



VILNIAUS UNIVERSTETAS

ŠIAULIŲ AKADEMIJA

MAGISTRO STUDIJŲ PROGRAMA

MUZIKOS PEDAGOGIKA

IEVA VISOCKYTĖ

Magistro darbas

**ANKSTYVŲJŲ PAAUGLIŲ VOKALINIO UGDYMO(SI) YPATUMAI
NEFORMALIOJOJE MUZIKINĖJE VEIKLOJE: PEDAGOGŲ POŽIŪRIO
ANALIZĖ**

Darbo vadovė: Doc. Birutė Janonienė

Šiauliai, 2025

Vilniaus universiteto studijuojančiojo,
teikiančio baigiamąjį darbą, GARANTIJA

WARRANTY
of Vilnius University Student Final Thesis

Vardas, pavardė <i>Name, Surname</i>	Ieva Visockytė
Padalinys <i>Faculty</i>	Šiaulių akademija <i>Šiauliai Academy</i>
Studijų programa <i>Study Programme</i>	Muzikos pedagogikos studijų programa <i>Music Pedagogy Degree Program</i>
Darbo pavadinimas <i>Thesis topic</i>	Ankstyvųjų paauglių vokalinio ugdymo(si) galimybės neformaliojoje muzikinėje veikloje: pedagogų požiūrio analizė <i>Attributes of Early Adolescence Vocal Education in Informal Musical Activities: Educators' Perception Analysis</i>
Darbo tipas <i>Thesis type</i>	Baigiamasis magistro darbas <i>Master's 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. Šiame darbe tiesiogiai ar netiesiogiai panaudotos kitų šaltinių citatos yra pažymėtos literatūros nuorodose.

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

Aš, Ieva Visockytė, pateikdamas(-a) šį darbą, patvirtinu (pažymėti) ☒

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:*

Visockytė I. Ankstyvųjų paauglių vokalinio ugdymo(si) ypatumai neformaliojoje muzikinėje veikloje: pedagogų požiūrio analizė: Magistro baigiamasis darbas / vadovė Doc. B. Janonienė; Vilniaus universitetas, Šiaulių akademija, Edukologijos institutas, Muzikos pedagogikos studijų programa – Šiauliai, 2025 – 73 p.

SANTRAUKA

Ankstyvųjų paauglių vokaliųjų įgūdžių formavimo(si) metu, dainuojant, ugdoma asmenybė, jos muzikiniai gebėjimai, kultūra, bendrystė. 5 – 8 klasės (11 – 14 metų) mokiniams prasideda balso mutacijos laikotarpis, kurio metu vokalinis ugdymas tampa ypatingai specifiniu. Šiuo metu vis dar pasigendama mokslinės literatūros ir tyrinėjimų apie ankstyvųjų paauglių balso mutacijos laikotarpį bei paauglių vokalo ugdymą neformaliojoje muzikinėje veikloje. **Probleminiai klausimai:** Kokiomis priemonėmis yra veiksmingiausia ugdyti paauglių vokaliuos gebėjimus? Kuo yra svarbus vokalinis ugdymas neformaliaja muzikine veikla? **Tyrimo objektas** – Ankstyvųjų paauglių vokalinis ugdymas neformaliojoje muzikinėje veikloje. **Tyrimo tikslas** – Atskleisti pedagogų požiūrį į ankstyvųjų paauglių vokalinio ugdymo(si) ypatumus neformaliojoje muzikinėje veikloje. **Tyrimo uždaviniai:** 1) apibrėžti teorinius vokalinio ugdymo principus; 2) aptarti ankstyvųjų paauglių (5 – 8 klasių) fiziologinę ir psichosocialinę raidą; 3) apibūdinti paauglių vokalinio ugdymo specifiškumą neformaliojoje muzikinėje veikloje; 4) atlikti empirinį tyrimą kuriuo siekiama išsiaiškinti pedagogų požiūrį į ankstyvųjų paauglių (5 – 8 klasių) vokalinio ugdymo(si) ypatumus neformaliojoje muzikinėje veikloje. **Tyrimo metodai:** mokslinės, metodinės, pedagoginės, psichologinės literatūros šaltinių analizė, atliktas kokybinis tyrimas, naudojant iš dalies struktūruoto interviu metodą. **Tyrimo imtis:** Apklaustos 7 informantės dirbančios su ankstyvaisiais paaugliais neformaliojoje muzikinėje veikloje. **Išvados:** 1. Mokslinės literatūros analizė atskleidė, kad vokalinis ugdymas yra muzikinio ugdymo dalis, daranti didelę įtaką muzikiam asmenybės ugdymui. 2. Lytinio brendimo metu ankstyvieji paaugliai patiria reikšmingą fizinių, emocinių ir psichologinių pokyčių laikotarpį. 3. Neformaliojoje muzikinėje veikloje dainuojantys ankstyvieji paaugliai patenkina saviraiškos bei pripažinimo jausmus, tobulina savo muzikinius įgūdžius, gali socializuotis bendrystėje, plėsti koncertinę ir asmeninę patirtį dalyvaujant įvairiuose pasirodymuose. 4. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad paauglių neformalusis muzikinis ugdymas pasižymi specifiniais iššūkiais, susijęs su nepastoviomis emocijomis, psichosocialiniais faktoriais ir fiziologiniais pokyčiais. Balso mutacijos laikotarpiu rekomenduotinas individualus pedagogo dėmesys, taikyti specializuotus, balsą tausojančius vokalinio ugdymo metodus. **Raktiniai žodžiai:** paauglių psichosocialinė raida, vokalinis ugdymas, neformalioji muzikinė veikla.

Visockytė I.; *Attributes of Early Adolescence Vocal Education in Informal Musical Activities: Educators' Perception Analysis: Master's Thesis / thesis advisor assoc. prof. B. Janonienė; Vilnius University Šiauliai academy; Institute of Education; Šiauliai, 2025 – 73 p.*

SUMMARY

During the formation of early adolescents' vocal skills, singing develops personality, musical abilities, culture, and community. Students in grades 5 – 8 (11 – 14 years old) start a period of voice mutation in which vocal education is adapted to more specific. Currently, there are lack of scientific literature and research on early adolescents' voice mutation period as well as development of adolescents' vocal education in non-formal musical activities. **Problematic questions:** Which tools are most effective educating early adolescents' vocal talents? Why vocal educating is important in non-formal musical activities? **Subject of research** – Vocal education of early adolescence in non-formal musical activities. **Purpose of research** – Reveal pedagogics' perception of early adolescents' vocal education characteristics in non-formal musical activities. **Research objectives:** 1) define the theoretical principles of vocal education; 2) discuss the physiological and psychosocial development of early adolescents (grades 5 – 8); 3) describe the specificity of adolescents' vocal educating in non-formal music activities; 4) conduct an empirical study aimed at understanding teachers' perception on the characteristics of vocal education in early adolescents (grades 5 – 8) in non-formal musical activities. **Research methods:** scientific, methodological, pedagogical, psychological literature sources analysis, a qualitative study conducted using a partially structured interview method. **Research sample:** 7 research participants interviewed who work with early adolescents in non-formal musical activities. **Conclusions:** 1. The analysis of scientific literature revealed that vocal training is part of musical education, playing the key part in influencing the development of a musical personality. 2. During puberty, early adolescents experience a significant period of physical, emotional, and psychological changes. 3. In non-formal musical activities, singing early adolescents fulfill their feelings of self-expression and recognition, improve their musical skills, can socialize in community, expand their concert and personal experience by participating in various performances. 4. The research results revealed that non-formal musical education for early adolescents have specific challenges related to unstable emotions, psychosocial factors and physiological changes. During the voice mutation period, individual pedagogical attention is recommended focusing on specialized, voicepreserving vocal education methods. **Keywords:** adolescents' psychosocial development, vocal education, non-formal musical activities.

TURINYS

ĮVADAS	6
1. VOKALINIO UGDYMO TEORINIAI PAGRINDAI	11
1.2. Bendrieji vokalinio ugdymo aspektai	13
2. PAAUGLIŲ VOKALINIO UGDYMO SPECIFIŠKUMAS NEFORMALIOJOJE MUZIKINĖJE VEIKLOJE	22
2.1. Neformaliojo vokalinio ugdymo principai	22
2.2. Paauglių (5 – 8 klasių) amžiaus tarpsnio fiziologinė ir psichosocialinė charakteristika	25
2.3. Vokalinių įgūdžių lavinimas ankstyvuoju paauglystės laikotarpiu	31
2.4. Paauglių vokalinis ugdymas neformaliojoje muzikinėje veikloje	39
3. ANKSTYVŲJŲ PAAUGLIŲ VOKALINIO UGDYMO(SI) YPATUMAI NEFORMALIOJOJE MUZIKINĖJE VEIKLOJE: PEDAGOGŲ POŽIŪRIO ANALIZĖ	47
3.1. Kokybinio tyrimo metodologija ir eiga	47
3.2. Tyrimo duomenų rezultatai ir analizė	52
DISKUSIJA	72
IŠVADOS	73
LITERATŪROS SĄRAŠAS	74
PRIEDAI	81

IVADAS

Aktualumas ir mokslinis ištirtumas. Muzika žmogų lydi nuo gimimo ir yra neatsiejama viso gyvenimo dalis. Ji lavina asmenybę, šalina blogas emocijas, leidžia žmogui išreikšti save, padeda puoselėti ir lavinti fantaziją, muzikinę klausą, atmintį, vaizduotę bei kūrybiškumą. Muzika yra tokia pat svarbi kaip ir kalba. Taisyklingai dainuojant vokalinius pratimus galima pataisyti kalbos defektus, paryškinti tartį, suformuoti raiškų ir skambų balso tembrą. Dainuojant stiprėja kvėpavimo organų sistema ir visas žmogaus kūnas. Dažnai dainavimas naudojamas kaip terapinė priemonė, kuri suteikia nusiramimą ir motyvaciją, leidžia ugdyti mūsų emocinį stabilumą. Ankstyvosios paauglystės metu yra ypač svarbu mokėti taisyklingai formuoti balsą, kad nepažeistumėte balso stygų. Aktualu yra pristatyti metodikas, aptarti ankstyvųjų paauglių (5 – 8 klasių) balso ypatumus, paauglystės psichosocialinę raidą, paauglių fiziologiją, įsidainavimo ir kvėpavimo pratimus. Paauglių vokalinių įgūdžių formavimo(si) metu, dainuojant, ugdoma asmenybė, mokinių muzikiniai gabumai, kultūra, bendrystė ir pan.

Remiantis Matonio ir Pečeliūno (2000) tyrimu – muzika unikali tuo, jog jau nuo senovės laikų be jos neapsiėjo nei viena kultūra. Tuo tarpu apžvelgus šių laikų tyrinėjimus galima pastebėti, kad muzika teigiamai veikia ne tik kalbėjimą, bet ir gerina gebėjimą klausyti bei skaityti. Taip pat pastebima, jog vokalinis ugdymas ir grojimas įvairiais muzikos instrumentais lavina motoriką, mentalinę ir fizinę koordinaciją. Rauduvaitė ir Virganičienė (2015) pastebi, kad dainavimas ne tik gerina nuotaiką, bet ir vokalinių pratimų pagalba mokiniai gali išmokti švariai intonuoti, taisyklingai artikuliuoti žodžius, išlavinti ir išplėsti savo balso diapazoną. Pasak Pečeliūno (2003) – kiekvienas žmogus turi gražiausią instrumentą savyje. Tai – žmogaus balsas, kuris yra ypač lengvai pažeidžiamas, todėl yra labai svarbu mokėti jį saugoti ir tinkamai lavinti. Dažnai pasitaiko atvejų, kai žmogus balsą sugadina dar vaikystėje. Priežastys įvairiausios: balso aparato traumos, įvairios ligos, netinkamas balso naudojimas. Reiktų paminėti, jog ankstyvųjų paauglių balsai ypatingai jautrūs, kadangi jų balso stygos dar yra trumpos ir plonos. Tik mutacijos metu balso stygos storėja ir ilgėja, tad pasibaigus jai, balsas pastebimai sutvirtėja.

Mokslinės literatūros apie paauglystę galima rasti nemažai, tačiau daugelis mokslininkų dalina patarimus tėvams, o pedagogams informacijos stinga. Mažeikienė (2019) teigia, kad paauglystės tarpsnis ypatingas tuo, kad jo metu vyksta intensyvus vaiko „persikūnijimas“ į suaugusįjį. Paauglystė – pilnas nežinomybės laikas, dažnai keliantis stresą ir nerimą, nes

paauglys susipažįsta su savimi. Deja, bet tai turi išgyventi kiekvienas jaunuolis, kadangi tik tokiu būdu yra kaupiama patirtis. Suaugusiojo užduotis – visais įmanomais būdais padėti paaugliui išgyventi šį nelengvą laikotarpį. Remiantis Žukauskiene (2012), pirmoji brandos pakopa įvyksta apie 11 gyvenimo metus, kai mokinys iš vidurinėsios vaikystės laikotarpio pereina į ankstyvąją paauglystę. Šiuo laikotarpiu ugdytinis mokosi savarankiškai spręsti iškilančias problemas ir ieško atitinkamų sprendimo būdų.

Analizuojant paauglių vokalinį ugdymą svarbu aptarti balso mutacijos sampratą. Pitone (2021) teigia, jog mutacija – tai reiškinys, kurio metu vaikiškas balsas keičiasi į suaugusiojo, kai padidėja gerklos, o balso stygos ilgėja ir tampa storesnės. Ypatingai svarbu saugoti balsą mutaciniu laikotarpiu, kadangi pasitaiko atvejų kai balso stygos gali įtrūkti arba nutrūkti. O Aidukas (2003) pabrėžia, kad muzikos pedagogams dirbantiems su paaugliais yra aktualu išmanyti ir skirti balso mutacijos priešmutacinę, aštriąją ir pomutacinę vystymosi stadijas.

Neformalaus muzikinio ugdymo vykdomos veiklos ugdytiniais suteikia įrankius plėsti savo muzikinį akiratį dalyvaujant įvairiuose renginiuose, koncertuose, festivaliuose, kur įgyjamos naujos patirtys bei teigiamos emocijos. Miknaitytė (2020) pažymi, kad mokinys, kuris lanko neformalaus muzikinio ugdymo užsiėmimus, turi visas galimybes lavinti savo muzikalumą, kūrybiškumą, saviraišką, individualumą, o tuo pačiu metu ugdo asmenines bei socialines kompetencijas.

Apie vokalinio ugdymo svarbą ir paskirtį rašė šie autoriai: Gedvilaitė (2019), Pečeliūnas (2011), Vainauskienė (2005), Aidukas (2003; 2017). Šie autoriai teigia, kad balso lavinimas ir taisyklingas dainavimas, kvėpavimas turi didelę reikšmę ugdytinių vystymuisi, vidiniam pasauliui, dvasiniam ir emociniam suvokimui, komunikavimui, pasitikėjimui savimi. Balso formavimo metodus nagrinėjo Jucevičiūtė – Bartkevičienė (2010; 2015). Autorė akcentavo mokinių balso sudėtį ir jo saugojimo svarbą. Apie paauglių psichosocialinę raidą rašė Rinkevičius (2005), Mažeikienė (2019), Slušnys, Šukytė (2014). Mutacijos periodą apibūdino Pitone (2021), Aidukas (2003) ir Kiušaitė (2019). O Vokalinį ugdymą neformaliojoje muzikinėje veikloje nagrinėjo Kardašienė (2023), Nogueras (2024), Dudnikienė (2022).

Tyrimo problema. Muzikos pedagogo tikslas yra išmokyti savo ugdytinius taisyklingai dainuoti. Pagrindinio ugdymo mokyklos 5 – 8 klasių (11 – 14 metų) mokiniams prasideda ankstyvoji paauglystė, balso mutacijos laikotarpis, kurio metu vokalinis ugdymas tampa ypatingai specifiniu. Muzikos pedagogas, dirbdamas su ankstyvaisiais paaugliais, privalo tiksliai išmanyti, koks yra ugdytinių balso diapazonas, kaip lavinti jų vokalą, kokius pratimus taikyti, kokių natų ir repertuarų vengti. Teisingai neprižiūrint, netausojant balso, paauglys gali patirti

įvairias balso traumas ir, retais atvejais, net jį prarasti. Šiuo metu vis dar pasigendama mokslinės literatūros ir tyrinėjimų apie ankstyvųjų paauglių balso mutacijos laikotarpį bei galimybę lavinti jų vokalą neformaliojoje muzikinėje veikloje. Išanalizavus tyrimo duomenis pastebėta, kad vykstant ryškiai ankstyvųjų paauglių balso mutacijai, muzikos pedagogai ugdančys neformaliojoje muzikinėje veikloje susiduria su vokalinio repertuaro stoka tinkamo šiam paauglių laikotarpiui.

Tyrimo probleminiai klausimai:

- 1) kokiomis priemonėmis yra veiksmingiausia ugdyti paauglių vokaličius gebėjimus?
- 2) kuo yra svarbus vokalinis ugdymas neformaliaja muzikine veikla?
- 3) kaip formuoti ir lavinti paauglio mutuojančią balsą?

Tyrimo objektas – Ankstyvųjų paauglių vokalinis ugdymas neformaliojoje muzikinėje veikloje.

Tyrimo tikslas – Atskleisti pedagogų požiūrį į ankstyvųjų paauglių vokalinio ugdymo(si) ypatumus neformaliojoje muzikinėje veikloje.

Tyrimo uždaviniai:

- 1) apibrėžti teorinius vokalinio ugdymo principus;
- 2) aptarti ankstyvųjų paauglių (5-8 klasių) fiziologinę ir psichosocialinę raidą;
- 3) apibūdinti paauglių vokalinio ugdymo specifiškumą neformaliojoje muzikinėje veikloje;
- 4) atlikti empirinį tyrimą, kuriuo siekiama išsiaiškinti pedagogų požiūrį į ankstyvųjų paauglių vokalinio ugdymo(si) ypatumus neformaliojoje muzikinėje veikloje.

Tyrimo metodologija. Tyrimo dalyvės yra šiuolaikinės pedagogės, todėl ugdymo koncepcija pasirinkta laisvoji paradigma. Šiai ugdymo paradigmai apibūdinti galima pasitelkti Newble ir Cannon, (2002), į mokinį orientuotą aprašą, ryškiausiai atspindintį laisvosios paradigmos bruožus. Mokslininkų išrinkti 5 pagrindiniai požymiai:

- 1) ugdytinis aktyviai pats planuojasi savo mokymąsi ir yra atsakingas už savo pasirinkimus;
- 2) nesikoncentruoja tik viena disciplina;
- 3) savo veikloje ne tik ieško informacijos, bet ir grindžia tyrimais;

- 4) tarp mokinio ir pedagogo yra palaikomas artimas tarpusavio ryšys, nes pedagogas yra tarsi mentorius, padėjėjas ar gidas;
 - 5) mokinys veikloje yra motyvuotas, smalsus, atsakingas ir suinteresuotas.
- Newble ir Cannon, (2002).

Tyrimo metodai.

- 1) teoriniai: mokslinės, metodinės, pedagoginės, psichologinės literatūros, švietimo sistemos dokumentų analizė;
- 2) empiriniai: atliktas kokybinis tyrimas, naudojant iš dalies struktūruoto interviu metodą.

Tyrimo imtis ir atranka.

Iš dalies struktūruotas interviu atliekamas su Šiaulių progimnazijų, gimnazijų ir neformaliosios veiklos pedagogėmis. Apklaustos 7 informantės dirbančios su ankstyvaisiais paaugliais neformaliojoje muzikinėje veikloje.

Tyrimo etapai ir organizavimas.

Tyrimas buvo atliekamas dviem etapais. Pirmajame etape atliktas iš dalies struktūruotas interviu su numatytomis informantėmis, o antrajame etape išnagrinėta gautų empirinių duomenų analizė ir atlikta gautų duomenų interpretacija.

Pirmasis etapas: 2024 m. sausio – vasario mėnesiais – interviu klausimų sudarymas.

Antrasis etapas: 2024 m. kovo – gegužės mėnesiais – tyrimo organizavimas ir įvykdymas.

Trečiasis etapas: 2024 m. rugsėjo – gruodžio mėnesiais – gautų rezultatų analizė ir aprašymas.

Ketvirtasis etapas: 2025 m. sausio – kovo mėnesiais – išvadų formulavimas.

Darbo naujumas, teorinis ir praktinis reikšmingumas. Mokslinės teorinės analizės apie 5 – 8 klasių mokinių vokalinį ugdymą yra nemažai, tačiau atliktų empirinių tyrimų su ankstyvaisiais paaugliais neformaliojoje muzikinėje veikloje – stoka. Taigi, šio magistrinio darbo rezultatai leis studentams, pedagogams geriau suprasti ankstyvųjų paauglių vokalinio ugdymo specifiškumą, žinos taikytinus metodus, įsidainavimo pratimus, repertuaro pasirinkimo galimybes ugdant mokinius neformaliojoje muzikinėje veikloje.

Darbo struktūra. Darbą sudaro santrauka lietuvių ir užsienio kalba, įvadas, 3 skyriai, diskusija, išvados, literatūros sąrašas, 1 priedas. Darbe pateikiamos 13 lentelių ir 4 paveikslai. Darbo apimtis be literatūros sąrašo ir priedų – 73 puslapiai.

1. VOKALINIO UGDYMO TEORINIAI PAGRINDAI

1. 1. Vokalinio ugdymo samprata

Vokalinė muzika (ang. vocal) – tai muzika, skirta dainavimui arba giedojimui, kuri atliekama vieno žmogaus arba daugiau, su instrumento pritarimu arba be jo. Akivaizdu, kad tai gebėjimas balsu išgauti bet kokius garsus. Jucevičiūtė – Bartkevičienė (2013, p. 15) Vokalinis ugdymas – tai vokalių gebėjimų ugdymo ir tobulinimo procesas. Neįmanoma pervertinti vokalo ugdymo svarbos, nes balsas yra viena iš galingiausių bendravimo ir saviraiškos priemonių. Vokaliam ugdymui naudojami įvairūs metodai pradedant fiziniais pratimais, kuriais siekiama pagerinti kvėpavimo kontrolę ir laikyseną, iki balso pratimų, kurių metu lavinamas žmogaus diapazonas, dikcija ir artikuliacija. Tai naudinga žmonių sveikatai, nes giliai kvėpuojant kūnas atsipalaiduoja, pripildantis kraują deguonimi, gerina plaučių, širdies ir smegenų veiklą.

Ugdymas dažniausiai siejamas su ugdytinio auginimu, lavinimu ir auklėjimu. Tai procesas, kurio metu aktyviai dalyvauja ne tik pedagogas, bet ir pats mokinys, kaip tų ar kitų pokyčių objektas ir subjektas (arba vidinis ir išorinis). Svarbiausias ugdymo kriterijus dažniausiai laikomas tikslas, kuriam įvykdyti reikia objektyviosios ir subjektyviosios pusės. Būtina pabrėžti, jog kuo glaudžiau šios dvi pusės susijusios, tuo rezultatas bus geresnis ir sėkmingesnis. Pedagogikoje itin ryškiai išskiriama socialinio ugdymo kryptis. Ji susijusi su bendruomene, kadangi be jos neįmanomas ne tik ugdymas, bet ir žmogaus gyvenimas apskritai. Socialinės pedagogikos objektas – žmogaus ir aplinkos sąveika, kurios metu yra ieškoma kaip padėti žmogui pažinti save ir aplinką, kaip orientuotis ir pritapti joje. Paskirtis tampa padėti mokiniui kuo greičiau įsilieti į bendruomenę ir kuo lengviau socializuotis. Buvo iškeltas tikslas, kuriuo buvo siekiama ugdytiniui suteikti visapusišką asmens ir visuomenės integraciją, harmoningą socialų ir individualų gyvenimą. Aramavičiūtė (1998).

Analizuojant vokalinį ugdymą svarbu pabrėžti, kad tai yra ugdytinio rengimas suaugusiojo gyvenimui. Muzikinis kultūrinis ugdymas taip pat labai aktualus visame žmogaus kultūriniame ugdyme. Dainavimas laikomas viena iš svarbiausių mokinio muzikinio tobulėjimo ir saviraiškos priemonių dalis. Remiantis autorių Matonio, Pečeliūno (2000) teigimu, greičiausiai nežinome nei vienos pasaulyje bendrojo muzikinio ugdymo programos, kurioje nebūtų įtrauktas vokalinis ugdymas. Akivaizdu, kad tai naudinga saviraiškos priemone, kadangi dainuojant aktyviai dirba visas kūnas, pavyzdžiui, smegenys, ausys, atmintis, plaučiai, diafragma, lūpos, artikuliacinis aparatas ir pan. Autorių nuomone, žmogaus balsas – instrumentas, kuris yra nemokamas, visada

nešiojamas kartu su savimi, todėl tai yra patogi priemonė, galinti padėti mokinio muzikiniam tobulėjimui, jo saviugdai bei kultūrai. Minėti autoriai atliko tyrimą kurio tikslas – išnagrinėti vaikų muzikinės vokalinės kultūros sąvoką. Šiais laikais atliktų tyrimų rezultatai rodo, kiek daug naudos muzika duoda ugdamt jaunąją kartą. Pavyzdžiui, muzika teigiamai veikia kalbėjimą, gerina mokėjimą klausytis ir skaityti. Taipogi vokalinis ugdymas ir grojimas įvairiais muzikos instrumentais lavina motoriką, bei mentalinę ir fizinę koordinaciją. Kalbant apie muzikinį ugdymą, reikėtų nepamiršti mokinių popamokinės muzikinės veiklos ypatumų. Dainuojant chore, ugdytiniai tobulina muzikalumą, kvėpavimą, dikciją, intonaciją, lavina dermės ir dinamikos pojūtį, mokosi dainuoti bendrystėje.

Pasak Rinkevičiaus (2005) dainavimas yra ankstyviausias ir labiausiai veikiantis žmones ryšys. Tik gimęs kūdikis ryšį su motina ir aplinka pajunta klausydamas niūniuojamų, dainuojamų lopšinių, o juntama bendra emocija ir būseną juos suartina. Taip ugdomas dvasinis ryšys, kuris yra labai svarbus ateityje bendraujant. Kūdikio, nuo mažumės nepatyrusio tokio ryšio, jausmai yra skurdesni ir dažnai pastebima, kad jam yra žymiai sunkiau adaptuotis socialinėje erdvėje, pritapti prie kitų žmonių. Rinkevičius (2005). Taigi, žmonės nuo pat kūdikystės per muziką, klausantis mamos raminančių lopšinių, gali kurti ryšį su mama ir aplinka, kas lemia geresnius bendravimo įgūdžius ateityje.

Rauduvaitė ir Virganičienė (2015) akcentuoja, kad dainavimas turėtų suteikti teigiamų emocijų. Įvairių pratimų pagalba ugdytiniais galima išlavinti ir išplėsti balso diapazoną, išmokinti švariai intonuoti ir artikuliuoti žodžius. Prijungiami įvairūs judesiai lavina motorikos įgūdžius, o mokiniams gerai jaučiantiems ritmą galima leisti pritarti perkusiniams instrumentais. Mokinius galima skatinti būti lyderiais leidžiant jiems parodyti save ir leisti dainuoti solo partijas. Vainauskienės (2004) teigimu kiekvienas asmuo yra skirtingas, savaip nepakartojamas, turintis tik jam būdingas vokales, fizines ir psichines ypatybes, todėl negali būti visiems besimokantiejiems vienodų, tinkančių metodų kaip lavinti ir formuoti balsą. Svarbu pritaikyti atitinkamus pratimus pagal mokinio galimybes. Vokaliniame ugdyme svarbu ugdytinį išmokyti taisyklingai kvėpuoti, naudojantis diafragma dainuoti, tiksliai intonuoti, lavinti diapazoną, aiškiai tarti balsius ir priebalsius. Išmuktos dainos lieka veiksmingos žmogui ir ateityje, o nedainuojant pastebimai skursta asmenybės dvasinis bei kultūrinis bendravimas. Juk visuomenėje visada buvo aktualios įvairios šventės, tradicijos, apeigos. Akivaizdu, kad vokalinis ugdymas vienareikšmiškai teigiamai veikia žmogaus psichinę būseną. Pasak Balčyčio (2009, p. 4) – „Dainavimas, muzikos intonacijos ypač veikia žmogaus jausmus – taurina sielą, nuramina kylančią psichinę įtampą, ją keičia, džiugina, pripildo grožiu“ Balčytis, (2009, p. 4). Būtina pastebėti, kad vokalinis ugdymas skatina ugdytinius išreikšti save, gerinti jų emocinę savijautą, nuotaiką,

būseną ir stiprinti pasitikėjimą savimi. Grigienė (2017, p. 2) pabrėžia, kad, dainavimas ugdo žmogaus muzikinį mąstymą, atmintį, moko sutelkti dėmesį, įsiklausyti į save ir išgirsti kitus, lavina kūrybiškumą ir vaizduotę. Besimokančiam dainuoti ugdytiniui reikalingas ne tik įgimtas balso tembras, fiziologinės savybės (balso stiprumas ir diapazonas), bet ir stipri valia, ištvermė ir kantrybė. Verta paminėti, jog mokantis dainavimo tobulinama tartis bei kalbėjimas, lavinamas kvėpavimas ir balso tembras, o įvairių pratimų pagalba galima pašalinti kalbos defektus.

Apibendrinant šį poskyrį galima teigti, kad vokalinis ugdymas gerina širdies, plaučių, smegenų veiklą, lavina atmintį, skatina labiau pasitikėti savimi, šalina toksinus, stresą ir įtampą bei lavina fizinę būklę. Dainuodamas žmogus gali išreikšti savo mintis ir emocijas, lavinti savo kūrybiškumą, vaizduotę, gebėjimą sutelkti dėmesį, įsiklausyti į save ir išgirsti kitus. Vokaliųjų pratimų pagalba tobulinamas balso tembras, tartis ir net galima pašalinti įvairius kalbos defektus. Muzikos pedagogui yra svarbu išmokyti mokinį taisyklingai kvėpuoti naudojant diafragmą, tiksliai intonuoti, lavinti diapazoną bei tiksliai artikuliuoti dainuojamą tekstą.

1.2. Bendrieji vokalinio ugdymo aspektai

Kiekvienas žmogus turi gražiausią instrumentą savyje. Tai – žmogaus balsas. Todėl ypatingai svarbu mokėti jį saugoti ir tinkamai lavinti. Dažnai pasitaiko atvejų, kai žmogus balsą sugadina dar vaikystėje. Priežastys įvairiausios: balso aparato traumos, įvairios ligos, netinkamas balso naudojimas ir saugojimas. Norint išvengti šių atvejų, prieš pradedant vokalinį ugdymą būtina mokėti bendruosius vokalinio ugdymo aspektus (Aidukas, 2003, p. 1).

