblio veikloje (žr. 4 lentelę). „Respondentai įvertino teiginius, susijusius su vokalo lavėjimu. Visi respondentai (100 proc.) nurodė, kad dainavimas ansamblyje lavina ir stiprina balsą. Beveik visi respondentai (apie 98 proc.) pritarė, kad gerėja kvėpavimas, intonacija, ritmo pojūtis ir balso kokybė. Didesnė dalis (91,8 proc.) taip pat sutiko, kad plečiasi jų balso diapazonas, nors ir nedidelė dalis išreiškė priešingą nuomonę arba neturėjo tvirtos pozicijos. Teiginiui, kad dainavimas padeda įveikti scenos baimę, pritarė (88,5 proc.) apklaustųjų, o likusieji (11,5 proc.) nepritarė arba neturėjo nuomonės šiuo klausimu. Mažiausiai vieninga nuomonė pasireiškė iš respondentų atsakymų vertinant dainavimo poveikį laikysenai – šiam teiginiui pritarė (83,6 proc.) respondentų, o (11,5 proc.) nesutiko (žr. 4 lentelę). Apibendrinant tyrimo rezultatus, galima teigti, kad dalyvavimas vokalinio ansamblio veikloje daro teigiamą poveikį vokalo lavinimui: stiprėja balsas ir kvėpavimas, plečiasi balso diapazonas, mažėja scenos baimė, gerėja laikysena, lavinamas

ritmo pojūtis ir balso kokybė. Galima daryti prielaidą, kad vokalinio ansamblio veikla teigiamai veikia dalyvių balso aparatą, kvėpavimo sistemą, intonaciją, balso diapazoną, ritmo pojūtį ir netgi gali padėti įveikti scenos baimę.

4 lentelė. Respondentų pastebėti teigiami pokyčiai dalyvaujant vokalinio ansamblio veikloje (N=61)

Teiginys	Sutinku	Nesutinku	Nežinau
Lavėja ir stiprėja balsas	61 (100,0%)	0 (0%)	0 (0%)
Kvėpavimas darosi taisyklingesnis	60 (98,3%)	1 (1,6%)	0 (0%)
Gerėja intonacija	60 (98,4%)	1 (1,6%)	0 (0%)
Plėčiasi diapazonas	56 (91,8%)	4 (6,6%)	1 (1,6%)
Nyksta scenos baimė	54 (88,5%)	3 (4,9%)	4 (6,6%)
Gerėja laikysena	51 (83,6%)	7 (11,5%)	3 (4,9%)
Gerėja ritmo pojūtis	60 (98,4%)	1 (1,6%)	0 (0%)
Balso kokybės gerinimas	60 (98,3%)	1 (1,6%)	0 (0%)

Kadangi kiekvienas vokalinio ansamblio dalyvis turi skirtingą muzikinę patirtį ir vokalius gebėjimus, apklausos metu respondentų buvo klausiama, kokių vokalinio ugdymo tikslų jie siekia dalyvaudami kolektyvo veikloje (žr. 5 lentelę). Respondentai turėjo įvertinti pateiktus teiginius ir išreikšti savo nuomonę įvairiais klausimais. Tyrimo rezultatai rodo, kad dauguma respondentų su visais pateiktais teiginiais „sutiko“. Tai leidžia daryti išvadą, jog suaugusieji, dalyvaudami vokalinio ansamblio veikloje, siekia lavinti intonaciją, plėsti balso diapazoną, gerinti kvėpavimą ir harmoninę klausą, ugdyti saviraišką, dalyvauti kultūriniame gyvenime, koncertuoti bei naudingai praleisti laisvalaikį. Apibendrinant galima teigti, kad suaugusieji, dainuodami vokaliniam ansamblyje, gali sėkmingai įgyvendinti savo ugdymo ir saviraiškos tikslus, o tai reiškia, kad dalyvavimas ansamblio veikloje yra ne tik naudingas dainavimo gebėjimų tobulinimui, bet ir suteikia galimybę mėgautis muzika bei turiningai leisti laiką.

5 lentelė. Respondentų vokalinio ugdymo tikslai (N=61)

Teiginys	Sutinku	Nesutinku	Nežinau
Lavinti intonaciją	59 (96,7%)	0 (0%)	2 (3,3%)
Plėsti turimą diapazoną	60 (98,3%)	1 (1,6%)	0 (0%)
Lavinti kvėpavimą	59 (96,8%)	2 (3,3%)	0 (0%)
Lavinti klausą	57 (93,4%)	3 (4,9%)	1 (1,6%)
Ugdyti saviraišką	61 (100,0%)	0 (0%)	0 (0%)
Dalyvauti kultūriniame gyvenime	60 (98,3%)	1 (1,6%)	0 (0%)
Naudingai praleisti laisvalaikį	61 (100,0%)	0 (0%)	0 (0%)
Koncertuoti	57 (93,4%)	3 (4,9%)	1 (1,6%)

Empirinio tyrimo metu siekta išsiaiškinti respondentų nuomonę apie dažniausiai kylančius iššūkius, su kuriais jie susiduria dalyvaudami vokalinio ansamblio veikloje (žr. 6 lentelę). Apklausos dalyviai turėjo įvertinti pateiktus teiginius ir išreikšti savo nuomonę apie kiekvieną iš jų. Respondentų

atsakymai pasiskirstė įvairiai, tačiau tyrimo rezultatai parodė kelias ryškesnes tendencijas. Net (78,7 proc.) apklausos dalyvių „sutiko“ kad repeticijų ir koncertų metu jiems kyla sunkumų prisitaikant prie balso įgarsinimo įrangos. Taip pat, (77,1 proc.) respondentų teigė, jog jiems sudėtinga suvaldyti jaudulį prieš viešą pasirodymą, o šią problemą padėtų išspręsti aktyvi kolektyvo koncertinė veikla ir įgarsinimo įrangos naudojimas repeticijų metu. Tyrimo rezultatai taip pat rodo, kad (68,8 proc.) respondentų nesutinka su teiginiu, jog repeticijų ir koncertų metu juos slegia asmeninės problemos. Tai leidžia daryti prielaidą, kad aktyvi kultūrinė veikla padeda atsiriboti nuo kasdienių rūpesčių. Taip pat (68,9 proc.) apklaustųjų „sutiko“, kad repeticijose ir koncertuose susiduria su kvėpavimo problemomis. Šias problemas gali padėti spręsti tinkamai parinkti balso lavinimo ir kvėpavimo pratimai.

6 lentelė. Iššūkiai, su kuriais susiduria respondentai dalyvaudami vokalinio ansamblio veiklose (N=61)

Teiginys	Sutinku	Nesutinku	Nežinau
Kvėpavimo problemos	42 (68,9%)	8 (13,1%)	11 (18,0%)
Ne visada pavyksta intonuoti	42 (68,9%)	9 (14,8%)	10 (16,4%)
Sunku stovėti repeticijos metu	25 (41,0%)	15 (24,6%)	21 (34,4%)
Sunkiai sekasi emocionaliai perteikti kūrinį	38 (62,3%)	17 (27,9%)	6 (9,8%)
Sunku išmokyti dainos tekstą mintinai	34 (55,7%)	12 (19,7%)	15 (24,6%)
Sunku valdyti jaudulį einant į sceną	47 (77,1%)	11 (18,0%)	3 (4,9%)
Sunku prisitaikyti prie balso įgarsinimo aparatūros	48 (78,7%)	10 (16,4%)	3 (4,9%)
Ne visada pavyksta priderinti prie kito balso tembro	44 (72,1%)	12 (19,7%)	5 (8,2%)
Dažnai kimsta balsas	29 (47,6%)	10 (16,4%)	22 (36,1%)
Slegia asmeninės problemos	19 (31,1%)	42 (68,8%)	0 (0 %)

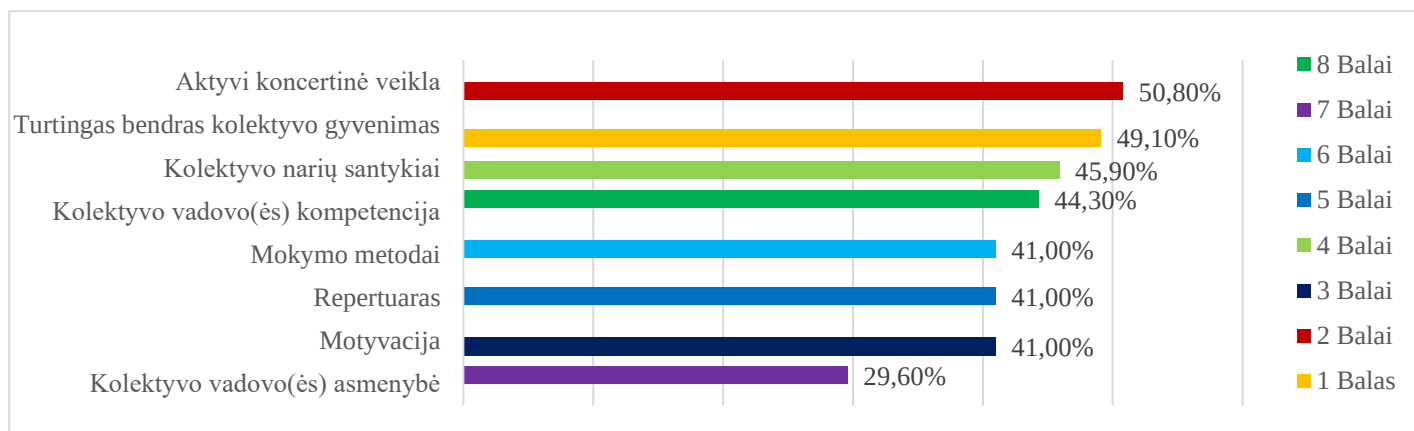
Suaugusiųjų vokalinėje veikloje, svarbu užtikrinti tinkamą lavinimo ir mokymo procesą, kad balsas būtų naudojamas kokybiškai ir efektyviai. Todėl respondentų buvo klausiama, kokių vokaliųjų žinių ir techninių niuansų, suaugusieji įgijo vokalinio ansamblio repeticijų metu (žr. 7 lentelę). Tyrimo rezultatai atskleidė, kad daugumoje kolektyvo repeticijų metu nėra kalbama apie balso higieną, nesuteikiama informacija apie tai, kaip išlaikyti sveiką balsą, taip pat nepaaiškinama balso sandara ir jo veikimas. Darbo autoriaus nuomone, būtina stiprinti vokaliųjų ansamblių dalyvių ir jų vadovų kompetencijas, susijusias su balso priežiūra, sveikata ir higiena. Tačiau tyrimas taip pat parodė teigiamų aspektų – net (95,1 proc.) respondentų teigė, kad repeticijų metu išmoko teisingai formuoti

balsą, o visi (100,0 proc.) respondentai sužinojo, kaip taisyklingai kvėpuoti. Šie rezultatai yra džiuginantys ir patvirtina metodinės bei pedagoginės literatūros analizės metu gautą išvadą, jog tinkamas balso apšildymas, taisyklingas vokalo formavimas ir tikslingi balso lavinimo pratimai yra itin svarbūs suaugusiųjų vokalinio ugdymo proceso sėkmei.

