

Vilma PALIAUKIENĖ, Antanas KAIRYS

# Muzikos atlikimo patirties ir lyties sąsajos su atlikimo nerimu

*Music Performance Experience and Gender Links with Performance Anxiety*

## Anotacija

Straipsnyje ieškoma muzikos atlikimo patirties ir lyties sąsajų su muzikos atlikimo nerimu, atsižvelgiant į šiuos veiksnius: klausytojų auditoriją, įvairių muzikos atlikimo veiklą, planus koncertuoti ateityje, savęs kaip atlikėjo vertinimą ir pažymių vidurkį. Tyrime dalyvavo 112 profesionalių muzikos atlikėjų (76 pianistai ir 36 chorvedžiai). Duomenys rinkti naudojant Spielbergerio asmenybinio nerimastingumo skalę, Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyną ir anketą. Išanalizavus duomenis, rastas muzikos atlikimo nerimo ryšys su nerimu, jaučiamu skirtingose klausytojų auditorijose, muzikos atlikimo veikla, savęs kaip atlikėjo vertinimu, pažymių vidurkiu. Iširta, kad respondentai, ketinantys siekti profesionalaus muzikanto karjeros, patiria mažesnį nerimą nei tie, kurie koncertuoti nebeplanuoja ar dar nėra apsisprendę. Skirtumų tarp pianistų ir chorvedžių patiriamos muzikos atlikimo nerimo nerasta. Nustatyta, kad muzikos atlikimo nerimas nesusijęs su muzikos mokymosi metų skaičiumi ir atlikėjo amžiumi, bet aptiktas statistiškai reikšmingas neigiamas muzikos atlikimo nerimo ir koncertinės patirties ryšys. Tyrimo rezultatai rodo, kad atliekančios muziką moterys jaučia didesnį nerimą nei vyrai.

**Reikšminiai žodžiai:** muzikos atlikimo nerimas, asmenybinis nerimastingumas, muzikinė patirtis, koncertinė patirtis.

## Abstract

The article deals with music performance experience and gender links with performance anxiety taking into consideration the following factors: the audience, various music performance activities, plans for future performance, self-evaluation of oneself as a performer and average grades. In the study, 112 professional music performers (76 pianists and 36 chorus conductors) took part. The data were collected employing Spielberger Stait-Trait Anxiety Inventory, Kenny Music Performance Anxiety Inventory and a questionnaire. Analysis of the data demonstrated links between music performance anxiety and the anxiety present in different audiences, with music performance activities, self-evaluation of oneself as a performer, and average grades. Analysis showed that the respondents who are going to embark of the career of a professional performer experience less anxiety than those who do not plan to perform in the future or have not decided yet. No differences were seen between the music performance anxiety experienced by pianists and choir conductors. It was established that music performance anxiety is not linked with the number of years of studying music and the performer's age but a statistically significant negative link between music performance anxiety and concert experience was discovered. The research results demonstrate that female performers feel greater anxiety than their male counterparts.

**Keywords:** music performance anxiety, state anxiety, music experience, concert experience.

## Įvadas

Muzikos atlikimo nerimo (MAN) tema pasaulyje dar bar tampa vis aktualesnė. Per pastaruosius dešimtmečius atlikta nemažai mokslinių tyrimų. Daug seminarų, žurnalų, konferencijų skirta psichologiniams ir medicininiam atlikimo nerimo aspektams (Valentine, 2002). Steptoe (cit. iš Papageorgi ir kt., 2007) išskiria dvi priežastis, pabrėžiančias atlikimo nerimo tyrimų svarbą ir suaktyvėjimą. Pirmiausia kalbama apie akivaizdų neadaptivityojo elgesio paplitimą prieš atlikimą, kurį sukelia nerimas. Antra, pripažįstama, kad nerimas gali turėti neigiamą įtaką ir atlikimui, ir paties atlikėjo gerovei. Andreasas Lehmannas ir kiti (2007) pažymi, kad muzikos atlikimo nerimas yra rimta ir sekinanti problema daugeliui muzikantų.

Pasaulyje atliekami įvairūs tyrimai. Ieškoma muzikos atlikimo nerimo ir motyvacijos (Elliot, McGregor, 1999), aš efektyvumo (McPherson, McCormick, 2003, 2006; Craske, Craig, 1984), perfekcionizmo (Mor ir kt., 1995; Kenny, Davis, Oates, 2004; Stoeber, Eismann, 2007) ryšio.

Tiriamos muzikos atlikimo nerimo sąsajos su lytimi (Kenny ir Osborne, 2006; Lewinsohn ir kt., 1998; Rae, McCambridge, 2004; Kokotsaki, Davidson, 2003; Abel, Larkin, 1990), atlikimo aplinka (Parasuraman, Purohit, 2000), klausytojų auditorija (LeBlanc ir kt., 1997). Matuojami fiziologiniai atlikimo nerimo rodikliai (Abel, Larkin, 1990; Craske, Craig, 1984).

Šiame straipsnyje analizuojamas mažiau mokslinėje literatūroje tyrinėtas muzikos atlikimo nerimo ryšys su patirtimi, atsižvelgiama į rečiau aptariamus veiksnius, tokius kaip įvairi atlikimo veikla, skirtinga klausytojų auditorija, savęs kaip atlikėjo vertinimas. Panaudotas pasaulyje paplitęs, bet Lietuvoje dar netaikytas instrumentas – Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimynas.

Muzikos atlikimo nerimo tyrimai gali padėti geriau suvokti jo procesus ir tuo palengvinti tinkamų įveikos būdų suradimą (Papageorgi ir kt., 2007).

**Muzikos atlikimo nerimo apibrėžimas** problemiškas ir nevienalytis. Norėdami išvengti painiavos, šiame darbe vadovausimės Diannos T. Kenny pasiūlytu MAN

apibrėžimu, bendriausiu ir veikiausiai populiariausiu, atsiaktydami scenos baimės termino kaip pernelyg siauro šiam reiškiniui apibūdinti. Anot Kenny, *muzikos atlikimo nerimas* – „pastebimas išgyvenimas ir nerimo būseną, susijusi su muzikos atlikimu, kylanti per specifinį nerimo patyrimą ir pasireiškianti emocijų, pažinimo, somatinių ir elgsenos sutrikimų simptomų deriniu“ (Kenny, cit. iš Spahn, 2009, p. 1). Šis MAN apibrėžimas neakcentuoja patologijos, taip pat jis nelaikomas veiklą optimizuojančiu veiksmu. Svarbu suprasti, kad MAN pasireiškia skirtingu stiprumu ir vienais atvejais, kai nerimo lygis žemesnis, gali padėti veiklos efektyvumui, kitais atvejais, esant aukštam nerimo lygiui, tapti gydymo reikalaujančiu sutrikimu. MAN gali būti pagrindinis (t. y. sukeltas tik muzikos atlikimo), bet dažnai jis yra komorbidiškas su kitais nerimo sutrikimais, ypač socialine fobija (Kenny, cit. iš Spahn, 2009).

Kenny muzikos atlikimo nerimo apibrėžimas grindžiamas Barlow (2000) nerimo modeliu ir integruoja trejųpažeidžiamumą: *bendrajį biologinį* (paveldimas), *bendrajį psichologinį* (pagrįstas ankstyvomis patirtimis, formuojantis kontrolės jausmui) ir *specifinį psichologinį*, kai nerimas vystosi mokymosi procese atsirandant dirgikliams, tokiems kaip atsako reakcijos ar netiesioginė įtaka (Kenny, Osborne, 2006). Remiantis šiuo modeliu, nerimas yra *somatinis* (aktyvus arba ūmus stresas, sukeliantis įvairius kūno pojūčius), *emocinis* (nerimas, baimė), *pažintinis* (neatidumas, išsiblaškymas, dėmesio koncentracijos stygius, atminties spragos), *elgesio* (techninės klaidos, atminties praradimo sukeltos atlikimo pertraukos, vengimas koncertuoti) (Kenny, cit. iš Spahn, 2009).

Barlow (2002) teigia, kad genetinio polinkio ir ankstyvų išgyvenimų gali užtekti, jog atsirastų bendras nerimo ar nuotaikos sutrikimas. O specifinis psichologinis pažeidžiamumas sudaro prielaidas specifiniams nerimo sutrikimams, tokiems kaip panika ar fobijos, pasireikšti. Pavyzdžiui, socialinis įvertinimas gali būti lydymas sustiprėjusių somatinių pojūčių, susijusių su suvokiamu grėsmės ar pavojaus padidėjimu. Dianna Kenny ir Margaret Osborne (2006) mini, kad nerimastingi jauni atlikėjai (bendrojo psichologinio pažeidžiamumo išraiška) dažnai ateina iš namų aplinkos, kur meistriškumo lūkesčiai dideli, bet trūksta paramos jo siekiant. Tokiais atvejais užtenka ankstyvo ir dažno aplinkinių ir savęs vertinimo, kad išryškėtų emociniai, elgsenos ir kognityviniai muzikos atlikimo nerimo požymiai.

Nerimą gali sukelti sąmoningi, racionalūs dalykai arba tam tikri ženklai, nesąmoningai sukeliants ankstesnius nerimą skatinančius išgyvenimus ar somatinius pojūčius (Barlow, 2002). Ankstesni nesėkmingi pasirodymai gali tapti neigtyvių potyrių pagrindu galvojant apie būsimus pasirodymus. Patyrus nesėkmę dažnai susikoncentruojama į savęs vertinimą, pakenkiantį adekvačiam galimybių susidoroti su grėsme suvokimui (Kenny, Osborne, 2006).

## Tyrimo tikslas ir uždaviniai

Šio tyrimo tikslas – išanalizuoti muzikos atlikimo nerimo sąsajas su patirtimi ir lytimi. Manytume, kad būtų prasminga iširti ne vien tik patiriamo bendro muzikos atlikimo nerimo ryšį su patirtimi ir lytimi, bet, siekiant išsamesnio suvokimo, atsižvelgti į šiuos veiksmius: klausytojų auditoriją, įvairią muzikos atlikimo veiklą, planus koncertuoti ateityje, savęs kaip atlikėjo vertinimą ir pažymių vidurkį. Taip pat svarbu išanalizuoti bendras tendencijas visoje imtyje, kad galėtume geriau suprasti MAN ir patirties bei lyties sąsajas. Kadangi muzikos atlikimo nerimui matuoti naudotas Lietuvoje dar netaikytas instrumentas – Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimynas, įvertintas ir jo validumas.

### Uždaviniai:

1. Įvertinti Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno validumą.
2. Išanalizuoti muzikos atlikimo nerimo ir atlikimo sąlygų sąsajas.
3. Nustatyti muzikos atlikimo nerimo ir patirties ryšį.
4. Palyginti vyrų ir moterų muzikos atlikimo nerimą.
5. Nustatyti savęs kaip atlikėjo vertinimo, pažymių vidurkio ir planų koncertuoti ateityje ryšį su muzikos atlikimo nerimu.
6. Palyginti pianistų ir chorvedžių patiriamą muzikos atlikimo nerimą.