Vaigauskaitė (2005, p. 34) kalbos aparatą apibūdina kaip sudėtingą sistemą, sudarytą iš daug skirtingų organų. Autorė pastebi, kad, šis kalbos aparatas yra atsakingas ne tik balso formavimo procese, bet taip pat yra atsakingas ir už kitus žmogaus gyvybei būtinus procesus, tokius kaip kvėpavimas, valgymas, virškinimas. Tai reiškia, kad kalbos aparato organai pirmiausia vykdo šias funkcijas: pasunkėjęs kvėpavimas po intensyvios fizinės veiklos (plaukimo, bėgimo), todėl dėl apsunkinto kvėpavimo yra sunku kalbėti, o ryjant maistą kalbėti yra fiziškai neįmanoma.

Pagrindinės dalys sudarančios kalbos aparato struktūrą:

- 1) nervų sistema, koordinuojanti visų tarpusavio organų veiklą;
- 2) balso formavimo sistema;
- 3) kvėpavimo sistema;

- 4) klausos sistema;
- 5) artikuliacijos ir tarimo sistema.

Anot autorės, visa balso formavimo sistema yra gerklėje, o iškvepiamas oras virpina balso stygas ir tokiu būdu išgaunamas garsas. Tačiau gerklose skambantis balsas yra silpnas, todėl jį sustiprinti galima pasitelkiant obertonus rezonatorinėje srityje, kurie yra gerklose, burnos ir nosies ertmėse. Vaigauskaitė (2005, p. 34).

Remiantis Jucevičiūte-Bartkevičiene (2010) garsas susiformuoja tam tikrame organe – gerklose. Garsas kyla dėl vibracijos, kuriai susidarant dalyvauja daugybė žmogaus organų (plaučiai, liežuvis, gomurys, lūpos, dantys ir kt.), būtina pabrėžti, kad kai žmogus kalba ar dainuoja šiame procese dalyvauja beveik visas jo kūnas. Balso aparatą sudaro: diafragma, bronchai, plaučiai, trachėja, gerklė, gerklos, nosies ertmė ir jos prienosiniai ančiai. Balsas formuojasi kai spaudžiamas oras pradedamas stumti iš plaučių bei bronchų ir sutinka kliūtį – įtemptas balso stygas. Garsas atsiranda iš oro srovių sukeliamų vibracijų.

Autorės teigimu, balso aparatą sudaro šios keturios dalys:

- 1) energetinė dalis (bronchai, trachėja, diafragma, pilvas, plaučiai ir kvėpavimo raumenys, krūtinės ląsta);
- 2) balso generavimo dalis (gerklos ir balso stygos);
- 3) balso rezonavimo dalis (krūtinės ląsta, galva, burna, vidinė ryklė, nosis, prienosiniai ančiai, nosiaryklės ertmės);
- 4) artikuliavimo dalis (lūpos, liežuvis, liežuvėlis, ryklė, kietasis gomurys, minkštasis gomurys, apatinis žandikaulis). Jucevičiūte-Bartkevičiene (2010).

Sodeikos (1968, p. 18) teigimu, „balso aparatas – tai tam tikrų žmogaus organų kompleksas, kuris veikdamas sudaro oro bangas, o šios – balsą. Pagrindinė balso aparato dalis yra balso stygos.“ Sodeika (1968 p. 18) Autoriaus nuomone, kvėpavimo takuose esančias balso stygas skiria skersai įtaisyta pertvara arba uždanga, kuri susidaro iš dviejų dalių, t.y.: prasiskleidus, prasiveria trikampio formos plyšys, kuris vadinamas balso plyšiu, o užsiglaudus – jis užsiveria. Dainuojant balso stygos susiglaudžia, o kvėpuojant prasiskleidžia. Garsas išgaunamas tada kai iš plaučių veržiasi oras ir balso stygos susiglaudžia, tai vadinama garso ataka. Išskiriamos trys pagrindinės garso atakų rūšys: kietoji, minkštoji, pavėluotoji. Kietąją garso ataką vadinama tuomet kai pirmiau susiglaudžia balso stygos nei pro jas spėja prasiveržti oras. Kai stygos glaudžiasi ir oras išeina vienu metu, tai vadinama minkštąja garso ataka. O pavėluotąją garso ataką laikoma tuomet kai iškvepiamas oras pirmiau pasiekia balso plyšį ir tik

vėliau susiglaudžia balso stygos. Pastarosios atakos metu, atsiradęs per didelis oro srautas tarp balso stygų sukelia panašų garsą į švokštimą. (Sodeika (1968).

Grigienė (2017, pp. 2–3) teigia, kad dainavimas – tai veikla kurios metu dirba visas žmogaus organizmas. Norint, kad garsas skambėtų teisingai, jį galima lavinti įvairiais pratimais, bei vokalizėmis. Vokalizė (pranc. *vocalise*; lot. *vocalis* – balsis) – muzikos kūrinys, atliekamas balsu ir be žodžių, su įvairiais balsiais (a-e-i-o-u) arba *mormorando*.

Autorė išskyrė vokalizų dainavimo plusus:

- 1) tokiu būdu dainuojantis žmogus gali visą savo dėmesį skirti technikai, pavyzdžiui, taisyklingam kvėpavimui, intonacijai, ritmui, paanalizuoti ar tikslingai dirba veido, balso raumenys;
- 2) „padeda koncentruoti dėmesį į daugelio fonacijos (kalbos padargų veikla, tariant garsą, žodį ar frazę) procese dalyvaujančių organų veiklą, kurie reikalingi dainavimo įgūdžiams formuoti(s)“ Grigienė (2017, p. 3);
- 3) lengviau išmokstama fiksuoti garso išgavimą su atrama, ataka, bei oro vibracija. Grigienė (2017, p. 3).

Kaip teigia Jucevičiūtė-Bartkevičienė „Vokaliniai pratimai leidžia koreguoti kalbos defektus, paryškinti mokinių tartį, formuoja malonų, raiškesnį balso tembrą. Akcentuojama taisyklinga stovėseną sudaro sąlygas šalinti laikysenos trūkumus, o naudojami judesiai naudingi motorikai, koordinacijos vystymuisi. Dainavimas puikiai veikia ir kaip terapinė priemonė, kuri suteikia nusiramimą arba veikia kaip katalizatorius, skatintojas, kas leidžia ugdytinių emocinį stabilumą“ (2015, pp. 7 – 8).

Remiantis Hoffmann (2012) tyrimu, kurio tikslas buvo ištirti aktyvių metodikų naudojimą aukštojo mokslo mokymo praktikoje Brazilijoje, 80% iš apklaustųjų teigė, kad labai svarbu geras pedagogas, nes nežinant kaip taisyklingai formuoti balsą galima pridaryti rimtų žalų. Akcentuojamas tvarkingas kvėpavimas, fonacija, artikuliacija ir dikcija. Nors daugelis profesorių išmano aktyvių metodikų naudą, jie susiduria su įvairiais iššūkiais efektyviai jas diegti klasėje. Šie iššūkiai apima institucinės paramos trūkumą, mokinių įsitraukimo į vokalo lavinimo užsiėmimų sunkumus. Hoffmann (2012).

Balso lavinimo pratimais vadovas siekia vieno tikslo – laisvai ir lygiai skambančio garso, taisyklingo kvėpavimo iš diafragmos, aiškos tarties, judraus ir lankstaus balso, intonacinio ritminio tikslumo, meniško dainos atlikimo bei harmoninės klausos tikslumo. Deja, dažnai vokaliniai pratimai dainuojami formaliai, neturint aiškaus tikslo, konkrečios užduoties. Toks

pratimų atlikimas kausto ugdytinio balso aparatą. Kiekvienas pratimas yra universalus ir turi keletą vokalinės technikos elementų, todėl jų nebūtina taikyti daug, tuos pačius galima dainuoti su žodžiais ir su skiemenimis, o keičiant užduotis siekti skirtingų tikslų. Balso apšilimas tai fizinis, psichologinis, mentalinis ir emocinis įvykis. Apšilimą patartina pradėti nuo bazinių pratimų ir vėliau pereiti prie specifinių. Gedvilaitė (2019) dikcijos ir artikuliacijos treniravimui siūlė ne tik gamtos garsų, paukščių, žvėrelių pamėgdžiojimus, bet ir lietuviškas greitakalbes. Artikuliacija – tai muzikos garsų išgavimo ir jungimo būdai, pasitelkiant kalbos padargų (lūpų, liežuvio, minkštojo gomurio, balso stygų,) padėtis ir judesius. O dikcija – tai garsų, žodžių, skiemenų tarimo būdas kalbant, dainuojant ir deklamuojant. Dainavime dikcija puikiai lavėja, atliekant atskirus skiemenis su įvairiausiais balsių ir priebalsių deriniais bei dainuojant greitakalbes. Pavyzdžiui, „Šešios žąsys su šešiais žąsyčiais.“, „Pakopa po pakopos, pakopa po pakopos – mes kopiname aukštyn. Pakopa po pakopos, pakopa po pakopos – mes leidžiamės žemyn.“, „Plūdur bliūds vidur prūdo, plūdur plūdurs vidur bliūdo.“ Artikuliacijai lavinti galima dainuoti „Šuldu buldu, šakar makar, kas girdėjo vilką vakar, naktį kaukiant prieš mėnulį, turi eit dabar už durų.“ Gedvilaitė (2019, pp. 23 – 24).

Vaigauskaitė (2005, p. 95) teigia, kad norint išlavinti taisyklingą tarimą, aiškią dikciją bei artikuliaciją, reikia nuolatos treniruotis. Autorė rekomenduoja pratyboms naudoti švariakalbes ir greitakalbes. Švariakalbe vadinama trumpa frazė kurioje perteikiama fragmentinė mintis. O greitakalbė yra greitai tariama švariakalbė. Pažymėtina, kad pirma reikėtų išmokti aiškiai tarti švariakalbę, o tik vėliau greitakalbę, kadangi neteisingai tariamas tekstas praranda reikšmę. Greitakalbių ir švariakalbių pavyzdžiai: „Gervė gyrūnė gyrėsi gerą girą girioje gėrusi“; „Virvė, virvelė, virvytė ir virvogalis“; „Žuvis žirgą žnybtelėjo, žirgas žemėn žnektelėjo“; „Kaba kabutis, tupi tuputis, kad kabutis nekabėtų, tai tuputis netupėtų“; „Šalia šalto šaltinėlio šeši šunys šokinėja, šeši šunys šokinėja šalia šalto šaltinėlio, „Bėgo avelė pro pakapnį, pro pusprapaknį ir pro pakapnėlį.“ Vaigauskaitė (2005, p. 95)

Remiantis Grigienė ir Lasauskiene (2012) balso lavinimas prasideda nuo balsių formavimo, kuris lemia ir balso tembrą. Prieš pradėdant dainuoti reikia prisiminti, kad turi būti maksimaliai laisvos gerklos, pakelti skruostikauliai, išgaubtas minkštasis gomurys ir liežuvėlis, o teisingai padėčiai išgauti reikalingas teisingas burnos ir ryklės atvėrimas. Svarbu, kad įkvepiant nebūtų juntama įtampa kaklo raumenų srityje ir nekeltumėte pečių. Dainuojant liežuvis, apatinis žandikaulis turi būti laisvi, neįtempti ir jie dalyvauja tik priebalsiams ištarti. Reikėtų atkreipti dėmesį į lūpas, skruostų raumenis, nepamiršti viršutinio žandikaulio, kuris yra atsakingas už gražų balso formavimą. Artikuliuoti reikėtų aktyviai, bet ne dirbtinai.

Artikuliacijos lavinimui autorė rekomenduoja šiuos pratimus:

- 1) liežuvio priekiu sukite ratus aplink kiek įmanoma didesniu lanku apie lūpas, vėliau – aplinkui dantis į veną ir į kitą pusę;
- 2) keletą kartų švelniai pajudinkite pravertą apatinį žandikaulį į kairę ir į dešinę, po to į priekį ir atgal;
- 3) lengvai praverkite burną ir užverkite. Vėliau pravėrę burną keletą kartų iškiškite liežuvį kiek įmanoma toliau, stengdamiesi pasiekti smakrą ir atgal.

Verta prisiminti, jog lengvai žiovuojant tarp pratimų galite atpalaiduoti žandikaulį. Grigienė ir Lasauskienė (2012).

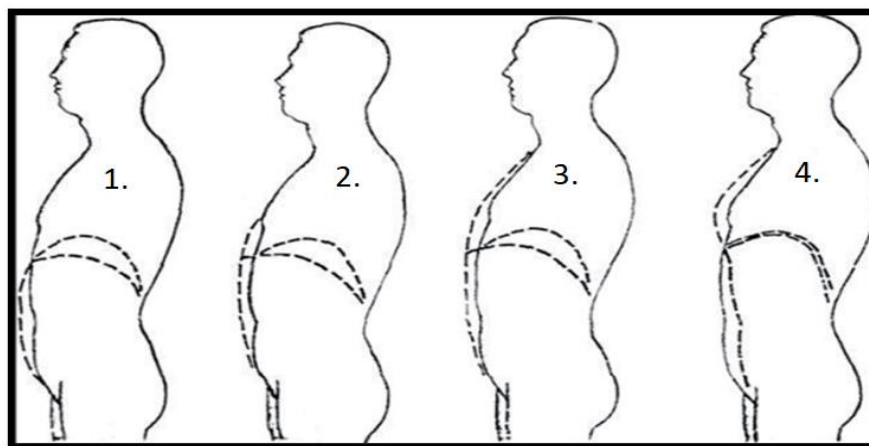
Kiušaitė (2019) artikuliacijai lavinti rekomenduoja šiuos pratimus:

- 1) viso liežuvio paviršiaus apkramtymas, nuolat jį iškišant ir vėl įtraukiant į burną;
- 2) dantų „perskaičiavimas“ liečiant liežuvio galu kiekvieną;
- 3) skruostų vidinio paviršiaus glostymas, spaudžiant liežuvio į gleivinę, plačiais judesiais sukanč ratą iki dantų;
- 4) apatinės ir viršutinės lūpų prikandimai. Kartoti po 5 – 6 kartus. Kitos veido dalys nejudinamos.
- 5) vėliau atliekamas lūpų masažas. Nykščio ir smiliaus pagalvėlėmis (viena apačioje, kita viršuje) paimti viršutinę lūpą ir švelniai patrinti;
- 6) atliekant artikuliacijos organų pratimus rekomenduojamos trumpos pertraukėlės kurių metu atpalaiduojant ryklės, veido ir kaklo raumenis. Kiušaitė (2019).

Kvėpavimo lavinimas taipogi yra svarbus kiekvienam dainuojančiam. Analizuojant mokslinius šaltinius kvėpavimo lavinimo tema, galima pastebėti, kad anot Pečeliūno (2011, p. 38) „kvėpavimas – pagrindinis balso formavimo veiksnys. Nuo kvėpavimo priklauso garso trukmė, aukštis, tembro spalva. Išoriniai kvėpavimo judesiai veikia bronchus ir diafragmą, o šie veikia gerklas, minkštąjį gomurį“. (Pečeliūnas, p. 38) Akivaizdu, jog dažnas žmogus kvėpuoja netaisyklingai, t. y. paviršutiniškai ir taip kvėpuojant organizmui ima stingti deguonies. Tinkamai kvėpuojant galima reguliuoti medžiagų apykaitą. Pradėti taisyklingai kvėpuoti galima grąžinti specialiais kvėpavimo pratimais. Atliekant pratimus visada prieš užpildant plaučius oro rekomenduojama stipriai iškvėpti. Jei krūtinės ląsta plečiasi ir išsipučia pilvas, vadinasi – diafragma veikia gerai. Autorius siūlo nepamiršti kvėpavimo dainavimo metu ir periodiškai prie jo sugrįžti. Rekomenduoja pradėti nuo kvėpavimo raumenų patikrinimo. Pridėkite delnus ant pilvo ir keletą kartų neskubant įkvėpkite ir iškvėpkite. Pajuskite, kaip pilvas pakyla ir nusileidžia. Jei tai neįvyksta – vadinasi kvėpuojate netinkamu raktikauliniu kvėpavimo būdu.

Taisyklingas kvėpavimas yra tas, kurio metu aktyviai dirba tarpšonkauliniai, apatiniai pilvo raumenys ir diafragma – membranos, skiriančios krūtinės zoną nuo pilvo.

Išskiriami 4 kvėpavimo tipai (žr.1 pav.).



1pav. 4 kvėpavimo tipai

1 – diafragminis (abdominalinis) kvėpavimo tipas, kai krūtinė nedalyvauja; 2 – žemas krūtininis-diafragminis kvėpavimo tipas; 3 – mišrus šonkaulinis-diafragminis (dar vadinamas krūtininiu-diafragminiu) kvėpavimo tipas; 4 – krūtininis (šonkaulinis) kvėpavimo tipas.

Pateikta pagal Jucevičiūtę – Bartkevičienę, 2010, p. 35.

Ketvirtuoju krūtininiu (šonkaulinio) kvėpavimo tipu yra netinkama dainuoti, nes jis visiškai paviršutinis, kada įkvepiant į viršutinę kūno dalį kyla pečiai ir juda raktikauliai, diafragma nepanaudojama, pilvo sienelė įtempta, o krūtinės ląsta neišplečiama, to finale beveik nesuteikiama garsui jokios energijos. Taip įkvepiant greičiausiai net neužpūstume žvakės liepsnos. Šių laikų dainavimo įgūdžių ugdymo metodikoje populiariausias kvėpavimas yra mišrus šonkaulinis – diafragminis. Kvėpavimo tikslas – „maitinti balsą“, suteikti jam jėgos, skambesio, energijos ir tuomet galima tikėtis, kad balso stygos išliks nepažeistos ir kurs skaidrų, gražų ir intonuotą balsą. Darbo autorė mano, kad kvėpavimą galima išlavinti taip, kad net pats skurdžiausias balsas tiek tembro, tiek diapazono prasme, stipraus kvėpavimo pagalba, pražysta naujomis spalvomis ir niuansais. Taisyklingo kvėpavimo sėkmę lemia taisyklinga laikysena. Svarbu ištiestas stuburas ir nugarą (bet neįtempta), laisvi, atpalaiduoti pečiai, o dainuojant gali laisvai išsiplėsti šonkauliai, funkcionuoti plaučiai, diafragma ir judėti visi kvėpavimo procese dalyvaujantys raumenys. Stebint laikyseną galima naudoti pagalbines priemones: žmogaus ūgio veidrodį arba vaizdo kamerą, atsistoti prie sienos, visiškai priglauti pakaušį, nugarą, sėdmenis ir kulnus arba galima atsigulti ant nugaros ir kiek pagulėti, kad atsipalaiduotų kūno raumenys.

Svarbu pabrėžti, kad viso proceso metu, būtina laisva ir atpalaiduota laikysena. Jucevičiūtė – Bartkevičienė, (2010, p. 35).

Pečeliūnas (2011) diafragmai stiprinti ir įvaldyti kvėpavimą iš jos siūlo šiuos pratimus:

- 1) diafragminis kvėpavimas gulint ant nugaros – kojos atpalaiduotos ir sulenktos, rankos padėtos ant pilvo. Įkvepiant į diafragmą, turi būti jaučiama, kaip ji pajuda į viršų ir išsipučia pilvas, pakyla rankos. Kvėpuoti 3 – 4 minutes. Kai bus išmokstama laisvai kvėpuoti šiuo būdu, tik tada galima mokintis kvėpuoti sėdint ir stovint;
- 2) diafragminis kvėpavimas sėdint ant kėdės – viena ranka padėta ant pilvo, kita – ant šono (ties apatiniais šonkauliais). Įkvepiant stebėti, kad pakiltų tik pilvas, o šonkauliai išliktų savo pozicijoje;
- 3) visavertis kvėpavimas stovint – vienos rankos delnas laikomas ant pilvo, kitos rankos delnas ant šono (ties apatiniais šonkauliais). Giliai įkvepiant turite jausti, kad pilvas pakyla, o šonkauliai skečiasi. Iškvėpus šonkauliai glaudžiasi ir pilvas susitraukia;
- 4) kvėpavimo pratimai vaikščiojant – einant sulig vienu ir tuo pačiu žingsniu įkvėpti ir iškvėpti. Žengti po 10 – 20 žingsnių. Tik kasdien praktikuojamas pratimas atneša gerų rezultatų;
- 5) per du žingsnius įkvėpti ir per du iškvėpti. Kvėpuoti naudojant diafragmą. Šį pratimą atlikti žengiant po 10 – 20 žingsnių;
- 6) per tris žingsnius įkvėpti, per kitus tris iškvėpti. Įkvepiant pilvas pakyla, iškvepiant – susitraukia. Jeigu taip kvėpuoti nepatogu, galima pakeisti į iškvėpti per 4 ir įkvėpti per 4 žingsnius. Pečeliūnas (2011).

Budinavičienė (2005, p. 18) teigia, kad norint išlaikyti balsą gražų ir sveiką, gali padėti nuolatinė balso mankšta, t.y. kvėpavimo, tarties, vokaliniai pratimai bei masažas. Budinavičienė balso mankštą siūlo pradėti nuo glostomųjų ir stuksenamųjų masažų. Atliekant šiuos masažus yra atpalaiduojami balso aparato raumenys ir pasiruošiama vokalinėms pratyboms. Glostomasis masažas atliekamas nekalbant, lėtai ir lengvais judesiais. Paeiliui masažuoti veidą, kaklą, pilvą ir atlikti pakartojimus po 5 – 6 kartus. Nepamiršti pamankštinti liežuvio. Akivaizdu, kad taisyklingas kvėpavimas atskleidžia skambų ir gražų balso tembrą. Savo leidinyje autorė rekomenduoja žaisti kvėpavimą lavinančius žaidimus, pavyzdžiui: imituoti važiavimą motociklu (tarti rrrrrrrrr); atlikti liežuvio mankštas (iškišti į viršų, apačią, šonus, sukli ratu); skristi malūnsparniu (ilga oro srove judinti tvirtai suspaustas lūpas, intonuojant *glissando* būdu aukštyn ir žemyn); greitai pūsti šaltą orą ir lėtai – šiltą; pūsti muilo burbulus (pūsti lėtai, su pertrūkiais,

sprogdinti tariant *cho*), jūros ošimas (tęsti garsus ŪŪ, ŠŠ, CH, juos garsinti ir tylinti). Budinavičienė (2005, p. 18).

Pasak Skukauskienės (2005), dainuodami mokiniai formuoja įvairius vokaličius įgūdžius, kurie reikalingi gerinant intonaciją, vaizduotę. Labai svarbu repeticijos pradžioje po atliktų kvėpavimo pratimų dainuoti vokaličius pratimus padedančius įsisavinti naujas melodijas.

Vokaličių pratybų uždaviniai yra šie:

- 1) sušildyti balsą;
- 2) formuoti įvairius vokaličius įgūdžius, kurie reikalingi mokantis kūrybiškai, sąmoningai šalindami vokalo trūkumus;
- 3) reikalauti tikslios intonacijos visos pamokos metu;
- 4) padėti mokinantis dainas;
- 5) ugdyti skambų garsą ir vaizduotę.

O Anisko (2019) siūlo šiuos kvėpavimo pratimus:

Diafragminis kvėpavimas – pratimas skirtas diafragmos treniravimui ir ištvermės gerinimui. Kvėpuojant iš diafragmos, reikia sekti, kad asmuo nekeltų pečių ir neįveržtų kaklo. Populiariausias kvėpavimo pratimas naudojamas ir Lietuvos vokalo pedagogų, atliekamas metronomo pagalba. Nustatomas 80 smūgių per minutę greičiu, 4/4 metre. Įkvepiama ir iškvepiama su „sss“, palaipsniui ilginant iškvėpimo ir trumpinant įkvėpimo laiką.

Iškvėpimas per šiaudelį – tai puikus kvėpavimo pratimas kurio metu dainuojama daina be žodžių per šiaudelį. Tokiu būdu iškvėpimas yra koncentruojamas per šiaudelį, dainininkas dėmesį nukreipia į diafragmą ir kvėpavimo atramą, nes veido ir kūno raumenys nejuda. Pratimo metu gali svaigti galva, tuomet pailsėkite. Svarbiausias prisimintinas aspektas yra pratimo metu šiaudelį laikyti tarp lūpų švelniai, jo neįsikandus.

Gedvilaitė (2019) savo knygoje pateikė tokius vokaličius pratimus:

„Kosėjimas“ – prieš dainavimą šitaip suaktyviname žemutinius pilvo raumenis. Ugdytiniai raginami pakosėti ir pajauti, kad pilvo apačia traukiasi. Dainuojant ta pačia kryptimi turi dirbti pilvukas. Traukiantis pilvo apačiai, išleidžiamas garsas.

„Gyvatėlė“ – čia naudojama „s“ raidė. Tariant šią raidę, pilvo apačia turi veikti „pipetės“ principu, t. y. būti paspaudžiama. Intonuojamo garso nereikia, čia naudojamas tik šnypštimas. Siūloma „s“ tarti šešis kartus ketvirtinių natų ilgumu, o su septintuoju kartu iššnypšti visą likusį orą. Paskutinė „s“ raidė pati ilgiausia.

„Šuniuko lekavimas“ – suaktyvina kvėpavimą, leidžia atpalaiduoti pilvo raumenis.

„Mikrofonas“ – ugdytiniai savo dešinės rankos delną prideda prie burnytės kaip mikrofoną. Dainuodami jie nejučia sukonkretina savo dainavimą, jis tampa įtaigesnis; išeinantis garsas turi šildyt delniuką. Taipogi savo mikrofoną galima laikyti ir šalia stovinčiam draugui. Pavyzdžiui, galima vieną dainos posmelį dainuoti su savo mikrofonu, priedainį dainuoti su draugo mikrofonu, t. y. savo delną pridėti prie draugo burnytės ir nejučia patikrinti, ar dainuodamas draugas šildo delniuką. Jei taip, jis teisingai išleidžia garsą.

„Ilgas žiovulys“ – žiovulys vyksta nuo aukščiausio garso iki pačio žemiausio. Svarbiausia neskubėti. Kiekvienas mokinyss žiovauja, atskirai pasirinkdamas savo garsus. Taip įjungiami galvos ir krūtinės rezonatoriai. Atsipalaiduoja vokalinis aparatas.

„Bitutės dūzgimas“ – būdas skirtas rezonatorių pajautimui. Jums reikia tiesiog imituoti dūzgiančias bitutes. Mokinių galima paklausti, kurioje vietoje jaučia garsą kai dūzgia. Šitai mokiniai raginami suprasti, kur turėtų skambėti jų balso garsas dainuojant. Gedvilaitė (2019, pp. 42 – 43).

Apibendrinant galima teigti, kad žmogaus balsas yra sudėtingai veikianti sistema, kurią sudaro daug įvairių organų: balso stygos, gerklos, rezonatoriai, kvėpavimo ir artikuliacijos aparatai ir pan. Mokinių balsas yra jautresnis už suaugusiųjų, todėl jį reikia rūpestingai saugoti ir suprasti jo vystymosi dėsninę. Dainuojant reikėtų nepamiršti taisyklingo kvėpavimo ir vokalių pratimų. Šiuo metu dainavimo įgūdžių ugdymo metodikoje labiausiai naudojamas būdas yra mišrus šonkaulinis – diafragminis kvėpavimas. Svarbu prisiminti, kad kvėpavimo sėkmę lemia taisyklinga laikysena, kuri turėtų būti kiek įmanoma labiau laisva. Būtina išmokti tiksliai intonuoti, aiškiai artikuliuoti žodžius, lygiai dainuoti balse ir pan. Mokant ugdytinius dainavimo pratimų reikia nepamiršti žaismingumo, o kad mokymasis neprailgtų ir žaidimų.

2. PAAUGLIŲ VOKALINIO UGDYMO SPECIFIŠKUMAS NEFORMALIOJOJE MUZIKINĖJE VEIKLOJE

2.1. Neformaliojo vokalinio ugdymo principai

Neformalusis ugdymas yra prasmingas įvairaus amžiaus vaikams ir jaunimui, kadangi jo metu patenkinami saviraiškos poreikiai, ugdomas gebėjimas būti aktyviu visuomenės nariu. Neformalusis vaikų švietimas yra ne tik kokybiško laisvalaikio praleidimo forma, kurios metu mokiniai gali išreikšti save, ugdosi grupėje, įgyja patirties, pasikrauna pozityvių minčių ir potyrių, bet ir leidžia pasireikšti itin talentingiems ir gabiems vaikams, kurie gali lavinti turimus gebėjimus. Neformaliojo ugdymo aktualijos (2012). Analizuojant neformaliojo vokalinio ugdymo principus, svarbu apžvelgti Lietuvos Respublikos švietimo dokumentus.

Kaip teigia Lietuvos Respublikos Švietimo Įstatymas (2016), neformalusis švietimas – tai toks švietimas, kurio metu yra atliekamos kvalifikacijos tobulinimo, poreikių tenkinimo ir papildomos kompetencijos įgijimo programos.

Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme (patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2005 m. gruodžio 30 d. įsakymu Nr. ISAK-2695, galiojanti suvestinė redakcija pasirašyta 2023 m. rugpjūčio 1 d.) neformalusis vaikų švietimas – tai lygiavertė Lietuvos švietimo sistemos dalis, kurioje galima dalyvauti vaikams nuo 3 metų iki tol, kol jie mokosi pagal bendrojo ugdymo programas.

Remiantis Lietuvos Respublikos teisės aktais, neformaliojo vaikų švietimo tikslas – „padėti vaikui per pasirinktą veiklą įgyti kompetencijų ir tapti asmenybe, gebančia suprasti, atsakingai vertinti ir kūrybingai spręsti kylančius iššūkius, aktyviai veikti visuomenėje bei prisitaikyti prie kintančios aplinkos.“ (Neformaliojo vaikų švietimo koncepcija, 2023, 1 p.),

Neformaliojo vaikų švietimo uždaviniai:

- 1) ugdyti vaiko gebėjimus per pasirinktos saviraiškos veiklą;
- 2) lavinti vaiko kritinį mąstymą, kūrybiškumą, išmokinti orientuotis dinamiškoje visuomenėje, bei gebėti pasirūpinti savimi;
- 3) ugdyti tautišką, pilietišką, demokratišką požiūrį į pasaulėžiūrą, turėti skirtingus įsitikinimus ir gyvenimo būdų įvairovę;
- 4) spręsti socialinės integracijos problemas;

- 5) padėti vaikui susipažinti su neformalaus vaikų švietimo veiklos susijusiomis profesijos galimybėmis ateityje.