7 lentelė. Respondentams suteiktos vokalinės žinios vokalinio ansamblio užsiėmimuose (N=61)

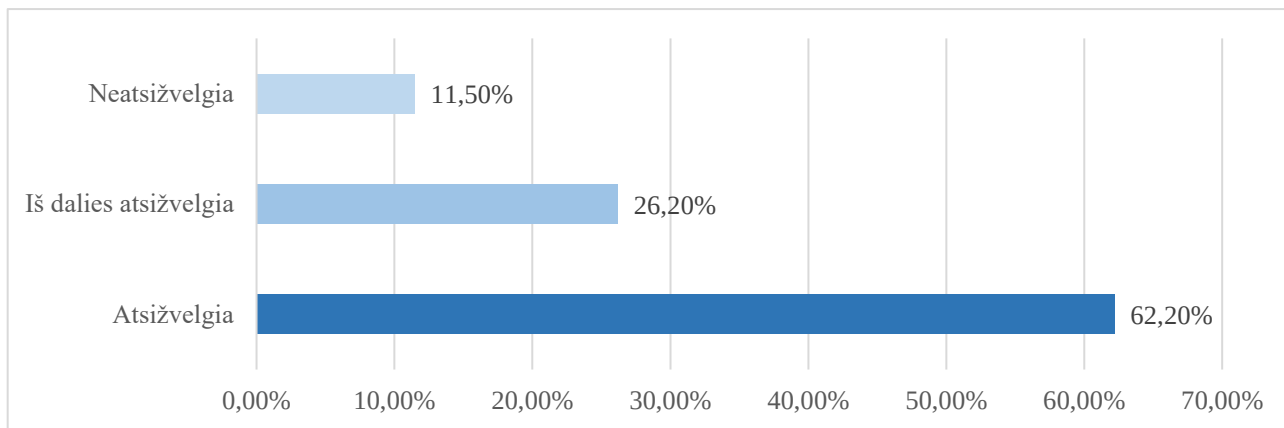
Teiginys	Sutinku	Nesutinku	Nežinau
Kaip teisingai kvėpuoti	61 (100,0%)	0 (0%)	0 (0%)
Paašškinta balso sandara ir jo veikimas	32 (52,4%)	5 (8,2%)	24 (39,3%)
Aptarta balso higiena	25 (41,0%)	6 (9,8%)	30 (49,2%)
Kaip teisingai formuoti balsą	58 (95,1%)	2 (3,3%)	1 (1,6%)
Tinkami kvėpavimo pratimai	61 (100,0 %)	0 (0%)	0 (0 %)
Tinkami balso apšildymo pratimai	60 (98,4%)	0 (0%)	1 (1,6%)
Artikuliacijos ir dikcijos lavinimo pratimai	47 (77,1%)	4 (6,6%)	10 (16,4%)
Kaip išlaikyti sveiką balsą	31 (50,8%)	7 (11,5%)	23 (37,7%)

Atliekant tyrimą taip pat siekta išsiaiškinti, kokie pagrindiniai veiksniai daro įtaką vokalinio ansamblio dalyvių saviraiškai ir kolektyvo pasiekimams. Respondentų buvo prašoma įvertinti pagrindinius veiksnius, lemiančius meno mėgėjų kolektyvo veiklos rezultatus. Jiems pateikti aštuoni galimi veiksniai, kuriuos reikėjo sureitinguoti pagal svarbą (1 – mažiausia įtaka, 8 – didžiausia įtaka) (žr. 5 paveikslą) ir (žr. Priedą Nr. 3). Tyrimo duomenys parodė, kad didžiausią įtaką kolektyvo saviraiškai ir pasiekimams, pasak (44,3 proc.) respondentų, daro kolektyvo vadovo turimos kompetencijos. Be to, (41proc.) apklaustųjų mokymo metodus įvertino 6 balais, pabrėždami jų svarbą. Kolektyvo repertuaras taip pat buvo laikomas reikšmingu elementu – jį 5 balais įvertino (41 proc.) tyrime dalyvavusių respondentų. Kolektyvo narių tarpusavio santykiams 4 balus skyrė (45,9 proc.) dalyvių. Analizuojant tyrimo rezultatus nustebino tai, kad tik (1,6 proc). respondentų aktyvią koncertinę veiklą įvardijo kaip svarbiausią veiksnį. Tai gali reikšti, jog egzistuoja tam tikros priežastys, dėl kurių suaugusieji nesureikšmina koncertinės veiklos arba mano, kad ji daro mažesnę įtaką jų saviraiškai ir kolektyvo rezultatams. Apibendrinant gautus duomenis, galima teigti, kad vokalinio ansamblio dalyvių saviraiškai ir pasiekimams didžiausią įtaką daro kolektyvo vadovo kompetencijos, taikomi mokymo metodai, pasirinktinis repertuaras ir kolektyvo narių tarpusavio santykiai.



5 pav. Pagrindiniai veiksniai darantys įtaką vokalinio ansamblio dalyvių saviraiškai ir kolektyvo pasiekimams (N=61)

Vokalinio ansamblio repertuaras gali turėti tiesioginės įtakos suaugusiųjų vokaliniam gebėjimams, todėl tyrimo metu buvo siekiama išsiaiškinti, ar kolektyvo vadovas atsižvelgia į respondentų pageidavimus ir vokales galimybes renkant repertuarą. (žr. 6 paveikslą). Iš paveiksle pateiktų empirinio tyrimo rezultatų matyti, kad dauguma suaugusiųjų (62,2 proc.) teigia, kad vokalinio ansamblio vadovai atsižvelgia į kolektyvo narių nuomonę renkant repertuarą. Be to, (26,2 proc.) respondentų nurodė, kad vadovas į kolektyvo nuomonę atsižvelgia iš dalies, o (11,5 proc.) apklaustųjų teigė, jog vadovas neatsižvelgia į dalyvių pageidavimus dėl repertuaro. Tyrimo rezultatai rodo, kad dauguma Panevėžio rajono kultūros centrų vokalinių ansamblių vadovų atsižvelgia į kolektyvo narių norus dėl dainuojamo repertuaro. Tai leidžia manyti, kad kiekvienas kolektyvo narys turi galimybę prisidėti prie kolektyvo repertuaro formavimo, o tai gali didinti suaugusiųjų motyvaciją ir pasitenkinimą dalyvaujant ansamblio veikloje.



6 pav. Vadovo požiūris į repertuaro pasirinkimą, proc. (N=61)

Apibendrinus kiekybinio tyrimo rezultatus, galima teigti, kad didžioji dalis vokalinių ansamblių dalyvių yra meno mėgėjai, neturintys muzikinio išsilavinimo. Dauguma jų ansamblio veikloje dalyvauja nuo 6 iki 10 metų. Respondentus prisijungti prie kolektyvo motyvavo kitų žmonių įtaka bei noras prasmingai praleisti laiką. Dalyviai pabrėžia, kad dainavimas vokaliniame ansamblyje suteikia galimybę išmokti naujų vokalinių technikų, gerinti kvėpavimą, plėsti balso diapazoną ir tobulinti kitus vokalius gebėjimus. Tai yra svarbūs elementai, prisidedantys prie sėkmingo suaugusiųjų vokalinės raiškos. Be to, tyrimo rezultatai atskleidė, kad tinkamai parinktas kolektyvo repertuaras, atitinkantis suaugusiųjų vokaliams gebėjimus, padeda siekti skaidresnio unisono skambesio, kuris užtikrina harmoningą balsų derėjimą ir maksimalų muzikinį poveikį. Respondentai taip pat akcentavo emocinio muzikos perteikimo svarbą, nes jis padeda sukurti gerą muzikinę atmosferą ir išryškinti kūrinio turinį. Tačiau tyrimas atskleidė ir tam tikras problemas, su kuriomis susiduria vokalinių ansamblių dalyviai repeticijų ir koncertų metu. Respondentai dažniausiai mini kvėpavimo sunkumus bei prisitaikymo prie balso įgarsinimo įrangos. Be to, paaiškėjo, kad suaugusiesiems trūksta žinių apie balso aparato sandarą, balso higieną ir būdus, kaip išlaikyti sveiką balsą. Tyrimo dalyviai kaip pagrindinį veiksni, turintį įtakos kolektyvo pasiekimams, įvardijo kolektyvo vadovo kompetencijas, o mažiausiai svarbiu laikė aktyvią koncertinę veiklą. Nepaisant šių iššūkių, vokalinių ansamblių dalyviai džiaugiasi savo balso aparato tobulėjimu bei asmeninių kompetencijų plėtra. Jie šiuos aspektus vertina kaip teigiamus veiksnius, prisidedančius prie jų vokalinės raiškos ir motyvacijos dalyvauti ansamblio veikloje.

3.2.2. Kokybinio tyrimo rezultatai

Pusiau struktūruotas interviu. Kaip jau minėta 3.1. poskyryje, kokybiniame tyrime dalyvavo 7 vokalinių ansamblių vadovai, kurie dirba Panevėžio apskrities kultūros centruose su meno mėgėjų kolektyvais. Socialiniai – demografiniai tiriamųjų duomenys pateikiami 8 lentelėje.

8 lentelė. Socialinė – demografinė tiriamųjų charakteristika (proc.)

Lytis			
Vyras		Moteris	
43		57	
Išsilavinimas			
Vidurinis	Profesinis	Aukštasis universitetinis	Aukštasis neuniversitetinis
0	0	87	13
Darbo stažas, metai, proc.			
1 – 5	6 – 10	11 – 15	16 ir daugiau
29	13	29	29

Amžius, metai, proc.		
25 – 30	31 - 50	50 – 70
13	37	56

Tyrime dalyvavo 4 moterys ir 3 vyrai, kurių amžius svyravo nuo 25 iki 70 metų. Informantų darbo stažas – nuo 1 metų iki 16 ir daugiau metų. Dauguma meno vadovų turėjo aukštąjį universitetinį išsilavinimą, o dalis – aukštąjį neuniversitetinį. Analizuojant socialinius ir demografinius duomenis matyti, kad vokalinį ansamblių vadovai turi nemažą patirtį dirbant su meno mėgėjų kolektyvais. Tai leidžia teigti, kad meno vadovų interviu metu išsakytos įžvalgos objektyviai atspindi meno mėgėjų vokalinės raiškos ypatumus kultūros centruose ir juose kylančius iššūkius, vokalinės raiškos procese.

Meno mėgėjų apibrėžimas. Lietuvoje meno mėgėjų kolektyvai yra svarbi kultūrinės raiškos dalis, skatinanti bendruomeniškumą, saviraišką, meninę ir vokalinę raišką. Jie dažniausiai vienija žmones, kurie nėra profesionalūs atlikėjai, tačiau turi stiprų norą muzikuoti, dainuoti ir dalyvauti meninėje veikloje. Tokie kolektyvai dažnai veikia kultūros centruose, o jų veikla apima ne tik koncertinę, bet ir socialinę sritį. Analizuojant tyrime dalyvavusių informantų atsakymus į klausimą „Kaip apibrėžiate vokalinį meno mėgėjų kolektyvą? Kuo jis skiriasi nuo profesionalių kolektyvų?“, buvo išskirta kategorija „Meno mėgėjų samprata“. Kadangi kolektyvų vadovai pateikė įvairius meno mėgėjų kolektyvo apibrėžimus, iš jų atsakymų suformuotos trys subkategorijos: „skirtumai nuo profesionalių kolektyvų“, „veiklos tikslai ir uždaviniai“ bei „dalyvių motyvacija“ (žr. 9 lentelę).

9 lentelė. Meno mėgėjų apibrėžimas

Kategorija	Subkategorijos	Iliustruojantys teiginiai
Meno mėgėjų samprata	Skirtumai nuo profesionalių kolektyvų	„Esminis skirtumas yra tame, kad materialaus suinteresuotumo dalyviai kaip ir neturi - negauna atlygio uždainavimą.“ (V – 1). „Jis iš esmės skiriasi nuo profesionalių ansamblių tuo, kad dalyviai negauna atlygio už savo veiklą ir dažniausiai neturi specialaus muzikinio išsilavinimo.“ (V – 2).
	Veiklos tikslais ir uždaviniais	„Mėgėjų menas- tam tikra žmonių saviraiškos forma, kurių profesija nėra susijusi su muzika. Veiklos tikslas - kryptingas laisvalaikio užimtumas, siekiant, pagal galimybes, kuo geresnės kūrinų atlikimo kokybės“ (V – 3). „Meno mėgėjai tai žmonės, kuriems patinka dainuoti, myli muziką, bet neturi muzikinio išsilavinimo.“ (V – 6). „Dauguma dalyvių nepažįsta natų, bet mėgsta dainuoti, bendrauti, dalyvauti koncertinėje veikloje.“ (V – 7).
	Dalyvių motyvacija	„Meno mėgėjų vokalinis ansamblis – tai kolektyvas, kuriame dalyvauja žmonės, dainuojantys iš vidinio pašaukimo, pomėgio, o ne profesinės veiklos tikslais.“ (V – 5). „Meno mėgėjai į vokalinį kolektyvą ateina turintys su daina praleisti laiką, patobulinti savo vokalą, bendruomeniškai siekti kiek įmanomai geriausio rezultato“ (V – 4).

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad vokaliniai meno mėgėjų kolektyvai iš esmės skiriasi nuo profesionalių meno kolektyvų tiek dalyvių motyvacija, tiek veiklos pobūdžiu. Esminis skirtumas yra materialinio suinteresuotumo nebuvimas – meno mėgėjai negauna atlygio už savo veiklą, todėl kolektyvų vadovams tenka svarbi užduotis – motyvuoti kolektyvo narius bei išlaikyti pusiausvyrą tarp meninių siekių ir dalyvių turimų lūkesčių. Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatymas Nr. IX2395 taip pat nurodo, kad mėgėjų menas – tai viešai atliekamas repertuaras, kurio atlikėjai ar atlikėjų kolektyvas yra mėgėjai, negaunantys pajamų iš šios veiklos. Dauguma meno mėgėjų kolektyvų dalyvių neturi profesionalaus muzikinio išsilavinimo, nepažįsta muzikinio rašto ir neturi išlavintų dainavimo įgūdžių. Jų muzikinis ir meninis suvokimas yra kitoks nei profesionalių atlikėjų, o pagrindinė dalyvavimo priežastis dažnai yra ne tik muzikiniai tikslai, bet ir noras turiningai praleisti laiką, bendrauti bei patirti džiaugsmą muzikuojant, o tai puikiai iliustruoja meno vadovo citata „<...> ansamblio tikslai yra ne tik muzikiniai – jis tampa ir socialine erdve, kurioje žmonės bendrauja, kuria bendrystės jausmą, lavina savo vokalius gebėjimus bei patiria džiaugsmą dainuodami.“ (V – 5). Apibendrinus gautus tyrimo rezultatus matyti, kad mėgėjų kolektyvai išsiskiria lankstesne veiklos struktūra – programos pasirinkimas priklauso ne tik nuo meninių tikslų, bet ir nuo dalyvių vokalių gebėjimų. Mėgėjų menas tampa tam tikra saviraiškos forma, leidžiančia žmonėms lavinti vokalius gebėjimus ir pagal savo ir kolektyvo galimybes siekti kuo geresnės kūrinų atlikimo kokybės. Svarbus ne tik galutinis rezultatas, bet ir pats muzikavimo procesas, kuris tampa saviraiškos ir asmeninio augimo priemone.