## TYRIMO METODIKA

**Tiriamieji.** Tiriamaisiais buvo pasirinkti profesionalūs muzikantai – Lietuvos muzikos ir teatro akademijos atlikimo meno (fortepijono ir choro dirigavimo) studijų programų dėstytojai ir studentai. Iš viso tyrime dalyvavo 112 tiriamųjų (34 vyrai, 78 moterys) nuo 19 iki 79 metų, iš jų 76 pianistai ir 36 chorvedžiai. Fortepijono katedra dėstytojų ir studentų skaičiumi yra didesnė nei Choro dirigavimo, todėl tyrime pianistų dalyvavo daugiau nei chorvedžių. Pianistai ir chorvedžiai tirti siekiant palyginti skirtingas atlikimo formas – muzikavimą solo ir muzikavimą ansamblyje.

### Tyrimo metodai

Tyrimo naudoti trys instrumentai – Muzikos atlikimo nerimo klausimynas (*Kenny Music Performance Anxiety Inventory*, K-MPAI, 2009), Nerimo būsenos ir asmenybinio nerimastingumo skalė (*Spielberger Stait – Trait Anxiety Inventory*, STAI) ir anketa.

*Muzikos atlikimo nerimo klausimynas* sukurtas profesorės Diannos T. Kenny. Tai bene vienintelis klausimynas pasaulyje muzikos atlikimo nerimui tirti. 2004 m. pasirodė pirmoji jo versija, sudaryta iš 26 teiginių, 2009 m. išleista

Tiriamųjų grupės	Tiriamųjų skaičius	Tiriamųjų skaičius procentais (%)	Amžius		Patirtis	
			nuo – iki	M	nuo – iki	M
<b>Visi tiriamieji</b>						
Iš viso	112	100 %	19–79	28	8–72	22
Vyrai	34	30 %	19–79	33	10–72	26
Moterys	78	70 %	19–72	26	8–64	20
<b>Pianistai</b>						
Iš viso	76	68 %	19–79	29	10–72	22
Vyrai	22	20 %	19–79	33	10–72	26
Moterys	54	48 %	19–72	28	11–64	21
<b>Chorvedžiai</b>						
Iš viso	36	32 %	19–60	26	8–54	19
Vyrai	12	11 %	20–60	32	12–54	25
Moterys	24	21 %	19–39	23	8–31	16

1 lentelė. Tiriamųjų statistiniai rodikliai

nauja 40 teiginių versija. Šis klausimynas Lietuvoje dar ne-taikytas. Gautas klausimyno autorių teisių turėtojos Kenny leidimas instrumentą naudoti. Nepriklausomi vertėjai atliko atgalinį vertimą.

Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimynas buvo sukurtas siekiant nustatyti Barlow nerimo modelio (2000) tinkamumą muzikos atlikimo nerimui (Kenny, Osborne, 2006).

Dalį klausimyno teiginių autorė kūrė specialiai, dalį pritaikė iš kitų skalių taip, kad jie nukreiptų į kiekvieną iš Barlow teorinių komponentų, įskaitant teiginius apie nerimo būseną (pvz., nesuvaldomumą, nenuspėjamumą, negatyvias emocijas), dėmesio pasikeitimą (pvz., koncentravimasis užduotį, savęs vertinimą, neigiamo įvertinimo baimę), psichologinį susijaudinimą ir atminties trukdžius (Kenny, Osborne, 2006). Abiejose klausimyno versijose tiriamieji prie kiekvieno teiginio turi pažymėti atitinkamą skaičių septynbalėje Likerto skalėje nuo „visiškai nesutinku“ iki „visiškai sutinku“.

40 teiginių instrumento versija sudaryta iš 12 faktorių, sudarančių tris stambesnius antro lygmens faktorius.

1. Ankstyvųjų santykių kontekstas:
  - 1) nerimo perdavimas iš kartos į kartą,
  - 2) tėvų empatija,
2. Psichologinis pažeidžiamumas:
  - 3) depresiškumas, beviltiškumas,
  - 4) pasitikėjimas,
  - 5) kontrolės jausmas,
  - 6) persmelkiantis nerimas,
3. Proksimalinės atlikimo problemos:
  - 7) proksimalinis somatinio pobūdžio nerimas,
  - 8) jaudulys / baimė (neigiamos patirtys),

- 9) apmąstymai prieš pasirodymą ir po jo,
- 10) kruopšti savęs / kitų analizė,
- 11) atmintis,
- 12) palankios progos vertė.

**Spielbergerio nerimo būsenos ir asmenybinio nerimastingumo skalė.** Tyrime naudota lietuviška versija. 2000 m. ją parengė M. Balaisis, dalyvaujant G. Gintilienei, A. Bagdonui, M. Navickienei, G. Bijūnienei, R. Dragunevičienei. Originali versija sukurta 1970 m. C. D. Spielbergerio, R. L. Gorsucho, R. Lushene, P. R. Vaggo, G. A. Jacobso. Instrumentas sudarytas iš dviejų skalių. Kiekvienoje jų yra po 20 teiginių. Viena skalė matuoja būsenos nerimą (reaktyvų nerimą), kita – asmenybinį nerimastingumą, t. y. nerimą kaip nuolatinę žmogaus savybę. Tyrime naudota tik asmenybinio nerimastingumo skalė, nes šio tyrimo specifikai nerimo būsenos įvertinimas buvo nesvarbus. Tiriamieji prie kiekvieno teiginio turi pažymėti atsakymą 4 balų Likerto skalėje (1 – „beveik niekada“, 2 – „kartais“, 3 – „dažnai“, 4 – „beveik visada“), labiausiai apibūdinantį jausmus.

**Anketa.** Fortepijono dėstytojams ir studentams, choro dirigavimo dėstytojams ir studentams pateikiamos šiek tiek skirtingos anketos. Dėstytojų anketa sudaryta iš 8 klausimų, studentų iš 9, pridėdant klausimą apie pastarųjų trijų semestrų specialybės (fortepijono, choro dirigavimo) pažymių vidurkį. Diduma klausimų yra bendri visiems respondentams (lytis, amžius, nuo kelerių metų pradėta mokytis muzikos, kiek kartų koncertuojama per metus, ar planuojama koncertuoti ir toliau, savęs kaip atlikėjo vertinimas 6 balų skalėje nuo „puikus“ iki „prastas“, nerimo stiprumas pasirodant skirtingai auditorijai). Skiriasi paskutinis anketos klausimas,

klausiantis apie nerimavimą imantis skirtingos atlikimo veiklos. Suvienodinti šio klausimo nebuvo galimybės, nes dėstytojų atlikimo veikla skiriasi nuo studentų. Pastariesiems svarbi veikla – egzaminai, konkursai, meistriškumo kursai, dėstytojams – pasirodymai prestižinėse ir kitose salėse. Atlikimo veikla skiriasi ir nuo specializacijos. Pianistams yra svarbus rečitalis. Chorvedžiams šis klausimas netinka. Taigi atsivėlę į specifiką anketos šiek tiek skiriasi.

### Tyrimo eiga

Tiriamųjų prašoma užpildyti Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyną, Spielbergerio asmenybinio nerimastingumo skalę ir anketą. Ši medžiaga studentams dalijama per paskaitas, susitarus su dėstytojais, siekiant, kad ji visa būtų gražinta, o dėstytojams įteikiama katedroje per posėdį.

### Duomenų tvarkymas

Statistinė duomenų analizė atlikta SPSS (statistinio paketo socialiniams mokslams) 17.0 versija. Skaičiuota aprašomoji statistika. Kintamųjų susietumui įvertinti taikytos Pearsono (kai skirstinys normalus) ir Spearmano (kai skirstinys nėra normalus) koreliacijos. Kintamiesiems pasiskirsčius normaliai, vidurkiams palyginti naudotas Studento *t* kriterijus nepriklausomoms imtims (kai lyginamos dvi grupės) ir ANOVA (kai lyginamos daugiau nei dvi grupės). Kintamiesiems pasiskirsčius nenormaliai, vidurkiams palyginti naudotas neparametrinis Mann-Whitney *U* kriterijus. Atlikta patvirtinančioji faktoringė analizė Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno konstrukto validumui nustatyti naudojant AMOS16 kompiuterinę programą.

## TYRIMO REZULTATAI

### Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno validumas

Norėdami patikrinti Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno konstrukto validumą, atlikome patvirtinančiąją faktoringę analizę. Faktoringė analizė iš dalies patvirtino Kenny nustatytą modelį. Testuotas modelis buvo sudarytas pagal angliškos versijos struktūrą, tik papildomai įtrauktos koreliacijos tarp pagal prasmę panašių teiginių (iš viso 6). Modelio  $\chi^2 = 1176,9$ ;  $df = 729$ ;  $p < 0,001$ . Nors statistškai reikšmingas  $\chi^2$  laikomas prastesnio suderinamumo požymiu, imties dydžiui ir didesnėse imtyse dažniausiai jis būna statistškai reikšmingas (Byrne, 2001). Kitas suderinamumo indeksas RMSEA buvo lygus 0,074. RMSEA reikšmės, mažesnės už 0,05, laikomos geru modelio suderinamumo su duomenimis požymiu, tačiau priimtiniomis laikomos ir reikšmės, mažesnės už 0,08 (Byrne, 2001). Šios faktoringės analizės CFI = 0,71, TLI = 0,69. Geromis šių indeksų reikšmėmis laikomos artėjančiomis prie 1 (Byrne, 2001).

Taigi galima daryti išvadą, kad Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno faktoringė struktūra dar reikalauja tolesnių specialiųjų tyrimų, tačiau šiame tyrime ja remtis galima.

Konstrukto validumui pagrįsti buvo tikrinamas ryšys tarp Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno ir Spielbergerio asmenybinio nerimastingumo skalės. Remiantis Shapiro Wilko testo rodikliais, kintamųjų pasiskirstymas normalus (Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno  $p = 0,643$ , Spielbergerio asmenybinio nerimastingumo skalės  $p = 0,158$ ), taigi naudota Pearsono koreliacija. Gauta statistškai reikšminga teigiama stipri koreliacija tarp asmenybinio nerimastingumo ir muzikos atlikimo nerimo ( $r = 0,755$ ,  $p = 0,000$ ), patvirtinanti, kad klausimynai matuoja panašius, bet netapačius konstruktus.

Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno vidinis suderinamumas labai geras (Cronbacho  $\alpha = 0,902$ ). Atskiri faktoriai svyruoja nuo 0,204 iki 0,873. Prastesnis yra tik dviejų faktorių – „pasitikėjimas“ (Cronbacho  $\alpha = 0,204$ ) ir „kontrolės jausmas“ (Cronbacho  $\alpha = 0,314$ ) – suderinamumas. Galbūt žemas suderinamumas yra todėl, kad šiuos faktorius sudaro tik keli klausimai. Spielbergerio asmenybinio nerimastingumo skalės Cronbacho  $\alpha = 0,766$ .