O teisę įgyvendinti neformalųjį vaikų švietimo programas turi:

- 1) neformaliojo vaikų švietimo ir formalųjį švietimą papildančio ugdymo mokyklos;
- 2) laisvieji mokytojai;
- 3) bendrojo ugdymo mokyklos ir profesinio pasiruošimo įstaigos;
- 4) kiti švietimo teikėjai, juridiniai asmenys, kurie gali ir turi teisę vykdyti neformalųjį vaikų švietimą. Neformalioji vaikų švietimo koncepcija, (2023, p. 1)

Apibrėžus neformalųjį vaikų švietimą, svarbu aptarti ir neformaliojo muzikinio (vokalinio) ugdymo principus. Kardašienė (2023) yra nuomonės, kad pasirenkamas vaikų ugdymas bendrojo ugdymo mokyklose tampa vis labiau populiariesnis pasirinkimas, kadangi tai visapusiškai praturtina formalųjį ugdymą. Anot autorės, muzikinė raiška ugdo kūrybingą, laisvą, kultūringą asmenybę, palaiko ir neteisia, suteikia sąlygas kiekvienam mokiniui mokytis pagal jo individualius gebėjimus.

Akivaizdu, kad lankant neformaliosios muzikinės veiklos kolektyvą(-us), ugdytiniai turi galimybę tobulėti, išreikšti save, jaustis reikšmingais, išklausytais, saugiais, taipogi išmoksta dirbti bendradarbiaujant, kas suteikia pasitikėjimo savimi, lyderystės ir pan. Į muzikavimo procesą bendradarbiaujant yra įtraukti ne tik mokiniai ir mokytojai, bet ir tėvai bei šeimos nariai. (Nisser, 2017). Kaip jau buvo minėta, neformalusis muzikinis ugdymas be abejonės suvienija įstaigos bendruomenę, mokinius, mokytojus ir tėvus, kadangi įvairių renginių, koncertų ir projektų metu, į organizacinius pasiruošimus yra įtraukiami ne tik mokytojai ir mokiniai, bet ir jų tėvai. (Kardašienė, 2023)

2025 metų AIKOS duomenimis, Lietuvoje šiuo metu yra įregistruotos 892 neformaliojo švietimo programos, vykdančios vaikų vokalinę veiklą. Galima manyti, jog vokalinis neformalusis ugdymas yra stebėtinai populiarius, kadangi muzikinio ugdymo samprata teikia visapusišką naudą besimokančiojo raidai.

Kaip teigia Kvieskienė ir kt. (2007, p. 16) Lietuvoje neformalaus muzikinio ar vokalinio ugdymo užsiėmimai vyksta įvairiuose būreliuose, klubuose, studijose, bei muzikos mokyklose, kurios veikia už tradicinės mokyklos ribų. Neformali vokalinė veikla orientuota į ugdytinių muzikinių gabumų ugdymą, atsižvelgiant į jų pomėgius, poreikius ir ugdymosi tempą. Įprastai būreliuose ir studijose dirbama su mažesnėmis grupėmis arba individualiai, todėl pedagogai gali skirti visą savo dėmesį kiekvienam mokiniui, geriau išaiškinti dėstomo dalyko esmę, kas lemia

geresnius repeticijų ir koncertinių pasirodymų rezultatus. Aktualu paminėti, kad neformaliojoje veikloje dainuojantys mokiniai gali laisvai rinktis dainuojamąjį repertuarą kadangi nėra nustatytų programų. Taigi, neformalusis vokalinis ugdymas yra prasmingas ir smagus laisvalaikio praleidimo būdas, nes užsiėmimų metu ne tik išmokstama naujų dalykų, bet ir yra patenkinami kiekvieno mokinio poreikiai, kadangi užsiėmimai vyksta mažose grupelėse arba individualiai, todėl ugdytinis jaučiasi pedagogo pastebėtas ir išgirstas.

Neformalusis vokalinis ugdymas teikia didžiulę naudą mokinių gyvenimui, nes dainavimas skatina išreikšti savo mintis ir emocijas, kelia pasitikėjimą savimi, žengimas į sceną skatina kovoti su baimėmis. Neformalaus vokalinio ugdymo veiklos gali būti tiek individualios – solinis dainavimas, tiek dainavimas ansamblyje ar chore. Skirtumas tas, kad solinio dainavimo metu, solistas – solo atlikėjas, dainuojantis vienas, o vokalinio ugdymo kolektyve yra būrys žmonių. Dainuojant chore ar ansamblyje yra puoselėjamas bendrystės jausmas, mokomasi dirbti komandoje. Matonis (2003) daro prielaidą, kad dainavimas meno kolektyvuose kelia jaunimo dainavimo kultūrą, kadangi jo metu yra ne tik ugdomas muzikinis išprusimas, bet ir vyksta aktyvi integracija į sociokultūrinį gyvenimą. Šiai nuomonei pritaria Pečeliūnas (2003) ir teigia, kad dainavimas grupėje lavina mokinių gebėjimą dainuoti kartu ansamblyje, kelia jų vokalinės kultūros lygį bei skatina mokinių kolektyviškumą.

Įvairūs pokyčiai vykstantys balso mutacijos metu gali kelti iššūkius muzikos pedagogams mokant mokinius neformaliojoje muzikinėje veikloje, ypačiai dirbant chore ar ansamblyje, kadangi užsiėmimai vyksta grupėje žmonių ir yra sudėtinga prisitaikyti prie kiekvieno mokinio balso. Muzikos pedagogams, kurie dirba su besikeičiančiais paauglių balsais, rekomenduojama reguliariai perklausyti ir įvertinti ugdytinių balsus, kad įsitikinti, ar jie gali išdainuoti tam tikras natas. Dėl sparčios balso mutacijos šis vertinimas turėtų būti kartojamas kas kelias savaites. Pastebėjus, jog mokinsys neišdainuoja atitinkamų natų, jam siūloma apriboti dainavimo diapazoną, nedainuoti lūžtančių natų ir lavinti įprastą registrą, dainuoti ten, kur yra patogiu. Verta pastebėti, kad šių rekomendacijų nesilaikymas gali privesti prie balso stygų pažeidimų. Nogueras, (2024).

Taigi, galima teigti, kad neformaliojoje vokalinėje veikloje dainuojantys paaugliai lavina savo kūrybiškumą, saviraišką, gali tobulėti, stiprinti pasitikėjimą savimi, mokosi suprasti ir išreikšti savo emocijas. Dainuojant kolektyve gali puoselėti bendrystę, mokytis dainuoti kartu ir komandoje. Pasiruošimas įvairiems renginiams, konkursams bei koncertams įtraukia visą įstaigos bendruomenę: ne tik mokinius ir mokytojus, bet ir tėvus. Būreliuose ir muzikos studijose dainuojantys mokiniai gauna didesnio dėmesio ir palaikymo iš pedagogų, kas lemia geresnius repeticijų ir koncertinių pasirodymų rezultatus. Reikėtų pažymėti, kad muzikos pedagogams,

dirbantiems su balso mutaciją patiriančiu paauglių kolektyvu, reikėtų atlikti reguliarių paauglių balsų patikrinimą ir, pastebėjus balso pokyčius, rekomenduoti jiems saugoti balsą, dainuoti patogiam diapazone ir stengtis nedainuoti nepatogių, balsą gadinančių „lūžtančių“ natų.

2.2. Paauglių (5 – 8 klasių) amžiaus tarpsnio fiziologinė ir psichosocialinė charakteristika

Paauglystė – pereinamasis laikotarpis tarp vaikystės ir pilnametystės. Brandimo metu paaugliai patiria reikšmingą fizinių, emocinių ir psichologinių pokyčių laikotarpį, kurie turi įtakos jų elgesiui ir savybėms. Šis gyvenimo etapas yra kritinis, nes paaugliai bando atrasti save, tampa savarankiškesni, imasi didesnės atsakomybės už savo gyvenimą ir reikia įveikti augimo iššūkius. Įvairūs pokyčiai paaugliams gali sukelti daug emocinių neramumų, dėl kurių gali atsirasti nepastovus elgesys kaip užsispyrimas, grubumas, uždarumas, depresinės mintys ir įvairūs nuotaikos svyravimai. Muzikos mokytojai, ugdančiam ankstyvuosius paauglius būtina pažinti šio amžiaus tarpsnio (11 – 14 metų) psichosocialinius ir fiziologinius aspektus, į kuriuos reikia atsižvelgti vykdant pamokų veiklas.

Analizuojant mokslinius šaltinius apie paauglių fiziologinius ypatumus, galima pastebėti, kad šiame laikotarpyje esantys paaugliai labai intensyviai ir netolygiai vystosi. Jiems intensyviai auga kūnas, kaulėja skeletas, tobulėja raumenų aparatas. Kai kuriems gali pasireikšti galvos svaigulys ar skausmas, nuovargis, smarkus širdies plakimas, kadangi didėjant širdies apimčiai ji dirba galingiau, o kraujagyslių skersmuo nepadidėja, taip padidėja kraujospūdis ir širdis verčiama dirbti galingiau, ko rezultate galimi sveikatos ir psichikos negalavimai. Tokiu būdu paaugliai tampa jautrūs ir irzlūs, nes jų silpna nervų sistema negali atlaikyti stiprius ar ilgai veikiančius dirgiklius. Kiekvienas paauglys į esamą padėtį reaguoja skirtingai, todėl vieni gali būti abejingi, išsiblaškę, vangūs, arba atvirkščiai – nervingi, irzlūs, maištaujantys.

Išskiriami keturi paauglystės uždaviniai:

- 1) fizinis subrendimas;
- 2) emocinis vystymasis;
- 3) pritapimas prie bendraamžių;
- 4) draugystė su priešingos lyties asmenimis.

Apžvelgiant mokslinę literatūrą apie paauglio lytinio brandimo laikotarpį galimos skirtingos autorių nuomonės. Kaip jau buvo minėta anksčiau, remiantis autoriais lytinio

brendimo periodas vidutiniškai trunka 3 – 4 metus, mergaitės bręsta 9 – 14 metų, o berniukai 12 – 15 metų. Remiantis Piščalkiene (2019) lytinis brendimas – tai fiziologinių, anatominių ir emocinių pokyčių laikas, kuriam būdinga lytinių organų subrendimas, augimo šuolis, susiformavimas antrinių lytinių požymių kaip balso keitimasis, krūtų formavimasis, plaukuotumas. Autorė teigia, kad lytinė branda trunka apie 6 metus, pradžios riba labai plati ir svyruojanti, dažniausiai prasideda mergaitėms nuo 8 – 13 metų amžiaus, o berniukams nuo 9 – 14 metų.

Kitas svarbus aspektas paauglio gyvenime yra lytinė branda. Lytinio brendimo metu paaugliai patiria fiziologinius, psichosocialinius ir emocinius pokyčius. Įprastai mergaitėms lytinė branda prasideda maždaug nuo 8 – 14 metų, o berniukams nuo 9 – 15 metų. Šis laikotarpis yra permainingas, kadangi jo metu įvairūs veiksniai daro įtaką augimui ir vystymuisi. Lytinio brendimo eigą veikia lytis, genetika, rasė, mityba, stresas, kūno riebalų kiekis ir t.t. Verta pastebėti, kad šiuo metu vykstantys pokyčiai yra skirtingi priklausomai nuo lyties, kadangi pavyzdžiui, mergaitėms formuojasi krūtys, o berniukai patiria didelius augimo šuolius, jų pečiai plėtėja, o balsas sodrėja ir žemėja. Nogueras (2024).

Svarstant psichosocialinę charakteristiką svarbu atsižvelgti į pokyčius kuriuos patiria paaugliai. Rinkevičius ir Rinkevičienė (2006, p. 268) yra nuomonės, kad 11 – 12 metų mokinio abstraktus mąstymas beveik pasiekia suaugusiojo žmogaus mąstymo lygį. Dirbant su tokio amžiaus ugdytiniais yra lengviau, nes galima intensyvinti jų muzikinės kultūros brendimą. „Jie, kaip ir pradinukai, tebėra emocingi, turtinga bei laki jų vaizduotė; tačiau jų emocijos daug pastovesnės ir lengvai įtakoja proto sprendimus.“ Rinkevičius ir Rinkevičienė (2006, p. 268). Paaugliai per emocinę – dvasinę sferą susieja su poreikiu bendrauti, noru pritapti, pažinti kitų vertybes, gyvenimo būdą. Jų elgesiui daro didelę įtaką socialinė motyvacija. Jiems būdingas kritiškas mąstymas, suaugusiųjų ir mokytojų atžvilgiu.

Remiantis Legkausku (2013) paauglystės pradžia laikoma tuomet, kada prasideda lytinis brendimas ir tai yra maždaug 10 – 12 gyvenimo metais. Autorius pabrėžia, kad paaugliai skirtingai nuo vaikų jau moka abstrakčiai mąstyti, taip suteikdami jiems naujų gebėjimų, kurių seniau neturėjo.

Tyrėjas savo literatūroje pažymi keturis paauglių abstraktaus mąstymo gebėjimus:

- 1) **galimybių numatymas** – paauglys, skirtingai nei vaikas, gali pagalvoti į ateitį ir savęs paklausti „kas būtų jeigu...“ ir numatyti galimus situacijos scenarijus. Šis būdas padeda analizuoti savo ir kitų žmonių elgesio pasekmes;

- 2) **planavimas, gebėjimas numatyti plano vykdymo etapus** – tai paaugliui suteikia galimybę kurti ilgalaikius planus ir dėti žingsnį po žingsnio tikslų pasiekimo link;
- 3) **refleksija – mąstymas apie mąstymą** – tokiu būdu paauglys moka apžvelgti ne tik savo mąstymą, bet ir kitų žmonių. Jis ima gilintis į savo jausmus, save, mintis, dalinasi išgyvenimais vidinio pasaulio tema. Šį naujai atrastą gebėjimą dažnai išreiškia kūrybiškai, rašydamas eiles, dainas arba dienoraštį. Nauji gebėjimai keičia požiūrį į draugus, jei vaikystėje draugystės pagrindas buvo žaidimai, paauglystėje žaidimus pakeičia pokalbiai. Tuo metu svarbiausi draugai lieka tie kurie paauglį supranta ir su kuriais randama bendrų temų pašnekesiams;
- 4) **mąstymas už realybės ribų** – „Formalus mąstymas leidžia paaugliams palikti fizinę realybę ir keliauti į abstrakcijų pasaulį, kuriame viskas santykina, iki galo neapibrėžiama, subtilu ir sudėtinga.“ Legkauskas, (2013, p. 111) Šis naujas mąstymas leidžia paaugliui įsitraukti į įvairias diskusijas filosofiniais, politiniais ir pan. klausimais.

Žukauskienės (2012) teigimu, pirmoji brandos pakopa įvyksta ir jis pereina iš vidurinėsios vaikystės į ankstyvąją paauglystę, tai maždaug kai mokiniui sukanka 11 metų. Šiuo laikotarpiu būdingi pakitimai, tokie kaip: pasikeitusi paauglio atmintis, dėmesys, bei informacijos apdorojimo greitis. Prasidėjus paauglystei, mokinio mąstymas kinta ir jis pereina į formalųjį operacinį mąstymą, kuriam būdingas gebėjimas abstrakčiai galvoti nepriklausomai nuo konkrečių faktų. Aiškiau tariant, ugdytinis mokosi savarankiškai spręsti iškilančias problemas ir ieško atitinkamų sprendimo būdų. Anot Žukauskienės (2012), paauglystėje pakitęs deduktivus, hipotetinis mąstymas, kuris prisideda prie ateities planavimo vizijų, gebėjimo numatyti elgesio ir įvykių pasekmes, pateikti įvykių paaiškinimus. Pasikeitęs paauglio mąstymas atveria naujas galimybes į atviresnes ir argumentuotas diskusijas su suaugusiais ir bendraamžiais. Žukauskienė (2012). Vadinas, paauglys, sulaukęs 5 klasės (11 metų), patiria įvairių psichosocialinių pokyčių, kadangi susiformuoja naujas mąstymas, kitoks požiūris į susidariusias problemas ir ieškomi sprendimo būdai.

Paauglystė pagal Mažeikienę (2019) yra natūralus žmogaus gyvenimo tarpsnis, tik ypatingas tuo, jog per labai trumpą laiką organizme įvyksta daug sudėtingų ir svarbių pokyčių, kurie pagrindiniai yra keturi:

- 1) **fiziniai pokyčiai** – lytinis brendimas, spartus augimas. Pasikeičia paauglių išvaizda, bendros kūno proporcijos priartėja prie būdingų suaugusiam žmogui. Persiformuoja veido kaulai, ant veido pradeda augti plaukai, ištįsta rankos ir kojos, mutuoja balsas;

- 2) **psichologiniai pokyčiai** – keičiasi mąstymas, sustiprėja poreikis geriau pažinti save. Formuojasi savivertės jausmas, išryškėja emociniai pokyčiai. Atsiranda mąstymas apie ateitį, pradeda kilti klausimai: kas aš esu, kuo tapsiu, kuo norėčiau būti, ieškomi atsakymai;
- 3) **socialiniai pokyčiai** – vis didesnę įtaką ima daryti bendraamžiai. Noras pritapti bendruomenėje, būti išklausytu ir suprastu. Paaugliai savo elgesiu siekia gauti didesnės nepriklausomybės bei savarankiškumo.
- 4) **dvasiniai pokyčiai** – keičiasi vertybių sistema, formuojasi idealai, pasaulėžiūra.

Kyla daug klausimų susijusių su gyvenimo prasmingumu ir asmeniniu pašaukimu.

Visi šie pokyčiai lemia paauglių elgesio sutrikimus (nepaklusnumą, agresyvumą, konfliktiškumą), paveikia jų emocinę būseną (įtampa, stresas, polinkis į depresiją), sukelia mokymosi sunkumų ir t. t. Svarbu atpažinti šiuos pakitimus ir imtis priemonių, palengvinančių paauglio gyvenimą.

Keli būdai padedantys įgauti paauglių pasitikėjimą:

- 1) svarbu suprasti, kad suaugusiojo pasaulis nuo paauglio pasaulio skiriasi. Paauglys turi savų rūpesčių, jis kitaip suvokia ir mato esamas situacijas. Viskas yra svarbu ir reikšminga;
- 2) praleisti laiko kartu, skirti dėmesio ir nuoširdžiai pasikalbėti;
- 3) suprasti paauglį – vadinasi, matyti problemas ir padėti jas išspręsti. Kitaip neišeis jo suvaldyti. Suprastas paauglys linkęs paklusti;
- 4) reikia mokėti su juo susitarti. Mažeikienė (2019).

Petrulytė (2003) pabrėžia, kad paauglystė prasideda nuo fizinio bendravimo pradžios ir tęsiasi iki tol, kol pasiekia savarankiško suaugusio asmens socialinę padėtį. Ankstyvosios paauglystės emocinei raidai būdingas padidėjęs jautrumas, jausmų nepastovumas, bei nuolatinis nerimas dėl įvairių ir ne visai svarbių dalykų. Šiems paaugliams būdinga neįsisavinti motyvai, iracionalumas, keisti pomėgiai kurie gąsdina suaugusiuosius. Išoriniai veiksmai lemiantis jaunesniųjų paauglių psichologinę savijautą – kitų vertinimai, santykiai su bendraamžiais, tėvais, mokytojais, mokyklos psichologinė atmosfera, patirtos sėkmės ir nesėkmės. Verta pastebėti, kad pedagogai formuluotų paauglių savarankiškumą ir individualumą, kurtų saugią atmosferą klasėje, jog kiekvienas asmuo jaustųsi suprastas, mylimas ir gerbiamas. Mokytojai turi padėti ugdytiniais suprasti ir pažinti save, sudaryti sąlygas kiekvienam atskleisti stipriąsias puses ir patirti sėkmę. Taip skatinamas pasitikėjimas savimi ir didesnis savęs vertinimas kai išmokstama naujų dalykų. Norint sudrausminti blogą elgesį jokia būdu negalima kritikuoti pačių mokinių,

išsakant jų klaidas ir nesėkmes, nes tai ugdo menkavertiškumą ir nepasitikėjimą savimi. Didelę reikšmę paauglių savijautai priklauso nuo pedagogų ir ugdytinių tarpusavio santykių. Atlikti tyrimai parodė, jog dauguma 11 – 15 metų moksleivių santykis su mokytojais palankus, tačiau daugelis nesijaučia mokytojų pripažįstami ir teigiamai vertinami. Kai kurie mokiniai galvoja, jog mokytojai per daug iš mokinių reikalauja ir tikisi. Rupšienės (2000) tyrimų duomenimis, moksleiviai ne visada patenkinti pedagogų vadovavimo stiliumi. Net 29 proc. tiriamųjų nėra patenkinti tarpusavio santykiais su pedagogais, teigdami, kad jie nemoka bendrauti, 32 proc. stokoja pagarbos mokinio asmenybei, o nesupranta interesų ir poreikių, bei nesidomi mokinių problemomis ir vidiniu pasauliu 39 proc. mokytojų. Tai pakeisti galima pradedant matyti ir vertinant kiekvieną paauglį kaip asmenybę ir gerbti ją. Teigiamą emocinę savijautą mokykloje yra svarbiausia kadangi tai lemia tolesnę socialinę raidą ir gyvenimą.

Slušnys ir Šukytė (2014) knygoje apie paauglius pažymi penkis svarbiausius aspektus, kurie būdingi paauglystėje:

- 1) **pyktis** – normalus jausmas kurį jaučiame visi, tačiau jį reikėtų išmokti išreikšti saugiai ir tinkamai. Suvaldyti padeda kvėpavimo pratimai. Šis metodas padeda laikinai, jis nepanaikina pykčio priežasties. Suaugusiojo uždutis – atpažinti ir reaguoti, padėti paaugliui. Išsakytas ir aptartas pyktis gali padėti nusiraminti ir pakeisti požiūrį į susiklosčiusią situaciją;
- 2) **drovumas** – įveikiamas. Svarbu užimti paauglį būreliais, muzikos mokyklomis, skatinti eiti į sceną, bendrauti su žmonėmis. Kuo daugiau save skatins eiti iš komforto zonos tuo lengviau jam bus ateityje;
- 3) **baimė ir nerimas** – paaugliams dažnai galvoja ką kiti galvoja apie juos, bijo pasirodyti kvaili ar nepatrauklūs. Jiems svarbus bendraamžių pritarimas. Suaugusiems reikia padėti paaugliams ugdyti pasitikėjimą savimi ir meilę sau;
- 4) **liūdesys** – tai dažnai pasikartojanti emocija paauglio gyvenime. Aktualu išsikalbėti ir atrasti jo atsiradimo priežastis. Psichologai savęs nespausti, leisti tam liūdesiui pabūti, kurį laiką paliūdėti sveika. Kai jaučiate, jog jau per ilgai liūдите padės pagerinti nuotaiką muzika, plaukiojimas, fizinė veikla, pasivaikščiojimas gamtoje, mėgstamos veiklos atradimas;
- 5) **kaltė** – tai asmenybę griauantis jausmas, kuris mažina savivertę, pasitikėjimą savimi ir trukdo tobulėti. Dėl kaltės graužaties galima prisidaryti įvairių psichologinių traumų kurioms ištaisyti reikės nemažai laiko ateityje ar susirgti depresija. Tėvai, pedagogai, socialiniai darbuotojai mokykloje pamačius pablogėjusią paauglio būseną turėtų akimirksniu sureaguoti, aptarti padarytas

klaidas, duoti patarimų kaip ateityje būtų galima tokių klaidų išvengti. Jeigu situacija rimta – paskatinti kreiptis pas psichologą ir psichiatrą. Slušnys ir Šukytė (2014).

Mokslinės literatūros analizė išryškino vokalinės raiškos ir vokalinio ugdymo naudą, kurią galima pastebėti mokinius skatinant mąstymo, atminties, vaizduotės, dėmesio kontrolę, ugdo suvokti savo kūną ir tai tampa natūralia žmogaus saviraiškos priemone ir forma. Vokalinis ugdymas naudingas ne tik dėl besimokančiojo balso aparato lavinimo, bei lavinant mokinio fizinius ir psichinius aspektus, bet ir dėl visapusiško asmenybės tobulėjimo Jucevičiūtė-Bartkevičienė, (2013).

Anot Pitone (2021) kai kūnas išgyvena brendimą, kai vyksta balso mutacija ir paauglio balsas keičiasi, gerklos tampa didesnės, o balso stygos ilgėja ir tampa storesnės. Berniukų balso mutacija dažniausiai įvyksta nuo 12 iki 16 metų amžiaus, nors tai gali įvykti anksčiau arba vėliau. Per šį laiką balsas gali įtrūkti arba nutrūkti, o tonas gali tapti žemesnis ir rezonansinis. Taip yra dėl gerklų augimo, dėl kurio pailgėja ir sustorėja balso stygos. Balso stygos tampa lankstesnės, todėl berniukai gali sukurti platesnį tonų ir tonų diapazoną. Dar nesulaukus brendimo, mokinių gerklos yra gana mažos, o balso stygos – mažos ir plonos. Štai kodėl jų balsai yra aukštesni nei suaugusiųjų. Brendimo metu taipogi pradeda augti veido kaulai. Ertmės sinusuose, nosyje ir užpakalinėje gerklės dalyje didėja, todėl veide atsiranda daugiau erdvės, todėl balsas gali rezonuoti. Kai berniuko kūnas prisitaiko prie šios besikeičiančios įrangos, jo balsas gali „trūkinėti“ arba „lūžti“. Šis procesas trunka tik kelis mėnesius. Kai gerklos baigs augti, paauglio balsas nustos traškėti. Mergaitėms balso mutacija įvyksta maždaug 11 ar 12 metų amžiaus, o pokyčiai dažniausiai būna mažiau pastebimi. Balso aukštis gali būti šiek tiek žemesnis, tačiau pokytis nėra toks dramatiškas kaip berniukų. Taip yra todėl, kad brendimo metu mergaičių gerklos neauga tiek daug, kiek berniukų. Pitone (2021). Balso mutacija gali būti sudėtingas metas jauniems žmonėms, nes jie gali jaustis sąmoningi dėl besikeičiančio balso. Tačiau svarbu juos nuraminti, kad šie pokyčiai yra natūrali augimo dalis ir kad visi juos išgyvena. Skatindami juos kalbėti ar dainuoti, jie gali lavinti balsą ir sustiprinti pasitikėjimą savimi.

Apibendrinant galima teigti, kad ankstyvųjų paauglių lytinis brendimas – tai fiziologinių, anatominių ir emocinių pokyčių laikas, kurio metu paaugliai vystosi labai intensyviai ir netolygiai. Dėl staiga augimo galimi įvairūs sveikatos negalavimai, tokie kaip galvos svaigulys, skausmas, nuovargis. Paauglių psichosocialinės charakteristikos apžvalga parodė, kad paauglystės pradžioje vyksta itin reikšmingi psichologiniai pokyčiai. Paaugliams būdingos tokios emocijos kaip pyktis, liūdesys, juos nuolatos kausto kaltė, baimė, nerimas. Suaugusiesiems

svarbu nebūti abejingiems ir padėti susidoroti su išskylančiais sunkumais, kalbėtis, jeigu reikia, kreiptis į specialistus. Dėl to, kad paauglystėje žmogus imasi didesnės atsakomybės už savo gyvenimą ir sprendimus, šis amžiaus tarpsnis vertinamas kaip vienas reikšmingiausių asmenybės gyvensenos ir sveikatos raidoje.

2.3. Vokalinių įgūdžių lavinimas ankstyvuoju paauglystės laikotarpiu

Vokalo lavinimas yra viena pagrindinių muzikos pamokos dalių. Muzikos pedagogas turi pažinti balso aparato veikimo koreliacinius ryšius, gerai intonuoti, mokyti taisyklingo kvėpavimo subtilybių, mokėti nemažai įsidainavimo pratimų, kuriuos galėtų taikyti skirtingo amžiaus mokiniams, išmanyti dirbo su paaugliais balso mutacijos metu specifiką. Be visų šių dalykų svarbu ugdyti jų artistiškumą ir muzikos suvokimą.

Rinkevičiaus (2005) teigimu, muzikinis ugdymas turi vieną tikslą – formuoti ir gilintis į ugdytinių muzikinę kultūrą, kurios turinį sudaro ne tik muzikos išmanymas, bet ir žinios apie muziką; jos specifinę kalbą, muzikos istoriją, muzikos kūrinių radimąsi, atlikimą, jos klausymą ir t. t. 5 – 6 klasėse vokalo lavinime – ugdytiniai turi gebėti dainuoti išraiškingai, patogiu registru, tiksliai intonuoti. Privalo sugebėti raiškiai deklamuoti dainos tekstą ir paaiškinti jo prasmę, su pedagogo pagalba mokėti aptarti savo vokalinę veiklą, progresą, taikyti atitinkamas dainavimo strategijas. O 7 – 8 klasėse dainavimo veikloje mokiniai turi mokėti ritmiškai deklamuoti ir tiksliai intonuoti, su interpretaciniais ženklais dainuoti išmoktas vienbalses dainas, su pedagogu ir tarpusavyje gebėti apžvelgti savo rezultatus, bei tobulinti dainų atlikimą. Rinkevičius (2005).

Pasak Kiušaitę (2019), mutacijos požymiams būdingas nestabilus balsas, nuovargis – gali pradėti reikštis 10 – 11 m. ir jaunesniems paaugliams, tačiau dažniausiai mutacija vyksta nuo 13 m. iki 16 m. Manoma, jog balso akustinės savybės ima kisti prieš 5 – 7 mėnesius iki mutacijos pradžios. Balso mutacijos skiriamieji bruožai tarp merginų ir vaikų išskirti lentelėje (žr. 1 lentelę).

1 lentelė. Merginų ir vaikų balso mutacijos ypatumai

Balso aparato pokyčiai	Merginų balso mutacija	Vaikų balso mutacija
Mutacija praeina	Nepastebimai, retais atvejais ryškiai	Greitai ir netolygiai
Balso stygos pailgėja	3 – 5 mm	6 – 10 mm
Gerklos padidėja	0,5 karto	1,5 karto. Išryškėja Adomo obuolys.

Balsas stabilizuojasi	16 metais	17 – 18 metais
-----------------------	-----------	----------------

Šaltinis: sudaryta autoriaus, remiantis Kiušaitė, 2019.