Vokalinio ugdymo skirtumai. Išsiaiškinus, kaip informantai apibrėžia meno mėgėjų kolektyvą, kitu klausimu buvo domėtasi, kuo skiriasi suaugusiųjų vokalinis ugdymas nuo vaikų ar jaunimo vokalinio ugdymo. Kaip matyti 10 lentelėje, buvo atliktas teiginių grupavimas pagal kategorijas. Išskirta viena kategorija – „Vokalinio ugdymo skirtumai“ ir trys subkategorijos: „balso fiziologiniai ypatumai“, „mokymosi motyvacija ir metodai“ ir „psichologiniai ir socialiniai aspektai“.

10 lentelė. Vokalinio ugdymo skirtumai

Kategorija	Subkategorijos	Iliustruojantys teiginiai
	Balso fiziologiniai ypatumai	„Suauge ateina į kolektyvą jau su suformuotais įgūdžiais ir samprata apie vokalą, muzikos esmę, ir atsakomybę.“ (V – 1). „Balso galimybės – vaikų balsai tik formuojasi, suaugusiųjų – jau susiformavę. Tuo atžvilgiu, darbas su vaikais yra palankesnis, nes kartais susiformavusius suaugusiųjų blogus įpročius būna ypač sudėtinga pakeisti.“ (V – 2). „Suaugusiųjų kolektyvo nariai jau turi susiformavusias tam tikras vertybes, asmenines nuostatas, požiūrį, jiems reikalingas ilgesnis įsidainavimas, tradiciškesni vokaliniai pratimai.“ (V – 3).

Vokalinio ugdymo skirtumai	Mokymosi motyvacija ir metodai	„Vaikai ir jaunimas dažnai mokosi muzikos struktūruotai – pagal programas, su aiškiais etapais ir egzaminais. Tuo tarpu suaugusieji dažniausiai įsilieja į ansamblį vedami vidinio poreikio – dainavimas jiems yra saviraiškos forma, būdas patirti bendrystę, atsipalaiduoti“ (V – 5). „Suaugusiųjų mokymas yra sunkesnis, vaikai greičiau išgirsta ir atlieka mėgdžiodami mokytoją.“ (V – 7). „Mokymo metodais - vaikams reikia daugiau žaidimo, nei darbo, smagesnio priėjimo prie jų“ (V – 4).
	Psichologiniai ir socialiniai aspektai	„Suaugusysis yra partneris, kuris turi patikėti vadovo kompetencija, iškeltais tikslais, pagarba dainininkui. O darbo metodai kiekvienam kolektyve ieškomi nauji“ (V – 1). „Kartais vyresniojo amžiaus žmonės sunku įsipareigoti ir prisirišti prie kolektyvo, nes asmeninis gyvenimas nulemia jų kasdienybę“ (V – 6).

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad suaugusiųjų vokalinis ugdymas skiriasi nuo vaikų ir jaunimo keliais esminiais aspektais. Suaugusieji jau turi susiformavusius balsus ir tam tikrus dainavimo įpročius įgytus gyvenimo eigoje, kuriuos pakeisti nėra taip paprasta, tuo tarpu vaikų balsai dar tik formuojasi, todėl jie yra lankstesni ir lengviau priima naują informaciją. Taip pat skiriasi mokymosi būdai – vaikai dažniausiai mokosi muzikos pagal struktūruotas programas ir per žaidimą, o suaugusieji dažniau vadovaujasi vidine motyvacija, siekdami saviraiškos, atsipalaidavimo ar bendrystės. Vaikams natūralu mokytis mėgdžiodami mokytoją ar vadovą, todėl jie greitai perima naują medžiagą, tuo tarpu suaugusiesiems gali būti sunkiau „peržengti“ save ir prisitaikyti prie naujų mokymo metodų. Taip pat, suaugusiųjų gyvenimo būdas ir atsakomybės daro įtaką jų įsitraukimui į mokymosi procesą – jiems gali būti sunkiau skirti pakankamai laiko nuosekliam ugdymui, o motyvacija dažnai priklauso nuo jų asmeninių tikslų. Šie skirtumai lemia, kad suaugusiųjų vokaliniam ugdyme reikia taikyti lankstesnius metodus, daugiau dėmesio skirti individualiems poreikiams ir sukurti jiems palankią aplinką vokalinei raiškai.

Vokalinio ugdymo ypatumų analizė. Interviu metu buvo gilinamasi į tai, kokių tikslų kolektyvų meno vadovai siekia ugdydami suaugusiųjų vokalius įgūdžius. Tyrimo dalyviai įvardijo įvairius aspektus, apimančius ne tik techninius vokalo lavinimo tikslus, bet ir dainavimo emocinę išraišką, ir meninę raišką. Analizuojant tyrimo duomenis, buvo išskirta kategorija „Vokalinio ugdymo tikslai“ ir trys subkategorijos: „techniniai ir vokaliniai įgūdžiai“, „koncertinė veikla“ ir „meninė saviraiška“ (žr. 11 lentelę).

11 lentelė. Vokalinio ugdymo tikslai

Kategorija	Subkategorijos	Ilustruojantys teiginiai
Vokalinio ugdymo tikslai	Techniniai ir vokaliniai įgūdžiai	„Teisingo balso formavimo, intonavimo, harmoninio derėjimo, ansambliško, emocinio laisvumo.“ (V – 2). „<...> siekiu padėti ansamblio nariams geriau suprasti savo balsą, taisyklingai kvėpuoti, teisingai formuoti ir artikuliaciją, siekti gerinti intonaciją bei plėsti balso diapazoną.“ (V – 5). „Pagrindė - intonacijos tikslumo, vokalinės klausos

		<i>lavinimo ir įdomios kūrinio interpretacijos (dainavimo jaučiant ir išjaučiant)“(V – 6). „Intonacijos, balso valdymo, susiklausymo, girdėjimo savęs ir kitų, vokalinės ir muzikinės klausos lavinimo, emocionalumo“(V – 7).</i>
	Koncertinė veikla	<i>„Tikslas yra paruošti kolektyvą koncertams, apžiūroms ir konkursams.“(V – 3).</i>
	Meninė saviraiška	<i>„Stengiuosi apjungti visus tikslus: teisingą balso formavimą, intonacijos tikslumą, ansamblišumą, meninę raišką ir emocionalumą – visa tai yra neatsiejama darbo dalis. Vienas be kito neegzistuoja.“(V – 1). „Daugiau siekiama meninės saviraiškos, emocionalumo, vieni kitų klausymo ir derinimo.“(V – 4).</i>

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad didžioji dalis meno vadovų akcentavo vokaliųjų įgūdžių tobulinimo svarbą, pabrėždami įvairias technines ir menines vokalinės raiškos sritis. Paaikšėjo, kad pagrindiniai vokalinio ugdymo tikslai apima tiek techninius, tiek meninius aspektus. Dauguma informantų pabrėžė, jog techniniai įgūdžiai yra esminė vokalinio ugdymo dalis. Pavyzdžiui, daugelis meno vadovų akcentavo teisingo balso formavimo, intonacijos tikslumo, balso valdymo ir harmoninio derėjimo tikslus. Vienas meno vadovas taip pat pabrėžė, kad koncertinė veikla, tokia kaip pasirodymai, apžiūros ir konkursai, yra svarbus tikslas, siekiant paruošti kolektyvą pasirodymams ir koncertinėms išvykoms. Be to, buvo minėta, kad meninė saviraiška ir emocionalumas yra svarbūs tikslai vokalinio ugdymo srityje, ir jie yra neatsiejami nuo techninių įgūdžių, tokių kaip ansamblišumas, kuris reikalauja susiklausymo ir bendros kūrinio interpretacijos. Apibendrinant, informantų atsakymai parodė, kad vokalinio ugdymo tikslai yra įvairiapusiai ir apima tiek techninius įgūdžius, tiek meninę saviraišką.

Vokalinio ugdymo metodai. Kitas svarbus aspektas, ugdant suaugusiųjų vokalinę raišką, yra tinkamų metodų pasirinkimas ir jų taikymas. Interviu metu kolektyvų meno vadovų buvo klausta, kokius vokalinio ugdymo metodus dažniausiai taiko dirbdami su suaugusiais. Analizuojant tyrimo dalyvių atsakymus, buvo išskirta kategorija „Vokalinio ugdymo metodai“, apimanti penkias subkategorijas: „kvėpavimo lavinimas“, „įsidainavimo pratimai“, „artikuliacijos pratimai“, „intonacijų lavinimas“, „ansamblio skambesys“ ir „metodų grupė“ (žr. 12 lentelę).

12 lentelė. Vokalinio ugdymo metodai

Kategorija	Subkategorijos	Iliustruojantys teiginiai
	Kvėpavimo lavinimas	<i>„Pirmiausia, žinoma, svarbu kvėpavimas – mokomės, kaip taisyklingai kvėpuoti, kad balsas skambėtų laisvai“ (V – 3). „Dirbdamas su suaugusiųjų vokaliniu ansambliu, dažniausiai taikau metodus, kurie padeda lavinti kvėpavimą, balso valdymą ir ansamblinį skambesį“(V – 5). „Kadangi suaugusieji dažnai turi kvėpavimo kontrolės problemų, svarbu pradėti nuo kvėpavimo lavinimo ir balso atpalaidavimo.“(V – 4).</i>

Vokalinio ugdymo metodai	Įsidainavimo pratimai	„Neatsiejama darbo dalis yra įsidainavimas, per kurį ugdomi pagrindiniai vokalo aspektai - diapazonas, kvėpavimas, artikuliacija, ansambliš-kumas“ (V – 1). „Kiekvieną vokalinio ansamblio repeticiją pradedame nuo įsidainavimo, kuris trunka nuo 10 iki 15 min“ (V – 7). „Visuomet repeticijas pradedame nuo įsidainavimo pratimų, kurie apima balso formavimą, garso paėmimą, kvėpavimą, artikuliaciją“ (V – 2).
	Artikuliacijos pratimai	„Repeticijos metu atliekame labai įvairius pratimus skirtus artikuliacijai, balsų lygumui, diapazono plėtimui ir kitus“ (V – 7).
	Ansamblio skambesys	„Ansamblinio dainavimo metu didelis dėmesys skiriamas klausymosi įgūdžių stiprinimui, kad visi dalyviai galėtų derinti savo balsą su kitais ir sukurti harmoningą bendrą skambesį.“ (V – 6). „<...> be to, praktikuojame vokalizaciją ir intonavimo lavinimo metodus, kurie padeda išlaikyti švarų ir tikslų intonavimą bei išplėsti balso diapazoną.“ (V – 5). „<...> daug dėmesio skiriame intonacijai – kartais dainuojam a cappella, kad geriau girdėtume vienas kitą.“ (V – 3).
	Metodų grupė	„Dirbdamas su suaugusiųjų vokaliniu ansambliu, taikau įvairius metodus, pritaikytus jų gebėjimams, patirties lygiui ir motyvacijai.“ (V – 4). „Kiekvienas metodas prisideda prie bendros dainavimo kokybės ir emocinio įsitraukimo, užtikrinant, kad dainavimas būtų ne tik techninis, bet ir išraiškingas.“ (V – 6).