### Bendri tyrimo rezultatai

Analizuodami visos imties duomenis, ieškojome asmenybinio nerimastingumo (AN), muzikos atlikimo nerimo (MAN), amžiaus, patirties, klausytojų auditorijos, įvairios muzikos atlikimo veiklos, savęs kaip atlikėjo vertinimo, pažymių vidurkio sąsajų. Ryšiui tarp šių kintamųjų nustatyti naudojome Spearmano koreliaciją, nes ne visi kintamieji pasiskirstę normaliai.

Pirmiausia apskaičiavome tiriamųjų nurodyto nerimo skirtingų klausytojų auditorijose lygio ir AN bei MAN koreliaciją. Tiriamesiems anketoje buvo pateikti penki galimų klausytojų variantai (auditorijoje vyrauja profesionalai, mėgėjai, žmonės, nenusimanantys apie muziką, draugai, vaikai). Prie kiekvienos auditorijos buvo prašoma pažymėti patiriamo nerimo lygį 6 balų skalėje, kur 6 reiškia labai stiprų nerimą, 1 – nerimo visiškai nėra.

Gavome (žr. 2 lentelę), kad AN yra statistškai reikšmingai ir teigiamai susijęs su nerimo lygiu auditorijoje, kurioje vyrauja profesionalai ( $r_s = 0,289$ ,  $p < 0,01$ ), mėgėjai ( $r_s = 0,210$ ,  $p < 0,05$ ), draugai ( $r_s = 0,194$ ,  $p < 0,05$ ). Stipresni statistškai reikšmingi ir teigiami ryšiai matomi tarp MAN ir profesionalų ( $r_s = 0,493$ ,  $p < 0,01$ ), mėgėjų ( $r_s = 0,282$ ,  $p < 0,01$ ), draugų ( $r_s = 0,246$ ,  $p < 0,01$ ) auditorijose patiriamo nerimo. Atkreipiant dėmesį į muzikos atlikimo nerimo faktorius, akivaizdu, kad yra stiprus ryšys tarp proksimalinių atlikimo problemų ir profesionalų auditorijoje patiriamo nerimo ( $r_s = 0,515$ ,  $p < 0,01$ ). Statistiškai reikšmingo ryšio tarp AN, MAN ir vaikų bei žmonių, nenusimanančių apie muziką, auditorijose jaučiamo nerimo neaptikome.

Auditorija	Asmenybinis nerimastingumas	Muzikos atlikimo nerimas			
		Bendras	Psichologinis pažeidžiamumas	Ankstyvųjų santykių kontekstas	Proksimalinės atlikimo problemos
Profesionalai	0,289**	0,493**	0,392**	0,130	0,515**
Mėgėjai	0,210*	0,282**	0,214*	0,224*	0,259**
Nenusimanantys apie muziką	0,098	0,114	0,122	0,201*	0,045
Draugai	0,194*	0,246**	0,174	-0,028	0,298**
Vaikai	0,113	0,136	0,083	0,142	0,133

Pastaba. \*p < 0,05; \*\*p < 0,01

2 lentelė. Nerimo lygio skirtingose auditorijose ir AN bei MAN ryšys (Spearmano koreliacijos koeficientai)

Apskaičiavę patiriamo nerimo muzikuojant skirtingai auditorijai vidurkius ir standartinius nuokrypius pamatėme, kad labiausiai nerimaujama, kai auditorijoje tarp klausytojų yra profesionalų ( $M = 4,58$ ), mažiausiai – kai yra vaikų ( $M = 2,31$ ).

Auditorija	M	SD
Profesionalai	4,58	1,37
Mėgėjai	2,89	1,37
Nenusimanantys apie muziką	2,39	1,31
Draugai	3,67	1,49
Vaikai	2,31	1,34

3 lentelė. Nerimo lygio skirtingose auditorijose vertinimo vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai

Patikrinome, ar yra ryšys tarp savęs kaip atlikėjo vertinimo ir AN, MAN bei pažymių vidurkio ir AN, MAN (žr. 4 lentelę).

Tiriamųjų buvo prašoma įvertinti save kaip muzikos atlikėją skalėje nuo 6 iki 1 (6 – puikus, 5 – labai geras, 4 – geras, 3 – vidutiniškas, 2 – patenkinamas, 1 – prastas). Patikrinę, ar yra ryšys tarp savęs vertinimo ir asmenybinio nerimastingumo bei muzikos atlikimo nerimo, nustatėme statistiškai reikšmingą neigiamą ryšį tarp savęs vertinimo ir AN ( $r_s = -0,379$ ,  $p < 0,01$ ) bei tarp savęs vertinimo ir MAN

( $r_s = -0,398$ ,  $p < 0,01$ ). Statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys aptiktas ir tarp savęs vertinimo bei trijų MAN faktorių – psichologinio pažeidžiamumo ( $r_s = -0,375$ ,  $p < 0,01$ ), ankstyvųjų santykių konteksto ( $r_s = -0,214$ ,  $p < 0,05$ ), proksimalinių atlikimo problemų ( $r_s = -0,367$ ,  $p < 0,01$ ).

Studentų imtyje ieškota ryšio tarp pastarųjų trijų semestrų specialybės pažymių vidurkio ir AN bei MAN. Gautas statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys tarp pažymių vidurkio ir AN ( $r_s = -0,357$ ,  $p < 0,01$ ) bei pažymių vidurkio ir MAN ( $r_s = -0,459$ ,  $p < 0,01$ ). Statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys yra ir tarp pažymių bei dviejų MAN faktorių – psichologinio pažeidžiamumo ( $r_s = -0,389$ ,  $p < 0,01$ ), proksimalinių atlikimo problemų ( $r_s = -0,472$ ,  $p < 0,01$ ). Koreliacinė analizė atskleidė ir statistiškai reikšmingą teigiamą ryšį tarp savęs vertinimo ir pažymių vidurkio ( $r_s = 0,339$ ,  $p < 0,01$ ).

Toliau analizavome nerimo stiprumą skirtingoje muzikos atlikimo veikloje, ieškojome jos sąsajų su asmenybinu nerimastingumu ir muzikos atlikimo nerimu. Tiriamiesiems pateiktoje anketoje buvo išvardijama galima įvairi atlikimo veikla ir prašoma prie kiekvienos pažymėti nerimo stiprumą 10 balų skalėje, kur 10 reiškia labai stiprų nerimą, o 1 – nerimo visiškai nėra. Kaip jau minėta aprašant tyrimo metodikas, studentų, fortepijono dėstytojų, choro dirigavimo dėstytojų muzikos atlikimo veikla skiriasi. Atskirai aptarsime kiekvienos iš šių minėtų grupių rezultatus.

	Asmenybinis nerimastingumas	Muzikos atlikimo nerimas			
		Bendras	Psichologinis pažeidžiamumas	Ankstyvųjų santykių kontekstas	Proksimalinės atlikimo problemos
Savęs kaip atlikėjo vertinimas	-0,379**	-0,398**	-0,375**	-0,214*	-0,367**
Pažymių vidurkis	-0,357**	-0,459**	-0,389**	-0,154	-0,472**

Pastaba. \*p < 0,05; \*\*p < 0,01

4 lentelė. Savęs kaip atlikėjo vertinimo ir pažymių vidurkio ryšys su asmenybinu nerimastingumu ir muzikos atlikimo nerimu (Spearmano koreliacijos koeficientai)

Atlikimo veikla	M	SD
Rečitalis	7,72	2,32
Koncertas	6,53	2,29
Dalyvavimas konkurse	8,03	2,17
Dalyvavimas meistriško kursuose	4,82	2,52
Egzaminas	7,37	2,42
Specialybės paskaita	2,78	1,95
Privati aplinka	3,17	2,25

5 lentelė. Nerimo stiprumo skirtingose atlikimo veiklose palyginimas pianistų ir chorvedžių studentų imtyje (N = 86)

Remiantis gautais rezultatais, matyti (žr. 5 lentelę), kad choro dirigavimo ir fortepijono studentams daugiausia nerimo kelia dalyvavimas konkurse (M = 8,03), rečitalis (pianistams) (M = 7,72), egzaminas (M = 7,37), koncertas (M = 6,53). Mažesni nerimo rodikliai matomi, kai dalyvaujama meistriško kursuose (M = 4,82), koncertuojama

privačioje aplinkoje (M=3,17). Mažiausiai nerimaujama per specialybės paskaitas (M = 2,78).

Mėginta nustatyti, ar nerimo lygis atliekant 5 lentelėje išvardytą veiklą pianistų ir chorvedžių imtyse skiriasi (žr. 6 lentelę).

Matome, kad statistškai reikšmingo skirtumo tarp pianistų ir chorvedžių patiriamo nerimo tam tikroje atlikimo veikloje nėra.

Ieškota ryšio tarp skirtingoje muzikos atlikimo veikloje patiriamo nerimo ir AN bei muzikos atlikimo veiklos ir MAN (žr. 7 lentelę).

Koreliacinė analizė atskleidė statistškai reikšmingą teigiamą ryšį tarp įvairioje muzikos atlikimo veikloje jaučiamo nerimo ir MAN. Statistiškai reikšmingai ir teigiamai atlikimo veikloje jaučiamas nerimas koreliuoja ir su dviem MAN faktoriais – psichologiniu pažeidžiamumu ir proksimalinėmis atlikimo problemomis. Ryšių su ankstyvųjų santykių kontekstu nerasta. Taip pat ne visa atlikimo veikla susijusi su asmenybinio nerimastingumu. Teigiamas statistškai reikšmingas ryšys nustatytas tarp AN ir koncerto

Atlikimo veikla	Pianistai (N = 59)		Chorvedžiai (N = 27)		p	t	df
	M	SD	M	SD			
Rečitalis	7,72	2,32	Netirta		–	–	–
Koncertas	6,64	2,31	6,22	2,29	0,434	0,786	84
Dalyvavimas konkurse	8,08	2,31	7,93	1,90	0,756	0,312	84
Dalyvavimas meistriško kursuose	4,64	2,48	5,07	2,60	0,465	-0,734	84
Egzaminas	7,10	2,65	7,89	1,76	0,164	-1,403	84
Specialybės paskaita	2,95	2,20	2,30	1,03	0,146	1,466	84
Privati aplinka	2,97	1,91	3,44	2,73	0,355	-0,931	83

6 lentelė. Nerimo stiprumo įvairiose atlikimo veiklose palyginimas (fortepijono ir choro dirigavimo studentai (N = 86))

Atlikimo veikla	Asmenybinis nerimastingumas	Muzikos atlikimo nerimas			
		Bendras	Psichologinis pažeidžiamumas	Ankstyvųjų santykių kontekstas	Proksimalinės atlikimo problemos
Rečitalis	0,137	0,451**	0,267*	0,102	0,532**
Koncertas	0,324**	0,581**	0,433**	0,132	0,523**
Dalyvavimas konkurse	0,175	0,378**	0,226*	0,119	0,458**
Dalyvavimas meistriško kursuose	0,229*	0,405**	0,421**	0,070	0,391**
Egzaminas	0,291**	0,440**	0,352**	0,049	0,508**
Specialybės paskaita	0,176	0,269*	0,266*	0,156	0,241*
Privati aplinka	0,241*	0,297*	0,367**	0,71	0,256*

Pastaba. \*p < 0,05; \*\*p < 0,01

7 lentelė. Nerimo stiprumo įvairioje atlikimo veikloje ir asmenybinio nerimastingumo, muzikos atlikimo nerimo ryšys pianistų ir chorvedžių studentų imtyje (N = 86) (Spearmano koreliacijos koeficientai)

( $r_s = 0,324$ ,  $p < 0,01$ ), dalyvavimo meistriško kursuose ( $r_s = 0,229$ ,  $p < 0,05$ ), egzamino ( $r_s = 0,291$ ,  $p < 0,01$ ) ir koncertavimo privačioje aplinkoje ( $r_s = 0,241$ ,  $p < 0,05$ ) jaučiamo nerimo.