Merginų balso aukštis, jėga ir tembras kinta be ryškių pakitimų, kurie pasireiškia greitu balso nuovargiu, jis tampa stipresnis, tačiau diapazonas per daug nesikeičia. Būna atvejų kai plonas berniuko balsas tampa šiurkštus, užkimsta, kai kada visai išnyksta. Pasveikus, jaunuolio balsas pasikeičia į vyrišką balsą. Ši stadija vadinama galutine ir tai rodo suaugusiojo žmogaus balso įsitvirtinimą. Pomutaciniam laikotarpiui būdingas greitas balso nuovargis, jis tęsiasi keletą mėnesių, o jo metu plečiasi balso diapazonas, formuojasi balso tembras, aukštis, jėga. Kiušaitė (2019)

Aidukas (2003) pažymi, kad anksčiau egzistavo nuomonė, jog viso mutacijos laikotarpio metu 13 – 15 metų berniukai negali dainuoti. Tačiau atlikti tyrimai praktikoje rodo, kad lavinti balsą per kritiškiausią mutacijos laikotarpį yra naudinga ir reikalinga. Šiam tikslui pasiekti privalomos šios sąlygos:

- 1) rami mutacijos eiga;
- 2) būtinas ribotas balso diapazonas ir santūri dinamika;
- 3) reikalingas pastovus gydytojo foniatro stebėjimas.

Autorius pabrėžia, jog jaunuolį ugdyti turėtų dirbti kompetentingas muzikos pedagogas, turintis išlavintą vokalinę klausą. Aktualu išmanyti ir skirti balso mutacijos vystymosi stadijas, kurios yra trys (žr. 2 lentelę).

2 lentelė. Balso mutacijų vystymosi stadijos

1. Priešmutacinė arba latentinė (lot. <i>latens</i> – paslėptas, išoriškai nepastebimas) stadija . Trukmė vyrauja nuo 2 – 3 mėnesių iki pusės metų, šiuo laikotarpiu paauglio balse juntamas patamsėjimas, šnabždesys.
2. Aštrioji mutacija . Trukmė įvairi: gali trukti 2 – 3 dienas, 2 – 3 savaites arba netgi 2 – 3 metus. Šiam laikotarpiui būdingas ryškus, stiprus balso užkimimas, lūžtančios viršutinės diapazono natos. Dažnai visai prarandamas balsas. Nustatyta, jog mutacija trunka trumpiau ir praeina sklandžiau tiems paaugliams, kurie iki mutacijos taisyklingai lavino balsą.
3. Pomutacinė stadija . Balsas transformuojasi tembru, diapazonu, jėga. Garsas pasidaro tikras, švarus ir be šnabždesio, sekstos apimtyje.

Šaltinis: parengta autoriaus, remiantis Aiduku, 2003.

Sadauskienės (1998) teigimu – aktyviai dainuoti balso mutacijos periodu yra ypač pavojinga, o vykstant labai stipriems balso pokyčiams dainuoti net negalima. Autorė akcentuoja, kad dainuoti balso mutacijos metu galima tik tuo atveju, jeigu paaugliui balsas mutuoja iš lėto. Tuo metu galima dainuoti tik nesudėtingus savo faktūra, plataus diapazono nereikalaujančius kūrinius. Sadauskienė (1998).

Kiušaitė (2019) savo literatūroje rekomenduoja pasireiškus užkimimui, balso krūvio trukmę riboti. Paaugliams patariama grūdinti organizmą, apriboti fizinį krūvį, turėti disciplinuotą darbo ir poilsio režimą. Neskubus veiksmo tempas gali padėti sumažinti gerklų ir oraliųjų (burnos) raumenų įtempimą. Vykstant patologinei vaikinų balso mutacijai ir atlikus foniatrinę patikrą, galima pastebėti, kad pagrindinis ir svarbiausias aspektas yra gerklų fiksavimas mechaniniu būdu žemiausioje padėtyje, pirštu nuspaudžiant skydinę kremzlę (kitai vadinamą Adomo obuolį) žemyn ir atgal. Šioje padėtyje siūloma tarti balses o arba u, kadangi šios balsės skamba žemiausiu tonu. Dainuoti tokiu būdu nėra efektinga, nes fizinis veiksmas gali būti skausmingas ir tai trukdo įtvirtinti tinkamą balso sudarymo mechanizmą. Per mutacijos laikotarpį paaugliui gali padėti fonopedas arba pedagogas, kuris padės surasti patogų balso toną, neįtempiant gerklės raumenų. Tuomet ugdytojas turi pademonstruoti keletą žemo balso natų, kuriuos turės pakartoti jaunuolis. Rekomenduojama rinktis tęsiamus garsus m arba u. Taipogi naudinga tarti kasdienybėje vartojamus žodžius kaip „laba diena“, „viso gero“, „labas rytas“, „geros dienos“, „labanaktis“ ir t. t. Namų darbams galima pateikti užduočių tokių kaip kartoti įvairius skiemenis: ma, mo, mu, mė, my, ba, bo, bu, bė, by ir t. t., trumpas frazes, garsiai skaityti įvairius eilėraščius ir trumpus apsakymus. Ugdytojas mokymosi eigoje paaugliui turi drausti forsuoti balsą dainuojant, šūkauti, rėkti ir vietoj to geriau skatinti ramiai kalbėti, saugoti balsą. Kad būtų išvengtos įvairios traumos rekomenduojama skirti dėmesio kvėpavimo pratimams. Autorė pažymi, jog mutuojančioms paauglių balsams aktualios fonacijos bėdos, kurias galima ištaisyti vokalinėmis pratybomis. Jų tikslas yra suformuoti natūralų garso rezonavimą esant pilnai artikuliacijos aparato apkrovai. Tokias pratybas turi atlikti specialistas, o pratimai turi būti trumpi ir nesudėtingi. Daugelis paauglių varžosi savo ūgio, kūprinasi, gūžiasi, įtraukia galvą, kas trukdo dainuoti iš diafragmos ir lavinti žemą balsą. Prie esamų pratimų tikslinga įtraukti užduotis skirtas gerinti laikyseną bei lavinti diafragminį ir krūtininį kvėpavimą. Pavyzdžiui, paaugliui siūloma įkvėpti per nosį ir sutelkti dėmesį į priekinę pilvo sienelę. Iškvėpiant orą diafragma turi sutrumpėti ir pakelti priekinę pilvo sienelę, neleidžiant krūtinei pakilti. Kelių dienų laikotarpyje turėtų pavykti įsisavinti šiuos diafragmos judesius. Vėliau siūloma atlikti vibracinius veido, kaklo raumenų masažus, kurie mažina nuovargį, atpalaiduoja pavargusius raumenis, taipogi

suteikia teigiamų emocijų ir žvalumo pojūtį. Vibromasažas aktyvina gilesniuose audiniuose esančias nervų galūnėles.

Nesunkūs fiziologiniai pratimai gerkloms nuleisti:

- 1) plačiai išsižioti, laisvą liežuvį padėti ant apatinės lūpos;
- 2) paeiliui iškišti liežuvį tokia tvarka: pirma siaurą, įtemptą – smailų ir platų, vėliau – atpalaiduotą ir plokščią;
- 3) išstumti liežuvį pro sukąstus dantis;
- 4) pirma plačiai išsižiojus ir imituoti žiovulį, paskui taip pat nusižiovauti tik užsičiaupus;
- 5) imituoti gerklės ir burnos ertmės skalavimą.

Verta pastebėti, kad prie fonacijos pratybų aktualu įtraukti krūtininės dalies rezonatorius. Norint, kad krūtinės ąsta vibruotų paaugliui siūloma nuleisti galvą ir tęsiamai ištarti i arba o balsius. Jeigu neišeina sukelti vibracijos, tuo atveju, rekomenduojama lėtais smūgiais stuksenti į krūtinės ąstą, tariant u arba o balsius, vėliau keisti garsus vietomis ir dainuoti o – u. Treniruojantis būtina nepersistengti, o stengtis išgauti natūralų, laisvą ir žemą skambesį. Vėliau galima tarti uždarus skiemenis: um, - om, - uummm, - ooommm, - ummmmm. Po to atvirus ir uždarus skiemenis: - mum, - mom, - mu, - mo. Reikėtų pabandyti prie tariamų skiemenų pridėti kūno, rankų ir kojų judesius, galima sukti rankas arba liemenį ratais arba vaikščioti po kambarį. Tokiu būdu galima nukreipti dėmesį nuo balso patologijos, o prijungti įvairūs judesiai gali padėti lengviau įtvirtinti skiemenų tarimą. Autorė rekomenduoja prieš pradedant tarti žodžius, reikia tarti ritmiškai suderintas skiemenų grupes:

mu – mu – mu – mu,

mo – mo – mo – mo,

Kai bus išmokta, reikėtų pridėti kirčiuotų ir nekirčiuotų skiemenų grupes:

mu – mo – mu – mo ir t. t.

Rekomenduotina sąlyga yra kiekvieną eilutę pakartoti po 4 kartus, palaipsniui sunkinant pratybas, vis įvedant naujų balsių, bei didinant skiemenų skaičių. Kitus priebalsius rekomenduojama įvesti analoginiu būdu, pirmiausia įvedant nuoseklią skiemenų eilę, po jų kitus žodžius ir skiemenis. Pratimų pajvairinimui galima dainuoti pakeičiant uždarus ir mišraus kirčiavimo skiemenis:

um, om, uuummm, ooommm, ummmmm, ommmmm, mum, mom, mu, mo. Kiušaitė (2019)

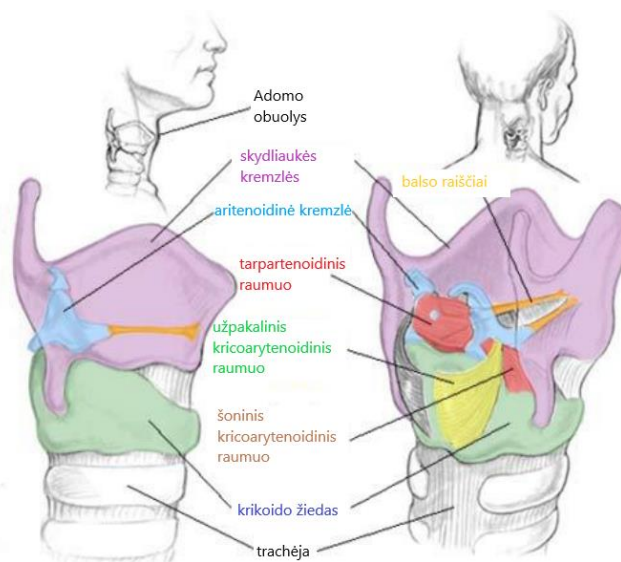
Dainavimo mokytojai, lavinantys mutuojančius paauglių balsus, kad nepakenktų ir nepažeistų besiformuojančių balso stygų, privalo taikyti specifinius vokalius pratimus, kurie yra kitokie nei dirbant su jaunesniais mokiniais ar suaugusiais. Remiantis Bacytės (2018) atliktame tyrime apklausė dainavimo mokytoją ekspertę Mikienę, kuri rekomenduoja vokalius įsidainavimo pratimus pradėti viso kūno tempimu, veido apšildymo masažu. Įsidainavimą pradėti *mormorando* ir tik vėliau prijungti balses (a e i o u). Reikia pastebėti, kad svarbiausia pratimus dainuoti iš viršaus žemyn, tam, kad paaugliai lengviau išlaikytų aukštą dainavimo poziciją ir dainuotų galviniu registru. Pratimų pavyzdys (žr. 2 pav.).



2 pav. Pratimų seka iš viršaus žemyn

Pateikta pagal Bacytę (2018, p. 29).

Analizuojant mokslinius šaltinius užsienio kalba, galima pastebėti, kad paauglių balso mutacijos metu, vykstantys hormoniniai ir balso pokyčiai, kurių metu gerklų kremzlės pradeda didėti ir turi įvairių pakitimų. Berniukai patiria didesnius balso pakitimus, kadangi pas juos atsiranda gerklų iškilimas, žinomas kaip „Adomo obuolys“. Nogueras, (2024) Bacytė (2020) papildo, kad brendimo laikotarpiu keičiasi ir auga ne tik paauglio kūnas, bet ir visi burnos raumenys, gerklos, balso stygos, liežuvis, dėl to galima pastebėti, jog kai kuriems paaugliams pasireiškia neaiškus teksto tarimas – šveplavimas, artikuliacinis aparatas tampa pasyvus. Kaip žinoma, balso mutacijos priežastis yra intensyvus gerklų augimas, kurios metu kartu auga, didėja ir ryškėja balso stygos. Berniukams išryškėja „Adomo obuolys“ (žr. 3 pav.).



3 pav. „Adomo obuolio“ sandara

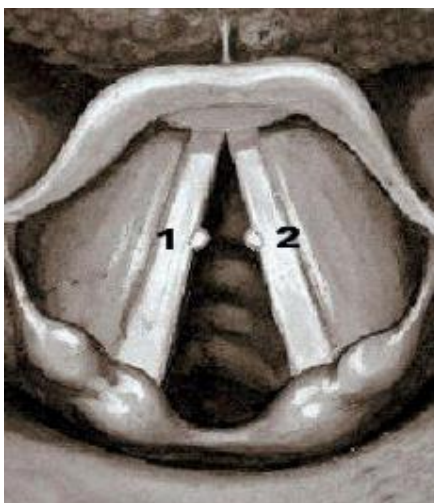
Pateikta pagal Masienę (2009, p. 23)

Kaip teigia Weinrich ir kt. (2020) – dainavimo mokytojams ir choro vadovams svarbu mokėti atpažinti paauglių balso mutacijos laikotarpio metu vykstantį užkimimą, vokalinį nestabilumą kaip brandimo požymius. Atliktame tyrime su 8 – 13 metų berniukų mutuojančiais balsais pabrėžiama, jog vadovai turėtų nuolaidžiau žiūrėti į jų balsų lavinimą ir leisti transponuoti kūrinį į patogesnę tonaciją. Šis būdas paaugliams gali suteikti daugiau pasitikėti savo balsu šiuo sudėtingu vokalinio ugdymo metu. Aktualu pabrėžti, kad choro vadovams dirbantiems grupėse yra pravartu padirbėti atskirai su kiekvienu mokiniu, siekiant užtikrinti, kad jie galėtų patogiai atlikti dainas.

Analizuojant ankstyvųjų paauglių balso mutaciją aktualu išnagrinėti balso ligas kurias sukelia netaisyklingas dainavimas. Kaip teigia Jucevičiūtė – Bartkevičienė (2010), dažniausia liga kuria serga dainininkai yra balso stygų uždegimas kitaip vadinamas laringitu. Jam būdingas gerklės skausmas, kadangi balso stygos paburksta ir natūraliai nebesusiglaudžia, todėl dainuojant girdisi išeinamas oras, duslumas, švokštimas. Ligos gydymas priklauso nuo pačio žmogaus įsitraukimo į procesą, todėl jo trukmė svyruoja nuo kelių dienų iki kelių savaičių. Mokslininkė teigia, kad dainuoti sergant laringitu griežtai draudžiama ir pastebėjus pirmuosius balso stygų uždegimo simptomus būtina laikytis tylos režimo. Šių nurodymų nepaisymas ir dainavimo tęsimas prives prie to, jog ant balso stygų atsiras mazgeliai, kurie deformuos balso stygas ir vėliau įvyks balso netekimas – afonija. Autorė teigia, jog mazgeliai gali atsirasti ir dėl per didelės apkrovos balsui, bei neteisingos fonacijos. Vadinasi, kiekvienas dainininkas, norėdamas išsaugoti

sveiką savo balsą privalo laiku sureaguoti į kūno siunčiamus signalus pranešančius apie užkimimą ir nedainuoti.

Štai kaip atrodo balso stygų pažeidimai, mazgeliai (žr. 4 pav.).



4 pav. 1, 2 – balso stygų pažeidimai – mazgeliai

Pateikta pagal Jucevičiūtę – Bartkevičienę, 2010, p. 21.

Anot Kazlauskaitės (2019), tik laiku pastebėjus pakitusius balso simptomus, juos identifikavus ir priėmus atitinkamą sprendimą galima apsaugoti nuo balso ligų. Dažniausiai įvairios balso ligos ir problemos pasitaiko paauglystės laikotarpiu (neretai paaugliams tik pradėjus dainuoti), todėl šiuo laikotarpiu vokalo mokytojams būtina akcentuoti balso saugojimo svarbą.

Atsižvelgus į anksčiau pateiktas ligas kuriomis galima sužaloti balsą ypatingai svarbu išnagrinėti balso higieną. Kazlauskaitė (2019) savo darbe tyrinėjo balso priežiūrą, kuriame pabrėžia, kad tik tinkamas balso saugojimas ir priežiūra, bei taisyklingos vokalinės technikos naudojimas vokalinių pratybų metu gali užtikrinti sveiką dainininko balsą. Autorė išskyrė tris balso priežiūros strategijas:

- 1) tinkama ir nepavėluota balso priežiūra susirgus;
- 2) nuolatinis foniatro konsultavimas dėl balso būklės gerinimo;
- 3) also aparato apsauga bei stiprinimas naudojant įsidainavimo pratimus.

1. Tinkama ir nepavėluota balso priežiūra susirgus.

Kazlauskaitė (2019) laikosi nuomonės, jog rimtų ligų ir nemalonių padarinių išvengti padeda atitinkamas ir greitas sureagavimas į balso problemas. Uždelsta liga gali virsti lėtine bei periodiškai paūmėti. Neretais atvejais tai priveda iki balso neįgalumo. Tačiau, atitinkamų

priemonių naudojimas gali padėti įveikti bet kurią ligą. Savo balsą būtina saugoti, tausoti, atitinkamai rūpintis, laiku suteikti poilsį, nežaloti jo ilgomis ir netaisyklingomis vokalinėmis pratybomis. Norint skambaus ir gražaus balso, vertėtų prisiminti, kad balsą reikia ne tik lavinti, bet ir jį puoselėti, saugoti ir atitinkamai prižiūrėti. Kazlauskaitė (2019).

2. Nuolatinis foniatro konsultavimas dėl balso būklės gerinimo.

Kaip teigia Jucevičiūtė – Bartkevičienė (2010), jeigu gerklės skausmas, užkimimas tęsiasi ilgiau nei tris savaites, svarbu nebelaukti ir tučtuojau konsultotis su gydytojais foniatrais. Pravartu prisiminti, kad įvykus staigiam balso dingimui ir jo neatsistatymui per kelias dienas taipogi privaloma skubiai kreiptis į otorinolaringologus (foniatus). Sunegalavus, autorė pataria vengti šnabždėjimo, nes jo metu yra įtempiami balso raumenys ir rekomenduoja kalbėti truputį tyliau nei įprastai. Taip pat siūloma valgyti šiltą, skystą, daug skaidulinių medžiagų turintį, bet jokių būdu nesūrų ir neaštrų maistą. Kojas galima pamirkyti karšto vandens vonelėje. Nevertėtų vartoti čiulpiamąsias tabletes nuo gerklės skausmo, jos neveiksmingos, kadangi jose esančios veikliosios medžiagos nepatenka iki balso stygų. Jucevičiūtė – Bartkevičienė (2010). Vadinasi, atsiradus negalavimui svarbiausia yra nedelsti ir konsultotis su gydytojais specialistais.

3. Balso aparato apsauga bei stiprinimas naudojant įsidainavimo pratimus.

Anisko (2019) palygina dainavimą su sportu ir pabrėžia, kad kaip sportininkas prieš fizinę veiklą atlieka raumenų apšilimo pratimus, taip dainininkas prieš vokalinę veiklą turėtų nepamiršti įsidainavimo pratimų, kurių seka turėtų laipsniškai kilti, pradedant lengvesniais ir užbaigiant sunkesniais pratimais. Svarbu nepamiršti, kad vokaliųjų pratybų metu svarbiausia išlaikyti atpalaiduotą kūną, neįveržti veido, kaklo ir pilvo raumenų, kad balsas galėtų sklįsti laisvai. Anisko (2019).

Šių balso priežiūros strategijų laikymasis garantuoja teigiamus rezultatus balso vystymuisi ir tinkamą balso higieną. O Sodeika (1968, pp. 85 – 92) teigia, kad „norint ilgai turėti gražų balsą, reikia juo nepiktnaudžiauti, dainuoti ir kalbėti tik tinkamame diapazone, nepervarginti jo, neforsuoti. Jeigu to nepaisoma, žalojamas vaiko balsas, pakenkiama jo grožiui“ Sodeika, (1968, p. 85 – 92). Tad būtina saugoti jaunuolių balsus, neforsuoti, neperspausti, per ilgai nedainuoti ir nevarginti mokinių jautrių ir dar besiformuojančių balso stygų, kad neprisidaryti problemų.

Pasak Bennett (2017), kaip ir kineziterapeutui, norint padėti kūnui tinkamai išgyti, reikia išmanyti žmogaus kūno fiziologiją, taip ir dainininkui ar vokalo mokytojui, būtina žinoti balso fiziologiją, kad suprastų kaip jį reikia lavinti ir išsaugotų sveiką. Remiantis vokalo pedagogo Peter LaPine – svarbiausias žingsnis link kokybiškos balso higienos yra žinoti kaip taisyklingai

lavinti balsą ir suprasti balso aparato funkcijas. Siekiant sveiko ir skambaus balso, svarbiausia sąlyga yra jo nepertempti, nedainuoti per ilgai, kadangi tai gali sukelti įvairias sveikatos problemas, pavyzdžiui, įvairių auglių susidarymas ant balso stygų, kurie vadinami polipais ir mazgeliais. Mazgeliai, atsiranda ant abiejų balso stygų, o polipai dažniausiai randami tik ant vienos stygos. Šie dariniai yra gerybiniai, tačiau nereikėtų atsipalaiduoti, nes negydomi mazgeliai gali sukelti nuolatinę žalą balso stygomis. Iš anksto atsirandantys simptomai, kurie gali pranešti apie atsirandančius negalavimus, yra: užkimimas, duslumas kalbant ar dainuojant, nuovargis bei sumažėjęs balso diapazonas. Prevencija šiems simptomams yra gera hidratacija ir balso aparato poilsis. Bennett (2017).

Apibendrinant šį poskyrį galima teigti, kad vokalinis ugdymas naudingas paaugliams, nes leidžia išreikšti emocijas, gerina nuotaiką, kraujotakos ir širdies darbą, šalina laikysenos trūkumus, gali padėti paryškinti tartį ir t. t. Balso mutacija yra natūrali brendimo dalis, kuri paveikia tiek berniukus, tiek mergaites. Tuo metu auga gerklos, balso stygos sustorėja, todėl keičiasi balso aukštis ir kokybė. Nors šie pokyčiai gali būti sudėtingi, jie yra įprasta augimo dalis, o turėdami kantrybės ir padrąsinimo jaunuoliai gali lavinti savo balsą ir įgyti pasitikėjimo savimi. Pritaikyti įvairūs fiziologiniai ir balso lavinimo pratimai palengvina paauglių balso mutacijos eigą. Muzikos pedagogas, dirbdamas su ankstyvaisiais paaugliais turi pažinti balso fiziologiją, kad galėtų mokyti vaikus taisyklingo dainavimo, bei išmokyti pasirūpinti tinkama balso higiena. Mokiniams svarbu prisiminti, kad negalima balso varginti, šaukti, ilgai ir ne savo diapazone dainuoti. Susirgus balso stygų ligomis, rekomenduotina pasikonsultuoti su gydytoju foniatru ir neužsiimti savigyda, tačiau būtina gerti pakankamai skysčių, bei pakankamai ilsėtis.

2.4. Paauglių vokalinis ugdymas neformaliojoje muzikinėje veikloje

Paauglių vokalinis ugdymas neformaliojoje muzikinėje veikloje turi nemažai privalumų, kadangi ansamblyje ar chore paaugliai ne tik dainuoja, bet ir patiria bendrystę, socializuojasi, mokosi dirbti komandoje bei susiranda naujų draugų. Dainavimas paaugliams padeda pažinti save ir juos supantį pasaulį, išleisti susikaupusias emocijas. Dažniausiai mokiniams patiems leidžiama pasirinkti dainuojamąjį repertuarą, eksperimentuoti su skirtingais muzikos stiliais, improvizuoti, kas skatina jų kūrybiškumą. Galimybė dalyvauti įvairiuose konkursuose, festivaliuose ir koncertuose plečia jų akiratį, didina sceninę patirtį, o sėkmingi pasirodymai motyvuoja judėti pirmyn bei tikėti savo galimybėmis.

Neformalusis muzikinis ugdymas mokslinėje literatūroje dažnai analizuojama tema. Didelis akademikų susidomėjimas rodo, kad ši tema yra reikšminga ir svarbi. Pedagogui, užsiimant neformaliuoju muzikiniu ugdymu, svarbiausia užduotis yra išlaikyti mokinių susidomėjimą veiklomis. Tam, kad pedagoginis procesas būtų naudingas ir nešantis gerų rezultatų, mokinys turi noriai dalyvauti veiklose, bei jausti pasitenkinimą muzikuodamas. Kaip teigia Jareckaitė (2008), muzikinė neformalioji veikla – tai mokiniui saugi ir jauki terpė, kurioje jis jaučiasi laimingas, gali išreikšti save, bei tobulinti turimas kompetencijas. Miknaitytė (2020) pažymi, kad mokinys, kuris lanko neformalaus muzikinio ugdymo užsiėmimus, turi visas galimybes lavinti savo muzikalumą, kūrybiškumą, saviraišką, individualumą, o tuo pačiu metu ugdo asmenines bei socialines kompetencijas.

Neformalaus ugdymo vykdomos veiklos mokiniams suteikia įrankius plėsti savo akiratį, dalyvaujant įvairiuose renginiuose, koncertuose, festivaliuose įgyjamos naujos patirtys, pasikrauna teigiamomis emocijomis. Remiantis Stakauskaite (2014) neformalaus ugdymo vykdomos veiklos atveria plačias galimybes įvairiapusiam vaiko ugdymui, kadangi jo metu gali būti organizuojami užklasiniai renginiai, vykdoma šviečiamoji, papomokinė veikla ir pan. Taigi, neformalaus ugdymo veiklose dalyvaujantys mokiniai gali ne tik smagiai praleisti laiką po pamokų, bet ir visapusiškai tobulėti kaip asmenybės, įgyti patirties koncertinėje veikloje ir pan.

Neformalusis ugdymas, skirtingai nei kitos ugdymo kryptys, nėra apribotas nustatytais programomis, būtinomis veiklomis ir metodais. Rogers (2014), atlikti švietimo įstaigose stebėjimai parodė, jog populiariausioji neformalaus ugdymo veikla vyksta neformaliosiose švietimo įstaigose. Pastarosiose būdingas mokymasis per procesus, nuolatinis ir kasdienis įdirbis, kuris vyksta gyvenimiškos patirties metu.

Sprendžiant iš analizuotos mokslinės literatūros, neformalusis muzikinis ugdymas mokiniui turi daugybę privalumų. Dudnikienė (2022) pabrėžia, kad pasitelkiant teisingas ir tinkamas priemones muzikinis ugdymas yra multikultūrinis, kadangi muzikuodamas mokinys įvairiapusiškai tobulėja, lavina fantaziją, ugdo kūrybiškumą, pilietiškumą, patriotizmą bei dvasinį ir religinį požiūrį. 2022 metais atliktas Dudnikienės tyrimas parodė, kad neformaliojoje muzikinėje veikloje dainuojantys ugdytiniai gauna visokeriopos naudos – jie ne tik pasisemia muzikinių žinių, bet ir socializuojasi, plečia bendrąsias, asmenines, socialines kompetencijas, patenkina saviraiškos bei pripažinimo jausmą. O 2014 metais Stakauskaitės atliktame tyrime nustatyta, kad mokiniai, dalyvaujantys įvairiuose muzikiniuose renginiuose, koncertuose ir festivaliuose gali ne tik smagiai praleisti laiką, išreikšti save, kūrybiškai mąstyti, bet ir lavinti atkaklumą, užsibrėžtų tikslų siekimą bei skatinti pasitikėjimą savimi.

Šiuolaikinėje visuomenėje yra daugybė galimybių paaugliams ugdytis neformaliojoje muzikinėje veikloje. Neformalaus ugdymo vykdomos veiklos gali būti ne tik solinis dainavimas, kurio metu yra atliepiami kiekvieno mokinio poreikiai, bet ir ansamblinis bei chorinis dainavimas.

Bene populiariausia neformalaus ugdymo veikla yra solinis dainavimas, kadangi jo metu pedagogas sutelkia visą savo dėmesį ugdytiniui. „Darbas su jaunu dainininku turi būti individualus, svarbu atkreipti dėmesį į jo asmenybę, gabumus bei trūkumus“ Argustienė 2003, p. 16). Autorė pastebi, kad dirbant akis į akį su mokiniu galima pastebėti jo stipriąsias ir silpnąsias savybes ir padėti ugdytiniui jas stiprinti bei tobulinti. Dainavimas mokiniams padeda išleisti susikaupusias emocijas, gerina nuotaiką, stiprina pasitikėjimą savimi, skatina saviraiškos poreikį. Tad, pedagogas neformaliojoje vokalinėje veikloje mokinantis solinio dainavimo mokinių vienareikšmiškai skiria visą savo dėmesį ugdytinio progresui, kas priveda prie teigiamų vokalinių ir asmeninių rezultatų. Kaip teigia, Kauno 1 – osios muzikos mokyklos chorinio dainavimo programa (2020), solinio dainavimo paskirtis – ugdyti bendrąsias muzikines kompetencijas, formuojant savitą ir pagrindinį instrumentą – balsą. Solinio dainavimo tikslas – ugdyti kūrybišką, meniškai interpretuojančią ir dainavimo subtilybes suvokiančią asmenybę.

„Solinio dainavimo uždaviniai:

- 1) formuoti meninius dainavimo įgūdžius ir vykdyti meninę praktiką;
- 2) lavinti muzikinės išraiškos priemones ir techninius atlikimo įgūdžius;
- 3) supažindinti su žanrų įvairove.

Solinio dainavimo veiklos sritys:

- 1) solinio dainavimo vokalinių įgūdžių lavinimas;
- 2) muzikos kūrinių suvokimas ir perteikimas;
- 3) įsitraukimas į socialinę kultūrinę aplinką.“ Kauno 1 – osios muzikos mokyklos chorinio dainavimo programa (2020, p. 16). Svarbu paminėti, kad dainuojamasis mokinių repertuaras yra parenkamas pagal mokinių amžių bei balso galimybes. Taigi, solinio dainavimo metu yra tobulinamas ne tik ugdytinio bendrosios muzikinės kompetencijos, lavinamos vokalinės išraiškos priemonės, bet ir dalyvavimas įvairiuose renginiuose, konkursuose bei festivaliuose mokinius įtraukia į socialinę kultūrinę aplinką.