Tyrimo duomenys atskleidžia, kad meno mėgėjų kolektyvų vadovai akcentavo įsidainavimo ir kvėpavimo pratimų svarbą ugdant suaugusiųjų balsus. Šie metodai laikomi pagrindiniais, nes vokalinio ansamblių dalyviai dažnai susiduria su kvėpavimo problemomis. Visi informantai įvardijo tam tikrą metodų sistemą, kurią jie taiko dirbdami su ansambliais – kiekvienas metodas papildo vienas kitą ir prisideda prie balso lavinimo. Vainauskienė (2004, p. 4) taip pat pažymi, kad kiekvienas pratimas veikia balsą kompleksiskai, t.y. gali būti naudingas garso pradžiai, kokybiškam vokaliniam tonui formuoti, balso diapazonui plėsti ir kitiems įgūdžiams lavinti. Pasirenkant vokalo lavinimo pratimus, reikia atsižvelgti į suaugusiojo balso tipą, charakterį ir balso formavimo bei lavinimo poreikius. Vokalinio ansamblių vadovai minėjo, kad mokymasis taisyklingai kvėpuoti leidžia balsui skambėti laisvai, o repeticijos pradžioje atliekami įsidainavimo pratimai padeda gerinti balso valdymą ir ansamblinį skambesį. Taip pat pastebėta, kad dainavimas *a cappella* padeda geriau girdėti vienas kitą ir stiprinti intonacijos netikslumus, o tam tikro metodų ar jų grupės pasirinkimas priklauso nuo ansamblio narių gebėjimų, patirties bei individualių kolektyvo narių vokalinio ugdymo iššūkių. Įsidainavimo pratimai užima svarbią vietą repeticijų metu – jie trunka nuo 10 iki 15 minučių ir apima diapazono, kvėpavimo bei artikuliacijos lavinimą. Informantai akcentavo, kad įsidainavimas yra būtinas norint tinkamai paruošti balsą prieš pradedant dainuoti ir leidžia pasiekti kokybišką dainavimo rezultatą, o įvairių metodų derinimas priklauso nuo konkretaus ansamblio dalyvių poreikių. Apibendrinant galima teigti, kad vokalinio ugdymo metodai suaugusiųjų ansambliuose yra įvairūs ir kompleksiški, o jų pasirinkimas priklauso nuo ansamblio sudėties bei suaugusiųjų vokalinio ugdymo tikslų.

Vokalinių metodų veiksmingumas. Dirbant su suaugusiųjų meno mėgėjų kolektyvu, kiekvienas jo dalyvis turi skirtingus poreikius vokalinio ugdymo procesui, todėl ir vokaliniai pratimai ne visiems tinka vienodai. Vieniems labiau pasiteisina kvėpavimo ar diapazono plėtimo pratimai, kitiems – artikuliacijos ar intonacijos lavinimas. Tačiau ne visi metodai duoda laukiamų rezultatų – kai kurie gali pasirodyti per sudėtingi ar tiesiog netinkami konkrečiam balsui ar kolektyvui, todėl interviu metu informantų klausta, kokie vokaliniai pratimai ar technikos labiausiai pasiteisina suaugusiems? Ar yra metodų, kurie nesuteikė laukiamų rezultatų? Iš meno vadovų atsakymų buvo išskirta kategorija „Vokalinių metodų veiksmingumas“ ir dvi subkategorijos, „pasiteisinę vokaliniai metodai“, „mažiau veiksmingi metodai“ (žr. 13 lentelę).

13 lentelė. Vokalinių metodų veiksmingumas

Kategorija	Subkategorijos	Iliustruojantys teiginiai
Vokalinių metodų veiksmingumas	Pasiteisinę vokaliniai metodai	„<...>taikau pratimų įvairovę. Visuomet naudoju pratimus diafragmai (išjudinančius kvėpavimą), artikuliacijai, diapazono plėtimui, štrichų įvairovei pasiekti.“(V – 1). „Kvėpavimo kontrolės ir diafragminio kvėpavimo pratimai Tai vienas svarbiausių aspektų, kadangi suaugusieji dažnai turi neteisingus kvėpavimo įpročius, kurie gali trukdyti tinkamai naudoti balsą.“(V – 5). „Efektyviausia - nuoseklus ir kasdienis darbas. Pratimų įvairovė.“(V – 7). „Labiausiai pasiteisina kvėpavimo, artikuliacijos, balso stiprinimui skirti vokaliniai pratimai.“(V – 6). „Kvėpavimo pratimai, diktacija ir balsų išlyginimo pratybos“(V – 3).
	Mažiau veiksmingi metodai	„Kas neveikia? Kai per daug spaudžiam save. Suaugusieji dažnai nori greitų rezultatų, bet balsui reikia laiko“ (V – 4). „Manau, kad aklas kartojimas be pastebėjimų ir pastabų slopina motyvaciją, repetavimas ilgą laiką kartojant frazę ar motyvą, neleidžiant išgirsti visumos.“(V – 2). „<...> pratimai, kurie pernelyg orientuoti į „akademinį“ balso mokymą, gali būti mažiau efektyvūs, jei jie neatitinka dalyvių individualios vokalinės patirties“(V – 3).

Kokybinio tyrimo rezultatai atskleidė, kad suaugusiųjų vokaliniam ugdyme nėra universalių metodų, tinkančių visiems dainininkams vienodai. Labiausiai pasiteisina tie pratimai, kurie atitinka individualius kolektyvų narių poreikius ir suteikia galimybę lavinti kvėpavimo kontrolę, artikuliaciją, diapazoną ir balso stiprumą. Informantų teigimu, itin pasiteisina pratimų įvairovė ir metodų kompleksškumas bei nuoseklus ir ilgalaikis darbas, leidžiantis išlaikyti ir gerinti vokaliinius įgūdžius. Tačiau tyrimas taip pat atskleidė, kad tam tikri metodai gali būti mažiau veiksmingi, ypač pasikartojančių frazių kartojimas, kuris neleidžia išgirsti muzikos visumos. Taip pat pastebėta, jog per didelis spaudimas greitai pasiekti norimo rezultato ar garso kokybės gali kelti įtampą suaugusiems. Meno vadovai taip pat, pastebi, kad pernelyg akademinis požiūris į vokalo mokymą, meno mėgėjų kolektyve gali būti neefektyvus, jei jis neatitinka dalyvių turimų vokaliųjų gebėjimų ir turimos muzikinės patirties. Apibendrinant tyrimo duomenis galima teigti, kad veiksmingiausias metodų taikymas meno

mėgėjų kolektyve yra lankstūs ir kompleksiški vokalinio ugdymo metodai, pritaikyti kiekvieno dalyvio individualiems vokaliniais poreikiams.

Sunkumai ugdant vokaličius gebėjimus. Meno vadovams, dirbantiems su meno mėgėjų kolektyvais, iškyla tam tikri iššūkiai, kurie paliečia ne tik vokalinio ugdymo sritį, bet ir psichologinius momentus bei charakterio savybes. Suaugusieji, ateidami į vokalinio ansamblio repeticijas, dažnai atsineša savo turimą muzikinę ir gyvenimišką patirtį, kurią ne visada lengva pakeisti. Be to, svarbus aspektas – laiko skyrimas repeticijoms, nes suaugusieji dažnai derina dalyvavimą ansamblyje su darbu, šeima ir kitomis atsakomybėmis. Iššūkių kyla ir dėl skirtingo dalyvių muzikinio pasirengimo lygio, kas reikalauja iš vadovų gebėjimo individualizuoti vokalinio ugdymo procesą ir pritaikyti metodus, kurie būtų veiksmingi visam kolektyvui. Todėl interviu metu buvo domėtasi, kokius pagrindinius iššūkius pastebi meno vadovai dirbdami su suaugusiaisiais vokalinėje srityje. Iš informantų atsakymų buvo sudaryta kategorija „Kylantys iššūkiai“ ir keturios subkategorijos „balso lavinimo sunkumai“, „artikuliacijos ir kvėpavimo trūkumai“, „psichologiniai ir motyvaciniai iššūkiai“, „ansamblio balanso išlaikymas“ (žr. 14 lentelę).

14 lentelė. Kylantys iššūkiai

Kategorija	Subkategorijos	Iliustruojantys teiginiai
Kylantys iššūkiai	Balso lavinimo sunkumai	„Pirmiausia, dauguma ateina su tam tikrais balso įpročiais – vieni dainuoja labai atsargiai, kiti spaudžia balsą, nes bijo, kad „neskambės“. Tenka padėti jiems atrasti natūralų, laisvą balso valdymą.“ (V – 1). „Kartais sunku suvaldyti kolektyvo dalyvių balsus, nes kai kurie turi norą dominuoti. Tad jiems patiems sunku suvaldyti savo balsą, o tai apsunkina darbą su kolektyvu.“ (V – 3). „Suaugusieji dažnai turi susiformuotus neteisingus vokaličius įpročius, kurie gali apriboti jų balso lankstumą ir tikslumą.“ (V – 5).
	Artikuliacijos ir kvėpavimo trūkumai	„Artikuliacijos ir dikcijos trūkumas, kvėpavimo iššūkiai“ (V – 7). „Kvėpavimas – dar viena tema. Nors atrodo, kad kvėpuoti moka visi, bet dainuojant dažnai pastebiu, kad kvėpuojama paviršutiniškai arba per daug įtempiant kūną.“ (V – 1). „Dažnai pastebiu, kad kvėpuojama paviršutiniškai, pernelyg remiasi krūtine, kelia pečius arba neteisingai naudoja diafragmą. Tai gali sukelti trūkumų kontroliuojant balsą ir sumažinti jo ištvermę.“ (V – 2).
	Psichologiniai ir motyvaciniai iššūkiai	„Išankstinės neigiamos nuostatos, nepasitikėjimas savo įgėmis vokaličiu atžvilgiu, motyvacija dainuoti trūkumas“ (V – 6). „Ansamblio atmosfera“ (V – 7). „Dainininkų trūkumas“ (V – 3).
	Ansamblio balanso išlaikymas	„Tinkamo balanso radimas tarp individualių kolektyvo narių poreikių ir bendro grupės darbo, dažnai reikalauja kantrybės ir įsiklausymo į kiekvieną asmenį, kad būtų pasiekta geriausia bendro ansamblio dainavimo kokybė“ (V – 5). „Kai kurie žmonės labai kuklinasi ir bijo išsiskirti iš kitų, o tuo tarpu kiti – priešingai, nori dainuoti garsiau už visus. Čia ir prasideda didysis ansamblio menas, kaip rasti balansą, kad visi balsai skambėtų harmoningai.“ (V – 4).

Iš tyrimo metu gautų rezultatų galima matyti, kad meno vadovai išskiria keturias pagrindines iššūkių grupes: vokalinio lavinimo sunkumus, artikuliacijos ir kvėpavimo trūkumus, psichologinius bei motyvacinius iššūkius ir ansamblio balanso išlaikymą. Svarbu pabrėžti, kad informantai ne tik akcentuoja vokalinio ugdymo sunkumus, bet ir įvardija psichologinius bei emocinius aspektus kaip reikšmingus veiksnius, turinčius įtakos suaugusiųjų vokalinei raiškai. Galima manyti, kad vokalinio ugdymo procesas meno mėgėjų kolektyve turi būti grindžiamas ne tik techniniu pasirengimu, bet ir emociniu meno vadovų palaikymu bei saviraiškos skatinimu. Tyrimo dalyviai pastebėjo, kad suaugusieji dažniausiai jau turi susiformavusius meninius įgūdžius, kuriuos pakeisti nėra paprasta, todėl reikalingas individualizuotas vadovų požiūris į suaugusiųjų vokalinę raišką. Informantai pabrėžia, kad artikuliacijos ir kvėpavimo trūkumai yra glaudžiai susiję su balso valdymu – netinkamas kvėpavimas ar neaiški dikcija gali apsunkinti dainavimą ir neigiamai paveikti kolektyvo skambesio kokybę. Be to, meno vadovai minėjo ir psichologinius bei motyvacinius iššūkius. Dalis suaugusiųjų nepasitiki savo balsu, bijo suklysti ar nesijaučia pakankamai kompetentingi vokalo srityje, todėl jiems trūksta pasitikėjimo savimi ir motyvacijos tobulėti. Vadovams tenka ne tik ugdyti vokalius įgūdžius, bet ir rasti būdų, kaip suvienyti kolektyvą, skatinti tarpusavio supratimą ir užtikrinti darnų bei kokybišką ansamblio skambesį. Apibendrinant galima teigti kad, suaugusiųjų vokalinio ugdymo procese itin svarbus ne tik techninis mokymas, bet ir psichologinė parama, skatinanti saviraišką, pasitikėjimą savimi.

Emociniai, psichologiniai ir socialiniai aspektai. Atliekant kokybinį tyrimą, taip pat buvo svarbu išsiaiškinti, kokią reikšmę turi emociniai ir psichologiniai aspektai dirbant su suaugusiųjų meno mėgėjų kolektyvu – vokaliniu ansambliu. Dainavimas ansamblyje nėra vien tik repeticijų lankymas ar pasiruošimas koncertams – jis tampa ir saviraiškos bei bendravimo forma, kurioje suaugusieji dalijasi ne tik muzikine, bet ir gyvenimiška patirtimi, kartu kurdami socialinius ir bendruomeninius ryšius. Remiantis meno vadovų atsakymais, buvo suformuota kategorija „Emociniai ir psichologiniai aspektai“ bei penkios subkategorijos. „pasitikėjimo savimi stiprinimas“, „emocinis išraiškingumas“, „streso valdymas“, „socialinė sąveika“, „vadovo vaidmuo mikroklimato kūrime“ (žr. 15 lentelę).