Toliau buvo analizuojamas nerimo stiprumas skirtingoje pianistų dėstytojų veikloje.

Atlikimo veikla	M	SD
Rečitalis prestižinėje salėje	6,88	2,91
Dalyvavimas solo koncerte prestižinėje salėje	6,65	2,89
Rečitalis kitose salėse	5,35	2,69
Dalyvavimas solo koncerte kitose salėse	5,18	2,74
Rečitalio, koncerto repeticija koncertinėje salėje	3,65	2,44

**8 lentelė.** Nerimo stiprumo skirtingoje atlikimo veikloje vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai pianistų dėstytojų imtyje (N = 17)

8 lentelėje matyti, kad daugiausia nerimo fortepijono dėstytojai patiria atlikdami rečitalį prestižinėje salėje (M = 6,88), dalyvaudami solo koncerte prestižinėje salėje (M = 6,65). Kiek mažiau nerimo kelia rečitalis kitose salėse (muziejai, kultūros namai, mokymo įstaigos ir pan.)

(M = 5,35), dalyvavimas solo koncerte kitose salėse (M = 5,18). Mažiausiai nerimaujama repetuojant koncertinėje salėje (M = 3,65).

Atlikus koreliacinę analizę statistiškai reikšmingo ryšio tarp atlikimo veiklų ir asmenybinio nerimastingumo, muzikos atlikimo nerimo fortepijono dėstytojų imtyje nerasta (9 lentelė).

9 lentelėje pateikti koreliacijos koeficientai nėra žemi, tačiau statistinio reikšmingumo nerasta, tikėtina, dėl to, jog imtis buvo nedidelė.

Analizuojant atlikimo veiklos duomenis choro dirigavimo dėstytojų imtyje gauta, kad daugiausia nerimo kelia koncertas prestižinėje salėje (M = 7,25).

Atlikimo veikla	M	SD
Koncertas prestižinėje salėje	7,25	1,67
Koncertas kitose salėse	5,25	1,67
Dalyvavimas konkurse	6,75	2,49

**10 lentelė.** Nerimo stiprumo skirtingoje atlikimo veikloje vidurkiai ir standartiniai nuokrypiai chorvedžių dėstytojų imtyje (N = 9)

Gauti rezultatai rodo, kad kiek mažiau nerimaujama dalyvaujant konkurse (M = 6,75) ir mažiausiai – koncertuojant kitose salėse (M = 5,25).

Atlikimo veikla	Asmenybinis nerimas	Muzikos atlikimo nerimas			
		Bendras	Psichologinis pažeidžiamumas	Ankstyvųjų santykių kontekstas	Proksimalinės atlikimo problemos
Rečitalis prestižinėje salėje	0,369	0,334	0,373	0,193	0,329
Dalyvavimas solo koncerte prestižinėje salėje	0,354	0,357	0,420	0,209	0,353
Rečitalis kitose salėse	0,281	0,221	0,254	0,176	0,220
Dalyvavimas solo koncerte kitose salėse	0,330	0,313	0,379	0,208	0,332
Rečitalio, koncerto repeticija koncertinėje salėje	0,255	0,354	0,345	0,294	0,324

**9 lentelė.** Atlikimo veiklos ir AN, MAN ryšiai pianistų dėstytojų imtyje (Spearmano koreliacijos koeficientai)

			Bonferroni <i>post hoc</i> kriterijaus rezultatai			
	F	P			MD	P
Asmenybinis nerimastingumas	6,516	0,002	Taip	Ne	-6,781	<b>0,015</b>
				Nežinau	-4,214	<b>0,018</b>
			Ne	Taip	6,781	<b>0,015</b>
				Nežinau	2,568	0,918
Muzikos atlikimo nerimas	12,721	<0,001	Taip	Ne	-38,176	<b>&lt;0,001</b>
				Nežinau	-22,380	<b>0,001</b>
			Ne	Taip	38,176	<b>&lt;0,001</b>
				Nežinau	15,796	0,328

**11 lentelė.** AN ir MAN skirtumai atsižvelgiant į planus koncertuoti ateityje

Mėginta nustatyti, ar skiriasi asmenybinis nerimas ir muzikos atlikimo nerimas atsižvelgiant į planus koncertuoti toliau, sieti savo karjerą su muzika. Tiriamiesiems buvo užduotas klausimas, ar jie planuoja koncertuoti ateityje. Reikėjo pasirinkti vieną iš pateiktų atsakymų „taip“, „ne“, „nežinau“. Duomenims apdoroti naudota ANOVA ir Bonferroni *post hoc* kriterijus (žr. 11 lentelę).

Buvo rasti statistiškai reikšmingi asmenybinio nerimastingumo ( $F = 6,516, p < 0,05$ ), muzikos atlikimo nerimo ( $F = 12,721, p < 0,01$ ) skirtumai. Remiantis Bonferroni *post hoc* kriterijaus rezultatais, ir AN, ir MAN atvejais tie, kas atsakė „taip“, statistiškai reikšmingai skiriasi nuo atsakiusių „ne“ ( $p < 0,05$ ) ir „nežinau“ ( $p < 0,05$ ). Atsakiusieji „ne“ statistiškai reikšmingai skiriasi nuo atsakiusių „taip“ ( $p < 0,01$ ), bet nesiskiria nuo „nežinau“ ( $p > 0,05$ ). Tie, kas atsakė „nežinau“, statistiškai reikšmingai skiriasi nuo atsakiusių „taip“ ( $p < 0,01$ ), bet nesiskiria nuo „ne“ ( $p > 0,05$ ).

Toliau analizuodami tyrimo duomenis patikrinome, ar skiriasi pianistų ir chorvedžių asmenybinis nerimastingumas ir muzikos atlikimo nerimas.

Kaip matome iš 12 lentelėje pateiktų duomenų, pianistų AN ir MAN vidurkis šiek tiek didesnis nei chorvedžių (AN  $M = 43$  ir  $M = 40,7$ , MAN  $M = 100,3$  ir  $M = 88,1$ ), tačiau skirtumas nėra statistiškai reikšmingas. Statistiškai

reikšmingas skirtumas rastas tik imant depresiškumo faktorių ( $t = 2,083, p < 0,05$ ), čia pianistai nerimauja labiau nei chorvedžiai ( $M = 15,87$  ir  $M = 12,92$ ).

### Patirties sąsajos su muzikos atlikimo nerimu

Šiame tyrime patirtis matuojama trimis parametrais. Pirmasis – *muzikinė patirtis*. Ji buvo skaičiuojama iš atlikėjo amžiaus atėmus metų, nuo kurių pradėjo mokytis muzikos, skaičių, kitaip tariant, tai yra muzikos mokymosi metų skaičius. Kitas parametras – *koncertinė patirtis*. Šiuo atveju ji yra koncertų kiekis per vienus metus. Trečiasis parametras – *statusas*. Studentai ir dėstytojai skiriasi savo muzikine ir koncertine patirtimi, dėstytojų patirtis didesnė. Greta šių trijų parametrų taip pat atsižvelgėme ir į amžiaus rodiklius.

Gauti rezultatai rodo (žr. 13 lentelę), kad sąsajų tarp muzikinės patirties ir AN, MAN nėra. Nustatytas koncertinės patirties bei AN ir MAN ryšys. Apskaičiavus duomenis gautos neigiamos statistiškai reikšmingos sąsajos tarp koncertinės patirties ir AN ( $r_s = -0,373, p < 0,01$ ), koncertinės patirties ir MAN ( $r_s = -0,408, p < 0,01$ ) bei atskirų jo faktorių (psichologinio pažeidžiamumo  $r_s = -0,323, p < 0,01$ , ankstyvųjų santykių konteksto  $r_s = -0,264, p < 0,01$ , proksimalinių atlikimo problemų  $r_s = -0,400, p < 0,01$ ).

Nerimo faktoriai	Pianistai (N = 76)		Chorvedžiai (N = 36)		p	t	df
	M	SD	M	SD			
Asmenybinis nerimastingumas	43	7,5	40,7	7,6	0,131	1,521	110
Muzikos atlikimo nerimas	100,3	31,4	88,1	29,9	0,054	1,946	110
Psichologinis pažeidžiamumas	29,3	10,4	25,5	9,9	0,296	1,827	110
Ankstyvųjų santykių kontekstas	14,6	5,9	13,3	5,9	0,070	1,051	110
Proksimalinės atlikimo problemos	56,3	20	49,2	19,6	0,080	1,765	110
Depresiškumas	15,87	7,20	12,92	6,55	<b>0,040</b>	2,083	110
Jaudulys, baimė	18,41	6,85	16,92	5,19	0,250	1,157	110
Somatiniai simptomai	19,64	6,78	17,83	7,07	0,195	1,304	110
Tėvų empatija	8,18	3,49	8,50	4,22	0,687	-0,417	110
Atmintis	4,71	2,44	4,61	2,96	0,851	0,188	110
Apmąstymai prieš pasirodymą ir po jo	4,21	2,75	3,72	2,42	0,365	0,910	110
Nerimo perdavimas iš kartos į kartą	6,83	4,15	4,81	3,52	0,052	1,964	110
Kruopšti savęs ir kitų analizė	7,80	4,22	6,64	4,22	0,176	1,362	110
Kontrolės jausmas	4,95	2,39	4,61	2,18	0,478	0,713	110
Palankios progos vertė	2,09	0,955	1,89	0,854	0,279	1,087	110
Pasitikėjimas	5,61	2,28	5,53	2,27	0,867	0,168	110
Persmelkiantis nerimas	2,72	1,053	2,75	1,079	0,904	-0,123	110

12 lentelė. Pianistų ir chorvedžių AN ir MAN palyginimas



	Asmenybinis nerimastingumas	Muzikos atlikimo nerimas			
		Bendras	Psichologinis pažeidžiamumas	Ankstųjų santykių kontekstas	Proksimalinės atlikimo problemos
Muzikinė patirtis	-0,097	-0,084	-0,054	0,076	-0,132
Koncertinė patirtis	-0,373**	-0,408**	-0,323**	-0,264**	-0,400**
Amžius	-0,182	-0,169	-0,081	-0,022	-0,215*

Pastaba. \*p < 0,05, \*\*p < 0,01

13 lentelė. Muzikinės, koncertinės patirties, amžiaus ryšys su AN ir MAN (koreliacijos koeficientai)

Analizuojant duomenis buvo tirtas ryšys tarp amžiaus ir asmenybinio nerimastingumo bei amžiaus ir muzikos atlikimo nerimo. Reikšmingo ryšio tarp minėtų kintamųjų nerasta. Statistiškai reikšminga neigiama koreliacija gauta tik tarp amžiaus ir vieno iš MAN faktorių – proksimalinių atlikimo problemų ( $r_s = -0,215$ ,  $p < 0,05$ ). Vadinasi, kuo vyresnis atlikėjas, tuo šios problemos mažesnės.