Kita paauglių neformalioji vokalinė veikla – ansamblinis dainavimas. Dainavimas grupėje kurios sudėtyje yra du, trys, keturi, šeši, aštuoni ir dvylika mokinių yra vadinamas ansambliniu dainavimu. Remiantis Kauno 1 – osios muzikos mokyklos chorinio dainavimo programa (2020)

ansamblinio dainavimo paskirtis – ugdyti bendrąsias muzikines kompetencijas ir tobulinti dainavimą ansamblyje. Ansamblinio dainavimo tikslas – padėti ugdytiniams atrasti savo individualumą, išmokyti ansamblinio muzikavimo subtilybių, kurios atskleidžia kūrybiškumą ir artistišumą.

Ansamblinio dainavimo uždaviniai:

- 1) ugdyti dainuoti ansamblyje, pažinti ansamblinių kūrinių repertuarą;
- 2) mokyti ugdytinius artistiško, kaupti ansamblinio dainavimo sceninę patirtį;
- 3) skatinti ugdytinius kūrybiškai pritaikyti ansamblinio dainavimo užsiėmimų metu įgytus gebėjimus ir žinias.

Ansamblinio dainavimo veiklos sritys:

- 1) ansambliškumo ugdymas,
- 2) vokalių kūrinių interpretavimas ansambliniam dainavimui,
- 3) dainininkų įsitraukimas į socialinę kultūrinę aplinką.

Kauno 1 – osios muzikos mokyklos choro dainavimo programa (2020). Taigi, ansamblyje dainuojantys paaugliai įvairiausiai mokosi dainavimo subtilybių, kadangi mokosi įvairaus, ansambliui pritaikyto repertuaro, lavina savo kūrybiškumą ir artistišumą, socializuojasi kultūrinėje aplinkoje, bei kaupia ansamblinio dainavimo sceninę patirtį.

Lietuvoje svarbią vietą mokinių gyvenimuose užima chorinis dainavimas. Vengrus (2000, p. 3) pastebi, kad „chorinis dainavimas, turintis daugelio šimtmečių tradicijas, aukštą profesionalumo ir gilų dvasingumo turinį, stiprų emocinį, dorovinį ir intelektualinį poveikį tiek atlikėjams, tiek klausytojams ir būdamas palyginus paprastas, prieinamas ir demokratiškas, buvo ir išlieka patikimu šalies vokalinės ir muzikinės kultūros skydu, patikima ir išbandyta liaudies masių ugdymo ir švietimo bei jaunosios kartos bendrosios kultūros puoselėjimo priemone“ (2000, p. 3). Vadinasi, chorinis dainavimas yra laiko patikrinta ir visapusiškai lavinanti asmenybės veikla, suburianti jaunimą į vieningą bendruomenę kuri puoselėja kultūrinį gyvenimą. Neformaliosios muzikinės veiklos užsiėmimuose dainuojantys paaugliai dalyvauja įvairiuose muzikiniuose konkursuose ir festivaliuose, kuriuose užima garbingas vietas. Šetikienė, (2003, p. 69) pažymi, kad „tai įrodo tradicinės dainų šventės, įvairūs festivaliai. Sėkmę lemia vadovų muzikinė profesinė kompetencija, be to, labai svarbu ir teisingas vokalo formavimas“ Šetikienė, (2003, p. 69). Anot autorės, tik kompetentingas muzikos pedagogas gerai išmanantis savo darbą gali garantuoti sėkmingą mokinių pasiruošimą tarptautiniuose Lietuvos konkursuose ir festivaliuose.

Muzikos pedagogai, ugdatys 11 – 14 metų mokinius chordinėje veikloje, susiduria su iššūkiais, t.y. paauglių kintančios nuotaikos ir nepastovios emocijos, skirtingu metu vykstanti balso mutacija, bei svarbiausia užduotis – sudaryti visiems mokiniams patinkančią chordinį repertuarą. Tai patvirtina Pūslienė (2001) „Vokalo pratybų ir choro repertuaro sudarymas vadovui bene atsakingiausia ir bendrą choro veiklos kultūrą lemianti dalis“ Pūslienė (2001, p. 11). Autorė mano, kad choro vadovams svarbu prisitaikyti prie besiformuojančių paauglių mąstymo, todėl rekomenduojama jokia būdu neignoruoti jų pasirinkimo ir nuomonės. Pažymėtina, kad šio amžiaus mokiniai mėgsta muziką, kuri paliečia jų emociją ir jausmus, todėl renkant repertuarą reikia atsižvelgti į skambius, šiuolaikiškus, balsą lavinančius bei mokiniams patinkančius muzikinius kūrinius. Repertuaras neformaliojoje muzikinėje veikloje gali būti ruošiamas pagal pedagogo ir (ar) mokinių pageidavimus, taip pat pagal bendrojo ugdymo mokykloms sudarytomis rekomendacijomis. Girdzijauskas ir kt. (2023), yra parengę pagrindinio ugdymo muzikos bendrosios programos įgyvendinimo rekomendacijas (žr. 3 lentelę).

3 lentelė. 5 – 8 klasių vokalinis repertuaras

5 – 6 kl. repertuaras	Lietuvių liaudies dainos	Mokomasi įvairių žanrų l.l. dainų, sutartinių.
	Europos tautų dainos	Mokomasi kitų tautų ir kultūrų dainų (pavyzdžiui: lenkų, latvių, žydų ir kt.)
	Populiarioji muzika	Susipažįstama ir mokomasi atlikti populiariosios muzikos kūrinius (pavyzdžiui: kantri, rokenrolo, bliuzo ir kt.)
7 – 8 kl. repertuaras	Pasaulio tautų muzika	Analizuojami ir atliekami Pasaulio tautų ir kultūrų muzikiniai kūriniai, (pavyzdžiui: Lotynų Amerikos, Afrikos, Okeanijos, Azijos ir kt.)
	Populiarioji muzika	Analizuojami ir mokomasi atlikti populiariosios muzikos žanrų (bliuzas, repas, rokenrolas, regis, hiphopas), taip pat lietuvių autorių muzika.
	Ansamblis	Dainuojami įvairūs vokaliniai ansambliai tinkami kūriniai.

Šaltinis: sudaryta autoriaus, remiantis Girdzijausku ir kt. (2023).

Apibendrinant informaciją pateiktą lentelėje, repertuare turėtų vyrauti žanrų įvairovė, lavinanti ne tik mokinių balsus, bet ir plečianti akiratį. Kaip jau buvo minėta, tai tik rekomendacinis repertuaras, kuriuo gali vadovautis muzikos pedagogai. Vienu ar kitu atveju, pedagogams reikėtų atsižvelgti į mokinių pageidavimus renkant vokalinį repertuarą neformaliojoje veikloje.

Kardašienė, 2023 metais atliko tyrimą, kuriame apklausė mokinius, kurie dainuoja neformaliosios veiklos užsiėmimuose, ansamblyje ir (ar) chore. Analizuojant tyrimą pastebėta, kad mokiniai teigiamai vertina darbą komandoje, bendradarbiavimą, kadangi muzikinių veiklų metu yra formuojama asmenybės branda. „Bendravimas / bendradarbiavimas tikint sėkme ir

pasitikint komandos draugais sparčiau artina prie tikslo – gerų meninių rezultatų ir visapusiško asmenybės tobulėjimo“ Kardašienė (2023, p. 72). Pastebėta, kad dainavimas chore mokiniams yra ne tik muzikavimas, o taip pat ir naujų draugysčių sukūrimas, koncertavimas kituose miestuose, renginiuose, festivaliuose, saviraiškos patenkinimas, bei smagus laiko praleidimas. Tyrimo dalyviams teigiamų emocijų sukelia sėkmingi koncertiniai pasirodymai, šiltas kolektyvo tarpusavio mikroklimatas, malonus repertuaras, draugų, tėvų ir mokyklos bendruomenės įvertinimas. Vadinasi, neformaliojoje veikloje dainuojantys paaugliai siekia ne tik lavinti balsus ir koncertuoti, bet ir mokytis dirbti komandoje, ieškoti naujų draugų, tobulinti asmenines, socialines kompetencijas.

Paaugliai, vykdantys neformaliąją vokalinę veiklą, norintys parodyti repeticijų metu pasiektų rezultatų gali dalyvauti įvairiuose dainų konkursuose. Vienas seniausių Lietuvos vaikų ir moksleivių televizijos konkursas – „Dainų dainelė“. Šio konkurso nuostatuose (2017) apibrėžiama, kad šis jaunųjų dainininkų konkursas organizuojamas kas antrus metus, kurio tikslas – ugdyti moksleivių kūrybos ir meno poreikį, puoselėti akademinio dainavimo ilgaamžiškumą, skatinti dainininkų saviraišką, populiarinti esamas ir skatinti kurti naujas lietuviškas dainas jaunimui, atrinkti geriausius vokalius ansamblius ir solistus. Kitas populiariausias, didžiausias tarptautinis jaunųjų atlikėjų konkursas vadinasi – Muzikos talentų lyga. Šis konkursas organizuojamas keturis kartus per metus skirtingose lokacijose: du kartus Vilniuje, Palangoje ir net Ispanijoje. Kasmet šiame konkurse sudalyvauja virš 1000 dalyvių, kurie atstovauja savo miestus ir kolektyvus, taipogi muzikos talentų lygoje dalyvauja ir tarptautinio mąsto žmonės, kurių būna ne mažiau kaip iš 10 – 12 skirtingų užsienio šalių. Galima manyti, kad šis konkursas yra puiki terpė kultūriniam mainams tarp atlikėjų ir pedagogų. Ugdytinius, dainuojančius neformaliojoje vokalinėje veikloje, motyvuoja konkurso laimėtojų skirti apdovanojimai, galėjimas rinkti sceninę patirtį tokiam populiariam ir dideliame tarptautiniame konkurse. Taigi, dalyvavimas konkursuose paaugliams gali kelti motyvaciją, kadangi tai yra puiki galimybė parodyti savo vokalius įgūdžius, nusifilmuoti televizijoje, įgyti sceninės patirties, o dalyvaujant tarptautiniuose konkursuose – gali socializuotis ne tik tarp lietuvių, bet ir tarp kitų šalių dainininkų.

Kitas svarbus aspektas, kad chore dainuojantys paaugliai gali dalyvauti įvairiuose Lietuvos ir tarptautiniuose vaikų ir jaunimo chorų festivaliuose. Vienas iš jų, 8 – asis Lietuvos muzikos patriarcho Juozo Naujalio tarptautinis chorų festivalis ir konkursas, kuris įvyks 2025 m. balandžio 11 – 13 d. Kaune, šis festivalis suburs choristus iš Lietuvos ir užsienio šalių, kurie populiarina chorinę muziką bei pagerbs vieną žymiausią Lietuvos kompozitoriaus Juozo Naujalio atminimą. Festivalį papildys chorų konkursas, kurį vertins atrinkta komisija iš Latvijos,

Lenkijos ir Estijos šalių. Taipogi, būtina paminėti, Vilniaus chorinio dainavimo mokyklos „Liepaitės“ organizuojamą chorų festivalį – „Canticum iuvenum“ (liet. jaunųjų daina), kuriame dalyvaus Lietuvos, Prancūzijos bei Lenkijos moksleiviai, jie atliks atskiras koncertines programas, o koncertą užbaigs jungtiniu choru, kad galėtų padainuoti specialiai šiam festivaliui sukurta Vitalijaus Neugasimovo kūrinį „Tai – laikas taikai, tai – mūsų laikas“. Šis festivalis įvyks 2025 m. gegužės 4 dieną, Vilniuje. Tad, įvairūs tarptautiniai vaikų ir jaunimo festivaliai (konkursai) yra puiki terpė mokiniams socializuotis, plėsti akiratį, bendrauti tarptautiniu mastu, dainuoti bendrystėje ir prasmingai leisti laisvalaikį.

Verta pastebėti, kad dainuojantys paaugliai gali dalyvauti ne tik įvairiuose konkursuose ir festivaliuose, bet ir koncertuose, kurių metu gali parodyti save bei išmokus vokalinius įgūdžius, stiprinti pasitikėjimą savimi, kadangi būdami scenoje jie išmoksta valdyti stresą ir baimę, taipogi, jie jaučia motyvaciją, kadangi po sėkmingų pasirodymų gauna gera įvertinimą, plojimų, klausytojų pripažinimą. Dainuojantis ansamblyje ar chore paauglys ugdo komandinius įgūdžius, jie mokosi klausyti vieni kitų, dirbti komandoje ir padėti vienas kitam. Koncertai, kuriuose pasirodo paaugliai Lietuvoje vyksta dažnai, vienas iš jų – „Jaunystės šėlsmas“, kuris įvyks 2025 m. birželio 3 d. Šiaulių bulvarų amfiteatre, renginio organizatorius: Šiaulių miesto koncertinė įstaiga „Saulė“. Šiame koncerte dalyvaus Šiaulių pučiamųjų orkestras, Kuršėnų meno mokyklos, Šiaulių 1-osios muzikos mokyklos ir Šiaulių Sauliaus Sondeckio menų gimnazijos mokiniai. Taip pat, Rugpjūčio 28 d. įvyks „Vasaros aidai“ koncertas, kuriame dalyvaus: Šiaulių pučiamųjų orkestras, Šiaulių 1-osios muzikos mokyklos mokiniai, solistai Adrijana Balsytė (sopranas), Juozas Janužas (tenoras). Taigi, koncertuodamas paauglys gali geriau išreikšti, atpažinti savo emocijas, įgyti sceninės patirties, kovoti su savo baimėmis, dainuodamas kolektyve ugdo socialinius įgūdžius ir pan.

Vadinasi, galima teigti, kad muzikinėje neformaliojoje veikloje dainuojantys paaugliai patenkina saviraiškos bei pripažinimo jausmus, tobulina savo muzikinius įgūdžius, gali socializuotis bendrystėje, plėsti koncertinę ir asmeninę patirtį dalyvaujant įvairiuose tarptautiniuose konkursuose ir festivaliuose. Neformaliojoje vokalinėje veikloje vykdomas solinis dainavimas mokiniams suteikia individualaus pedagogo dėmesio, kurio metu galima analizuoti stipriąsias ir silpnąsias dainininko savybes, išleisti susikaupusias emocijas, patenkinti saviraiškos poreikį, o atkaklus darbas su savimi priveda prie teigiamų ir džiuginančių rezultatų. Ansamblyje dainuojantys paaugliai gali mokytis dainavimo komandoje subtilių, lavinti savo kūrybiškumą ir artistiškumą, socializuotis kultūrinėje aplinkoje bei kaupti sceninę patirtį. O muzikavimas choro bendruomenėje paaugliams yra ne tik dainavimas bei koncertavimas, bet ir smagus laiko praleidimas, naujų draugysčių užmezgimas, saviraiškos patenkinimas, pasitikėjimo

savimi stiprinimas, mokyklos bendruomenės įvertinimas. Paaugliai, dalyvaujantys neformaliojoje vokalinėje veikloje, savo muzikinius gebėjimus gali atskleisti įvairiuose tarptautiniuose konkursuose, festivaliuose bei koncertuose, kurie vyksta kiekvienais metais visoje Lietuvoje.

3. ANKSTYVŲJŲ PAAUGLIŲ VOKALINIO UGDYMO(SI) YPATUMAI NEFORMALIOJOJE MUZIKINĖJE VEIKLOJE: PEDAGOGŲ POŽIŪRIO ANALIZĖ

1.1. Kokybinio tyrimo metodologija ir eiga

Apžvelgiant ankstyvųjų paauglių vokalinį ugdymą išanalizuoti įvairūs mokslo literatūros šaltiniai. Siekiant išsamiau ištirti ankstyvųjų paauglių balso lavinimo ypatumus bei su kokiais sunkumais susiduria muzikos pedagogai, atliktas empirinis kokybinis tyrimas. Šis tyrimas pasirinktas atlikti, nes norima į viską pažvelgti išsamiau, labiau įsigilinti į esamą problemą, išgirsti apklaustųjų nuomonę ir ją palyginti. Geriausiai tai išnagrinėti galima iš dalies struktūruotu interviu metodu. Tyrimo informantės yra šiuolaikinės pedagogės, todėl ugdymo koncepcija pasirinkta laisvoji paradigma.

Prieš apžvelgiant laisvąją ugdymo humanistinę paradigmą, verta paminėti svarbiausius aspektus: ugdymo tikslo ir mokymo sampratą, bendrąją ugdymo struktūrą, mokinio ir pedagogo santykį. Šiai ugdymo paradigmai apibūdinti galima pasitelkti Newble ir Cannon, (2002), į mokinį orientuotą aprašą, ryškiausiai atspindintį laisvosios paradigmos bruožus. Mokslininkų išrinkti 5 pagrindiniai požymiai:

- 1) ugdytinis aktyviai pats planuojasi savo mokymąsi ir yra atsakingas už savo pasirinkimus;
- 2) nesikoncentruoja tik viena disciplina;
- 3) savo veikloje ne tik ieško informacijos, bet ir grindžia tyrimais;
- 4) tarp mokinio ir pedagogo yra palaikomas artimas tarpusavio ryšys, nes pedagogas yra tarsi mentorius, padėjėjas ar gidas;
- 5) mokinys veikloje yra motyvuotas, smalsus, atsakingas ir suinteresuotas. Newble ir Cannon, (2002).

Aktualu prisiminti, kad laisvojoje paradigmoje ugdytinis mokosi bendradarbiaudamas, o ne konkuruodamas. Akademinėje bendruomenėje mokslininkų dažnai analizuojamas edukacinių paradigmų virsmas, kai klasikinę ugdymo paradigmą pakeitė laisvojo ugdymo paradigma. Kardašienė (2023). Kaip teigia Bruzgelevičienė ir Žadeikaitė (2008) 1990 m. kovo 11 d. atkūrus Lietuvos nepriklausomybę ir paskelbus ją demokratine, buvo suformuluotas naujas ugdymo tikslas – ugdyti žmogų, kuris būtų laisvas, demokratiškas, savarankiškas ir kritiškai mąstantis kaip Lietuvos valstybės pilietis. Bitinas (2000) savo mokslinėje literatūroje laisvojo ugdymo paradigmą pavadino šiuolaikine, kurioje ugdymas yra laisvas ir suteikiantis palankias sąlygas

kiekvieno mokinio saviraiškai, o jos tikslas – ugdyti kūrybišką asmenybę. Autorius teigia, jog šiuolaikinis mokytojas, taikydamas laisvąjį paradigmą, savo ugdymo procese mokiniams tampa pagalbininku kuris padeda atrasti tikrąjį save, bei sužinoti svarbiausius poreikius susijusius su jų ateitimi. Šioje ugdymo proceso kelionėje dalyvauja mokytojai, mokiniai, jų tėvai ir visuomenės atstovai.

Kardašienė (2023, p. 55) savo darbe pažymėjo, kad „Pragmatistinės idėjos artimos ir suprantamos šiuolaikiniam pedagogui, jeigu jis geba atsakingai remtis šia pedagogine kryptimi“ Kardašienė, (2023, p. 55). Jos manymu, pedagogai, norintys taikyti inovacijas savo ugdymo procese, ieškantys būdų kaip įtraukti ir tinkamai auklėti savo ugdytinius, ši ugdymo filosofijos kryptis yra puiki išeitis norint tobulėti, eksperimentuoti ir nuolat mokintis naujų dalykų. Kardašienė (2023). Svarbu pabrėžti, jog bendrojo ugdymo mokyklose neformaliajam ugdymui mokinantys pedagogai gali jaustis laisviau, pasimėgauti procesu, atsiriboti nuo kūrybiškumą varžančių taisyklių ir senų metodų taikymo. Kaip teigia Duoblienė (2003), šių laikų pedagogas pasižymi ne tik gebėjimu mokytis iš ugdytinio, bet ir nuolatiniu mokymosi iš savo patirties, įsitikinimų ir pažiūrų refleksijos. Pasak autorės, mokymas ir mokymasis yra vienas neatskiriamas procesas, kuriame dera priešingybės, kaip: kuklumas, drąsa, ironija ir rimtumas. Duoblienė (2003). Analizuojant laisvąjį ugdymo paradigmą, svarbu aptarti mokymosi visą gyvenimą koncepciją, kuri Lietuvoje įsitvirtino pakankamai nesenai. Totoraitis ir Tarasevič (2009) pažymi, kad mokymosi visą gyvenimą koncepcijos atsiradimui turėjo įtakos ekonominiai, politiniai, socialiniai, bei kultūriniai žmonių gyvenimo pokyčiai. Tai paskatino žmonių visuomenėje pastebėti naują požiūrį į mokymąsi, kuris dabar naudojamas kaip nuosekli, kryptinga ir visą gyvenimą trunkanti veikla. Totoraitis ir Tarasevič (2009). Mickūnaitė (2004) pastebi, kad Lietuvos narystė Europos Sąjungoje paskatino naujai pažvelgti į švietimo ugdymą. Autorė yra nuomonės, jog žmogus mokytis turi visą gyvenimą, nepaisant koks jo amžius. Tik mokinantis visą gyvenimą galima prisitaikyti prie greitai besikeičiančios ekonominės, socialinės ir kultūrinės aplinkos. Mickūnaitė (2004).

Tyrimo metodika

Pasak Kardelio (2002), „metodologiją galima apibrėžti kaip teoriją, kuri nagrinėja mokslinio pažinimo procesą“ Kardelis, (2002, p. 12.). O „tyrimo metodas – tai mokslo veiksmų seka ir tvarka, kuri ne tik rodo tai, kaip buvo pasiekti rezultatai, bet ir leidžia kitiems tyrėjams, naudojantis vienu ar kitomis priemonėmis, pakartoti tyrimą bei dar kartą patikrinti jo rezultatus“ Kardelis, (2002, p.14). Autorius yra nuomonės, kad norint išgauti efektyvius tyrimo metodus svarbiausia metodologinis pagrindimas ir patikimumas. Aktualu patiems interpretuojant tyrimo metodus nepamiršti nurodyti metodo objektyvumo sąlygų. Kardelis (2002).

Apklaustosios atliekamam tyrimui pasirinktos neatsitiktinai ir dėl šių priežasčių:

- 1) norint gauti išsamius ir nuoširdžius atsakymus į klausimus, pasirinktos informantės yra šiuolaikinės pedagogės, todėl ugdymo koncepcija pasirinkta laisvoji paradigma;
- 2) renkantis pedagoges buvo atsižvelgta į jų turimas kompetencijas, išsilavinimą, patirtį dirbant su 5 – 8 klasių mokiniais neformaliojoje muzikinėje veikloje.

Empirinio tyrimo uždaviniai:

- 1) išnagrinėti neformaliojoje veikloje dirbančių pedagogų požiūrį į ankstyvųjų paauglių (5 – 8 klasių) vokalinio ugdymo specifiškumą;
- 2) atskleisti pedagogių nuomonę į ankstyvųjų paauglių vokalinio ugdymo galimybes neformaliojoje muzikinėje veikloje.

Tyrimo etapai

Pirmasis etapas: 2024 m. sausio – vasario mėnesiais – interviu klausimų sudarymas.

Antrasis etapas: 2024 m. kovo – gegužės mėnesiais – tyrimo organizavimas ir įvykdymas.

Trečiasis etapas: 2024 m. rugsėjo – gruodžio mėnesiais – gautų rezultatų analizė ir aprašymas.

Ketvirtasis etapas: 2025 m. sausio – kovo mėnesiais – išvadų formulavimas.

Iš dalies struktūruoto interviu metu informantams buvo parengta 13 klausimų, kurie suskirstyti į 8 kategorijas (žr. 4 lentelę).

4 lentelė **Interviu atsakymų suskirstymas į grupes**

Eil. nr.	Klausimų grupė	Klausimo nr.	Klausimai
1.	Demografinis	1 – 4	• Amžius • Jūsų išsilavinimas • Jūsų pedagoginio darbo stažas • Jūsų kvalifikacinė kategorija
2.	Vokalo lavinimo metodai	5	• Kokius vokalinio ugdymo metodus taikote dirbant su paaugliais? Ar taikote inovacijas?
3.	Balso aparato aptarimas	6	• Ar aptariate su paaugliais balso aparato sandarą ir jo pokyčius mutacijos laikotarpiu?
4.	Balso mutacijos pokyčiai paauglystėje	7	• Kokius balso pokyčius pastebite paauglių mutacijos periodu? Kokius darbo metodus taikote šiuo laikotarpiu?

5.	Psichosocialiniai faktoriai paauglystėje	8	Su kokiais psichosocialiniais faktoriais susiduriate dirbdami neformaliojoje veikloje ugdant 5 – 8 klases? Kaip juos sprendžiate?
6.	Koncertinis repertuaras	9	Kokiais kriterijais vadovaujatės renkant koncertinį repertuarą 5 – 8 klasėms?
7.	Paauglių emocijos koncertinių pasirodymų ir repeticijų metu	10 – 12	- Kokias paauglių emocijas pastebite koncertinių pasirodymų ir repeticijų metu? - Ar aptariate sėkmes ir nesėkmes? - Kaip manote, ar padeda vokalinis ugdymas paaugliams įgyti pasitikėjimo savimi? Kodėl?
8.	Paauglių motyvacija	13	Kaip motyvuojate paauglius užsiimti vokaline veikla?

Sudaryta darbo autorės.

Tyrimo imtis bei jos charakteristika

Iš dalies struktūruotas interviu atliktas su Šiaulių progimnazijų, gimnazijų ir neformaliosios veiklos pedagogėmis. Apklaustos 7 informantės dirbančios su ankstyvaisiais paaugliais neformaliojoje muzikinėje veikloje. Visos 7 tiriamosios turinčios aukšąjį universitetinį išsilavinimą. Amžius svyruoja nuo 26 iki 55 metų, todėl pagal gautus demografinius duomenis pastebima, kad informantų pedagoginis darbo stažas svyruoja nuo 3 iki 30 metų. Analizuojant kvalifikacinės kategorijos duomenis matyti, kad pusę tyrimo dalyvių yra mokytojos kvalifikaciją turinčios informantės, kita dalis mokytojos – metodininkės ir 1 mokytoja – ekspertė. Galima manyti, kad dėl skirtingo pedagoginio stažo ir kvalifikacijos kategorijos tiriamųjų atsakymai gali nežymiai skirtis.

Tiriamųjų demografiniai duomenys (žr. 5 lentelę).

5 lentelė **Imties charakteristika**

Eil. Nr.	Amžius	Išsilavinimas	Pedagoginis darbo stažas	Kvalifikacinė kategorija
1.	39 m.	Aukštasis universitetinis	14 metų	mokytoja – metodininkė
2.	26 m.	Aukštasis universitetinis	3 metai	mokytoja
3.	51 m.	Aukštasis universitetinis	26 metai	mokytoja – metodininkė
4.	33 m.	Aukštasis universitetinis	10 metų	mokytoja
5.	55 m.	Aukštasis universitetinis	30 metų	mokytoja – ekspertė
6.	26 m.	Aukštasis universitetinis	5 metai	mokytoja
7.	36 m.	Aukštasis universitetinis	13 metų	Mokytoja – metodininkė

Sudaryta darbo autorės.

Tyrimo instrumentas

Klausimai, kuriais buvo siekiama išnagrinėti neformaliojoje veikloje dirbančių pedagogų požiūrį į ankstyvųjų paauglių (5 – 8 klasių) vokalinio ugdymo specifiškumą. Tyrimo informantėms buvo pateikti 4 demografiniai klausimai, kuriais buvo siekiama išsiaiškinti pedagogių amžių, išsilavinimą, pedagoginio darbo stažą ir kvalifikacinę kategoriją, tam, kad gautus duomenis būtų galima palyginti. Taipogi, užduoti 9 atviri klausimai, kuriuose klausiama apie ankstyvųjų paauglių vokalinį ugdymą neformaliojoje muzikinėje veikloje ir prašoma pasidalinti profesine patirtimi.

Tyrimo organizavimas

Tyrimas buvo atliekamas dviem etapais. Pirmajame etape atliktas iš dalies struktūruotas interviu su numatytomis informantėmis, o antrajame etape išnagrinėta gautų empirinių duomenų analizė ir atlikta gautų duomenų interpretacija. Interviu pradžioje, tyrimo dalyvės informuotos apie tyrimo temą, tikslą, objektą, pagrindinius uždavinius, tačiau joms iš anksto nebuvo nepateikti klausimai. Su pedagogėmis bendraujama pagal iš anksto numatytas pokalbio temas, formuluotes keičiant pagal pokalbio eigą. Iš viso atlikti 7 nestruktūruoti interviu, kurie transkribuoti, o perrašyto teksto apimtis – 32 lapai. Informantėms pateikti klausimai susiję su vokalo lavinimo metodais, balso aparato sandara ir jo pokyčius mutacijos periodu, balso mutacijos laikotarpį, psichosocialinius faktorius, koncertinį repertuarą, motyvaciją. Surinktų interviu vidutinė trukmė ~ 20 min.

Tyrimo etika

Interviu yra dažniausiai pasikartojantis metodas atliekant kokybinius tyrimus. Prieš vykdant interviu reikėtų gauti tiriamųjų leidimą viešinti įvykusio pokalbio informaciją. Svarbu atkreipti dėmesį į etiškai suformuluotus klausimus, kurie neįžeistų apklaustųjų. Žydzūnaitė ir S. Sabaliauskas, (2017). Tiriamosioms leidus, atsakymai įrašyti diktofonu, o įrašai sunaikinti, pasibaigus tyrimui. Tyrimo metu vyrauja jauki ir saugi atmosfera, atsakyti visi susiję su tyrimu informantėms iškilę klausimai.

Rezultatų apdorojimas bei analizė

Atlikus empirinį tyrimą gauti duomenys analizuojami bei interpretuojami remiantis teorine medžiaga, bei kitų tyrėjų atliktais tyrimais, vedamos sąsajos, pateikiamos išvados.

1.2. Tyrimo duomenų rezultatai ir analizė

Norint ištirti pedagogų požiūrį į ankstyvųjų paauglių vokalinio ugdymo(si) ypatumus neformaliojoje muzikinėje veikloje, buvo atliktas empirinis kokybinis tyrimas, pasitelkiant iš dalies struktūruotą interviu metodą.

Pirmasis klausimas buvo skirtas išsiaiškinti kokius vokalo lavinimo metodus pedagogai taiko norint lavinti paauglių balsą (žr. 6 lentelę).