15 lentelė. Emociniai ir psichologiniai aspektai

Kategorija	Subkategorijos	Iliustruojantys teiginiai
	Pasitikėjimo savimi stiprinimas	„Suaugusieji, ypač mėgėjai, dažnai jaučia nesaugumą dėl savo balso galimybių. Saugios ir palaikančios aplinkos kūrimas padeda atskleisti jų vokalinį potencialą.“ (V – 2).
	Emocinis išraiškingumas	„Oi, be emocijų čia nieko nebus! <...>. Emocinis išraiškingumas irgi labai svarbu – juk dainuojam ne tik natomis, bet ir jausmais.“ (V – 4).

Emociniai ir psichologiniai aspektai	Streso valdymas	„Kadangi dainavimas yra psichofiziologinis procesas, tai emociniai ir psichologiniai aspektai yra labai svarbūs. Svarbu, jog dainininkai jaustųsi saugiai ir darbas vyktų be įtampos ir streso, būtų geras kolektyvo mikroklimatas ne tik tarp vadovo ir kolektyvo, bet ir tarp pačių kolektyvo narių“ (V – 3). „Stresas? Taip, prieš koncertus jis visada yra. Bet tada prisimenam, kad dainavimas yra džiaugsmas, o ne egzaminas. Svarbiausia – mėgautis procesu“ (V – 7). „Stengiuosi, kad repetitijos metu dainininkai nejaustų jokios įtampoms nei balse nei savo kūne.“ (V – 7).
	Socialinė sąveika	„Vokaliniai ansambliai ne tik lavina muzikinius įgūdžius, bet ir kuria socialinius ryšius, skatina bendrystės jausmą“ (V – 1).
	Vadovo vaidmuo mikroklimato kūrime	„Vokalinio ansamblio vadovas turi būti ir puikus vokalistas, ir geras koncertmeisteris, motyvuotas ir motyvuojantis, išmanyti žmonių santykių niuansus, komunikabilus, empatiškas, komandoje siekiantis įmanomai geriausio bendro rezultato“ (V – 5). „Labai svarbūs visi aspektai ir bendra ansamblio atmosfera“ (V – 6).

Iš gautų tyrimo rezultatų galime teigti, kad emociniai ir psichologiniai aspektai turi itin svarbų vaidmenį dirbant su suaugusiųjų meno mėgėjų kolektyvu – vokaliniu ansambliu. Vadovai akcentavo, kad dainavimas šiame kontekste nėra vien tik techninis procesas ar koncertinė veikla, bet ir saviraiškos, bendravimo priemonė. Informantų atsakymai atskleidė, kad suaugusiųjų vokaliniam ugdyme būtina atsižvelgti į pasitikėjimo savimi stiprinimą, emocinį išraiškingumą, streso valdymą, socialinę sąveiką bei vadovo vaidmenį kuriant kolektyvo mikroklimatą. Pasitikėjimo savimi stiprinimas yra esminis aspektas, nes daugelis dainininkų mėgėjų jaučia nesaugumą dėl savo turimų vokalinių gebėjimų. Emocinis išraiškingumas, anot vadovų, yra neatsiejama dainavimo dalis – jis padeda perteikti muzikos esmę ir stiprina atlikėjo ryšį su klausytojais. Streso valdymas tampa ypač svarbus ruošiantis koncertams, nes vieši pasirodymai dažnai kelia įtampą. Socialinė sąveika taip pat yra neatsiejama meno mėgėjų kolektyvo dalis – dalyviai ne tik lavina muzikinius įgūdžius, bet ir kuria stiprius tarpusavio ryšius. Svarbus vaidmuo tenka ir meno vadovams, kurie ne tik ugdo ansamblio narių vokalinę raišką, bet ir rūpinasi emociniu kolektyvo mikroklimatu. Apibendrinant galime teigti, kad emociniai ir psichologiniai veiksniai yra tarpusavyje glaudžiai susiję, o šių veiksnių sąsaja su ansamblio nariais lemia ir spartesnę vokalinę tobulėjimą.

Saviraiška ir socializacija. Išsiaiškinus kokią reikšmę turi emociniai ir psichologiniai aspektai dirbant su suaugusiųjų meno mėgėjų kolektyvu – vokaliniu ansambliu, kitu klausimu buvo domėtasi, ar meno vadovai pastebi, kad suaugusieji dalyvavimą vokaliniam ansamblyje vertina ne tik kaip muzikos atlikimą, bet ir kaip savirealizacijos būdą. Iš informantų atsakymų buvo sudaryta kategorija „Saviraiška ir socializacija“ ir dvi subkategorijos „pastebima savirealizaciją“, „nepastebi kaip pagrindinio motyvo“ (žr. 16 lentelę).

16 lentelė. Saviraiška ir socializacija

Kategorija	Subkategorijos	Ilustruojantys teiginiai
Saviraiška ir socializacija	Pastebima savirealizaciją	„Savirealizacijos aspektas labai svarbus – tai nemaža dalimi tampa ir iššūkiu sau.“ (V – 1). „Taip, ir ne tik savirealizacijos, bet ir socializacijos“ (V – 2). „Tai puikus savirealizacijos ir kartu bendravimo su bendraminčiais būdas“ (V – 4). „Daugiau vertina savirealizaciją, bet rūpinasi ir kokybišku muzikos atlikimu“ (V – 3). „Taip, daugelis suaugusiųjų, dalyvaujančių vokaliniuose ansambliuose, tai vertina ne tik kaip muzikos atlikimą, bet ir kaip savirealizacijos bei saviraiškos būdą.“ (V – 7).
	Nepastebi kaip pagrindinio motyvo	„<...> kiti, tuo tarpu, gali labiau vertinti dainavimą kaip techninį užsiėmimą, kuris atneša malonumą ir suteikia galimybę būti su kitais, tačiau ne visada siejamas su giliais asmeniniais išgyvenimais ar emocine saviraiška“ (V – 5). „Taip, dalyvavimas vokaliniame ansamblyje suaugusiems gali būti vertinamas ne tik kaip muzikos atlikimas, bet ir kaip savirealizacijos būdas, tačiau tai labai priklauso nuo žmogaus charakterio bruožų ir jo asmeninio pasirinkimo.“ (V – 6).

Tyrimo rezultatai atskleidė, kad dauguma meno vadovų pastebi, jog suaugusieji vokaliniame ansamblyje dalyvauja ne tik dėl muzikos atlikimo ar noro tobulinti savo vokalinius įgūdžius, bet ir siekdami savirealizacijos ir saviraiškos, o tai apima ir asmeninį tobulėjimą, emocinę išraišką bei bendruomeniškumo jausmą. Kai kuriems dalyviams ansamblis tampa būdu išreikšti save, pabėgti nuo kasdienybės darbinės rutinos ir atsipalaiduoti. Svarbu atkreipti dėmesį į tai, kad dalis informantų pažymėjo, kad ne visi dainininkai ansamblyje siekia savirealizacijos – kai kurie jį vertina labiau kaip techninį užsiėmimą, suteikiantį malonumą ir galimybę muzikuoti su bendraminčiais, tačiau nesiejantį su giliu emociniu patyrimu ar savirealizacija, o tai priklauso nuo individualių žmogaus motyvų ir asmeninių charakterio bruožų. Apibendrinant galima teigti, kad dalyvavimas meno mėgėjų kolektyve – vokaliniame ansamblyje suaugusiems gali atlikti įvairias funkcijas – nuo muzikinių gebėjimų ugdymo iki svarbios emocinės ir socialinės saviraiškos erdvės.

Repertuaro formavimas ir vokalinio ugdymo nauda. Kitas svarbus aspektas, ugdant suaugusiųjų vokalinę raišką, yra tinkamo repertuaro pasirinkimas. Tinkamai parinkti vokaliniai kūriniai atlieka reikšmingą vaidmenį lavinant balsą, todėl turi būti kruopščiai apgalvoti ir pritaikyti kolektyvo narių turimiems vokaliniams gebėjimams. Netinkamai parinkti kūriniai – per sudėtingi ar neatitinkantys ansamblio narių vokalinių galimybių – gali kelti iššūkių, mažinti dalyvių motyvaciją ar net neigiamai paveikti balsą. Todėl tyrimo metu buvo siekiama išsiaiškinti, kaip kolektyvų vadovai formuoja kolektyvo dainuojamą repertuarą ir, ar atsižvelgia į dalyvių nuomonę renkant kūrinius. Iš informantų atsakymų buvo sudaryta kategorija „Kolektyvo repertuaras“ ir trys subkategorijos „pritaikymas vokaliniams gebėjimams“, „dalyvių nuomonės svarba“, „renginių tematika“ (žr. 17 lentelę).

17 lentelė. Kolektyvo repertuaras

Kategorija	Subkategorijos	Iliustruojantys teiginiai
Kolektyvo repertuaras	Pritaikymas vokaliniais gebėjimams	„Visada pritaikomas repertuaras prie ansamblio gebėjimų. Atsižvelgiant ir į ansamblio pajėgumą, bei balsų suderinamumą.“ (V – 7). „Pirmiausia repertuaras formuojamas pagal kolektyvo galimybes. Taip pat siekiama truputį plėsti tas galimybes parenkant šiek tiek sudėtingesnę repertuarą“ (V – 3). „Renkant savo repertuarą reikia atsižvelgti į vokalius sugebėjimus ir kolektyvo narių nuomonę“ (V – 4). „Repertuaras parenkamas pagal kolektyvo dalyvių sugebėjimus.“ (V – 5).
	Dalyvių nuomonės svarba	„Aš, kaip vadovė, didžiąja dalimi formuodama repertuarą atsižvelgiu į kolektyvo narių nuomonę, nors kartais parenku ir nebūtinai visiems patinkantį kūrinį“ (V – 1). „Renkant savo repertuarą reikia atsižvelgti į vokalius sugebėjimus ir kolektyvo narių nuomonę“ (V – 4). „Stengiuosi atsižvelgti į dalyvių pageidavimus, kartais reikia priimti sprendimus, kurie būtų naudingi visam ansamblui, net jei tai nėra visiškai tai, ką kiekvienas asmuo norėtų dainuoti“ (V – 3).
	Renginių tematika	„Formuojama pagal renginiams reikalingą tematiką, dainininkų atlikimo lygį ir meninį bei stilistinį skonį.“ (V – 6).

Apibendrinant kokybinio tyrimo duomenis, galima teigti, kad kolektyvų vadovai repertuarą formuoja atsižvelgdami į kelis svarbius aspektus. Dauguma informantų nurodė, kad repertuaras parenkamas pagal kolektyvo vokalius sugebėjimus, siekiant išlaikyti tinkamą balansą ir skatinti kolektyvo meninio lygio tobulinimą. Vadovai taip pat pabrėžė, kad repertuaras turi atitikti suaugusiųjų vokalius sugebėjimus, bet yra siekiama įtraukti ir šiek tiek sudėtingesnius kūrinius, kad būtų skatinamas tobulėjimas. Be to, daugelis vadovų akcentavo dalyvių nuomonės svarbą, įtraukdami narius į repertuaro formavimo procesą. Vadovai taip pat nurodė, kad kartais reikia priimti sprendimus, kurie būtų naudingi visam kolektyvui, net jei tai ne visada atitinka individualius kolektyvo dalyvių norus. Informantų atsakymuose atsispindėjo ir tai, kad repertuaro pasirinkimą dažnai lemia renginių tematika, kuri diktuoja stilistinius bei techninius kūrinių reikalavimus. Apibendrinant galima teigti, kad kolektyvų vadovai formuodami repertuarą vadovaujami kompleksiniu požiūriu, kuriame svarbus balansas tarp suaugusiųjų vokalių sugebėjimų, dalyvių nuomonės ir renginių tematikos. Tai leidžia užtikrinti, kad repertuaras būtų ne tik techniškai išpildytas, bet ir motyvuojantis siekti geresnio kolektyvo meninio lygio.

Vokalinio ugdymo nauda. Nors meno vadovai, dirbantys su meno mėgėjų kolektyvais, interviu metu pabrėžė, kad yra daugelis teigiamų aspektų, susijusių su dalyvavimu kolektyvo veikloje (pvz., bendruomeniškumo jausmas, vokalo stiprinimo, asmeninis tobulėjimas ir kt.), visgi, paskutiniu interviu klausimu buvo gilinamasi į tai, kokią konkrečią naudą vokalinis ugdymas meno mėgėjų kolektyve teikia suaugusiems. Buvo siekiama išsiaiškinti, kaip dainavimas prisideda prie jų vokalinės

raiškos. Iš informantų atsakymų buvo sudaryta kategorija „Vokalinio ugdymo nauda“ ir keturios subkategorijos „balso stiprinimas“, „kultūrinis gyvenimas“, „savirealizacija“, „vokalinė ir kultūrinė visuma“ (žr. 18 lentelę).