Ieškota ryšio tarp muzikos patirties, koncertinės patirties ir klausytojų auditorijos (žr. 14 lentelę).

Statistiškai reikšmingo ryšio tarp muzikos patirties ir nerimo, jaučiamo skirtingose klausytojų auditorijose, nerasta. Apskaičiuavus ryšį tarp koncertinės patirties ir nerimo, jaučiamo skirtingose klausytojų auditorijose, gauta, kad yra statistiškai reikšminga neigiama koreliacija tarp koncertinės patirties ir atlikimo profesionalų auditorijai ( $r = -0,308$ ,  $p < 0,01$ ).

Buvo skaičiuojami asmenybinio nerimastingumo ir muzikos atlikimo nerimo skirtumai tarp dėstytojų ir studentų.

Taikytas Mann-Whitney U kriterijus. Gauti rezultatai rodo (žr. 15 lentelę), kad statistiškai reikšmingai skiriasi dėstytojų ir studentų asmenybinis nerimastingumas ( $M =$

38,88 ir  $M = 43,30$ ,  $p < 0,05$ ) ir muzikos atlikimo nerimas ( $M = 81,31$  ir  $M = 100,87$ ,  $p < 0,05$ ).

Norėdami išvystyti daugiau patirties ir nerimo aspektų, analizavome ir Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno 12 faktorių (žr. 16 lentelę).

Pritaikę Mann-Whitney U kriterijų gavome statistiškai reikšmingus dėstytojų ir studentų šių faktorių skirtumus: depresiškumas ( $M = 12,69$  ir  $M = 15,59$ ,  $p < 0,05$ ), jaudulys, baimė ( $M = 15,38$  ir  $M = 18,70$ ,  $p < 0,05$ ), somatiniai simptomai ( $M = 16,65$  ir  $M = 19,69$ ,  $p < 0,05$ ), atmintis ( $M = 3,62$  ir  $M = 5,00$ ,  $p < 0,05$ ), kruopšti savęs ir kitų analizė ( $M = 4,96$  ir  $M = 8,17$ ,  $p < 0,01$ ), persmelkiantis nerimas ( $M = 3,38$  ir  $M = 2,53$ ,  $p < 0,01$ ). Pastaruoju atveju nerimas didesnis dėstytojų imtyje.

Statistiškai reikšmingai nerimas tarp dėstytojų ir studentų skiriasi tik muzikuojant draugų auditorijai, šiuo atveju studentai nerimauja labiau ( $M = 3,19$  ir  $M = 3,81$ ,  $p < 0,05$ ). Koncertuojant profesionalams, mėgėjams, žmonėms, nenusimanantiems apie muziką, ir vaikams nerimo lygis tarp studentų ir dėstytojų statistiškai reikšmingai nesiskiria.

	Profesionalai	Mėgėjai	Nenusimanantys apie muziką	Draugai	Vaikai
Muzikinė patirtis	-0,043	-0,013	0,093	-0,159	0,184
Koncertinė patirtis	-0,308**	-0,065	0,042	-0,162	-0,014

Pastaba. \*\*p < 0,01

14 lentelė. Muzikinės patirties, koncertinės patirties ir nerimo, išgyvenamo skirtingose klausytojų auditorijose, ryšys (Spearmano koreliacijos koeficientai)

Nerimo faktoriai	Dėstytojai (N = 26)		Studentai (N = 86)		p	Z
	M	SD	M	SD		
Asmenybinis nerimastingumas	38,88	7,98	43,30	7,24	<b>0,003</b>	-2,946
Muzikos atlikimo nerimas	81,31	34,19	100,87	29,16	<b>0,005</b>	-2,826
Psichologinis pažeidžiamumas	24,77	10,97	29,13	10,10	0,060	-1,879
Ankstųjų santykių kontekstas	13,38	5,39	14,40	6,09	0,336	-0,963
Proksimalinės atlikimo problemos	43,15	20,66	57,35	18,86	<b>0,002</b>	-3,168

15 lentelė. Dėstytojų ir studentų AN, MAN palyginimas

Nerimo faktoriai	Dėstytojai (N = 26)		Studentai (N = 86)		p	z
	M	SD	M	SD		
Depresiškumas	12,69	7,18	15,59	6,99	<b>0,046</b>	-1,997
Jaudulys, baimė	15,38	7,39	18,70	5,87	<b>0,014</b>	-2,453
Somatiniai simptomai	16,65	6,87	19,79	6,76	<b>0,028</b>	-2,199
Tėvų empatija	7,05	3,15	8,66	3,82	0,056	-1,913
Atmintis	3,62	2,36	5,00	2,60	<b>0,014</b>	-2,454
Apmąstymai prieš pasirodymą ir po jo	4,38	2,58	3,95	2,54	0,604	-0,519
Nerimo perdavimas iš kartos į kartą	6,35	3,85	5,73	4,07	0,461	-0,737
Kruopšti savęs ir kitų analizė	4,96	3,78	8,17	4,10	<b>&lt;0,001</b>	-3,603
Kontrolės jausmas	4,12	2,04	5,06	2,37	0,130	-1,513
Palankios progos vertė	1,92	0,891	2,06	0,938	0,517	-2,323
Pasitikėjimas	5,27	1,82	5,67	2,39	0,306	-1,024
Persmelkiantis nerimas	3,38	0,752	2,53	1,05	<b>&lt;0,001</b>	-0,268

16 lentelė. Muzikos atlikimo nerimo faktorių palyginimas dėstytojų ir studentų imtyse

Auditorija	Dėstytojai (N = 26)		Studentai (N = 86)		p	Z
	M	SD	M	SD		
Profesionalai	4,23	1,30	4,69	1,38	0,066	-1,837
Mėgėjai	2,88	1,27	2,90	1,40	0,919	-0,102
Nenusimanantys apie muziką	2,73	1,18	2,29	1,34	0,072	-1,799
Draugai	3,19	1,23	3,81	1,53	<b>0,032</b>	-2,147
Vaikai	2,46	1,06	2,27	1,41	0,232	-1,194

17 lentelė. Dėstytojų ir studentų nerimavimo pasirodant skirtingose auditorijose palyginimas

Panaudojus Mann-Whitney U kriterijų rasti statistiškai reikšmingi dėstytojų ir studentų savęs kaip atlikėjo vertinimo skirtumai ( $M = 4,54$  ir  $M = 3,98$ ,  $p < 0,05$ ).

Savęs vertinimas	Dėstytojai	Studentai
Puikus	15,4 %	5,8 %
Labai geras	46,2 %	19,8 %
Geras	23,1 %	47,7 %
Vidutiniškas	11,5 %	19,8 %
Prastas	3,8 %	7 %

18 lentelė. Dėstytojų ir studentų savęs kaip atlikėjo vertinimas (%)

Pateikti duomenys rodo, kad dėstytojai linkę save kaip atlikėją vertinti geriau. Tarp dėstytojų vyravo atsakymai „labai geras“ (46,20 %), tarp studentų – „geras“ (47,70 %). Ir dėstytojų, ir studentų imtyje rasta statistiškai reikšminga neigiama koreliacija tarp savęs kaip atlikėjo vertinimo ir AN bei savęs vertinimo ir MAN (žr. 19 lentelę).

Dėstytojų atveju koreliacija stipresnė (AN  $r = -0,482$ ,  $p < 0,05$ , MAN  $r = -0,412$ ,  $p < 0,05$ ) nei studentų (AN  $r = -0,255$ ,  $p < 0,05$ , MAN  $r = -0,282$ ,  $p < 0,05$ ).

	Asmenybinis nerimastingumas	Muzikos atlikimo nerimas			
		Bendras	Psichologinis pažeidžiamumas	Ankstyvųjų santykių kontekstas	Proksimalinės atlikimo problemos
Dėstytojų savęs kaip atlikėjo vertinimas	-0,482*	-0,412*	-0,490*	-0,184	-0,442*
Studentų savęs kaip atlikėjo vertinimas	-0,255*	-0,282*	-0,257*	-0,189	-0,253

Pastaba. \* $p < 0,05$

19 lentelė. Savęs kaip atlikėjo vertinimo ir AN, MAN ryšys dėstytojų ir studentų imtyje

### Lyties sąsajos su muzikos atlikimo nerimu

Lyties ir muzikos atlikimo nerimo sąsajas mėginome rasti lygindami asmenybinio nerimastingumo, muzikos atlikimo nerimo ir jo faktorių vidurkius vyrų ir moterų imtyse.

Rezultatai parodė (žr. 20 lentelę), kad lyginant grupes pagal lytį muzikos atlikimo nerimas skiriasi. Moterys nerimauja labiau ( $M = 101,47$  ir  $M = 84,53$ ). Pritaikę Stjudento  $t$  kriterijų nustatėme, kad skirtumas yra statistiškai reikšmingas ( $t = -2,703$ ,  $p < 0,05$ ). Vyrų ir moterų grupėse asmenybinis nerimas šiek tiek skiriasi ( $M = 40,53$  ir  $M = 43,04$ ), tačiau skirtumas nėra statistiškai reikšmingas ( $t = -1,614$ ,  $p > 0,05$ ).

Palyginsime Kenny muzikos atlikimo klausimyno 12 faktorių rodiklius skirtingose lytys (žr. 21 lentelę).

Matome, kad statistiškai reikšmingai skiriasi vyrų ir moterų išgyvenami somatiniai simptomai ( $t = -3,338$ ,  $p < 0,05$ ).