6 lentelė. **Metodai kurie lavina vokalą**

Kategorija	Subkategorija	Iliustruojamas teiginys
VOKALO LAVINIMO METODAI	Tradiciniai metodai	<i>„Įvairūs vokalo lavinimo pratimai: diktijos, artikuliacijos, diapazono plėtimo, viskas kas reikalinga dainavimui“. (P3)</i>
	Individualiai taikomi metodai	<i><...> „priklauso nuo pačio vaiko gebėjimo, ką ir kiek jis moka dainuoti, kaip intonuoja, tai gaunasi, kad pratimus taikau vietoje čia ir dabar, per save“. (P1)</i>
	Grupiniai metodai	<i>„vokaliniai pratimai praktiškai vienodi, nebent grupiniuose užsiėmimuose yra prasčiau intonuojantys vaikai, tai tada reikia duoti trumpesnes melodijas ir trumpesnius motyvus melodinius“. (P1)</i>
	Inovacinių metodų paieška	<i>„visada stengiuosi keisti pratimus, domėtis, keičiu pratimų taikymus, priėjimus prie vokalinių technikų“ (P6)</i>

Pirmoje kategorijoje *vokalo lavinimo metodai*, informantų buvo klausama, kokius vokalius ugdymo metodus taiko dirbant su ankstyvaisiais paaugliais (5 – 8 klasėmis). Išanalizavus gautus duomenis, buvo išskirtos 4 šią kategoriją patvirtinančios subkategorijos: *tradiciniai metodai, individualiai taikomi metodai, grupiniai metodai ir inovacinių metodų paieška*. Pirmojoje subkategorijoje *tradiciniai metodai* tiriamieji atskleidė kokius vokalius pratimus naudoja savo užsiėmimuose *„įvairūs vokalo lavinimo pratimai: diktijos, artikuliacijos, diapazono plėtimo, viskas kas reikalinga dainavimui“ (P3)*. *„Tai: diapazono plėtimas, intonacijos tikslinimui, balso apšilimui, kvėpavimui pratimai“ (P4)*; *„kvėpavimas su šiaudeliu, diafragminis kvėpavimas, artikuliaciniai pratimai su priebalsiais, balsėm, legato, non legato“ (P7)*; *„pratimai nuo žemiausio iki aukščiausio tono tiesiog tęsiant garsą „aaaa“, kad įsidainuoti būtų lengviau“ (P2)*. Galima daryti išvadą, kad pedagogės taiko tradicinius, laiko patikrintus ugdymo metodus, kuriais yra lavinami paauglių balsai.

Antrojoje subkategorijoje *individualiai taikomi metodai*, informantai teigia, kad jų darbas priklauso nuo pačio mokinio vokalinio sugebėjimo ir juos keičia pagal savo nuožiūrą: „*labai priklauso nuo pačio vaiko gebėjimo, ką ir kiek jis moka dainuoti, kaip intonuoja, tai gaunasi, kad pratimus taikau vietoje čia ir dabar, per save (P1)*“, „*su mokiniu kartu bandome surasti jam tinkamus pratimus, kad jis pradėtų tiksliau intonuoti, gražiau ir stipriau dainuoti*“ (P5). Vadinas, pedagogės lanksčiai žiūri į vokalinio pratimų pritaikymą kiekvienam ugdytiniui, stengiantis pritaikyti kiekvienam tinkamus, asmeninius metodus pagal jų vokales galimybes.

Trečiojoje subkategorijoje *grupiniai metodai* tyrimo dalyvių buvo klausiama, kokius vokalinio ugdymo metodus taiko dirbant grupiniuose užsiėmimuose, t.y. ansamblyje, chore. Informantai teigia, kad taiko įprastus pratimus, nebent yra mokinių, kurie nesugeba sudainuoti sunkesnių pratimų, todėl palengvina užduotis „*vokaliniai pratimai praktiškai vienodi, nebent grupiniuose užsiėmimuose yra prasčiau intonuojantys vaikai, tai tada reikia duoti trumpesnes melodijas ir trumpesnius motyvus melodinius*“ (P1); „*tarkim grupėse, atsižvelgiu į kiekvieno vaiko asmeninius gebėjimus ir pagal tai pritaikau įsidainavimo pratimus*“ (P5). Apžvelgus gautus tyrimo atsakymus, galima teigti, kad pedagogas dirbdamas su kolektyvu, turi atrasti tokius vokalius pratimus, kuriuos galėtų atlikti visi jo užsiėmimus lankantys mokiniai.

Paskutinėje subkategorijoje *inovacinių metodų paieška*, tyrime dalyvavę pedagogai akcentavo, kad taiko inovacijas ugdant paauglių vokalą ir idėjų ieško internete ir „YouTube“ platformoje. „*Analizuoju ir ieškau vokalinio pratimų, kas tiktų ansambliniam muzikavimui iš įvairių „YouTube“ kanalų šaltinių*“ (P3). „*Aišku ieškau tų naujovių, kas be ko, dabar yra vienas metodas „ant bangos“ tai yra garso pūtimas į šiaudelį, netgi tie šiaudeliai yra specialūs ir gaminami jie, jo metu susitvarko vokalo ėjimas iš burnytės, nes paaugliams dažniausiai garsas pasilieka gerklose, tai per šiaudelį garsas išeina lauk*“ (P1). Viena informantė pasidalino, kad vokalius pratimus dažnai pati keičia, domisi, ieško naujovių ir naujų metodų, ir tai pavirtina sakydama „*visada stengiuosi keisti pratimus, domėtis, keičiu pratimų taikymus, priėjimus prie vokalinio techniko*“ (P6). O kita pedagogė pasidalino, kad inovacijas taiko atsipalaidavimo pratimais, meditacija, bei improvizacija, skatinant mokinius kurti „*Relaksacija, improvizacija, toks kūrybinis procesas pačių merginų*“ (P7). Atsižvelgiant į pateiktus atsakymus apie inovacijas ugdant paauglių vokalą, galima daryti prielaidą, kad šiuolaikiniai pedagogai rimtai žvelgia į vokalius pratimus ir ieško naujų idėjų, inovacinių metodų interneto platybėse, vokalius pratimus sugalvoja pačios arba perdaro savaip. Pastebėta, kad tiriamoji skatina mokinius pačius galvoti įsidainavimo pratimų, tokiu būdu mokinius įtraukiant į kūrybinį procesą, taip pat vokalo ugdymo pamokose naudojama relaksacija, meditacija, kas teigiamai veikia mokinių psichinę būklę. Vyrauja ir kita nuomonė, paklausus kokias inovacijas taiko ugdant paauglių vokalą,

pedagogė pareiškė: „Aš galvoju, kad naujo dviračio neišrasi ir geriausia inovacija yra didelis darbas, kiek įdėsi darbo, tiek ir turėsi, nes kartais vaikai galvoja, kad mikrofonas pats turi dainuoti.“ (P4). Iš pateikto atsakymo galima spręsti, kad pedagogė naujų metodų neieško ir savo mokinių vokalą lavina stropiomis repeticijomis. Pedagogė akcentavo taisyklingą kvėpavimą ir tai patvirtina žodžiais: „mano tikslas visų pirma, parodyti kaip taisyklingai kvėpuoti ir tada bus galima dainuoti nepavargstant ir nevarginant savo balso“ (P4). Pedagogės manymu tik taisyklingai kvėpuojant galima išmokyti taisyklingo dainavimo, kurio metu nėra žalojamas ar alinamas balsas. Pastebėta, kad kitos tyrimo dalyvės teigimu, inovaciniai pratimai nenaudojami, ji teigia, kad „<...> o kad kažko „wow“, ar aš kažką naujo išradus, dar tikrai taip nėra“ (P2). Manoma, kad inovaciniai pratimai nėra atrasti dėl to, nes pedagogei dar trūksta darbinės patirties. Apžvelgus visus subkategorijos pedagogių pasisakymus, galima daryti prielaidą, jog tyrimo dalyvės yra motyvuotos, stropios, kūrybiškos, kurios visada atsižvelgia į mokinių atsineštus gebėjimus ir bando juos patobulinti, kartu su mokiniu analizuoja, ieško visiems tinkamų ugdymo metodų. Daugelis tyrimo dalyvių naudoja inovacijas dirbant su paaugliais savo ugdymo procese.

Išanalizavus vokalo lavinimo metodus būtina sužinoti pedagogių požiūrį į balso aparato aptarimą. Kategorijai atskleisti buvo pasitelktas klausimas: „Ar aptariate su paaugliais balso aparato sandarą ir jo pokyčius mutacijos laikotarpiu?“ Tyrimo duomenys pateikti 7 lentelėje.

7 lentelė. Informantų požiūris į balso aparatą

Kategorija	Subkategorija	Iliustruojamas teiginys
BALSO APARATO APTARIMAS	Balso aparato nesureikšminimas	„Aptariame, bet tam labai daug dėmesio neskiriu, nes manau, kad tai laiko gaišimas, supažindini vieną pamoką, papasakoji kažką ir tikrai aš kiekvieną pamoką nekalbu apie tai“. (P3) „Apie pačią fiziologinę sandarą, gerklas, stygas, ar dar kažką tikrai nesigilinu, būna, kad patari pakelti minkštąjį gomūrėlį, pakeisti liežuvio padėtį“. (P1)
	Balso aparato pokyčiai	„Pokyčiai yra ir patys mokiniai tą jaučia balsuose. Prašau, kad juos pasaugotų, nepersistengtų, nes tai yra vis tiek augimo procesas, vienaip ar kitaip“. (P1)
	Emocinis palaikymas	„Tai būtina, nes kartais jie patys nesupranta, pergyvena, kadangi jų labai tas jautrus laikotarpis, kiekviena nesėkmė yra jiems labai skausminga. Ir jeigu nekalbėsi, kad tai yra normalu, kad taip vyksta, vyksta mutacija, tu nesi kažkoks išskirtinis ir tu jiems padedi.“ (P4)

Pagal gautus atsakymus, buvo išskirta kategorija *balso aparato aptarimas* ir 3 subkategorijos *balso aparato nesureikšminimas*, *balso aparato pokyčiai*, *emocinis palaikymas*, kuriose tyrimo dalyviai dalinosi savo patirtimi vykdant vokaličius užsiėmimus. Pirmojoje subkategorijoje *balso aparato nesureikšminimas* gauti tyrimo rezultatai atskleidė, jog pamokoms apie žmogaus fiziologinę sandarą, vokalo mokytojos, didelio dėmesio neskiria. „*Aptariame, bet tam labai daug dėmesio neskiriu, nes manau, kad tai laiko gaišimas, supažindini vieną pamoką, papasakoji kažką ir tikrai aš kiekvieną pamoką nekalbu apie tai*“ (P3); „*Apie pačią fiziologinę sandarą, gerklos, stygas, ar dar kažką tikrai nesigilinu, būna, kad patari pakelti minkštąjį gomūrėlį, pakeisti liežuvio padėtį*“ (P1); „*paprastai vieno karto jiems užtenka, lengvų kelių priminimų ir viskas.*“ (P5). Vadinasi, dauguma pedagogių balso aparato aptarimo su mokiniais nesureikšmina ir tam neskiria daug laiko.

Antroje subkategorijoje *balso aparato pokyčiai* informantės dalijosi savo nuomone ar aptaria su paaugliais balso pokyčius mutacijos periodu. „*Supažindinu vaikus su mechanizmu: balso stygos, gerklos. Kas yra balso stygos, kokios jos yra ir taip pat mes šnekamės apie tai, kaip balsas kinta*“ (P5); „*Pokyčiai yra ir patys mokiniai tą jaučia balsuose. Prašau, kad juos pasaugotų, nepersistengtų, nes tai yra vis tiek augimo procesas, vienaip ar kitaip*“ (P1). Taigi, tyrimo dalyvių pasisakymuose pastebėta, kad kai kurios pedagogės supažindina paauglius su balso aparato pokyčiais ir mutacijos periodu. Svarbu mokiniams priminti, kad balsas yra jautrus ir trapus ir vertėtų jį pasaugoti.

Analizuojant gautus atsakymus buvo išskirta trečioji subkategorija *emocinis palaikymas*, kurioje į klausimą „ar aptariate su paaugliais balso sandarą ir jo pokyčius mutacijos periodu?“ tiriamoji pabrėžia komunikacijos svarbą: „*Tai būtina, nes kartais jie patys nesupranta, pergyvena, kadangi jų labai tas jautrus laikotarpis, kiekviena nesėkmė yra jiems labai skausminga. Ir jeigu nekalbėsi, kad tai yra normalu, kad taip vyksta, vyksta mutacija, tu nesi kažkoks išskirtinis ir tu jiems padedi.*“ (P4) Taigi, pedagogė pripažįsta paaugliams vykstančią balso mutaciją kaip ypatingai jautrų metą, kurį stengiasi normalizuoti komunikacija. Pokalbis su empatišku pedagogu tampa įrankiu, leidžiančiu ugdytiniui geriau suprasti savo besikeičiantį balsą ir kūną, nuraminti protą, sumažinti nerimą ir pakelti savivertę.

Apibendrinus gautus rezultatus galima teigti, kad kiekvienas pedagogas skirtingai reaguoja į mokinių balso aparato aptarimą, nes vieni jo nesureikšmina arba aptaria trumpai, kiti daugiau komunikuoja per emocinę prizmę, o treči supažindina su balso aparato sandara, aptaria galimus pokyčius bei skatina balsus pasaugoti.

Siekiant sužinoti kokius balso pokyčius informantės pastebi balso mutacijos periodu, buvo pateiktas klausimas: „Kokius balso pokyčius pastebite paauglių mutacijos periodu? Kokius darbo

metodus taikote šiuo laikotarpiu?“ Apibendrinus gautus atsakymus, buvo identifikuota 1 kategorija *balso mutacijos pokyčiai paauglystėje* ir 3 subkategorijos atskleidžiančios dalyvių nuomonę apie 1) *vaikinų balso pokyčius*, 2) *merginų balso pokyčius*, 3) *pokyčių metu taikomi metodai* (žr. 8 lentelę).

8 lentelė. Ankstyvųjų paauglių balso mutacija

Kategorija	Subkategorija	Ilustruojamas teiginys
BALSO MUTACIJOS POKYČIAI PAAUGLYSTĖJE	Vaikinų balso pokyčiai	„Pas mano solistą penktoką, yra didelių problemų, nes jis visada arba užkimęs, arba jam balsas lūžta, nesvarbu kurią natą dainuoja, ar žemą, ar aukštą“. (P2) „Na vaikinų balsas aišku storėja, jie dėl to pergyvena“ (P4)
	Merginų balso pokyčiai	„Merginoms labai sunku išdainuoti aukštas natas, jos labai lūžtančios, eina „gaidžiais“ <...> o kai vyksta mutacija labai aiškiai ir ryškiai vyksta lūžis“ (P4) „O merginoms pokyčiai yra, kad švokščia garsiukas, jis sunkiau valdomas yra ir emociškai labai jautrūs palieka“. (P1)
	Pokyčių metu taikomi metodai	„Daugiau dėmesio skiriu tiems mokiniams kurie susiduria su balso mutacijos periodu ir tai daugiau individualizuotas, darbas po ansamblio, kad netrukdyti visų kitų, nes nebegali taikyti kolektyvinius darbo metodus“. (P3)

Kaip matyti iš 8 lentelėje pateiktų atsakymų, pirmoje subkategorijoje *vaikinų balso pokyčiai*, informantės, vieningai pastebi, kad vaikinų balsuose vyksta staigūs pokyčiai, pasireiškiantys užkimimu, dažnais lūžiais. Tai patvirtina šie teiginiai: „Pastebiu didesnius pokyčius vaikinų balsuose“ (P5) , „Po mutacijos laikotarpio praktiškai visi vaikinai tampa baritonais, <...> o kai jų balsas susiformuoja, tai žiūrėk ir tenoras išlenda“ (P3); „balso lūžimas, ne stiprus balsas, diapazono svyravimai, užkimimas“ (P5); „Pas mano solistą penktoką, yra didelių problemų, nes jis visada arba užkimęs, arba jam balsas lūžta, nesvarbu kurią natą dainuoja, ar žemą, ar aukštą“ (P2); „Na vaikinų balsas aišku storėja, jie dėl to pergyvena“ (P4). Iš pateiktų atsakymų galima daryti išvadą, kad vaikinams balso mutacija sukelia ne tik fiziologinių, bet ir psichologinių iššūkių, kuris sukelia jiems diskomfortą bei reikalauja mokinius apsišarvuoti kantrybe ir išlaukti balso pokyčių pabaigos.

Antroje subkategorijoje *merginų balso pokyčiai* tiriamųjų teigimu, nors įprastai merginoms balso mutacija yra lengvesnė nei vaikinams, ugdytinės taipogi susiduria su sunkumais – lūžtantis ir švokščiantis balsas, susiaurėjęs diapazonas, dažniausiai pasireiškiantis užkimimas: „Užkimimas balso ir negalėjimas eiti į aukštas natas. Nes pavyzdžiui ankščiau gražiai nueidavo į galvinį registrą, taip švelniai dainuodavo, dabar visiškai tik toje pagrindinėje

oktavoje, dar žemyn balsas eina, bet viršų jau nebeišaina padainuoti visiškai.“ (P6) „šiek tiek prikimimo, aišku susiaurėjęs diapazonas, toks šniokštimas“ (P7); „užkimimas, „gaidžių“ tariamų pagavimas, nelogiški tokie nuslydimai, netikėti, švokštimas balso, susiaurėjęs diapazonas.“ (P5). Visgi, daugiau nei pusė apklaustųjų pareiškė, kad merginų balso pokyčiai nėra stiprūs „jie labai silpnai pasireiškiantys“ (P3), lavinant jų balsus informantėms nekyla sunkumų „su 8-tokėm merginom aš neturiu jokių problemų“ (P2), ir nelabai buvo tokių atvejų „su merginom kažkaip nelabai teko susidurti“ (P6); „labai stiprios mutacijos nepastebėjau, per savo darbo patirtį, gal dėl to, kad dirbu tik su merginom“ (P7). Analizuojant mokslinius šaltinius šia tema, pastebėta, kad Bacytės (2018) atliktame tyrime, kuriame buvo apklausti Lietuvos žinomi choro dirigentai, bei vokalo pedagogai, prof. V. Miškinis teigė, jog lyginant su ankstesniu dvidešimtmečiu, paauglių balso mutacijos trukmė pakito ir vyksta keliais metais ankščiau. Šiuos pokyčius lemia žmonių pakitusios gyvenimo sąlygos, t.y. paauglių valgomas genetiškai modifikuotas maistas parduotuvėse, įvairūs egzotiniai vaisiai, todėl paaugliai ima bręsti ankščiau. Bacytė (2018). Galima manyti, kad kiekvienas tyrimo dalyvis susiduria su skirtingų merginų srautu ir natūralu, kad visos skirtingai bręsta ir vis kitu metu patiria balso pokyčius. Merginoms dažniausiai pasitaikantys balso mutacijos požymiai: balso užkimimas, lūžimas, susiaurėjęs diapazonas, bei balse atsirandantis papildomas garsas – šniokštimas. Vėlgi, visada reikėtų jautriai ir empatiškai atliepti merginų emocijas, bei padėti joms lengviau išgyventi šį nelengvą laikotarpį.

Subkategorijoje *pokyčių metu taikomi metodai*, išryškėja pedagogės taikomas metodas lavinant paauglių balsus ir pastebėjus vykstančią mutaciją ugdytiniams paskirti individualius užsiėmimus, negaišinant bendro kolektyvo laiko. „Daugiau dėmesio skiriu tiems mokiniams kurie susiduria su balso mutacijos periodu ir tai daugiau individualizuotas, darbas po ansamblio, kad netrukdyti visų kitų, nes nebegali taikyti kolektyvinius darbo metodus“. (P3) Šis pasisakymas parodo pedagogės rimtą, empatišką požiūrį į paauglių balsų mutaciją ir pasiryžimą dirbti papildomai, kas kelia didesnio pedagoginio darbo krūvį. Kitų pedagogių pasidalijimai apibūdina vokalo lavinimo metodus, kuriuos taiko ugdant mutuojančius paauglių balsus: „Visi pratimai eina su subtilesniu tempu, atsargiau, nespaudžiant, neforsuojant daugiau dirbant su kvėpavimu, psichofiziniais pratimais, kūno atpalaidavimu“ (P5); „Stengiuosi nespaušti, dainuojam visokius švelnius pratimus, apimančius siauresnį diapazoną, daugiau falceto pratimai, daugiau dėmesio skiriu kvėpavimui, raumenų stiprinimui“ (P6); „Dainavimo pratimai siauresniame diapazone, pagrindinėje oktavoje, kvėpavimo pratimai, žiobčiojame prieš veidrodį ir imituojame dainavimą“; „Mokinu improvizacijų pagalba švelnių perėjimų iš pilno balso į falcetą“ (P4) ; „Vokaličius pratimus dainuojame ramiai, neforsuojant ir saugant balsą“(P1). Apžvelgus šiuos tyrimo atsakymus, galima matyti, jog tiriamosios jautriai reaguoja į vykstančius

paauglių balso pokyčius, vokaliniiais pratimais nevargina lengvai pažeidžiamų balsų, dėmesį skiria kvėpavimui, kūno atpalaidavimui, raumenų stiprinimui, improvizacijai, bei dainavimo imitavimui. Analizuojant gautus atsakymus, išryškėja vienos informantės nuomonė, jog pastebėjusi mokiniui vykstančią aštriąją mutaciją, ji nutraukė repeticiją ir išleido namo, nes dėl stipraus užkimimo, balso lūžimo ir nesukontroliuojamo garso, buvo neįmanoma dainuoti: „*Yra buvę, kad pastebėjau vaikinui vykstančią aštriąją mutaciją ir paleidau namo, nes buvo neįmanoma su juo dirbti.*“ (P2) Galima daryti prielaidą, kad pedagogė žino aštriosios mutacijos požymius ir kokie padariniai gali būti (balso netekimas – afonija, įvairūs balso stygų pažeidimai, mazgeliai) tęsiant dainavimo mokymą.

Apibendrinus gautus rezultatus galima teigti, kad informantės supranta ir girdi, kada vyksta paauglių balso mutacija ir gali įvardinti kaip tai pasireiškia, o pokyčių metu taikomi metodai yra empatiški, jautrūs, bei atliepiantys mokinių poreikius. Pastebėjusios vykstančius aštrius ir rimtus pokyčius paauglių balsuose – nevargina, nežaloja lengvai pažeidžiamų mokinių balsų ir paleidžia namo ilsėtis, o dainavimo užsiėmimus palieka kitam kartui arba kai balsas pereis į pomutacinę stadiją.

Išanalizavus, kokius balso pokyčius pedagogės pastebi ugdant ankstyvuosius paauglius, toliau buvo svarbu sužinoti su kokiais psichosocialiniais faktoriais susiduria informantės. Jų buvo paklausta: Su kokiais psichosocialiniais faktoriais susiduriate dirbdami neformaliojoje veikloje ugdant 5 – 8 klases? Kaip juos sprendžiate? Išanalizavus informantų atsakymus, buvo identifikuota kategorija *psichosocialiniai faktoriai paauglystėje* ir išskirtos 4 subkategorijos: 1) *emocijų raiška per muziką*; 2) *paauglių emocijos*; 3) *socialiniai veiksniai*, 4) *sprendimų būdai* (žr. 9 lentelę).

9 lentelė. **Psichosocialiniai paauglystės faktoriai**

Kategorija	Subkategorija	Ilustruojamas teiginys
PSICHOSOCIALINIAI FAKTORIAI PAAUGLYSTĖJE	Emocijų raiška per muziką	„ <i>Aš manau, kad visą pyktį ir liūdesį reikia išreikšti per muziką</i> “ (P2) „ <i>Dainuojantys mokiniai patiria tokią kaip muzikos terapiją ir jeigu jie blogai jaučiasi, tai pradeda verkti</i> “ (P4).
	Paauglių emocijos	„ <i>Labai didelė nuotaikų kaita, jautrumas ir nebe noras dainuoti, kartais reikia paspausti, truputį simuliavimas, vėlavimas, o kažkur pasirodyti reikia</i> “ (P7).
	Socialiniai veiksniai	„ <i>Su socialinėmis problemomis nesusidūriau jokiomis, nes aš visada artimai bendrauju, tiek su mokiniais, tiek su tėvais</i> “. (P3).
	Sprendimų būdai	„ <i>Labai svarbu mokytojui mokėti išjungti nerimą ir įjungti džiaugsmą. Taip, sugaištama laiko, bet sutaisius visą tą atmosferą</i> “

Analizuojant informantų atsakymus pateiktus 9 lentelėje, pirmojoje subkategorijoje *emocijų raiška per muziką* matyti informančių pasisakymus kaip muzika tampa saugia terpe emocijoms išleisti ir išreikšti. Galima manyti, kad pedagogų nuomone, neformaliojoje veikloje vykstantys balso lavinimo užsiėmimai nėra tik apie techninių dalykų mokymą, o muzika paauglius veikia kaip terapinė priemonė, leidžianti išreikšti neigiamas emocijas, liūdesį, bei pyktį. Dainavimas yra puiki veikla padedanti ankstyviesiems paaugliams reguliuoti užplūstančias emocijas.

Antroje subkategorijoje *paauglių emocijos* apžvelgti emociniai paauglių išgyvenimai. Tai iliustruoja šie teiginiai: „*būna paaugliai uždaresni, jie nori dainuoti, bet iš savęs netransliuoja to noro, ryžto, drąsos, užsispyrimo*“ (P1). Pažymėtina, kad mokiniai nori dainuoti, tačiau jiems trūksta pasitikėjimo savimi, motyvacijos. Kita pedagogė pastebėjo ne tik emocinius, bet ir fizinius kūno pokyčius kuriuos jaučia nerimą ir stresą patiriantys paaugliai: „*emocijų svyravimai ir jautrumas aplinkai ir kūno įsitempimas, rūpesčių buvimas. Iš tiesų nerimo labai daug pas paauglius. Labai paaugliai jautrūs, tas jautrumas pasirodo, tiek užsisklendžiant savyje, tiek atsiskleidžiant nerimaujant, garsiai verkiant, emociškai išliejant savo pyktį, skaudulį, nusivylimą, gėdą, kaltės jausmą, baimę*“ (P5). Šiuo pastebėjimu išryškėja, kad pedagogė ne ignoruoja, o įsiklauso į mokinių emocijas, užjaučia, padeda išleisti susikaupusias nuoskaudas ir tai atitinka šiuolaikinio pedagogo bruožams, kuriuose būdingas emocinis jautrumas, gebėjimas atliepti ugdytinio poreikius ir nėra siekiamas tik rezultatas. Vokalinis ugdymas reikalauja vidinės ramybės, kurios paaugliams trūksta. Tyrimo dalyvė pastebėjo, jog paaugliai patiria visą puokštę jausmų, kurios riboja kūrybinę raišką: „*Jaučiasi, kad tuo laikotarpiu jos išgyvena labai didelį nesaugumo jausmą, kompleksus, vyksta tapatybės ieškojimai*“ (P6). Įvairūs kompleksai, tapatybės analizės, savivertės krizės dažnai trukdo teigiamai atsiskleisti kūrybiškai. Šis informantės pasisakymas rodo, kad ji vadovaujasi laisvąja ugdymo koncepcija, kurioje dainavimas yra puikus būdas paaugliui išreikšti ir atrasti save, o pedagogo užduotis užtikrinti ugdytiniui saugią mokymosi aplinką ir mikroklimatą. Nestabili emocijų kaita, santykių dinamika kolektyve lemia nepastovią nuotaiką, kas kelia iššūkių pedagogams kurie dirba su ansambliais ar choralais: „*Emociniai tai kai kažkas patinka – nepatinka, noriu – nebenoriu, draugystės, susipykimai ir tai kažkiek apsunkina tempą dirbant su kolektyvu*“ (P3). Galima teigti, kad ankstyvieji paaugliai kiekvieną dieną susiduria su skirtingomis, nepastoviomis, nuolat kintančiomis emocijomis, užsisklendimu savyje, susikaustymu, kompleksais, nepasitikėjimu savimi ir kitais jausmais, bei yra nuolatiniuose savęs ieškojimuose, kas turi įtakos jų santykiams su bendraamžiais, motyvacijai, repeticijų lankymui, bei rezultatui.

Trečioji subkategorija – *socialiniai veiksniai*. Muzikos pedagogų teigimu, artimas, atviras ryšys su mokiniu ir jo tėvais gali sumažinti socialinių problemų atsiradimą: „*Su socialinėmis problemomis nesusidūriau jokiomis, nes aš visada artimai bendrauju, tiek su mokiniais, tiek su tėvais*“ (P3). Analizuojant gautus atsakymus, išryškėja nuomonė, kad ansamblyje dainuojančių merginų emocinis klimatas gali būti dviprasmis – jaučiama tiek bendrystė, tiek socialinė konkurencija. Tai patvirtina teiginiu: „*nori, nenori bendrauti, netgi tarp ansamblio merginų jaučiu konkurenciją, jeigu viena kažkur daugiau gauna padainuoti, tai jau kita jautriau reaguoja, bendrystė, bet kartu ir konkurencija vyksta.*“ (P7). Ši situacija artima paauglystės laikotarpiu, kadangi paaugliai ieško pripažinimo iš bendraamžių ir pedagogų, bei nuolat lygina save su kitais. Kitos pedagogės nuomone, neformalioje veikloje dainuojantys paaugliai yra motyvuoti, dėl to socialiniai psichosocialiniai faktoriai pasireiskia rečiau: „*Neformaliojoje aplinkoje besimokantys vaikai ateina motyvuoti, jie nori ugdytis, pas mane irgi ateina ir jie nori dainuoti, todėl kol kas neturiu jokių problemų*“ (P1). Vadinasi, galima teigti, kad stiprūs ryšiai tarp pedagogo, mokinio ir tėvų, padeda išvengti konfliktų ir nesusikalbėjimo. Dainuojančios ansamblyje merginos gali jausti konkurenciją siekdamos pripažinimo iš pedagogų, bendruomenės narių. Mokiniai jaučia motyvaciją lankydami neformaliosios veiklos užsiėmimus, jie jaučiasi saugūs, o dainuojant gali išreikšti save.