18 lentelė. Vokalinio ugdymo nauda

Kategorija	Subkategorijos	Ilustruojantys teiginiai
Vokalinio ugdymo nauda	Balso stiprinimas	„<...> taip, jie išmoka geriau valdyti kvėpavimą, tiksliau intonuoti, stiprina balsą, bet tai tik viena pusė.“ (V – 4).
	Vokalinė ir kultūrinė visuma	„Suaugusysis muzikuodamas lavinasi visapusiškai - kultūrinė patirtis, balso galimybių spektro išsiplėtimas, ne paskutinėje vietoje ir socialinio bendravimo įgūdžių tobulėjimas.“ (V – 1). „Dainavimas ir muzika gerina psichologinę žmonių būklę. Kuria tarpusavio santykius. Lavina balsą ir prisideda prie kultūrinio gyvenimo.“ (V – 7). „Buvimas bendraminčių kompanijoje ir komandinis bendrų tikslų siekimas - ištis turiningas ir azartiškas, sveikesnis gyvenimo būdas, leidžiantis skleisti ne tik vokaliniais dainininkų talentams, bet ir asmenybės bruožams bei tobulėti emociškai.“ (V – 6). „Gebėjimas dainuoti, gražiai skambėti ir išreikšti save suteikia emocinį pasitenkinimą, skatina saviraišką ir didina“ (V – 2).
	Kultūrinis gyvenimas	„Labiausiai pastebima nauda – savirealizacija ir dalyvavimas kultūriniame gyvenime.“ (V – 3). „<...> be to, tai puikus būdas būti kultūriniame gyvenime – koncertai, renginiai, nauji potyriai.“ (V – 4).
	Savirealizacija	„Labiausiai pastebima nauda – savirealizacija ir dalyvavimas kultūriniame gyvenime.“ (V – 3). „Kolektyvas tampa tarsi antra šeima, kur gali būti savimi, mokytis, augti ir tiesiog mėgautis muzika.“ Tai puiki priemonė žmogaus savirealizacijai.“ (V – 4). „<...> taip pat, dainavimas kartu su kitais žmonėmis, ypač ansamblyje, suteikia galimybę kurti socialinius ryšius ir jaustis priklausančiam bendruomenei.“ (V – 5).

Tyrimo rezultatai atskleidė, jog dalyvavimas kolektyvinėje muzikavimo veikloje neapsiriboja vien techninių vokalinių įgūdžių tobulinimu – jis taip pat skatina asmenybės augimą, emocinį pasitenkinimą ir bendruomeniškumo jausmą. Informantų atsakymai parodė, kad dalyvavimas meno mėgėjų kolektyve leidžia suaugusiems geriau valdyti kvėpavimą, lavinti intonaciją bei stiprinti balsą. Kitas svarbus aspektas – savirealizacija, kuri pasireiškia per galimybę išreikšti save per muziką, jaustis vertingam ir priklausančiam bendruomenei. Daugelis tyrimo dalyvių pabrėžė, kad meno mėgėjų kolektyvas tampa tarsi antra šeima, kurioje galima augti tiek kaip dainininkui, tiek kaip asmenybei. Tai rodo, kad vokalinis ugdymas meno mėgėjų kolektyve turi ne tik vieną naudą ugdant vokalius gebėjimus, bet ir emocinę bei socialinę ūgtį. Apibendrinant, galima teigti, kad vokalinis ugdymas meno mėgėjų kolektyve yra kompleksiskai prasminga veikla, kuri ne tik lavina vokalius įgūdžius, bet ir stiprina bendruomeniškumą, bei dalyvavimą kultūriniame gyvenime. Tai patvirtina, jog meno mėgėjų kolektyvai atlieka svarbų vaidmenį suaugusiųjų muzikinėje ir socialinėje veikloje, suteikdami jiems galimybę augti bei tobulėti įvairiose srityse.

Apibendrinant kokybinį tyrimą, matome, kad informantai meno mėgėjų kolektyvą apibrėžė panašiai kaip ir Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatymas Nr. IX-2395, pabrėždami esminį skirtumą nuo profesionaliųjų meno kolektyvų – meno mėgėjai negauna atlygio už dalyvavimą kolektyvo veikloje. Pagrindinis skirtumas tarp vaikų ir suaugusiųjų vokalinio ugdymo, anot informantų, yra tas, kad suaugusieji jau turi susiformavusius balsus ir tam tikrus dainavimo įpročius, kuriuos sunkiau yra pakeisti, o vaikų balsai dar tik formuojasi, todėl jie lengviau prisitaiko prie naujos informacijos. Be to, vokalinio ugdymo metodai skiriasi: vaikai mokosi muzikos pagal struktūruotas programas ir per žaidimą, o suaugusieji vadovaujami vidine motyvacija, siekdami saviraiškos ir asmeninio tobulėjimo. Pagrindiniai vokalinės raiškos tikslai, kuriuos akcentavo informantai, buvo teisingo balso formavimas, intonacijos tikslumas, balso valdymas ir harmoninis derėjimas. Vienas meno vadovas pabrėžė, kad svarbus tikslas yra ir koncertinė veikla – pasirodymai bei konkursai. Suaugusiųjų vokalinio ugdymo metodai sudaro tam tikrą sistemą, kurioje kiekvienas metodas papildo kitą ir prisideda prie vokalinės raiškos. Vokalinių ansamblių vadovai pabrėžė, kad taisyklingo kvėpavimo mokymasis leidžia balsui skambėti laisvai, o įsidainavimo pratimai, atliekami repetitijų pradžioje, gerina balso valdymą ir ansamblinį skambesį. Pagrindinius iššūkius, su kuriais susiduria, informantai išskiria į keturias pagrindines grupes: vokalinio lavinimo sunkumai, artikuliacijos ir kvėpavimo trūkumai, psichologiniai bei motyvaciniai iššūkiai ir ansamblio balanso išlaikymas. Informantų atsakymai rodo, kad dainavimas šiame kontekste nėra tik techninis procesas – tai ir saviraiškos bei bendravimo priemonė. Emociniai ir psichologiniai aspektai yra glaudžiai susiję su vokaline raiška. Kai kuriems dalyviams ansamblis tampa būdu išreikšti save, atsipalaiduoti ir pabėgti nuo kasdienės rutinos. Meno vadovai pažymėjo, kad ne visi ansamblio nariai siekia savirealizacijos – kai kurie dainavimą vertina kaip techninį užsiėmimą, suteikiantį malonumą ir galimybę muzikuoti su bendraminčiais, tačiau kartu tai ir puiki galimybė ugdyti savo vokaliinius gebėjimus. Repertuaras taip pat vaidina svarbų vaidmenį suaugusiųjų vokalinėje raiškoje. Meno vadovai, formuodami kolektyvo repertuarą, taiko kompleksinį požiūrį, derindami suaugusiųjų vokaliinius gebėjimus su meninio lygio kėlimu, kad repertuaras būtų ne tik techniškai išpildytas, bet ir motyvuojantis kolektyvą siekti aukštesnio meninio lygio. Apibendrinant galima teigti, kad vokalinė raiška meno mėgėjų kolektyve neapsiriboja vien techninių įgūdžių tobulinimu – ji taip pat skatina asmenybės augimą, emocinį pasitenkinimą ir bendruomeniškumo jausmą. Dalyvavimas kolektyve padeda geriau valdyti kvėpavimą, lavinti balsą ir intonaciją, o savirealizacija per muziką stiprina priklausymo bendruomenei jausmą. Meno mėgėjų kolektyvai tampa ne tik vokalinės raiškos, bet ir socialinės bei emocinės raidos erdve, suteikiančia suaugusiesiems galimybę augti ir tobulėti.

DISKUSIJA

Suaugusiųjų vokalinei raiškai kultūros centro meno mėgėjų kolektyve tirti buvo pasirinkti du tyrimo būdai – kokybinis ir kiekybinis tyrimas. Tyrimo metu paaiškėjo, kad meno mėgėjų sąvoką apibrėžia Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatymas Nr. IX-2395, kuriame nurodoma, kad mėgėjų menas – tai viešai atliekamas repertuaras, kurio atlikėjai ar kolektyvai nėra profesionalai ir negauna pajamų iš šios veiklos. Remiantis tyrimo duomenimis, nustatyta, kad vokalinio ugdymo procesas mėgėjų kolektyvuose dažniausiai grindžiamas kompleksiška metodų sistema. Meno vadovai pabrėžė, kad taikomi metodai tarpusavyje papildo vienas kitą, formuodami vientisą struktūrą, orientuotą į balso lavinimą, artikuliacijos tobulinimą bei kvėpavimo technikos gerinimą. Tyrimo metu išryškėjo dažniausiai pasitaikantys sunkumai: artikuliacijos ir kvėpavimo trūkumai, psichologiniai barjerai, motyvacijos stoka bei ansamblinio balanso palaikymo problemos. Šie aspektai patvirtina, kad suaugusiųjų ugdymas meno mėgėjų kolektyvuose reikalauja ne tik techninių žinių, bet ir pedagoginės empatijos bei gebėjimo kurti motyvuojančią aplinką. Svarbu pažymėti, kad dalyvavimas meno mėgėjų kolektyvų veikloje nėra vien vokalinių įgūdžių lavinimo procesas, bet ir bendravimo bei bendruomeniškumo funkciją atliekanti veikla, kuri suaugusiems turi didelę reikšmę tiek asmeniniame, tiek kultūriniame kontekste.

Tyrimo metu nekilo sunkumų bendraujant su informantais – meno vadovai geranoriškai diskutavo ir nuoširdžiai atsakė į pateiktus klausimus. Informantai pabrėžė, kad vokalinis ugdymas meno mėgėjų kolektyvuose nėra vien tik techninių gebėjimų lavinimas. Pasak jų, ši veikla reikšmingai prisideda prie dalyvių asmeninio augimo, skatina emocinį įsitraukimą ir stiprina priklausymo bendruomenei jausmą. Vadovų teigimu, dainavimas padeda geriau valdyti kvėpavimą, plėsti balso diapazoną ir tobulinti intonacijos tikslumą, o muzikinė veikla tampa svarbia saviraiškos forma, kuri ugdo pasitikėjimą savimi ir stiprina socialinius ryšius. Tokiu būdu meno mėgėjų kolektyvai tampa ne tik vokalinio ugdymo, bet ir socialinės bei emocinės raidos erdve, kurioje suaugusieji gali augti ir tobulėti.

Apibendrinant kiekybinio tyrimo rezultatus galima teigti, kad dauguma vokaliniame ansamblyje dalyvaujančių suaugusiųjų yra meno mėgėjai, neturintys muzikinio išsilavinimo, tačiau turintys ilgametę dalyvavimo patirtį – dažniausiai nuo 6 iki 10 metų. Respondentai kaip pagrindinius motyvus įvardijo kitų žmonių įtaką bei norą prasmingai leisti laisvalaikį. Dalyvavimas ansamblyje padeda lavinti vokalius gebėjimus, gerinti kvėpavimą, plėsti balso diapazoną. Taip pat paaiškėjo, kad repertuaro pritaikymas pagal suaugusiųjų vokales galimybes daro reikšmingą poveikį

mokymosi rezultatams ir motyvacijai. Taip pat išryškėjo ir tam tikri iššūkiai: kvėpavimo problemos, prisitaikymo prie garso įrangos sunkumai, taip pat žinių apie balso aparato struktūrą bei higieną stoka.

Kokybinio tyrimo rezultatai atskleidė, kad suaugusiųjų vokalinė raiška meno mėgėjų kolektyvuose yra kompleksinis procesas, apimantis ne tik techninių įgūdžių lavinimą, bet ir reikšmingus socialinius bei emocinius aspektus. Skirtingai nei vaikams, suaugusiesiems būdingi jau susiformavę dainavimo įpročiai, todėl jų ugdymas reikalauja individualizuotų metodų. Informantai pabrėžė, kad dainavimas kolektyve skatina saviraišką, bendruomeniškumą, padeda atsipalaiduoti, kelia pasitikėjimą savimi bei tampa būdu kompensuoti ankstesnės muzikinės patirties stoką. Repertuaro formavimas, derinant meninę vertę ir dalyvių galimybes, taip pat įvardytas kaip svarbus veiksnys. Tyrimo duomenys patvirtina, kad meno mėgėjų kolektyvai yra ne tik muzikinio tobulėjimo, bet ir socialinės bei emocinės raidos erdvė.

IŠVADOS

1. Suaugusiojo amžiaus charakteristikoje išskiriami trys pagrindiniai brandos etapai: jaunystė, suaugusiojo amžius bei senatvė ir ilgaamžiškumas. Jaunystėje pasirengiama suaugusiojo gyvenimui, įgyjama specialybė, susikuriamas buitinis gyvenimas. Suaugusiojo amžiuje sukuriamą šeimą, auginami vaikai, aktyviai dalyvaujama socialiniame ir kultūriniame gyvenime, keičiama profesinė kvalifikacija. Senatvės ir ilgaamžiškumo laikotarpyje žmonės išeina į pensiją, susiduria su sveikatos problemomis, stengiasi įveikti turimas ligas, grįžta jaunystės prisiminimai, silpnėja socialinis gyvenimas, ruošiamasi išėjimui į „lengvesnę būtį“. Per visus šiuos žmogaus raidos laikotarpius, įveikti gyvenimo etapo iššūkius gali padėti aktyvus socialinis gyvenimas, savęs realizacija ir įsitraukimas į kultūrinį gyvenimą.

2. Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatymas Nr. IX-2395 išskiria mėgėjų meną kaip svarbų kultūros elementą, kuris suteikia suaugusiesiems galimybės dalyvauti meninėse veiklose. Įstatymas apibrėžia mėgėjų meną kaip atliekamą repertuarą, kurio atlikėjai ar atlikėjų kolektyvas yra mėgėjai, negaunantys pajamų iš šios veiklos. Meno mėgėjų kolektyvai, tokie kaip vokaliniai, liaudies muzikos ir šokių, folkloro kolektyvai ir kiti, suteikia žmonėms galimybę praturtinti savo pasaulėžiūrą, tobulinti savo įgūdžius ir užsiimti širdžiai miela kultūrine veikla. Šie kolektyvai yra puiki galimybė ne tik puoselėti savo pomėgius, bet taip pat leidžia suaugusiajam tobulėti.

3. Žmogaus balsą sudaro trys pagrindinės sistemos: kvėpavimas, balso generavimas ir rezonatoriai. Kvėpavimo sistema, sudaryta iš plaučių, diafragmos, bronchų ir tarpšonkaulių raumenų užtikrina oro srautą, būtiną balso formavimui. Balso generavimo sistemą sudaro gerklos su balso klostėmis, kurios, veikiant oro srautui, pradeda vibruoti ir kuria pirminį garsą. Rezonatoriai – burnos, nosies ertmės, prienosiniai ančiai, ryklė ir galva – suteikia balsui individualų tembrą, sustiprina ar prislopina tam tikrus dažnius. Balsas nėra statiškas – jis kinta visą žmogaus gyvenimą, veikiamas tiek natūralių fiziologinių procesų, tiek išorinių veiksnių.

4. Suaugusiųjų vokalinės raiškos proceso sėkmei itin svarbus elementas tinkamas balso apšildymas balso lavinimo pratimais. Svarbu užtikrinti, kad balso lavinimo metu suaugusysis jaustųsi patogiai ir nejaustų jokios įtampos nei balse, nei kūne. Taip pat būtina taisyklinga laikysena (atpalaiduoti pečiai, sprandas, rankos, pirštai) ir teisingas kvėpavimas, kas užtikrina geresnę dainavimo kokybę bei intonaciją. Teisingas balso ir balsių formavimas leidžia išgauti vienodą ir lygų garsą. Svarbus ir pasirinktas kolektyvo dainuojamas repertuaras, atsižvelgiant į vokalistų amžių ir turimus vokalius gebėjimus, norint pasiekti geresnių rezultatų vokalo lavinimo srityje. Nuoseklus suaugusiųjų

vokalinis ugdymas, apimantis tikslingai parinktus balso lavinimo pratimus, kryptingą darbą ir tinkamą repertuarą, gali lemti sėkmingą vokalinę raišką bei dainavimo kokybės augimą.

5. Apibendrinus kiekybinio tyrimo rezultatus, galime teigti, jog darbo įvade išsikeltoji **tyrimo hipotezė** pasitvirtino, nes suaugusieji dalyvaujantys vokalinuose meno mėgėjų kolektyvuose ugdo savo vokalius gebėjimus, o taip pat dėl aktyvios bendruomeninės veiklos ir socialinės sąveikos ugdo socialinius bendruomeninius ryšius. Tyrimo metu paaiškėjo, kad dauguma suaugusiųjų, dalyvaujančių vokaliname ansamblyje, yra meno mėgėjai neturintys muzikinio išsilavinimo. Dauguma respondentų dalyvauja nuo 6 iki 10 metų kolektyvo veikloje. Respondentai kaip esminį motyvą prisijungti prie vokalinio ansamblio veiklos įvardino kitų žmonių įtaką ir norą prasmingai praleisti savo turimą laisvalaikį. Nustatyta, kad dalyvavimas ansamblyje padeda tobulinti vokalius gebėjimus, gerinti kvėpavimą, plėsti balso diapazoną ir visapusiškai tobulėti. Kolektyvo vadovo kompetencijos laikomos svarbiausiu veiksnium, įtakojančiu kolektyvo pasiekimus, tačiau koncertinė veikla vertinama kaip mažiau svarbus elementas.

6. Apibendrinant kokybinio tyrimo rezultatus, galima teigti, kad suaugusiųjų vokalinė raiška kultūros centro meno mėgėjų kolektyve – (vokaliname ansamblyje) yra kompleksinis procesas, apimantis ne tik techninių vokalių gebėjimų lavinimą, bet ir socialinius bei emocinius aspektus. Tyrimo duomenys atskleidė, kad pagrindinis skirtumas tarp vaikų ir suaugusiųjų vokalinio ugdymo yra susijęs su balso formavimosi etapu – suaugusieji jau turi susiformavusius dainavimo įpročius, todėl jų mokymosi procesas reikalauja kitokių ugdymo metodų. Mokymosi motyvacija suaugusiųjų grupėje dažniausiai kyla iš vidinio saviraiškos poreikio, asmeninio tobulėjimo siekio bei socialinės sąveikos ansamblyje. Tyrimo rezultatai atskleidė keturias pagrindines problemas, su kuriomis susiduriama ugdant suaugusiuosius: vokalinio lavinimo iššūkius, kvėpavimo ir artikuliacijos trūkumus, psichologinius bei motyvacinius veiksnius ir ansamblinio balanso užtikrinimo aspektus. Paaiškėjo, kad dainavimas meno mėgėjų kolektyve nėra vien tik techninis procesas – jis taip pat atlieka svarbią socialinę ir emocinę funkciją. Dalyvavimas ansamblio veikloje skatina bendruomeniškumą, padeda atsipalaiduoti ir suteikia galimybę asmeninei saviraiškai, o kai kuriems dalyviams tampa būdu kompensuoti ankstesnės muzikinės patirties stoką. Apibendrinant galima teigti, kad suaugusiųjų vokalinė raiška kultūros centro meno mėgėjų kolektyvuose neapsiriboja tik techninių įgūdžių lavinimu – tai taip pat erdvė asmenybės augimui, emocinei raiškai ir socialinei integracijai, kuri užtikrina visapusišką dalyvių meninę bei asmeninę naudą.

LITERATŪRA

- Bartkevičienė-Jucevičiūtė, V. (2010). *Vokalinio ugdymo ypatumai : metodinė priemonė*. Vilnius: Vilniaus pedagoginio universiteto leidykla.
- Balčytis, E. (2006). *Dainavimo tradicijų saugojimo ir puoselėjimo patirtis bei problemos Lietuvos bendrojo lavinimo mokyklose*. Peržiūrėta [2024.03.15] Prieiga per internetą: http://www.e-library.lt/resursai/Konferencijos/LLKC_38/Liet_Balcycio_LT%5B1%5D.pdf
- Balčytis, E. (2009). *Dainavimas Lietuvoje: paveldas, tradicijos, dabarties situacijos, problemos ir perspektyvos*. Kūrybos erdvės, (11), 1 - 12. Peržiūrėta [2024.04.15] Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2009~1367169303737/J.04~2009~1367169303737.pdf>
- Budreikaitė A., Adaškevičienė E. (2010). Sportuojančių ir nesportuojančių paauglių požiūris į vertybes ir jų prasmės suvokimas. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*, nr. 4(13), p. 13-20.
- Cameron, J. (2019). *Menininko kelias*. Vilnius: Alma littera.
- Darafėjienė, A. (1998). *Lavinkime balsą*. Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
- Davidson, H. A., & Faulkner, J. (2014). *Music and Dementia: From Cognition to Therapy*. Oxford University Press.
- „Homo Eminens“. (2022). *Kokybinis kultūros centrų tyrimas: Galutinė ataskaita*. Lietuvos Respublikos kultūros ministerija. Peržiūrėta [2024.04.15] Prieiga per internetą: <https://www.lnkc.lt/go.php/lit/Kulturos-centrai/30>
- Frick T. W. (2017). *The Theory of Totally Integration Education: TIE*. Peržiūrėta [2024.04.15] Prieiga per internetą: <http://educology.indiana.edu/Frick/TIEtheory.pdf>.
- Fromm E. (2008). *Žmogus sau: etikos psichologijos tyrimas*. Kaunas: Verba vera.
- Gaižauskaitė, I. Valavičienė, N. (2016). *Socialinių tyrimų metodai: Kokybinis interviu*. Mykolo Romerio universitetas.

- Gedvilaitė, Ž. (2019). *Balso kokybę formuojančių metodų sistema: metodinė priemonė*. Šiauliai: Lucilijus.
- Gimžauskas, A. (1957). *Choristo bloknatas*. Valstybinė pedagoginės literatūros leidykla Kaunas.
- Grigienė, Z., Lasauskienė, J. (2012). *Didaktiniai dainavimo ir akompanimento pagrindai*. Vilnius: Edukologija.
- Girdzijauskienė, R (2019). *Kodėl reikia mokytis muzikos*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
- Jucevičiūtė-Bartkevičienė, V., Bartkevičius, R., & Mikučionytė, R. (2016). *Suaugusiųjų neformaliojo švietimo meninės veiklos: pedagogo portretas*. *Andragogika*, 1(7), 49–58.
- Juodaitytė, A. (1999). *Vaikystės ideologija: tradicinių ir modernių sampratų sankirtos*. Tiltai.
- Jovaiša, L. (2011). *Edukologijos įvadas*. Vilnius: Agora.
- Kardelis, K. (2016). *Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai*. Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras.
- Kiušaitė, J. *Balso sutrikimai ir jų įveikimas*. Vilnius: Versmė, 2019.
- Kvieskienė G., Vyšniauskaitė M. (2017). Integruoto turinio plėtra: socialinio ugdymo(si) diskursas. *Socialinis ugdymas*, nr. 46(2), p. 6-23.
- Levinson, J. (1978). *The seasons of a mens life* Peržiūrėta [2024.02.21] Prieiga per internetą: <https://archive.org/details/seasonsofmanslif00dani/mode/2up>.
- Lietuvos Respublikos suaugusiųjų neformaliojo švietimo įstatymas Nr. VIII-822. Peržiūrėta [2024.04.26] Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/ce0399a00cd411e497f0ec0f2b563356> .
- Lietuvos Respublikos suaugusiųjų neformaliojo švietimo įstatymas. (1998 m. birželio 30 d. Nr. VIII-822). Valstybės žinios, 1998, Nr. 66-1926. Peržiūrėta [2024.04.26] Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.60192> .

- Lietuvos respublikos švietimo ir mokslo ministro įsakymas Nr. ISAK-433/A1-83 Peržiūrėta [2024.03.21] Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.230967/asr>
- Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatymas Nr. IX-2395 Peržiūrėta [2024.04.21] Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.238644>.
- Lietuvos liaudies kultūros centro direktoriaus įsakymu Nr. V-46 Peržiūrėta [2024.04.26] Prieiga per internetą: <https://www.lnkc.lt/go.php/lit/Nuostatai/137091>.
- Lietuvos kultūros taryba. (2015). *Lietuvos kultūros tyrimai 7*. Vilnius: LKT. Peržiūrėta [2024.04.26] Prieiga per internetą: <https://www.lkti.lt/uploads/Leidiniai/lkt/LKT-7.pdf> .
- Lietuvos Respublikos Seimas. (2004). *Lietuvos Respublikos kultūros centrų įstatymas* Nr. IX-2395. Peržiūrėta [2024.04.26] Prieiga per internetą: <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.238644>
- Lyons, J. (2022). *Singing as a Senior: How the Voice Changes and How to Sing Your Best*.
- Matonis, V. (2013). *Meno dalykų pedagogo tapatybės kismas (sociokultūrinių ir psichologinių prielaidų analizė)*. Metodinė priemonė. Vilnius: Edukologija.
- Matonis, V. (1991). *Muzika. Asmenybė. Kultūra*: [monografija]. Vilnius: Muzika.
- Maslow, A. H. (2006). *Motyvacija ir asmenybė*. Vilnius: Apostrofa.
- McPherson, G. E., & Welch, G. F. (Eds.). (2018). *Music and music education in people's lives: An Oxford handbook of music education (Vol. 1)*. Oxford University Press.
- Mokymosi visą gyvenimą memorandumas. (2001). Peržiūrėta [2024.03.08] Prieiga per internetą https://www.lssa.smm.lt/lt/wp-content/uploads/2014/06/Memorandumas_2001.pdf
- Pečeliūnas, R. (2011). *Taisyklingo kvėpavimo elementorius dainininkams, kalbėtojams*: metodinė priemonė. Šiauliai: Lucilijus.