Moterų imtyje jie labiau išreikšti nei vyrų ( $M = 20,44$  ir  $M = 15,91$ ). Statistiškai reikšmingas faktoriaus „kruopšti savęs ir kitų analizė“ skirtumas ( $t = -3,543$ ,  $p < 0,05$ ). Moterys linkusios save ir kitus analizuoti labiau nei vyrai ( $M = 8,32$  ir  $M = 5,82$ ). Statistiškai reikšmingai skiriasi ir kontrolės jausmo faktorius ( $t = -2,393$ ,  $p < 0,05$ ). Moterų kontrolės jausmas mažesnis nei vyrų ( $M = 5,18$  ir  $M = 4,06$ , didesnis vidurkis rodo didesnę nerimą ir mažesnę kontrolės jausmą). Kiti devyni faktoriai vyrų ir moterų grupėse statistiškai reikšmingai nesiskiria, tačiau dauguma atvejų moterų MAN lygis yra šiek tiek didesnis nei vyrų. Priešingi tik faktoriaus „tėvų empatija“ rodikliai (vyrų  $M = 8,32$ , moterų  $M = 8,27$ ).

Buvo nagrinėjami vyrų ir moterų nerimo skirtumai pasirodant skirtingai auditorijai (žr. 22 lentelę).

Vidurkiams palyginti panaudojus Stjudento  $t$  kriterijų paaiškėjo, kad statistiškai reikšmingi vyrų ir moterų nerimo

Nerimo faktoriai	Vyrų (N = 34)		Moterys (N = 78)		p	t	df
	M	SD	M	SD			
Asmenybinis nerimastingumas	40,53	8,18	43,04	7,28	0,109	-1,614	110
Muzikos atlikimo nerimas	84,53	30,23	101,47	30,61	<b>0,008</b>	-2,703	110
Psichologinis pažeidžiamumas	25,06	10,56	29,45	10,15	<b>0,040</b>	-2,079	110
Ankstyvųjų santykių kontekstas	14,15	6,20	14,17	5,84	0,987	-0,016	110
Proksimalinės atlikimo problemos	45,32	17,49	57,86	20,10	<b>0,002</b>	-3,151	110

20 lentelė. Moterų ir vyrų AN, MAN palyginimas

Nerimo faktoriai	Vyrų (N = 34)		Moterys (N = 78)		P	t	df
	M	SD	M	SD			
Depresiškumas	13,44	6,63	15,56	7,25	0,147	-1,460	110
Jaudulys, baimė	16,71	6,01	18,46	6,50	0,182	-1,343	110
Somatiniai simptomai	15,91	5,83	20,44	6,89	<b>0,001</b>	-3,338	110
Tėvų empatija	8,32	4,25	8,27	3,53	0,944	0,071	110
Atmintis	4,53	2,66	4,74	2,59	0,961	-0,398	110
Apmąstymai prieš pasirodymą ir po jo	3,47	2,65	4,31	2,62	0,125	-1,547	110
Nerimo perdavimas iš kartos į kartą	5,82	4,26	5,90	3,94	0,929	-0,089	110
Kruopšti savęs ir kitų analizė	5,38	3,45	8,32	4,25	<b>0,001</b>	-3,543	110
Kontrolės jausmas	4,06	2,02	5,18	2,37	<b>0,018</b>	-2,393	110
Palankios progos vertė	1,15	1,39	1,67	1,91	0,157	-1,426	110
Pasitikėjimas	5,06	2,22	5,81	2,26	0,109	-1,615	110
Persmelkiantis nerimas	2,50	1,87	2,90	2,04	0,334	-0,970	110

21 lentelė. Muzikos atlikimo nerimo faktorių skirtumai vyrų ir moterų imtyse

Auditorija	Vyrų (N = 34)		Moterys (N = 78)		P	t	df
	M	SD	M	SD			
Profesionalai	4,18	1,40	4,76	1,33	<b>0,039</b>	-2,086	110
Mėgėjai	3,15	1,28	2,78	1,40	0,197	1,299	110
Nenusimanantys apie muziką	2,85	1,37	2,19	1,24	<b>0,014</b>	2,497	110
Draugai	3,65	1,95	3,68	1,49	0,916	-0,105	110
Vaikai	2,74	1,42	2,13	1,27	<b>0,027</b>	2,240	110

22 lentelė. Vyrų ir moterų nerimavimo pasirodant skirtingoms auditorijoms palyginimas

lygio skirtumai yra muzikuojant auditorijai, kurioje vyrauja profesionalai ( $t = -2,086, p < 0,05$ ), apie muziką nenusimanantys žmonės ( $t = 2,497, p < 0,05$ ) ir vaikai ( $t = 2,240, p < 0,05$ ). Pasirodymai profesionalų auditorijai, vyrai jaučia mažesnį nerimą nei moterys ( $M = 4,18$  ir  $M = 4,76$ ). Tačiau vyrai labiau nei moterys nerimauja, kai reikia koncertuoti žmonėms, nenusimanantiems apie muziką ( $M = 2,85$  ir  $M = 2,19$ ) ir vaikams ( $M = 2,74$  ir  $M = 2,13$ ). Pasirodant draugams ir mėgėjams statistiškai reikšmingo skirtumo tarp vyrų ir moterų nerimavimo lygio nėra.

Apskaičiavus asmenybinio nerimastingumo, muzikos atlikimo nerimo ir auditorijos sąsajas atskirai vyrų ir moterų grupėse, buvo rastas statistiškai reikšmingas ryšys moterų imtyje ir statistiškai nereikšmingas vyrų imtyje.

Gauti rezultatai rodo (žr. 23 lentelę), kad reikšmingo ryšio tarp skirtingose auditorijose jaučiamo nerimo ir AN bei MAN vyrų grupėje nėra. Visose auditorijose jaučiamas nerimas moterų imtyje statistiškai reikšmingai teigiamai susijęs su MAN. Stipriausia teigiama koreliacija matoma tarp MAN ir profesionalų auditorijoje jaučiamo nerimo ( $r_s = 0,518, p < 0,01$ ). Asmenybinis nerimastingumas moterų grupėje statistiškai reikšmingai ir teigiamai koreliuoja tik su profesionalų ( $r_s = 0,286, p < 0,05$ ) ir mėgėjų ( $r_s = 0,231, p < 0,05$ ) auditorijose patiriamu nerimu. Kai kurių ryšių vyrų auditorijoje, tikėtina, aptikti nepavyko dėl mažesnio imties dydžio.

Analizuojant vyrų ir moterų muzikos atlikimo nerimo skirtumus, buvo lyginamas nerimo lygis, patiriamas atliekant skirtingą muzikinę veiklą. Duomenys skaičiuoti tik studentų grupėje, nes dėstytojų imtys mažos ir lyginti jas pagal lytį neprasminga (žr. 24 lentelę).

Gautas statistiškai reikšmingas skirtumas atliekant šią veiklą: dalyvavimas konkurse ( $t = -1,993, p < 0,05$ ), dalyvavimas meistriškumo kursuose ( $t = 2,760, p < 0,05$ ), egzaminas ( $t = -2,303, p < 0,05$ ). Moterų nerimo lygis didesnis nei vyrų dalyvaujant konkurse ( $M = 8,28$  ir  $M = 7,20$ ), meistriškumo kursuose ( $M = 5,21$  ir  $M = 3,50$ ), egzamine ( $M = 7,69$  ir  $M = 6,30$ ). Gauti rezultatai rodo, kad atlikdamos rečitalį ir grodamos koncerte moterys nerimauja šiek tiek daugiau nei vyrai, bet skirtumas nėra statistiškai reikšmingas.

Lyginami vyrų ir moterų savęs vertinimą gavome, kad moterų savęs vertinimas šiek tiek aukštesnis nei vyrų ( $M = 4,17, M = 3,97$ ), tačiau skirtumas statistiškai nereikšmingas ( $t = -0,930, p > 0,05$ ). Lyginant vyrų ir moterų pažymių vidurkį gauta, kad vyrų pažymiai šiek tiek geresni nei moterų ( $M = 9,45$  ir  $M = 9,24$ ), bet skirtumas statistiškai nereikšmingas.

Ieškojome ryšio tarp pažymių vidurkio ir AN, MAN vyrų ir moterų grupėse atskirai (žr. 25 lentelę).

Auditorija	Asmenybinis nerimas		Muzikos atlikimo nerimas	
	Vyrai (N = 34)	Moterys (N = 78)	Vyrai (N = 34)	Moterys (N = 78)
Profesionalai	0,255	0,286*	0,313	0,518**
Mėgėjai	0,219	0,231*	0,158	0,416**
Nenusimanantys apie muziką	0,022	0,161	-0,051	0,267*
Draugai	0,143	0,211	0,097	0,326**
Vaikai	0,035	0,204	-0,101	0,334**

Pastaba. \* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$

23 lentelė. Nerimo, patiriamo pasirodant skirtingoms auditorijoms, AN, MAN sąsajos vyrų ir moterų grupėse

Atlikimo veikla	Vyrai (N = 20)		Moterys (N = 67)		P	t	df
	M	SD	M	SD			
Rečitalis	6,86	1,99	8,00	2,37	0,110	-1,626	56
Koncertas	6,20	2,11	6,63	2,35	0,469	-0,727	85
Dalyvavimas konkurse	7,20	2,26	8,28	2,09	<b>0,049</b>	-1,993	85
Dalyvavimas meistriškumo kursuose	3,50	2,39	5,21	2,44	<b>0,007</b>	-2,760	85
Egzaminas	6,30	2,47	7,69	2,33	<b>0,024</b>	-2,303	85
Specialybės paskaita	2,05	1,43	3,00	2,03	0,055	-1,943	85
Privati aplinka	3,30	2,57	3,14	2,16	0,778	0,283	84

24 lentelė. Vyrų ir moterų (studentų imtyje) nerimavimo atliekant skirtingą muzikinę veiklą palyginimas

	Asmenybinis nerimas	Muzikos atlikimo nerimas			
		Bendras	Psichologinis pažeidžiamumas	Ankstyvųjų santykių kontekstas	Proksimalinės atlikimo problemos
Vyrai (N = 34)	-0,236	-0,470*	-0,244	-0,438	-0,536*
Moterys (N = 78)	-0,385**	-0,441**	-0,416**	-0,081	-0,462**

Pastaba. \*p < 0,05, \*\*p < 0,01

25 lentelė. Pažymių vidurkio ir AN, MAN sąsajos vyrų ir moterų imtyse

Koreliacinė analizė atskleidė statistiškai reikšmingą neigiamą ryšį tarp moterų pažymių vidurkio ir AN ( $r_s = -0,385, p < 0,01$ ), MAN ( $r_s = -0,441, p < 0,01$ ). Kuo didesnis asmenybinis nerimastingumas, muzikos atlikimo nerimas, tuo mažesni pažymiai. Vyrų grupėje statistiškai reikšmingas neigiamas ryšys rastas tarp pažymių ir MAN ( $r_s = -0,470, p < 0,05$ ), reikšmingo ryšio su asmenybinio nerimastingumu nerasta. Verta priminti, kad vyrų grupė kur kas mažesnė, todėl ją padidinus tam tikras ryšys (pvz., sąsajos su ankstyvųjų santykių kontekstu) taptų statistiškai reikšmingas.