Paskutiniojoje subkategorijoje *sprendimų būdai* išryškėja pedagogių taikomi metodai, kuriuos taiko norint išspręsti emocinius arba socialinius veiksnius. Pedagogė pabrėžia mokytojo kaip lyderio svarbą, kuris turėtų būti pavyzdžiu mokiniams, spręsti iškilusias problemas: „*Aš manau, kad mokytojas turi būti lyderis ir spręsti problemas tokias kokios jos iškyla ir ieškoti sprendimų jeigu taip nutiktų, o man tas nenutiko*“ (P3). Informantų pasisakymuose užfiksuotas požiūris į būtiną atvirą komunikaciją su mokiniais, siekiant išsiaiškinti kas paauglius slegia, bei noras padėti: „*Daug labai kalbamės, bandom spręsti tuos dalykus, kas trukdo laisvai judėti, kodėl sunku daryti tam tikrus judesius? Kodėl jaučiama gėda, ar jaučiama gėda? Tai realiai psichologinis darbas*“ (P6); „*pokalbis, kažkoks galbūt arbatos ar kakavos atsigėrimo ritualas, labai veikia*“ (P7); „*labai svarbu mokytojui mokėti išjungti nerimą ir įjungti džiaugsmą. Taip, sugaištama laiko, bet sutaisius visą tą atmosferą toliau darbas vyksta tikrai sklandžiau ir tikrai produktyviau*“ (P5). Pastebima nuomonė, kad norint įgyti mokinių pasitikėjimą, reikėtų neatskleisti paauglių išsakytas paslaptis ir išlaikyti konfidencialumą: „*Noriu pabrėžti, kad labai mėgstu konfidencialumą, jei aš nematau galimybės kišti tėvus ir išduoti tą vaiką, tai aš taip auginu jų pasitikėjimą ir jis žinos visus kitus kartus, kad gali pasisakyti ir aš neišduosiu jo*“ (P4). Taigi, pedagogas turėtų visada noriai komunikuoti su paaugliais, padėti jiems užplūdus sunkumams, nespausti, kai reikia leisti pailsėti nuo dainavimo bei norint įgyti ugdytinių pasitikėjimą – visuomet išlaikyti konfidencialumą.

Atlikus duomenų analizę, apibendrinant galima teigti, kad paauglystė sunkus laikotarpis ne tik mokiniams, bet ir pedagogams. Ankstyviesiems paaugliams būdingos stiprios emocijų kaitos, nepasitikėjimas savimi ir kitais, kompleksai, tapatybės ieškojimas, perdėtas jautrumas, savęs nuvertinimas, nerimas ir t.t. Kolektyve dainuojantys paaugliai jaučia konkurenciją tarpusavyje, pašliję santykiai su bendraamžiais gali pakenkti repeticijų lankomumui, vyrauja motyvacijos stoka. Pedagogas, užima ypatingą rolę ugdydamas paauglių kolektyvą. Jis turi mokėti palaikyti jaukų mikroklimatą klasėje, būti lyderiu, padėti spręsti iškilusias problemas, motyvuoti, sudominti veiklomis, skatinti mokinius lankyti užsiėmimus, bei atsakingai rinkti repertuarą. Analizuojant gautus rezultatus matyti, kad daugelio tyrimo dalyvių pasisakymai yra artimi laisvajai ugdymo koncepcijai ir šiuolaikinio pedagogo bruožams.

Atskleidus su kokiais psichosocialiniais faktoriais susiduria pedagogai ugdytys ankstyvuosius paauglius, toliau buvo svarbu apžvelgti koncertinį repertuarą kurį dainuoja ugdytiniai lankantys neformaliosios veiklos užsiėmimus. Analizuojant gautus atsakymus matoma, kad koncertinis repertuaras užima esminę vietą paauglių vokaliniam ugdyme. Repertuaro pasirinkimas tiesiogiai susijęs su paauglių motyvacija lankyti repeticijas, emociiniu įsitraukimu. Informantų buvo paklausta: kokiais kriterijais vadovaujatės renkant koncertinį repertuarą? Išskirta 1 kategorija *koncertinės veiklos repertuaras* ir 4 subkategorijos (žr. 10 lentelę).

10 lentelė. **Koncertinis repertuaras**

Kategorija	Subkategorija	Ilustruojamas teiginys
KONCERTINĖS VEIKLOS REPERTUARAS	Savarankiškai mokinių renkamas repertuaras	„Turi patikti paaugliui, aš visą laiką prašau, kad išsirinktų pačios, pavyzdžiui, atsineštų kokį 10 patinkančių dainų sąrašuką, kas joms patinka ir ką klausosi“ (P6).
	Bendru susitarimu renkamas repertuaras	„Renkantis repertuarą stengiamės kartu išsirinkti ir nuspręsti (P4).
	Šventinis repertuaras	„Dirbant mokykloje, pas mus yra nustatomas metų planas pagal šventes, <...> visi koncertai yra sustatyti ir tu juos žinai ir negali labai nukrypti, pavyzdžiui Kalėdų laikotarpiu dainuojame kalėdines dainas“. (P2)
	Lietuvių liaudies dainos	„<...> iš tikrųjų stengiamės dainuoti lietuvių l.l. dainas su įrašu <...> (P7)

Iš gautų rezultatų matyti, kad koncertinis repertuaras yra labai svarbus ankstyvųjų paauglių vokaliniam ugdyme. Subkategorijoje *savarankiškai mokinių renkamas repertuaras* išryškėja aiški pedagogų pozicija, kad reikėtų leisti paaugliui pačiam išsirinkti dainuojamąjį repertuarą: „Mano solistės visada savo repertuarą išsirenka pačios, vien dėl to, kad esu ne kartą bandžius

išrinkti aš pati ir jeigu mokiniui tai nepatinka, tai yra ne jo muzika, jis nedainuos ir nenorės eiti į tavo vedamas pamokas“ (P2); „Turi patikti paaugliui, aš visą laiką prašau, kad išsirinktų pačios, pavyzdžiui, atsineštų kokį 10 patinkančių dainų sąrašuką, kas joms patinka ir ką klausosi“ (P6). Galima manyti, kad mokiniai teigiamai vertina galimybę būti įtrauktiems į repertuaro pasirinkimus, kas lemia didesnę motyvaciją ir atsakomybės jausmą.

Dar viena subkategorija, kuri išryškėjo analizuojant gautus atsakymus yra *bendru susitarimu renkamas repertuaras*. Pedagogių teigimu, reikėtų atsižvelgti į mokinių pageidavimus, tačiau būtina įvertinti, ar pasirinktas kūrinys bus tinkamas pagal paauglio balso galimybes, diapazoną: „<...> patys vaikai ateina ir sako „aš noriu tą dainą dainuot“, jeigu yra per sunki, aišku neleidžiu dainuot, sakau, kad „nu ne, per sudėtinga, nepadarysim, tik vargs balsas ir gaišim laiką“, nes dabar tas paauglystės laikotarpis“ (P4). Renkantis repertuarą svarbu komunikuoti su mokiniais, kad būtų priimtas visiems tinkantis ir geriausias variantas: „Tai būna ir jie atsineša dainų variantų, aš pasiūlau ir tada kartu nusprendžiam ir dažniausiai mokiniai neprieštarauja“ (P2); „Visada kūrinį renkantis aš klausiu mokinių ar mes šį kūrinį imam, niekada nemetu savo valios, kad „chebra mes darom šį kūrinį ir jokių kitų negalim daryti šiuo metu“ (P3); „Renkantis repertuarą stengiamės kartu išsirinkti ir nuspręsti (P5). Galima daryti prielaidą, kad pedagogėms rūpi mokinių nuomonė dėl dainuojamojo repertuaro pasirinkimo.

Neformaliosios veiklos pedagogės, dalyvavusios tyrime paminėjo ir šventinio repertuaro svarbą. Tokiu būdu buvo išskirta trečioji subkategorija *šventinis repertuaras*. Išryškėja nuomonė, kad koncertinės programos dažnai formuojamos remiantis Lietuvoje švenčiamomis valstybinėmis ir kalendorinėmis šventėmis. Tai patvirtina šie teiginiai: „Dirbant mokykloje, pas mus yra nustatomas metų planas pagal šventes, <...> visi koncertai yra sustatyti ir tu juos žinai ir negali labai nukrypti, pavyzdžiui Kalėdų laikotarpiu dainuojame kalėdines dainas“ (P2); „<...> Vasario 16 ir Kovo 11 paminėjimai“ (P4); „<...> kalėdinės, dainos mamyčių dienos <...> (P5). Taigi, neformaliąją vokalinę veiklą vykdančios pedagogės dažnai vadovaujasi valstybinėmis ir kalendorinėmis šventėmis ir jų proga parenka dainuojamąjį repertuarą, kuris prisideda prie paauglių kultūrinio ir tautinio ugdymo.

Analizuojant gautus informančių pasisakymus, išryškėjo paskutinioji subkategorija *lietuvių liaudies dainos*, kurioje pastebėta, jog sumodernizavus, ar pakeitus lietuvių liaudies dainos aranžuotę, ji tampa labiau artima mokiniui: „<...> iš tikrųjų stengiamės dainuoti lietuvių l.l. dainas su įrašu, fonogramos šiuolaikiškos, elektronikos, folk – jazz, ir atrodo iš pirmos pažiūros ta l.l. daina tokia paprasta, bet ji vis suskamba visai kitaip ir merginoms tikrai patinka dainuoti“ (P7). Kita pedagogė pamini vaikų ir jaunimo konkurso Dainų dainelės sąlygas, kurioje būtina lietuvių liaudies daina: „Dainų dainelės konkursui yra reikalinga 1 l.l. daina, tai aš pati

darydavau aranžuotes arba ieškodavau variantų kažkokių kurių jau yra sukurta ir man tinka diapazonas“ (P3). Pažymėtina, kad pedagogė pati aranžuoja, keičia kūrinio tonaciją, arba ieško tinkamų dainų tam, kad mutuojančioms paauglių balsams būtų patogiu dainuoti. Vadinas, pedagogė yra motyvuota, stropi ir investuoja savo papildomą laiką dėl darbinių tikslų.

Iš pateiktų atsakymų galima daryti išvadą, kad repertuaras užima reikšmingą vietą ankstyvųjų paauglių vokaliniam ugdyme. Tinkamai parinkti kūriniai turi įtakos ugdytinių emociniam įsitraukimui į procesą, motyvaciją. Svarbu paminėti, kad pedagogai pabrėžia paauglių savarankiškai pasirinkto repertuaro svarbą, kuris skatina mokinių atsakomybės jausmą. Bendru susitarimu renkamas repertuaras yra mėgstamas pedagogų pasirinkimas, kadangi tokiu būdu galima išrinkti visiems patinkančius kūrinius, nes yra paisomi mokinių norai ir yra atsižvelgta į kūrinio sudėtingumą bei paauglių balso galimybes. Dainuojamas šventinis repertuaras formuoja paauglių kultūrą ir tautiškumą. O lietuvių liaudies dainų atlikimas tampa labiau modernizuotas aranžuotėmis, fonogramomis, todėl labiau mėgstamas šiuolaikinių paauglių.

Išanalizavus koncertinį repertuarą, buvo pasidomėta su kokiomis emocijomis susiduria pedagogai ugdant ankstyvuosius paauglius. Kategoriją *ankstyvųjų paauglių emocijos* sudarė 3 subkategorijos. Informantėms buvo užduoti klausimai: „Kokias ankstyvųjų paauglių emocijas pastebite koncertinių pasirodymų ir repeticijų metu? Ar pastebite jų kaitą? Ar aptariate sėkmes ir nesėkmes?“ Gauti pedagogų atsakymai pateikti 11 lentelėje.

11 lentelė. **Paauglių emocijos koncertinių pasirodymų ir repeticijų metu**

Kategorija	Subkategorija	Iliustruojantys teiginiai
ANKSTYVŲJŲ PAAUGLIŲ EMOCIJOS	Baimė koncertų metu	„viena mergaitė taip jaudinasi, kad būna šlapios rankos ir visa nugara netgi tokia“ (P1); „Stipresnis nepasitikėjimas savimi ir stipresnis jaudulys per koncertą“ (P6).
	Emocijos repeticijų metu	„<...> o per repeticijas tai jie moka viską, jie stengiasi ir per repeticijas esame tik esu aš ir tu, arba ten visas ansamblis, bet mūsų niekas nežiūri ir nevertina“ (P2).
	Sėkmių ir nesėkmių aptarimas	„Po koncerto visada mokinių klausiu, kas patiko, kas nepatiko, ką norėtum keisti, ką norėtum daryti kitaip? Ir aptariame“ (P4).

Kaip matyti iš 11 lentelėje pateiktų atsakymų, pirmojoje subkategorijoje *baimė koncertų metu* informantai pasidalino įžvalgomis, su kokiomis emocijomis susiduria paaugliai koncertinių pasirodymų metu – tai, drebulys, jaudulys, baimė, nepasitikėjimas savimi, nerimas, gausesnis

prakaitavimas: „Viena mergaitė taip jaudinasi, kad būna šlapios rankos ir visa nugara netgi tokia“ (P1); „Stipresnis nepasitikėjimas savimi ir stipresnis jaudulys per koncertą.“ (P6); „Pas visus mokinius jaučiasi baimė koncertų metu“ (P2); „Jeigu panelės iki kokių 10 – 11 metų nebijojo žengti į sceną, tai dabar labai bijo, prakaituoja prieš einant į sceną, tiesiog kažkoks atsiranda „aš nepadainuosiu“, „aš nepamenu, pamiršau viską““ (P7). Pedagogų pasidalinimuose pabrėžiamas paauglių nepasitikėjimas savimi ir perdėtas savikritiškumas, kuris dažnu atveju gali neatitikti su konkurso komisijos vertinimu: „Daug didesnis jautrumas, daug daugiau sau pastabų sakymas ir „kaip mes čia atrodome“. Ir savikritiškas toks vertinimas, kai jau po pasirodymo ir būna, čia nepavyko, o paskui šast ir į pirmą vietą. Toks pasitikėjimo savimi trūkumas“ (P5). Tyrimo dalyvės nuomone, jaudulys ir stresas prieš pasirodymus yra natūrali emocinė būseną: „Prieš pasirodymus jie jaudinasi, kas manau yra absoliučiai normalu, bet jaučia didžiulį pakylėjimą po koncerto, kas juos „užvaibina“ – motyvuoja juos toliau stengtis ir norėti dainuoti“ (P4). Taigi, iš pedagogės pasisakymo matyti, kad koncertų metu paaugliai patiria teigiamus emocijų potyrius, kurie prasideda nerimu ir stresu, o baigiasi – džiugesiu, palaima ir pasitikėjimu savimi. Galima manyti, kad nors mokiniams sėkmingi pasirodymai kelia motyvaciją, vis dėlto, scenos baimė yra vienas iš pagrindinių emocinių iššūkių su kuriais susiduria ankstyvieji paaugliai.

Antroji subkategorija – *emocijos repeticijų metu* – atskleidžia, kaip mokinių emocijos kinta pagal dainuojamus kūrinius bei išsakytas pedagogo pastabas. Informantų pasisakymuose išvelgiamos paaugliams būdingos emocijų kaitos: „Džiugesys, jos ateina ir nori dainuoti. Jų nuotaika labai priklauso nuo dainos, pavyzdžiui, jeigu mes dainuojame linksmesnę dainą tai jų ir nuotaika pagal tą dainą linksmesnė, jeigu lyriška, tokia emocija daina, tai vat irgi jų emocijos keičiasi pagal tas dainas.“ (P6); „<...> repeticijos metu mokiniai būna labiau išsiblaškę, nes aš galiu bet kada sustabdyti ir kai sustojam tada tikslinam kažkurią vietą“ (P3). Informantės teigimu, repeticijose būdinga laisvesnė, mažiau įtempta atmosfera, todėl paaugliai jaučiasi saugiau ir gali labiau atsiskleisti, išreikšti save, išlieti emocijas: „<...> o per repeticijas tai jie moka viską, jie stengiasi ir per repeticijas esame tik esu aš ir tu, arba ten visas ansamblis, bet mūsų niekas nežiūri ir nevertina <...>“ (P2). Kita pedagogė pažymėjo, kad repeticijų metu net kai vyrauja įprasta mokiniams aplinka, netikėti išoriniai veiksniai, tokie kaip žiūrovo atsiradimas, gali sukelti papildomą motyvaciją, jaudulį: „Repeticijų metu sava aplinka, nors aš irgi per repeticijas pavyzdžiui mėgstu pakviesti ką nors iš šalimai vaikstančių mokykloje ir irgi labai veikia žiūrovas“ (P7). Galima manyti, kad šis metodas pasiteisina dėl to, nes ugdytinis gali mokytis valdyti baimę stebint žiūrovo, bet tuo pačiu metu būti savo įprastoje aplinkoje ruoštis ateinančiam pasirodymui. Paauglystė yra sudėtinga ne tik patiems mokiniams, bet ir

pedagogams. Šiuo laikotarpiu paaugliai ypatingai jautrūs, dirglūs, emocingi, nepasitikintys savimi, juos paliečia kiekviena pedagogo pastaba: „Paaugliukai yra labai jautrūs, turiu dvi mergaites, jos yra 6-tokės, 12 metų, tai ašarų būna visada, ar gerai dainuoja – verkia, ar dainuoja puikiai irgi verkia, ar blogai padainuoja irgi verkia... <...> turiu labai jautrią mergaitę, kuriai tik pasakai kažkaip kitaip balsą formuoti reikėtų, iš karto viskas, ašaros, darbo nebėra, verkimas visą pamoką <...> (P1). Analizuojant gautus tyrimo duomenis, matyti, kad kai kurie tyrimo dalyviai susiduria su jautriomis paauglių emocijomis, priverčiančiais atsargiai rinkti žodžius, nes net švelni pedagogo pastaba gali įžeisti mokinį. Ašaros repeticijų metu gali būti susijusios su žema mokinio saviverte ir negalėjimu priimti kritikos. Šiuo jautriu periodu, muzikos pedagogo užduotis yra ne tik lavinti paauglių balsus, bet ir suteikti emocinį palaikymą, todėl jo darbas atitinka šiuolaikinio pedagogo bruožus, kur yra atliepiami mokinio emociniai poreikiai.

Paskutiniojoje subkategorijoje *Sėkmių ir nesėkmių aptarimas* išryškėja kaip svarbu pedagogams su mokiniais atlikti pasirodymų refleksiją ir savianalizę vokalinio ugdymo metu: „Po koncerto visada mokinių klausiu, kas patiko, kas nepatiko, ką norėtum keisti, ką norėtum daryti kitaip? Ir aptariame“ (P4). Taip, visą laiką analizuojam, stebim, žiūrim, aptarinėjame, kas buvo gerai, kas buvo taip gerai, ką reikėtų tobulinti? (P6); „Taip, apšnekam, apkalbam kas be ko“ (P5); Pedagogų teigimu, ugdytinių nereikėtų apipilti vien pagyrimais bei liaupsėmis, svarbu nepagražintai aptarti ir nesėkmes, taip skatinant tobulėti, mokintis iš klaidų: „Visada. Vadovas turi visada nepataikauti mokiniams „uoj kaip čia gražiai padainavot“ ar ten klausytojai paplojo ir „ten matėt kaip čia mes gražiai padainavom“, vadovas yra tam, kad pasakytų teisybę, visada. Kas pavyko ir kas nepavyko, sėkmes ir nesėkmes, jos būtinai turi būti analizuojamos, kitaip tu nežengsi į priekį.“ (P3); „Taip, labai. <...> Stengiuosi mokinti, kad „nelaimėjom ir nieko tokio, kitą kartą laimėsime, žinosim kur dar reikia patobulėti, klaidas savo“ (P2); Informantai skatina mokinius pačius save įsivertinti ir savikritiškai mąstyti: „Taip, tikrai taip, pakalbame kas ten sekėsi, pavyzdžiui ar koncerte, ar konkurse, pats vaikas sako „ten jutau, kad ne taip buvo ir va susijaudinau, galbūt ramiau reikėjo padaryti“ (P1); „žinoma aptariame, po pasirodymo stengiamės visada pasižiūrėti video įrašą, joms būna labai juokinga kaip ten padainavo, arba liūdna <...> tai ar sėkmes ar nesėkmes būtina įvertinti ir būtina pasidžiaugti labai, nors ir ta sėkmė labai maža“ (P7). Visi tyrimo dalyviai vienbalsiai nusprendė, kad laikas po konkursų, koncertų ir festivalių su paaugliais yra skiriamas rezultatų aptarimui, bei analizavimui. Šiuo būdu yra įsisąmoninama patirtis, analizuojamos dainuojančiojo stiprybės ir silpnybės, tobulinami techniniai vokaliniai įgūdžiai. Toks reguliarus aptarimas paauglį skatina kritiškai mąstyti, motyvuoja siekti pažangos ir priimti atsakomybę už savo veiksmus. Svarbu su mokiniais aptarti

ne tik vokalinę techniką, bet ir emocinį grįžtamąjį ryšį, kurio metu aptariama kaip mokiniai jautėsi scenoje, ką norėtų keisti ateityje. Būtina pabrėžti, jog šis refleksyvus (pasirodymų refleksija, skatinanti mokinį patį vertinti savo patirtį), bendradarbiavimo su mokiniais (kartu analizuojant, aptariant patirtį) pedagogų požiūris yra artimas laisvajai ugdymo koncepcijai ir šiuolaikinio mokytojo bruožams.

Siekiant išsiaiškinti dainavimo naudą mokinių asmenybės formavimuisi, tyrimo metu informantėms buvo užduotas klausimas: „kaip manote, ar padeda vokalinis ugdymas paaugliams įgyti pasitikėjimo savimi? Kodėl?“ Pagal gautus atsakymus buvo išskirta 1 kategorija ir 3 subkategorijos (žr. 12 lentelę):

12 lentelė. Visapusiškas paauglių asmenybės formavimas

Kategorija	Subkategorija	Iliustruojantys pavyzdžiai
MOKINIŲ ASMENYBĖS FORMAVIMAS	pasitikėjimas savimi	„Aš manau, kad vienareikšmiškai tikrai suteikia pasitikėjimo, nes dainuodamas paauglys save išmėgina, save parodo, demonstruoja, aišku, jeigu jam pavyksta, jis to pasitikėjimo turi dar daugiau“ (P1).
	asmenybės augimas	„Tai tikrai taip, nes kiekvieną aš matau kaip asmenybę <...> kurią aš ugdu ir pastebiu asmeniškai. Dažnai tie vaikai ateina su nepasitikėjimu savimi, savivertės trūkumais, šeimos problemomis, tėvų skyrybom, draugų apkalbom, blogų pažymių turėjimu mokykloje ir pan. Ir aš kiekvienam iš jų stengiuosi rasti stipriąją pusę ir tada jie auga, pradeda pasitikėti savimi.“ (P4).
	kompleksinis poveikis	„Netgi labai <...>. Kai ruošiesi tam dainavimui tu esi įtrauktas į teigiamas emocijas, kurios tuo sunkiu paauglystės metu leidžia išgyventi sunkiau, tai vokalinės tos pamokos manau labai tiek psichologiškai, tiek fiziškai padeda, suprantu mes ir pilvo pratimus darom“ (P7).
	saugumas, bendraamžių palaikymas	„Vienareikšmiškai padeda, todėl, kad pasitikėti savimi kada tu kolektyve dainuoji, yra žymiai lengviau, nes tu ne vienas neši tą našą. Pirmieji žingsniai einant su kolektyvu į sceną padrąsina būti labiau pasitikinčiais savimi ir ateityje galbūt tu vienas išėsi į sceną, o ne su kolektyvu“ (P3).

Kaip matyti iš lentelėje pateiktų atsakymų, pirmojoje subkategorijoje *pasitikėjimas savimi*, tyrimo dalyvės nusprendė, kad vokalinė veikla neformaliojoje muzikinėje veikloje be abejonės skatina paauglius pasitikėti savimi. Tai patvirtina šie teiginiai: „Aš manau, kad vienareikšmiškai tikrai suteikia pasitikėjimo, nes dainuodamas paauglys save išmėgina, save parodo, demonstruoja, aišku, jeigu jam pavyksta, jis to pasitikėjimo turi dar daugiau“(P1). Šiai nuomonei pritaria ir kiti tyrimo dalyvės teigiamos, kad: „Uoj, tikrai taip, <...> mano solistės jos visiškai savimi pasitiki, nes jos žino, kad jos gerai dainuoja“(P2); „Tikrai taip, nes jie save

realizuoja, gerai jaučiasi toje veikloje, tai tikrai kelia pasitikėjimą savimi. Jie mokosi emocijų reguliacijos, atpažinti savo emocijas, reguliuoti savo emocijas tai irgi iš dalies kažkiek kelia tą pasitikėjimą savimi. Dainavimas tiesiog kelia pasitikėjimą savimi. (P5). Iš informančių pasisakymų galima pastebėti, kad vokaline veikla galima ne tik puoselėti pasitikėjimą savimi, bet ir stiprinti vidinę motyvaciją, ugdyti savivoką. Taip pat tyrimas atskleidė, kad mokinių pasitikėjimą savimi formuoja ne tik koncertinė veikla, bet ir repeticijų metu matomas progresas: *„Žinoma. Jeigu renkam sėkmės situacijas ir paauglėm gerai pasiseka, tai čia vienareikšmis pasitikėjimas savimi. Taip pat ir pamokų metu, jeigu viskas pasiseka, ką jos jaučia ir mato savo progresą. Progresas ir koncertinė veikla sakyčiau labai didina pasitikėjimą savimi. (P6).* Svarbu pastebėti, kad progresą mato ne pats pedagogas, o patys mokiniai, kurie gali jį pastebėti ir įvardinti. Apžvelgtuose pedagogų pasisakymuose buvo pastebėtas ne vienas laisvosios ugdymo paradigmos ir šiuolaikinio mokytojo bruožas.

Kita subkategorija *asmenybės augimas* atskleidė, kad vokalinė veikla mokinius skatina ne tik pasitikėti savimi, bet ir ugdyti saviraišką, bei gauti emocinio palaikymo iš pedagogo, tai būtina sąlyga, ypač tiems paaugliams kurie susiduria su sunkumais šeimoje ar mokykloje: *„Tai tikrai taip, nes kiekvieną aš matau kaip asmenybę <...> kurią aš ugdau ir pastebiu asmeniškai. Dažnai tie vaikai ateina su nepasitikėjimu savimi, savivertės trūkumais, šeimos problemomis, tėvų skyrybom, draugų apkalbom, blogų pažymių turėjimu mokykloje ir pan. Ir aš kiekvienam iš jų stengiuosi rasti stipriąją pusę ir tada jie auga, pradeda pasitikėti savimi.“ (P4).* Analizuojant gautą atsakymą pastebėta pedagogės sąsaja su laisvąja ugdymo paradigma, kadangi pedagogė iš paauglių siekia ne tik atliktos teisingos vokalinės technikos, bet ir emocinės savivokos. Individualus ugdančiojo dėmesys padeda mokinio asmenybės augimui, tobulėjimui, saviraiškai ir savistabai.

Analizuojant gautus pedagogų pasisakymus, išryškėjo trečioji subkategorija *kompleksinis poveikis*, kadangi vokalinio ugdymo metu stiprinama ne tik psichologinė paauglio būseną, bet ir fizinė sveikata: *„Netgi labai <...>. Kai ruošiesi tam dainavimui tu esi įtrauktas į teigiamas emocijas, kurios tuo sunkiu paauglystės metu leidžia išgyventi lengviau, tai vokalinės tos pamokos manau labai tiek psichologiškai, tiek fiziškai padeda, supranti mes ir pilvo pratimus darom“ (P7).* Vadinas, paaugliai lankantys dainavimo užsiėmimus, sudėtingu paauglystės laikotarpiu gali užsiimti savirealizacija, plėsti saviraišką, o tam tikrų pratimų pagalba gali stiprinti fizinę sveikatą.

Ketvirtojoje subkategorijoje *saugumas, bendraamžių palaikymas* pastebima kitos tyrimo dalyvės nuomonė, kad paaugliai lankantys neformaliosios veiklos kolektyvą jaučia bendrystės jėgą ir palaikymą: *„Vienareikšmiškai padeda, todėl, kad pasitikėti savimi kada tu kolektyve*

dainuoja, yra žymiai lengviau, nes tu ne vienas neši tą naštą. Pirmieji žingsniai einant su kolektyvu į sceną padrąsina būti labiau pasitikinčiais savimi ir ateityje galbūt tu vienas išėsi į sceną, o ne su kolektyvu“ (P3). Galima manyti, kad vokalinė veikla paaugliams suteikia ne tik pasitikėjimo savimi, bet skatina asmenybės augimą, suteikia saugumą, kolektyvo draugų palaikymą, bei motyvaciją.

Taigi, apibendrinant galima teigti, kad ankstyvieji paaugliai susiduria su įvairiomis emocijomis, kurios būna skirtingos tiek repeticijų, tiek koncertinių pasirodymų metu. Koncertuose paaugliai jaudinasi, nerimauja, baiminasi, kas yra natūralu ir normalu, o sėkmingi pasirodymai kelia motyvaciją daugiau dainuoti ir tobulėti. Repeticijų metu vyrauja pozityvesnės emocijos, kadangi paauglius ramina saugi aplinka, tačiau patyrę pedagogai kartais į repeticijas pasiklausyti dainuojančių paauglių pasikviečia žmonių iš šalies, kas suteikia mokiniams motyvacijos parodyti kuo geresnį rezultatą. Būtina pažymėti, kad pedagogams svarbu empatiškai atsižvelgti į jautrių paauglių emocijas ir emociškai palaikyti sunkiomis dienomis. Pedagogams reflektuojant pasirodymą rekomenduojama atvirai išsakyti nesėkmes ir skatinti ugdytinius tai priimti kaip natūralią mokymosi proceso dalį. Taip pat pažymėtina, aptarti ne tik vokalinę techniką, bet ir mokinių paklausti apie emocinį grįžtamąjį ryšį, siekiant mokinį pačiam susidaryti išvadas, o tai skatina mokinio asmenybės formavimąsi. Pastebėta, kad daugelio pedagogų pasisakymai atitinka laisvosios ugdymo paradigmos ir šiuolaikinio pedagogo koncepciją.

Paskutiniojoje kategorijoje būtina išanalizuoti informantų naudojamus metodus motyvuojant ankstyvuosius paauglius. Tyrimo dalyvėms buvo užduotas paskutinis interviu klausimas: kaip motyvuojate ankstyvuosius paauglius užsiimti vokaline veikla? Gauti atsakymai buvo suskirstyti į 1 kategoriją *paauglių vokalinės veiklos motyvacija* ir 4 subkategorijas 1) *motyvacija dėl artėjančių pasirodymų*; 2) *pedagogo asmenybė*; 3) *emocijų raiška ir bendrystė*; 4) *savimotyvacija*. Analizuojant tyrimo duomenis buvo gauti šie atsakymai, kurie pateikti 13 lentelėje.