- Piličiauskas, A. (1998). *Muzikos pažinimas (2). Stadijos, rezultatai ir reikšmė*. Vilnius: LAMUC.
- Pilipavičienė, D. (2006). *Moksleivių mišrus choras bendrojo lavinimo mokykloje*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
- Sandage, M. J., & Hoch, C. (2018). Exercise physiology. *Journal of Singing*, 74(4), 419–426.
https://www.nats.org/_Library/JOS_On_Point/JOS-074-4-2018-419_-_Exercise_Physiology_-_Sandage-Hoch.pdf.
- Sodeika, A. K. (1968). *Sveikas ir gražus balsas*. Vilnius: Mintis.
- Tidikis, R. (2003). *Socialinių mokslų tyrimų metodologija*. Vilnius: Lietuvos teisės universiteto leidybos centras.
- UNESCO švietimo ir mokymosi principas. Peržiūrėta [2024.03.01] Prieiga per internetą: <https://www.unesco.lt/svietimas/mokymasis-visa-gyvenima>.
- UNESCO 1985 m. IV Paryžiaus konferencijos medžiaga. Peržiūrėta [2024.03.08] Prieiga per internetą: https://whc.unesco.org/archive/1985/sc-85-conf008-9_e.pdf.
- UNESCO. (1997). *The Hamburg declaration on adult learning and the agenda for the future*. Penktoji tarptautinė suaugusiųjų švietimo konferencija, Hamburgas, Vokietija.
- Vaigauskaitė, D. (2024). *Sceninio balso lavinimas*. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.
- Vainauskienė, T. (2004). *Dainavimo pagrindų formavimas*. Vilnius Lietuvos muzikos akademija,
- Velička, E. (1995). *Garsų ir tylos paslaptys: Muzika 1 – 4 kl.* Knyga mokytojui. Kaunas: Šviesa.
- Velička, E. (1992). *Penkių linijų labirintuose*. Gama 1. p. 9.
- Visuotinė Lietuvių enciklopedija. Peržiūrėta [2024.02.21] Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/poreikiu-hierarchija/>.
- Voketaitis, A. (2021) *Taigi, jūs norite dainuoti? Menininko istorija ir klasikinė vokalinė technika*. Lietuvos muzikos ir teatro akademija: Krantų redakcija.
- Žukauskienė, R. (2012). *Raidos psichologija: integruotas požiūris*. Vilnius: Margi raštai.

Žydžiūnaitė, V., Neifachas, S., Zubrickaja, E. (2011). *Teisinio visuomenės švietimo strategijos modeliavimas*. Kaunas: Vilniaus pedagoginio universiteto leidykla.

Žukauskienė R. (2008). *Kokybiniai ir kiekybiniai tyrimai*. [ppt skaidrės] Peržiūrėta [2024.04.13]

Prieiga per internetą: <https://www.coursehero.com/file/63840290/kokybiniai-ir-kiekybiniai-tyrimai1-1ppt/>.

PRIEDAI

ANONIMINĖ APKLAUSOS ANKETA

„Suaugusiųjų vokalinė raiška kultūros centro meno mėgėjų kolektyve“

Gerb. Respondente,

Tyrimą atlieka Vilniaus universiteto Šiaulių akademijos muzikos pedagogikos magistro studijų programos studentas Paulius Puleikis. Tyrimo tikslas - atskleisti suaugusiųjų vokalinės raiškos aspektus meno mėgėjų kolektyve - vokaliniame ansamblyje. Ši anketa yra anoniminė, todėl nei savo vardo, nei pavardės nurodyti nereikia. Ji nebus viešinama, o gauti rezultatai bus panaudoti tiksliai moksliniams tyrimams. Jūsų nuomonę geriausiai atitinkantį atsakymo variantą pažymėkite taip – X.

KELETAS KLAUSIMŲ APIE JUS

Lytis			
Vyras		Moteris	
Išsilavinimas			
Vidurinis	Profesinis	Aukštasis universitetinis	Aukštasis neuniversitetinis
Amžius			
iki 30	31 – 50	51 – 70	Virš 71
Respondentų darbinis užimtumas			
Dirbantis		Šiuo metu nedirbantis	Senjoras
Muzikinis išsilavinimas			
Baigta muzikos mokykla		Aukštasis muzikinis išsilavinimas	Neturiu muzikinio išsilavinimo

6. Kas paskatino prisijungti prie vokalinio ansamblio veiklos?

--

7. Kokie buvo lūkesčiai prisijungiant prie vokalinio ansamblio kolektyvo veiklos? Ar jie išsipildė?

--

8. Ar dalyvavimas vokalinio ansamblio veikloje padeda išreikšti save kaip dainininką ir kolektyvo narį?

- ☐ Taip
- ☐ Ne
- ☐ Nežinau

9. Ar dalyvavimas vokalinio ansamblio veikloje padeda jums tobulėti ir įgyti naujų žinių? Jei taip, tai kokių žinių ir įgūdžių įgijote?

10. Kaip prasideda jūsų vokalinio ansamblio repeticija ?

- ☐ Nuo įsidainavimo pratimų (5 – 10 min.).
- ☐ Nuo įsidainavimo pratimų (10 – 15 min.).
- ☐ Iškart dainuojame kūrinį.

11. Ar jums lengviau dainuoti kūrinį gerai įsidainavus ?

- ☐ Taip
- ☐ Ne
- ☐ Nėra skirtumo

12. Kokia vokalinio ansamblio repeticijų nauda asmeniškai jums? Atsakymą pagrįskite.

13. Kokius teigiamus pokyčius pastebėjote vokalinio ansamblio užsiėmimuose? (Geriausiai jūsų nuomonę atitinkantį atsakymą pasirinkite).

Teigiami pokyčiai	Sutinku	Nežinau	Nesutinku
Lavėja ir stiprėja balsas			
Kvėpavimas darosi taisyklingesnis			
Gerėja intonacija			
Plečiasi balso diapazonas			
Nyksta scenos baimė			
Gerėja laikysena			
Gerėja ritmo pojūtis			
Balso kokybės gerinimas			

14. Kokių tikslų siekiate dalyvaudama(s) vokalinio ansamblio veikloje? (Geriausiai jūsų nuomonę atitinkantį atsakymą pasirinkite).

Tikslai	Sutinku	Nežinau	Nesutinku
Lavinti intonaciją			
Plėsti turimą diapazoną			
Lavinti kvėpavimą			

Lavinti klausą			
Ugdyti saviraišką			
Dalyvauti kultūriniame gyvenime			
Naudingai praleisti laisvalaikį			
Koncertuoti			

15. Dažniausiai kylančios problemos dalyvaujant vokalinio ansamblio repeticijose ir koncertuose? (Geriausiai jūsų nuomonę atitinkantį atsakymą pasirinkite).

Dažniausiai kylančios problemos	Sutinku	Nežinau	Nesutinku
Taisyklingai kvėpuoti			
Sunku intonuoti			
Sunkiai sekasi prisiderinti prie kitų balsų ir kito balso tembro			
Sunku stovėti repeticijos metu			
Sunkiai sekasi emocionaliai perteikti atliekama kūrinį			
Sunku išmokyti dainos tekstą mintinai			
Sunku suvaldyti jaudulį einant į sceną			
Sunku prisitaikyti prie balso įgarsinimo aparatūros			
Slegia asmeninės problemos			

16. Kokių vokalių žinių ir techninių niuansų jums buvo suteikta vokalinio ansamblio užsiėmimu metu? (Geriausiai jūsų nuomonę atitinkantį atsakymą pasirinkite).

Atsakymai	Sutinku	Nežinau	Nesutinku
Kaip teisingai kvėpuoti			
Paaiškinta balso aparato sandarą ir jo veikimą			
Aptarta balso higiena			
Kaip teisingai formuoti balsą			
Tinkami kvėpavimo pratimai			
Tinkami balso apšildymo pratimai			
Artikuliacijos ir dikcijos lavinimo pratimai			
Kaip išlaikyti sveiką balsą			

17. Veiksniai, turintys įtakos vokalinio ansamblio dalyvio saviraiškai ir kolektyvo pasiekimams. (Sureitinguokite veiksmų svarbą 1 - mažiausia įtaka, 8 - didžiausia įtaka).

Veiksniai	1	2	3	4	5	6	7	8
Kolektyvo vadovo (ės) asmenybė								

Kolektyvo vadovo (ės) kompetencija								
Mokymo metodai								
Repertuaras								
Kolektyvo narių santykiai								
Motyvacija								
Aktyvi koncertinė veikla								
Turtingas bendras kolektyvo gyvenimas								

18. Kas jus labiausiai motyvuoja dalyvauti vokalinio ansamblio veikloje? (Geriausiai jūsų nuomonę atitinkantį atsakymą pasirinkite).

Atsakymai	Sutinku	Nežinau	Nesutinku
Dalyvavimas koncertuose, šventėse ir išvykose			
Koncerto metu gautos emocijos			
Noras tobulėti ir išreikšti save kaip dainininką			
Skatinti saviraišką ir socialinius ryšius			
Noras realizuoti turimą laisvalaikį			
Noras parodyti visuomenei turimus muzikinius gabumus			

INTERVIU PROTOKOLAS VOKALINIŲ ANSAMBLIŲ VADOVAMS

Interviu vieta:.....

Interviu data:.....

Interviu laikas:.....

DEMOGRAFINIAI DUOMENYS

Amžius.....

Kultūros įstaiga, kurioje dirbate.....

Jūsų darbo stažas.....

Jūsų išsilavinimas.....

SUAUGUSIŲJŲ VOKALINĖ RAIŠKA KULTŪROS CENTRO MENO MĖGĖJŲ KOLEKTYVE

1. Kaip apibrėžiate vokalinį meno mėgėjų kolektyvą? Kuo jis skiriasi nuo profesionalių kolektyvų?

--

2. Kuo skiriasi suaugusiųjų vokalinis ugdymas nuo vaikų ar jaunimo ugdymo?

--

3. Kokių tikslų siekiate ugdant suaugusiųjų vokalius įgūdžius?

--

4. Kokius vokalinio ugdymo metodus dažniausiai taikote dirbdami su suaugusiais?

--

5. Kokie vokaliniai pratimai ar technikos labiausiai pasiteisina suaugusiesiems? Ar yra metodų, kurie nesuteikė laukiamų rezultatų?

6. Kiek svarbūs yra emociniai ir psichologiniai aspektai dirbant su suaugusiaisiais vokaliname ansamblyje?

7. Kokius pagrindinius iššūkius pastebite dirbdami su suaugusiaisiais vokalinėje srityje?

8. Kaip formuojamas kolektyvo repertuaras? Ar jis pritaikytas suaugusiųjų vokaliniam gebėjimams? Ar atsižvelgiate į kolektyvų narių nuomonę renkant dainuojamus kūrinius?

9. Ar pastebėjote, kad suaugusieji dalyvavimą vokaliname ansamblyje vertina ne tik kaip muzikos atlikimą, bet ir kaip savirealizacijos būdą?

10. Jūsų nuomone, kuo naudingas suaugusiesiems vokalinis ugdymas?

3. priedas. Pagrindiniai veiksniai darantys įtaką vokalinio ansamblio dalyvių saviraiškai ir kolektyvo pasiekimams (N=61)

Teiginys	1	2	3	4	5	6	7	8
Kolektyvo vadovo(ės) asmenybė	6 (9,8%)	1 (1,6%)	1 (1,6%)	0 (0%)	5 (8,2%)	14 (23,0%)	18 (29,6%)	19 (31,2%)
Kolektyvo vadovo(ės) kompetencija	3 (4,9%)	5 (8,2%)	2 (3,3%)	1 (1,6%)	1 (1,6%)	4 (6,6%)	15 (24,6%)	27 (44,3%)
Mokymo metodai	5 (8,2%)	1 (1,6%)	6 (9,8%)	3 (4,9%)	12 (19,7%)	25 (41,0%)	7 (11,5%)	2 (3,3%)
Repertuaras	4 (6,6%)	4 (6,6%)	6 (9,8%)	7 (11,5%)	25 (41,0%)	6 (9,8%)	7 (11,5%)	2 (3,3%)
Kolektyvo narių santykiai	5 (8,2%)	3 (4,9%)	9 (14,8%)	28 (45,9%)	7 (11,5%)	3 (4,9%)	5 (8,2%)	1 (1,6%)
Motyvacija	2 (3,3%)	8 (13,1%)	25 (41,0%)	11 (18,0%)	4 (6,6%)	5 (8,2%)	3 (4,9%)	3 (4,9%)
Aktyvi koncertinė veikta	6 (9,8%)	31 (50,8%)	7 (11,5%)	3 (4,9%)	5 (8,2%)	3 (4,9%)	5 (8,2%)	1 (1,6%)
Turtingas bendras kolektyvo gyvenimas	30 (49,1%)	8 (13,1%)	5 (8,2%)	8 (13,1%)	2 (3,3%)	1 (1,6%)	1 (1,6%)	6 (9,8%)