## TYRIMO REZULTATŲ APTARIMAS

Patikrinę Kenny muzikos atlikimo nerimo konstrukto validumą nustatėme, kad patvirtinančiosios faktorinės analizės būdu gauti faktoriai iš dalies atitinka Muzikos atlikimo nerimo klausimyno autorės išskirtus faktorius. Remdamiesi šiais rezultatais darome išvadą, kad lietuviškos Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno versijos validumas yra patenkinamas ir metodiką galima naudoti mokslinių tyrimų tikslais. Tačiau būtini ir tolesni faktorinės struktūros tyrimai, įtraukiant didesnes ir įvairesnes imtis.

Norėdami geriau suprasti muzikos atlikimo nerimo (MAN) dėsningumus, pirmiausia analizavome visos imties duomenis, patirties ir lyties neišskirdami. Patikrinus asmenybinio nerimastingumo (AN), MAN ir *klausytojų auditorijos* keliamo nerimo sąsajas stipriausias ryšys gautas tarp AN, MAN ir auditorijos, kurioje vyrauja profesionalai. Lehmannas ir kiti (2007) pastebėjo, kad labiausiai nerimaujama, kai salėje yra tos srities žinovas arba kitas atlikėjui reikšmingas asmuo. Melissa Brotons, Morrisas Fishbeinas, Ericas Gustafsonas, Rawsonas ir Leglaras (cit. iš Papageorgi ir kt., 2007) mini, kad nerimas padidėja salėje esant bendraamžiams. Ši mintis iš dalies paaiškina mūsų gautas AN, MAN ir draugų auditorijos sąsajas. Taip pat nustatėme, kad AN, MAN susiję su mėgėjų auditorijose, tačiau nesusiję su vaikų ir apie muziką nenusimanančių žmonių auditorijose jaučiamu nerimu. Neaptikome tyrimų, analizuojančių muzikos atlikimo nerimo sąsajas su skirtingose klausytojų auditorijose jaučiamu nerimu.

Rezultatų analizė rodo, kad asmenybinis nerimastingumas ir muzikos atlikimo nerimas stipriai susijęs su *savęs*

*kaip atlikėjo vertinimu*. Kuo muzikantas save vertina geriau, tuo mažesnę atlikimo nerimą jis patiria, kuo gyvenime yra nerimastingesnis, tuo prasčiau save vertina. Panašius rezultatus gavo ir Charlene Ryan (cit. iš Kenny, Osborne, 2006). Ji nustatė, kad MAN yra atvirkščiai proporcingas savęs vertinimui.

Ryšys aptiktas ir tarp MAN bei *specialybės pažymių vidurkio*. Kuo prastesniais pažymiais studentas mokosi, tuo jo muzikos atlikimo nerimas didesnis. Karen McCambridge (cit. iš Yağışan, 2009) ir Nihano Yağışano (2009) tyrimų rezultatai rodo, kad pasiekimai ir atlikimo nerimas koreliuoja. Nustatyta, kad specialybės pažymių vidurkis susijęs ir su asmenybinio nerimastingumu. Šis ryšys veikiausiai yra todėl, kad nerimastingi atlikėjai labiau bijo pasirodyti scenoje ir toji baimė, Alberto LeBlanco ir kitų (1997) tyrimo duomenimis, dažniausiai neigiamai veikia atlikimo kokybę, o tai lemia ir prastesnę atlikimo vertinimą. Taip pat nustatėme, kad pažymių vidurkis susijęs ir su savęs kaip atlikėjo vertinimu, t. y. kuo geresnius pažymius studentas gauna, tuo geriau save vertina.

Išanalizavę nerimo stiprumo skirtumus atliekant įvairią *muzikinę veiklą* nustatėme, kad fortepijono ir choro dirigavimo studentai labiausiai nerimauja, kai reikia dalyvauti konkurse ir laikyti egzaminą. Michelle Craske, Kennethas Craigas (1984) ir Donaldas Hamannas, Martha Sobaje (1983) taip pat nustatė, kad perklausos, atsiskaitymai ir dalyvavimas konkursuose kelia didžiausią įtampą. Tokią pat išvadą priėjo ir Glennas Danielis Wilsonas (cit. iš Papageorgi ir kt., 2007). Atliekant minėtą muzikinę veiklą svarbus nerimą galintis sukelti veiksnys yra komisija, kuri ne tik stebi, bet ir vertina. Jenifer Abel ir Kewinas Larkinas (1990) nustatė, kad širdies ritmas ir kraujospūdis yra didesni, kai atlikimas vertinamas komisijos. Tokius pat rezultatus gavo ir Tartalone (cit. iš LeBlanc ir kt., 1997). Brotons (cit. iš LeBlanc ir kt., 1997) atliko tyrimą, kuriame muzikantų pasirodymą vertino komisija. Vienu atveju ji buvo koncertinėje salėje, antru atveju atlikėjas grojo vienas, bet jo atlikimas buvo įrašomas ir įrašas perduodamas komisijai vertinti. Gauti duomenys parodė, kad lyginant abu atvejus nerimo stiprumas statistiškai reikšmingai nesiskyrė.

Pianistų studentų imtyje greta labiausiai nerimą keliančios veiklos (konkurso ir egzamino) yra ir rečitalis.

Neaptikome tyrimų, analizuojančių rečitalio ir MAN sąsajas. Manytume, kad grodami rečitalį atlikėjai jaučiasi labiausiai matomi ir stebimi publikos, todėl, anot Wilsono (cit. iš Papageorgi ir kt., 2007), yra labiau pažeidžiami ir nerimastingi.

Ieškodami asmenybinio nerimastingumo, muzikos atlikimo nerimo ir muzikinių veiklų sąsajų studentų imtyje aptikome, kad MAN susijęs su visa anketoje pateikta muzikine veikla. O AN nesusijęs su rečitaliu, dalyvavimu konkurse ir atlikimu specialybės paskaitoje. Kitaip tariant, jei muzikantas yra nerimastingas, dar nereiškia, kad jis labiau bijos rečitalio, konkurso ar specialybės paskaitos. Kuo žmogaus asmenybinis nerimas didesnis, tuo jis labiau bijos koncerto, dalyvavimo meistriškumo kursuose, egzamino ir muzikavimo privačioje aplinkoje.

Ištyrus fortepijono ir choro dirigavimo dėstytojų nerimo stiprumą atliekant skirtingą muzikinę veiklą paaiškėjo, kad labiausiai nerimaujama pasirodant prestižinėje salėje. Čia galima prisiminti Marianne Kaspersen ir Karlo G. Göttestamo (cit. iš Lehmann ir kt., 2007) mintis. Jie atkreipia dėmesį į tai, kad Vakarų Europos koncertinių salių tradicijos kelia itin daug nerimo. Jose yra didelis atstumas tarp atlikėjo ir klausytojų, taip pat atlikėjas pateikiamas kaip ekspertas, jam keliami didesni reikalavimai, publika atlikėjo atžvilgiu turi didesnių lūkesčių, o tai sukelia dar daugiau nerimo. Koncertuojant prestižinėse salėse didžiąją publikos dalį sudaro profesionalai, o tokia auditorija nerimauti verčia labiausiai.

Mėginta nustatyti, ar skiriasi AN ir MAN atsižvelgiant į planus koncertuoti ir ateityje. Išanalizavę duomenis nustatėme, kad aukštas asmenybinis nerimastingumas ir stiprus muzikos atlikimo nerimas būdingas žmonėms, ateityje koncertuoti neketinantiems. Mažiausi AN ir MAN rodikliai aptikti tarp atsakiusiųjų „taip“. Šias išvadas patvirtina Kenny ir Osborne (2006) tyrimas. Jame tiriamieji, pažymėję, kad nori tapti profesionaliais muzikantais, patyrė mažesnę MAN nei tie, kurie atsakė „ne“ arba „nežinau“. Mokslininkės daro išvadą, kad mokiniai atsisako ar nėra užtikrinti, jog pasirinks profesionalaus muzikanto karjerą dėl diskomforto, susijusio su aukštu MAN. Kita vertus, įmanoma, kad mokiniai, ketinantys siekti profesionalios karjeros, yra geresni atlikėjai ir turi didesnius sėkmės lūkesčius (Kenny, Osborne, 2006).

Neradome asmenybinio nerimastingumo, muzikos atlikimo nerimo skirtumų tarp pianistų ir chorvedžių, tačiau čia matoma reikšminga tendencija, rodanti didesnę pianistų nerimą. Statistiškai patikimas skirtumas rastas tik analizuojant vieno MAN faktoriaus (depresiško) rezultatus, bet tai nėra pakankamas rodiklis, leidžiantis teigti, kad pianistų ir chorvedžių MAN skiriasi. Panašius rezultatus gavo Cooperis ir Willsas (cit. iš Lehmann ir kt., 2007), Yağışanas (2009). Jie nustatė, kad MAN būdingas visų rūšių atlikėjams ir skirtumų tarp specializacijų neišskyrė. Vis dėlto diduma tyrimų rodo, kad solistai nerimauja labiau nei ansamblių atlikėjai. Wendy J. Cox ir Justinas Kenardy (cit.

iš Lehmann ir kt., 2007) tyrė suaugusių muzikos studentų pasirodymus ansamblyje bei solo ir didesnę nerimą užfiksuavo atliekant solo. Lydios Fehm ir Katjos Schmidt (2006) tyrimo rezultatai parodė, kad stipriausią nerimą išgyvena solistai, šiek tiek silpnesnę kamerinės muzikos atlikėjai ir silpniausią orkestrantai.

Galbūt mūsų tyrime statistiškai reikšmingo skirtumo tarp pianistų ir chorvedžių AN bei MAN nėra, nes per mažą choro dirigavimo specializacijos atlikėjų imtis. Žvelgiant į vidurkių skirtumus matyti, kad pianistai nerimauja šiek tiek daugiau, tad tikėtina, jog pakartojus tyrimą su didesne imtimi galimi reikšmingi skirtumai tarp solo ir ansamblio atlikėjų patiriamo MAN. Tokie duomenys galėjo būti gauti ir todėl, kad chorvedžių imtyje patyrusių atlikėjų yra mažiau nei nepatyrusių. Keldami prielaidą, kad pastarieji nerimauja labiau, galime manyti, jog dėl to bendras chorvedžių nerimo lygis yra aukštesnis.