13 lentelė. **Paauglius motyvuojantys veiksniai užsiimti vokaline veikla**

Kategorija	Subkategorija	Iliustruojantys teiginiai
PAAUGLIŲ VOKALINĖS VEIKLOS MOTYVACIJA	motyvacija dėl artėjančių pasirodymų	„Motyvuojau per tai, kad bus koncertas, bus kažkokie konkursai“ (P6).
	pedagogo asmenybė	„Manau, kad vadovas yra pagrindinis traukos centras, kas gali paskatinti mokinius ateiti ir lankyti užsiėmimus“ (P3).
	emocijų raiška ir	„<...> bendrystė, draugystė, ne tik dainavimas“ (P7).

	bendrystė	
	savimotyvacija	„Nereikia man motyvuoti paauglių lankyti užsiėmimų“ (P5).

Paskutiniojoje kategorijoje *paauglių vokalinės veiklos motyvacija* pirmoji subkategorija – *motyvacija dėl artėjančių pasirodymų*. Tyrimo metu, apklausti informantai apibrėžė koncertinius pasirodymus, kuris yra svarbiausias aspektas prisidedantis prie paauglių motyvacijos užsiimti vokaline veikla: „Motyvuoju per tai, kad bus koncertas, bus kažkokie konkursai“ (P6); „<...> ta motyvacija būtų festivaliai, konkursai, koncertiniai pasirodymai“ (P7); „Žinoma, kad geriausia mokinių motyvacija yra koncertai, pasirodymai“ (P5). Pedagogė akcentuoja, kad koncertiniai pasirodymai skatina ugdytinius turėti konkrečią kryptį ir laikytis užsibrėžtų tikslų: „<...> mes turime renginių, konkursų, kuriems mes pastoviai ruošiamės <...> mes visada turėjome planų ir esame labai motyvuoti.“ (P3). Galima manyti, kad tokiu būdu yra ugdoma paauglių atsakomybė, o koncertiniai pasirodymai įprasmina vokalinę veiklą.

Interviu metu informantės pasidalino nuomone, kad mokinių motyvaciją lankyti vokalius užsiėmimus skatina juos traukianti pedagogo asmenybė, bei kuriamas artimas tarpusavio ryšys. Analizuojant gautus rezultatus, buvo išskirta antroji subkategorija – *pedagogo asmenybė*. Šioje subkategorijoje išryškėja reikšminga pedagogo, kaip autoriteto, lyderio vaidmuo: „<...> mokytojas yra tas kuris geba būti lyderiu ir draugu <...> Manau, kad vadovas yra pagrindinis traukos centras, kas gali paskatinti mokinius ateiti ir lankyti užsiėmimus“ (P3). Kitame tyrimo dalyvės pasidalijime išryškėja nuomonė, kad pedagogas motyvuoja paauglius užsiimti vokaline veikla būdamas empatiškas ir kuriantis saugią erdvę mokiniams: „<...> tai aš stengiuosi sukurti tą jaukią atmosferą, kad paauglys jaustųsi gerai, aš tokia esu, kad po kiekvieno mūsų pasirodymo, kai vyksta aptarimas, tai aš prinešu visokių saldainių, mes sėdim, valgom ir aptariam. <...> „Tai aš visada „einu“ per emocijas, jeigu paauglys jaučiasi gerai tai jis visada norės pas tave ateiti“ (P2). Vadinasi, pedagogas kuriantis draugišką, patikimą, saugų, jaukų ir atvirą ryšį su mokiniu visada bus traukos objektas.

Trečiojoje subkategorijoje *emocijų raiška ir bendrystė* informantų pasisakymuose išryškėjo paauglių motyvacija, kadangi jeigu jie jaučiasi mokykloje atstumti, tai lankant neformaliosios veiklos užsiėmimus gali susirasti draugų, patirti bendrystę, jaustis priimtam, kartu koncertuoti, gauti palaikymo iš bendraminčių ir pedagogo: „Tarkim, jeigu paaugliai mokykloje nelabai draugauja su klase, tai čia randa kompaniją bendraminčių, tarsu užuovėjos kampelį, su kuriais gali būti ir daryti vat gražius dalykus, dainuoti, muzikuoti, judėti, koncertuoti.“ (P5); „<...> bendrystė, draugystė, ne tik dainavimas“ (P7). Vyrauja kita nuomonė, kad yra paauglių, kurie nesiekia ateityje tapti dainininkais ir vokalinę veiklą lankantys dėl to, kad galėtų išlieti

susikaupusias emocijas: „*Individualiai pagal kiekvienos paauglės tikslus, <...> jeigu ji nenori nei koncertuoti, ten dainininkė būti nenori, tiesiog eina kaip į terapiją, išsikrauti emocijas, tai tada motyvuojų, daugiau per emocijų raišką*“ (P6). Taigi, paauglių motyvacija priklauso nuo individualių tikslų, vieni lanko kolektyvinius užsiėmimus siekiant bendrystės, o kiti – dėl emocinio atsipalaidavimo.

Analizuojant gautus rezultatus, buvo išskirta paskutinioji subkategorija – *savimotyvacija*. Tyrimo dalyvės pasidalino požiūriu, jog nereikia skatinti paauglių lankyti neformaliosios veiklos užsiėmimus, kadangi jie ir taip motyvuoti: „*Kad kažkaip versčiau ar motyvuočiau juos, tai nėra tokio dalyko, jie patys iš savęs nori, patys ateina*“ (P1); „*Nereikia man motyvuoti paauglių lankyti užsiėmimų*“ (P5); „*Aš turiu tokį džiaugsmą, kad pas mane ateina tik motyvuoti paaugliai, nes jie dar moka už tai pinigus*“ (P4). Šie teiginiai reiškia, kad neformaliojoje veikloje dainuojantys paaugliai užsiėmimus lanko savo noru ir nėra skatinami išorinių aplinkybių. Analizuojant gautus atsakymus pastebėta, kad šie teiginiai atitinka laisvosios ugdymo paradigmos aspektus, kuri grįsta ugdytinio asmenybės saviraiška, kadangi pedagogas įkvepia, o ne „motyvuoja per prievartą“ paauglius užsiimti vokaline veikla. Pažymėtina, kad savarankiškas paauglių pasirinkimas lankyti vokalinę veiklą stiprina jų atsakomybės jausmą ir prisideda prie asmenybės brandos formavimosi.

Apibendrinus paskutiniąją kategoriją galima daryti prielaidą, kad paauglius motyvuojantys veiksniai užsiimti vokaline veikla priklauso nuo artėjančių sceninių pasirodymų, pedagogo asmenybės ir jų kuriamo artimo emocinio ryšio, su bendraamžiais kuriama bendrystė bei savimotyvacija. Koncertinė veikla skatina paauglius prisiimti atsakomybę už savo veiksmus ir įprasmina repeticijų laiką, siekiant parodyti rezultatą. Pedagogas, kuriantis ryšį ir mokantis kurti patikimą, jaukią, saugią atmosferą, tampa motyvacijos šaltiniu. Lankydami neformaliosios veiklos kolektyvus paaugliai gali susirasti bendraminčių, patenkinti emocinius ir socialinius poreikius. Pažymėtina, kad dalis paauglių vokalinio ugdymo užsiėmimus renkasi savarankiškai, o tai rodo jų savarankišką saviraiškos puoselėjimą ir asmenybės brandą.

Atliktu tyrimu buvo siekta išnagrinėti dirbančių pedagogų požiūrį į ankstyvųjų paauglių (5 – 8 klasių) vokalinio ugdymo specifiškumą ir atskleisti pedagogų nuomonę į vokalinio ugdymo galimybes neformaliojoje muzikinėje veikloje. Tyrimas atskleidė, kad informantės pripažįsta ir supranta ankstyvųjų paauglių jautrumą emociniams, fiziologiniams, bei balso aparato pokyčiams. Balso mutacijos laikotarpis pasireiškia tiek merginoms, tiek vaikinams, jų balso stygos storėja ir ilgėja, šiuo metu rekomenduotinas individualus pedagogo dėmesys, taikyti specializuotus, balsą tausojančius vokalinio ugdymo metodus. Pažymėtina, jog paauglystėje sustiprėja paauglių jautrumas, būdingi nuotakų svyravimai, tapatybės ir saugios aplinkos

paieškos. Tyrimo dalyvės pastebėjo, kad ankstyvieji paaugliai pasižymi noru turėti tvirtą emocinį ryšį su pedagogu, o pasitikėjimu grįstas santykis, koncertinė veikla ir siekimas būti bendruomenės dalimi, skatina jų motyvaciją lankyti užsiėmimus. Pedagogių nuomone, neformalioji muzikinė veikla lavina ne tik ugdytinių muzikinius gebėjimus, bet ir leidžia užmegzti socialinius ryšius, patirti bendrystę bei sulaukti bendraminčių pripažinimo. Pastebėta, kad vokalinį ugdymą lankantys mokiniai, patyrę sėkmingus sceninius pasirodymus, ima labiau pasitikėti savimi, yra linkę geriau suvokti save ir kitus, mokosi emocijas išreikšti per muziką, ugdo atsakomybę, kritinį bei refleksyvų mąstymą. Informančių požiūris atskleidžia laisvosios ugdymo koncepcijos ir šiuolaikinio pedagogo bruožus, kadangi ugdymasis orientuotas į mokinio asmenybės formavimą, siekiant suprasti paauglio emocijas, poreikius. Šis požiūris leidžia atsiskleisti mokinio individualumui, skatinti vidinę motyvaciją formuojančią paauglio asmenybės brandą.

DISKUSIJA

Ankstyvųjų paauglių vokalinio ugdymo(si) ypatumus neformaliojoje muzikinėje veikloje tirti buvo pasirinktas kokybinis tyrimas, pasitelkiant iš dalies struktūruotą interviu metodą. Šio tyrimo metu buvo išanalizuotas pedagogų požiūris į paauglių vokalinio ugdymo specifiškumą lankant neformaliąją veiklą. Ankstyviesiems paaugliams vykstanti balso mutacija, kelia daug iššūkių ir jos metu reikėtų naudoti specialius vokalinio ugdymo metodus, bei balsą tausojančius pratimus. Pasitvirtino teorinėje dalyje aprašyti vokaliniai pratimai balso mutacijos periodu: Kiušaitė (2019), Bacytė (2019) ir kt. rekomenduoja vokalius įsidainavimo pratimus pradėti viso kūno tempimu, veido apšildymo masažu. Įsidainavimą pradėti nuo lengvų, nesudėtingų pratimų. Tyrimo metu, informantų pasidalinimuose buvo užfiksuoti paauglių psichosocialiniai faktoriai, pasireiškiantys stipriais nuotaikų svyravimais, nepastoviais jausmais ir emocijomis. Tai taip pat pasitvirtino teorinėje dalyje nagrinėtas Petrulytės (2003) mokslinis šaltinis, kuri aprašė, kad ankstyvosios paauglystės emocinei raidai būdingas padidėjęs jautrumas, jausmų nepastovumas, bei nuolatinis nerimas dėl įvairių ir ne visai svarbių dalykų. Slušnys ir Šukytė (2014) išskyrė 5 pagrindinius jausmus kurie būdingi paauglystėje: pyktis, drovumas, baimė ir nerimas, liūdesys.

Vykdamas tyrimą nekilo sunkumų bendraujant su tyrimo dalyviais, jie noriai diskutavo ir atsakė į užduotus klausimus, susijusius su vokaliniais metodais balso mutacijos laikotarpiu, balso sandara, psichosocialiniais faktoriais, dainuojamuoju repertuaru, paauglių motyvacija. Gautuose pedagogų atsakymuose išryškėjo požiūris, kad vokalinė veikla be abejonės padeda paaugliams įgyti pasitikėjimo savimi, skatina saviraišką, kūrybiškumą, kelia motyvaciją, o dalyvaujant koncertinėje veikloje mokiniai prisideda prie kultūrinio gyvenimo.

Deja, vykstant ryškiai ankstyvųjų paauglių balso mutacijai, muzikos pedagogai susiduria su tinkamo repertuaro stoka. Todėl išanalizavus tyrimo duomenis galima manyti, kad, reikėtų kuo daugiau kompozitoriams kurti kūrinių siauresniems diapazonams, kurie tiktų ankstyviesiems paaugliams balso mutacijos laikotarpiu.

Apibendrinus tyrimo rezultatus galima teigti, kad paauglių vokalinis ugdymas neformaliojoje muzikinėje veikloje apima ne tik muzikinių įgūdžių ugdymą, bet ir skatina mokinių saviraišką, vaizduotę, kūrybiškumą, plečia asmeninę, koncertinę, bei kultūrinę patirtį, o dainuojantys kolektyve paaugliai gali socializuotis bendrystėje.

IŠVADOS

1. Mokslinės literatūros analizė atskleidė, kad vokalinis ugdymas yra muzikinio ugdymo dalis, daranti didelę įtaką muzikiniam asmenybės ugdymui. Vokalinis ugdymas gerina širdies, plaučių, smegenų veiklą, lavina atmintį, skatina labiau pasitikėti savimi, šalina toksinus, stresą ir įtampą. Dainavimas ramina žmogaus sielą ir kūną, galima lengviau išreikšti savo mintis ir emocijas, lavina kūrybiškumą, vaizduotę, paaugliai mokosi sutelkti dėmesį, įsiklausyti į save ir išgirsti kitus. Vokaliųjų pratimų pagalba galima lavinti diapazoną, mokytis tiksliai intonuoti, pataisyti kalbos defektus, paryškinti tartį.
2. Lytinio brandimo metu ankstyvieji paaugliai patiria reikšmingą fizinių, emocinių ir psichologinių pokyčių laikotarpį, kuris turi įtakos jų elgesiui ir savybėms. Paaugliams keičiasi ir auga kūnas, kaulėja skeletas, stiprėja raumenų aparatas, didėja širdis, galūnės, kartu kinta ir storėja balso stygos. Atsiranda brandesnis suvokimas, kitoks požiūris į išylančias problemas, paaugliai tampa jautresni žodžiams, aplinkai, yra labiau priklausomi nuo bendraamžių nuomonės.
3. Ankstyvųjų paauglių vokalinio ugdymo specifiškumas pasireiškia tuo, kad ugdytiniais prasideda balso mutacija, kuri yra natūrali brandimo dalis. Tuo metu paaugliams auga gerklos, balso stygos storėja ir ilgėja, todėl keičiasi balso aukštis ir kokybė. Neformaliojoje muzikinėje veikloje dainuojantys ankstyvieji paaugliai patenkina saviraiškos bei pripažinimo jausmus, tobulina savo muzikinius įgūdžius, gali socializuotis bendrystėje, mokytis dirbti komandoje, plėsti koncertinę ir asmeninę patirtį dalyvaujant įvairiuose koncertuose, tarptautiniuose konkursuose ir festivaliuose.
4. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad paauglių neformalusis muzikinis ugdymas pasižymi specifiniais iššūkiais, susijęs su nepastoviomis emocijomis, psichosocialiniais faktoriais ir fiziologiniais pokyčiais. Balso mutacijos laikotarpiu rekomenduotinas individualus pedagogo dėmesys, taikyti specializuotus, balsą tausojančius vokalinio ugdymo metodus. Tyrimo dalyvių nuomone, neformalioji muzikinė veikla lavina ne tik ugdytinių muzikinius gebėjimus, bet ir leidžia užmegzti socialinius ryšius, patirti bendrystę bei sulaukti bendraminčių pripažinimo. Pastebėta, kad mokiniai, patyrę sėkmingus sceninius pasirodymus, ima labiau pasitikėti savimi, o vykdant vokalinę veiklą paaugliai geriau išreiškia save, ugdo atsakomybę, kritinį, bei refleksyvių mąstymą.

LITERATŪROS SĄRAŠAS

Aidukas, R. (2017) Vaikų ir paauglių vokalinio ugdymo Lietuvos muzikos mokyklose aspektai. Didaktika-Mokykla-Visuomenė. <https://etalpykla.lituanistikadb.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2015~1508327906959/J.04~2015~1508327906959.pdf>

Aidukas, R. (2003) Vaikų ir paauglių balsų ypatumai. https://www.academia.edu/43651162/Vaik%C5%B3_ir_paaugli%C5%B3_bals%C5%B3_ypatu_mai Vilnius

Anisko, D. (2019) Sąmoningas dainavimas: balso lavinimo pratimai. https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:HtEEwA4tLtsJ:scholar.google.com/+samoningas+dainavimas:&hl=lt&as_sdt=0,5 Vilnius

Aputytė, V. (2020) Vokalinio ugdymo turinys skirtingose ugdymo pakopose: mokytojų ir mokinių požiūrio analizė. <https://epublications.vu.lt>

Aramavičiūtė, V. (1998) Ugdymo samprata. Mokomoji priemonė. Vilniaus universiteto leidykla, Vilnius.

Argustienė I. (2003) *Dainavimo mokymo aktualijos*. Vaikų meninė saviraiška: III mokslinės praktinės konferencijos pranešimai: – Vilnius: Vilniaus M. Dobužinskio vid. m-l.

Bacytė M. (2018) *Jaunių choro balsų lavinimo ypatumai: praeityje ir dabartyje*. Magistro tiriamasis darbas. <https://gs.elaba.lt/object/elaba:27752294/27752294.pdf>

Balčytis E. (2009) *Dainavimas Lietuvoje: paveldas, tradicijos, dabarties situacijos, problemos ir perspektyvos*. Kūrybos erdvės Nr. 11. Šiaulių universitetas. <https://etalpykla.lituanistika.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2009~1367169303737/J.04~2009~1367169303737.pdf>

- Bennett G. (2017) *The Science of Singing: A Voice Lesson from Anatomy and Physiology*.
https://digitalcommons.cedarville.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1398&context=research_scholarship_symposium
- Bitinas B. (2000) *Ugdymo filosofija*. Vilnius: Enciklopedija.
- Bruzgelevičienė R; Žadeikaitė L. (2008) *Ugdymo paradigmos kaita: XX – XXI a. sandūroje – unikalus Lietuvos švietimo istorijos reiškiny.* Pedagogika
- Budinavičienė R. (2005) *Kaip gyveni, dainele?* Vaikų vokalo lavinimas. Dainos. Leidykla Lucilijus
- Bulotaitė, L. (1995) Apie moksleivių savęs vertinimą.
- Čerkauskas, G., ir Vaišnoraitė, J. (2000). *Mano pirmasis dienoraštis*. Kaunas: Leidybos ir informacijos centras „Už gyvybę“. <https://www.ipi.lt/institutas/wp-content/uploads/2015/04/raidos-psichologijos-konspektas.pdf>
- Dudnikienė L. (2022) *Tarpkultūrinio ugdymo galimybės neformaliąja muzikine veikla: Enden-du muzikos studijos atvejis*. Magistro darbas. <https://talpykla.elaba.lt/elaba-fedora/objects/elaba:192964084/datastreams/MAIN/content>
- Duoblienė L. (2003) *Mokytojo samprata šiuolaikinėje ugdymo filosofijoje*. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistika.lt/fedora/objects/LT-LDB-0001:J.04~2003~1367177148840/datastreams/DS.002.0.01.ARTIC/content>
- Gedvilaitė, Ž. (2019) *Balso kokybę formuojančių metodų sistema*. Liucijus, Šiauliai
- Grigienė, Z., Lasauskienė, J. (2012) *Didaktiniai dainavimo ir akompanimento pagrindai*. Lietuvos edukologijos universiteto leidykla, Vilnius

Hoffmann, J. (2012) *Characterization of the vocal aspects of a choir of children and teenagers.*

<https://www.scielo.br/j/rcefac/a/wJgLDgJvVtZqxDgKMtFqWRq/?format=pdf&lang=en>

Jareckaitė S. (2008) *Aukštesniųjų klasių mokinių muzikinis – estetiškas ugdymas choroje.* SSN 1392–5016. <https://www.zurnalai.vu.lt/acta-paedagogica-vilnensia/article/view/7499/5381> ACTA PAEDAGOGICA VILNENSIA.

„Jaunystės šėlsmas“ (2025) Saulės vasaros koncertai. <https://www.saule.lt/renginys/renginiai/jaunystes-selsmas-saules-vasaros-koncertai-2025/>

Jucevičiūtė-Bartkevičienė, V. (2010) *Vokalinio ugdymo ypatumai.* <https://talpykla.elaba.lt/elaba-fedora/objects/elaba:4268356/datastreams/MAIN/content> Vilniaus pedagoginio universiteto leidykla, Vilnius.

Jucevičiūtė-Bartkevičienė, V. (2015) *Vaikų vokalinis ugdymas ikimokykliniame amžiuje.* <https://portalcris.vdu.lt/server/api/core/bitstreams/5c3a7e96-4070-40e1-ab7e-d07fc8163483/content> Lietuvos edukologijos universiteto leidykla, Vilnius.

Kardašienė A. (2023) *Gimnazijos įtraukiosios kultūros kūrimas neformaliąja muzikine veikla,* Prieiga per internetą: <https://talpykla.elaba.lt/elaba-fedora/objects/elaba:178817644/datastreams/MAIN/content> Daktaro disertacija, Vilnius.

Kardelis K. (2002) *Mokslinių tyrimų metodologija ir tyrimai.* Magistro darbas, Vilnius. <https://www.scribd.com/doc/37948910/K-Kardelis-Mokslini%C5%B3-tyrim%C5%B3-metodologija-ir-metodai> 2-asis leidimas, Šiauliai.

Kazlauskaitė G. (2019) *Balso aparatas: taisyklingas jo valdymas, balso higiena.*

Kiušaitė, J. (2019) *Balso sutrikimai ir jų įveikimas.* https://www.versme.lt/e_knygos/Balso-sutrikimai-ir-ju-iveikimas_J.Kiusaite.pdf „Versmės“ leidykla.

Kirliauskienė, R. (2005). *Muzikos mokytojo savireguliacija*. Vilnius.

Neformalioji vaikų švietimo koncepcija (2023) <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.269178/asr>

Newble, David; Robert Cannon. (2002). *A Handbook for Medical Teachers*, New York: Kluwer academic publishers.
https://iamj.in/KAYA_CHIKITSA/images/upload/A_Handbook_for_Medical_Teachers.pdf

Nogueras E. (2024) *The Middle School Developmental Vocal Methodology: A Middle School Vocal Music Instructional Methodology - The Vocal Pedagogy Branch*. Lynchburg, VA
<https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=6715&context=doctoral>

Kauno 1-osios muzikos mokyklos formalųjį švietimą papildančio pagrindinio muzikinio ugdymo chorinio dainavimo programa (2020) <https://www.pirmamuzikos.lt/wp-content/uploads/2023/09/K1MM-FSPU-pagr.-ugd.-chor.-dainavimo-programa.pdf>

Kontrimas V. (2013) *Teatro raiškos ugdymas Saviruoša, vaidmens kūrimas, užduočių atlikimas. Metodinė priemonė*. Lietuvos edukologijos universiteto leidykla, Vilnius.
<https://talpykla.elaba.lt/elabafedora/objects/elaba:19519756/datastreams/MAIN/content>

Legkauskas, V. (2013) *Vaiko ir paauglio psichologija*. Leidykla Vaga. Vilnius.

Lietuvos vaikų ir moksleivių televizijos konkurso „*Dainų dainelė*“ nuostatai. (2017) PATVIRTINTA Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2017 m. lapkričio 28 d. įsakymu Nr. ISAK-945.
https://dainudainele.lt/uploads/Nuostatai_ir_kiti_dokumentai/Dainu_dainele_Nuostatai.pdf

Masienė, V. (2009). „*Chorvedybos pagrindai*“ (konspektas). Kaunas.

Matonis A. (2003). *Dainavimas – neblėstanti muzikinio ugdymo aktualija*. Šiauliai.

Matonis, V. ir Pečeliūnas, R. (2000) *Vaikų muzikinės vokalinės kultūros ugdymas*. Šiaulių universitetas. ISSN 1392-0340

Mažeikienė, V. (2019) *Kai augti sunku. Vaikų ir paauglių psichologinės problemos ir jų sprendimo būdai*. NBDB Vilnius: „Tyto alba“

Mickūnaitė E. (2004) *Mokymosi visą gyvenimą plėtra ir politika*. Acta Paedagogica Vinensia.

Miknaitytė Dovilė (2020) *Projektinė veikla neformaliajame muzikiniame ugdyme. Jaunųjų mokslininkų darbai. Nr. 50 ISSN 1648-8776* doi: <https://doi.org/10.21277/jmd.v50i1.288>

Girdzijauskas A., Jankevičienė Ž., Turlienė J., Vaginis U., Velička E. (2024) *Pagrindinio ugdymo muzikos bendrojo ugdymo programos įgyvendinimo rekomendacijos*. <https://emokykla.lt/metodine-medziaga/medziaga/perziura/125?r=1>

Muzikos talentų lyga. <https://muzikostalentulyga.lt/apie/>

Pečeliūnas R. (2003). *Vaikų vokalinės kultūros ugdymas chore*. Šiauliai.

Pečeliūnas, R. (2011) *Taisyklingo kvėpavimo elementorius dainininkams, kalbėtojams*. Leidykla Lucilijus.

Petrulytė, A. (2003). *Jaunesniojo paauglio socialinė raida*. Vilnius: Presvika.

Petrulytė, A. (2012). *Paauglio psichosocialinė raida: mokymo priemonė*. Vilnius: Edukologija.

Piščalkienė, V. (2019) *Praktiniai patarimai tėveliams, auginantiems negalią turintį vaiką*. https://dspace.kaunokolegija.lt/bitstream/handle/123456789/2743/Praktiniai%20patarimai%20teveliam_web_Vitae_litera.pdf?sequence=1#page=86 Kauno kolegija, NBDB.

Pitone, M. (2021) *Your child's changing voice*. <https://kidshealth.org/en/parents/changing-voice.html?fbclid=IwAR0ijXLS1dsS7LB8ZJIw9b5D6T7EYFpUV3GX5taQpNwPvNZIkkpyyFhv7o>

Puslienė, V. (2001). „*Vokalo pratybos vaikų chorui*“. Klaipėda: Klaipėdos universiteto leidykla.

Rauduvaitė, A. ir Virganičiūtė, Ž. (2015) *Ikimokyklinio amžiaus vaikų lyderystės raiškos muzikinėje veikloje ypatumai*. <https://gs.elaba.lt/object/elaba:2158349/2158349.pdf> Vytauto Didžiojo universitetas, Švietimo akademija.

Razulevičiūtė, G. (2013) *Jaunesnių paauglių muzikinių orientacijų ugdymas*. https://www.vdu.lt/cris/bitstream/20.500.12259/117250/1/gintare_razuleviciute_md.pdf Vilnius.

Rinkevičius, Z. (2005) *Muzikos pedagogika*. Klaipėdos universiteto leidykla.

Rinkevičius, Z., & Rinkevičienė, R. (2006) *Žmogaus ugdymas muzika*. S. Jokužio leidykla – spaustuvė. Klaipėda.

Rogers, A. (2014). *The Base of the Iceberg. Informal Learning and Its Impact on Formal and Non-formal Learning*. <https://library.oapen.org/bitstream/handle/20.500.12657/29434/9783847402589.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rupšienė, L. (2000) *Nenoras mokyti: socialinis pedagoginis reiškiny*s. Klaipėda.

Selye, H. (1956) *The Stress of life*. New York.

Skukauskienė, V. (2005) *Mokinių popamokinė veikla – dainavimo įvairovė*. Muzikos atlikėjo ir pedagogo kūrybinė ir sociokultūrinė veikla. Panevėžys.

Slušnys, L. ir Šukytė, D. (2014) *Dėmesio: paauglystė: tėvų knyga*. Vilnius: Tytoalba.

Sodeika A. K. (1968) *Sveikas ir gražus balsas*. Leidykla „Mintis“.

STAKAUSKAITĖ L. (2014) *Mokinių lyderystės gebėjimų skatinimas muzikine projektine veikla neformaliajame ugdyme*. Magistro projektas.
<https://www.vdu.lt/cris/entities/etd/42978247-1592-417e-888d-c4a056321b88>

Tarptautinio vaikų ir jaunimo chorų festivalio „*Canticum iuvenum*“ baigiamasis koncertas.
https://filharmonija.lt/mediateka/50/i-tarptautinio-vaiku-ir-jaunimo-choru-festivalio-canticum-iuvenum-baigiamasis-koncertas/event-316?utm_source=chatgpt.com

Totoraitis R; Tarasevič I. (2009) *Mokymosi visą gyvenimą strategija požiūrių įvairovė*. Vilnius: Efrata leidykla.

Vaigauskienė D. (2005) *Balso lavinimo technika*. Klaipėdos universiteto leidykla

Vainauskienė, T (2004) *Dainavimo pagrindų formavimas*. Vilnius: Lietuvos muzikos akademija.

Weinrich, B., Brehm, S. B., LeBorgne, W., Eanes, C., Zacharias, S., Beckmeyer, J., Hughes, M., Alarcon, de A. (2020) *Perceptual Measures of Boychoir Voices During the Phases of Pubertal Voice Mutation*. *Journal of Voice*. 142.e1–142.e8.
<https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2020.04.002>

Žukauskienė, R. (2012). *Raidos psichologija: integruotas požiūris*. Vilnius: Margi raštai.

8 – asis Lietuvos muzikos patriarcho Juozo Naujalio tarptautinis chorų festivalis ir konkursas. <https://choras.lt/index.php/2025/01/28/8-asis-lietuvos-muzikos-patriarcho-juozo-naujalio-tarptautinis-choru-festivalis-ir-konkursas/>

PRIEDAI

1 priedas.

Tyrimo klausimai neformaliosios veiklos pedagogams

1. Kokius vokalinio ugdymo metodus taikote dirbant su paaugliais? Ar taikote inovacijas?
2. Ar aptariate su paaugliais balso aparato sandarą ir jo pokyčius mutacijos laikotarpiu?
3. Kokius balso pokyčius pastebite paauglių mutacijos periodu? Kokius darbo metodus taikote šiuo laikotarpiu?
4. Su kokiais psichosocialiniais faktoriais susiduriate dirbdami neformaliojoje veikloje ugdant 5 – 8 klases? Kaip juos sprendžiate?
5. Kokiais kriterijais vadovaujatės renkant koncertinį repertuarą?
6. Kokias paauglių emocijas pastebite koncertinių pasirodymų ir repeticijų metu? Ar aptariate sėkmes ir nesėkmes?
7. Kaip manote, ar padeda vokalinis ugdymas paaugliams įgyti pasitikėjimo savimi? Kodėl?
8. Kaip motyvuojate paauglius užsiimti vokaline veikla?