Išanalizavus duomenis *patirties* aspektu, ryšio tarp asmenybinio nerimastingumo, muzikos atlikimo nerimo ir muzikinės patirties nerasta. Panašius rezultatus gavo Gordonas Rae ir Karen McCambridge (2004), Yağışanas (2009). Jie priėjo išvadą, kad MAN ir patirtis nesusiję. Tokią mintį galime rasti daugelyje mokslinių straipsnių, tačiau patirtis juose traktuojama tik kaip muzikos mokymosi metų skaičius. Į savo tyrimą mes įtraukėme koncertinės patirties sąvoką ir nustatėme stiprų ryšį ne tik su MAN, bet ir su AN. Remdamiesi tyrimo rezultatais, galime daryti išvadą, kad kuo daugiau koncertuojama per metus, tuo nerimas mažesnis bei kuo aukštesnis asmenybinis nerimastingumas, tuo mažiau atliekamas koncertuoja. Aptiktas ryšys tarp koncertinės patirties ir profesionalų auditorijos. Kuo didesnė koncertinė patirtis, tuo mažesnis nerimas koncertuojant profesionalams.

Nerasta ir AN bei MAN ryšio su amžiumi. Ioulia Papageorgi ir kiti (2007) mini, kad amžius gali turėti įtakos MAN. Galbūt amžiaus ir muzikos atlikimo nerimo sąsajos būtų matomos tuo atveju, jei šalia mūsų tiriamųjų dar būtų apklausti ir vaikai. Remiantis Kenny ir Osborne (2006), labai maži vaikai retai kada patiria muzikos atlikimo nerimą. Turint labai skirtingo amžiaus imtį galbūt būtų matomos amžiaus ir muzikos atlikimo nerimo sąsajos.

Tyrimo rezultatai rodo, kad studentai linkę nerimauti labiau nei dėstytojai. Dimitros Kokotsaki ir Jane Davidson (2003) tyrime gauti panašūs rezultatai. Čia studentai turėjo didesnę MAN nei studijas baigę muzikantai. Andrew Steptoe ir Helen Fidler (1987), tyrę profesionalius orkestrantus ir studentus, gavo, kad studentų nerimas yra aukštesnis nei profesionalų. Nustatėme, kad dėstytojai turi didesnę koncertinę patirtį, ir manytume, kad tai galėtų būti priežastis, lemianti mažesnę jų MAN. Taip pat akivaizdu, kad dėstytojai save kaip atlikėją vertina geriau. Rastas ryšys tarp šio vertinimo ir MAN atskleidžia, kad kuo savęs vertinimas aukštesnis, tuo nerimas mažesnis.

Duomenų analizė parodė, kad koncertuojant įvairiai auditorijai nerimo skirtumų tarp dėstytojų ir studentų beveik nėra. Skirtumas rastas tik pasirodant draugų auditorijai. Čia studentų nerimas didesnis. Galima daryti prielaidą, kad taip yra todėl, jog paaugliams svarbi bendraamžių nuomonė ir tai kelia papildomą įtampą (Brotons, Fishbein, Gustafson, Rawson, Leglar, cit. iš Papageorgi ir kt., 2007).

*Lyties* ir muzikos atlikimo nerimo sąsajos analizuojamos daugelyje tyrimų (Kenny ir Osborne, 2006; Lewinsohn ir kt., 1998; Rae, McCambridge, 2004; Kokotsaki, Davidson, 2003; Abel, Larkin, 1990, ir kt.). Mūsų tyrimo rezultatai parodė, kad lyginant grupes pagal lytį, muzikos atlikimo nerimas skiriasi statistiškai reikšmingai. Moterys nerimauja labiau nei vyrai. Šie rezultatai patvirtina daugelį kitų tyrimų. Peterio Lewinsohno ir kitų (1998) tyrimo duomenys rodo, kad moterys du tris kartus daugiau nei vyrai yra linkusios patirti nerimą. Rae ir McCambridge (2004) tyrime moterys parodė aukštesnį nerimo lygį nei vyrai. Yağışano (2009) tyrime dalyvavo 222 įvairių muzikos specializacijų studentai. Nustatyta, kad moterų atlikimo nerimo lygis yra aukštesnis nei vyrų. Kenny ir Osborne (2006) taip pat gavo rezultatus, rodančius, kad moterys nerimauja labiau. Lewinsohnas ir kiti (1998) ištyrė, jog tarp moterų dažnesni ir nerimo sutrikimai.

Reikšmingų asmenybinio nerimastingumo skirtumų vyrų ir moterų grupėse nėra. Naudodami Spielbergerio asmenybinio nerimastingumo skalę Kokotsaki ir Davidson (2003) gavo labai panašius duomenis.

Detaliau išanalizavę MAN skirtumus tarp vyrų ir moterų pamatėme, kad moterų imtyje ryškesni somatiniai simptomai. Remiantis Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno teiginiais, čia kalbama apie šiuos simptomus – burnos džiūvimą, silpnumą, galvos svaigimą, pilvo raizymą, padažnęjusį pulsą, įsitempusius raumenis, kūno drebulį. Nustatyta, kad moterys linkusios kruopščiau analizuoti save ir kitus, taip pat mažesnis ir jų kontrolės jausmas.

Palyginę vyrų ir moterų nerimo stiprumą pasirodant skirtingai *klausojų auditorijai* pamatėme, kad moterys, koncertuodamos profesionalams, nerimauja labiau nei vyrai. Kaip jau minėjome, tyrimų, analizuojančių nerimo pasirodant skirtingoms auditorijoms aspektus, neaptikome, tad neturime su kuo palyginti savo duomenų. Mūsų gauti rezultatai iš dalies atitinka Alberto LeBlanco, Youngo Chango Jino, Mary Obert ir Carolyn Siivolos (cit. iš Papageorgi ir kt., 2007) tyrimą, kuriame nustatyta, kad moterys auditoriją suvokia kaip grėsmingesnę. LeBlancas ir kiti (1997), tyrę auditorijos įtaką MAN, nustatė, kad per pasirodymą moterų širdies ritmas gerokai dažnesnis nei vyrų. Tokius pat rezultatus gavo Abel ir Larkinas (1990). Įdomu, kad koncertuodami žmonėms, nenusimanantiems apie muziką, ir vaikams vyrai nerimauja labiau. Galbūt taip yra todėl, kad moterys nerimo lygius skirtingose auditorijose diferencijuoja labiau nei vyrai.

Moterų imtyje radome ryšį tarp muzikos atlikimo nerimo ir nerimo, jaučiamo visuose pateiktuose auditorijų tipuose. Allanas Paivo ir Wallace Lambertas dar 1959 metais nustatė, kad moterys, pasirodydamos auditorijai, nerimauja labiau nei vyrai. Tai patvirtina ir Rayn atliktas (2004) vaikų tyrimas. Stipriausias MAN ryšys nustatytas su nerimu, jaučiamu profesionalų auditorijoje. Sąsajos moterų grupėje rastos tarp asmenybinio nerimastingumo ir profesionalų bei mėgėjų auditorijų. Galime manyti, kad nerimastingos moterys bijos pasirodyti profesionalų ir mėgėjų auditorijai, tačiau skirtingo nerimastingumo moterys vienodai nerimais pasirodydamos nenusimanantiems apie muziką, draugams ir vaikams.

Studentų imtyje palyginę vyrų ir moterų nerimo lygį atliekant skirtingą *muzikinę veiklą*, gavome, kad moterys, dalyvaudamos konkurse, meistriskumo kursuose ir laikydamos egzaminą, nerimauja labiau nei vyrai. Vyrų ir moterų dalyvavimo konkurse ir laikant egzaminą nerimo skirtumai patvirtina Kokotsaki ir Davidson (2003) tyrimo rezultatus. Juose matyti, kad moterys labiau nei vyrai nerimauja atlikdamos komisijos stebimą veiklą. Kokie veiksniai galėtų turėti įtakos didesniai moterų nerimavimui dalyvaujant meistriskumo kursuose, sunku pasakyti.

Analizuodami duomenis pamatėme, kad nesiskiria vyrų ir moterų pažymių vidurkiai. Ryan (2004) taip pat nustatė, kad šiuo aspektu skirtumas tarp vaikinių ir merginų nėra reikšmingas. Vyrų ir moterų grupėse nerasta skirtumų ir vertinant save kaip atlikėją. Abel ir Larkinas (1990) gavo priešingus rezultatus – moterys pianistės save vertino prasčiau nei vyrai.

#### **Tyrimo ribotumai ir gairės tolesniems tyrimams.**

Tyrimo rezultatų analizę iš dalies riboja imties ypatybės. Siekiant patikimesnių rezultatų, reikėtų iširti didesnę tiriamųjų skaičių, tirti ir kitų specialybių tiriamuosius, įtraukti profesionalus nedėstytojus. Taip pat imtyje buvo mažiau vyrų, todėl būtų naudinga išplėsti vyrų imtį.

Kaip jau minėta, Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno validumas taip pat reikalauja tolesnių tyrimų.

Muzikos atlikimo nerimo tyrinėtojai teigia, kad šie tyrimai reikalingi, jog padėtų geriau suprasti muzikos atlikimo nerimo procesus ir pasiūlytų tinkamus įveikos būdus. Tuo pat metu teoriniai tyrinėjimai galėtų plėtoti dabartines žinias apie muzikos atlikimo nerimą ir kartu pateikti naujų vertingų žinių apie šį procesą (Papageorgi ir kt., 2007).

Manytume, kad būtų naudinga plačiau tyrinėti muzikos atlikimo nerimo ir asmenybės charakteristikų (intravertiškumo, ekstravertiškumo, perfekcionizmo, aš efektyvumo ir kt.) ryšį; visa tai, anot Shulamit Mor ir kitų (1995) bei Gary McPhersono ir Johno Gary HMcCormicko (2006), yra svarbu muzikos atlikimo nerimui. Muzikos atlikimo nerimo ir motyvacijos sąsajų tyrimai galėtų būti itin reikšmingi. Remiantis jų duomenimis, galbūt pavyktų sudaryti naudingas mokymosi programas ir parengti pedagogus taip,

jog jie tinkamai motyvuotų studentus, kad šie patirtų kuo mažesnę neigiamą nerimo poveikį. Nustatant mokymo(si) reikšmę muzikos atlikimo nerimui turėtų padėti tyrimai, lyginantys skirtingų kultūrų muzikantus. Būtų naudinga ištirti ryšį tarp muzikos atlikimo nerimo ir socialinės fobijos bei kitų nerimo sutrikimų. Nedaug tyrimų lygino profesionalius muzikos atlikėjus ir mėgėjus, tad tokio pobūdžio tyrimai būtų įdomūs ir naudingi.

Lietuvoje muzikos atlikimo nerimo tyrimų sritis neišplėtota, todėl su bet kuriais aspektais susiję tyrimai būtų itin naudingi.

### Išvados

1. Įvertinę Kenny muzikos atlikimo nerimo klausimyno validumą nustatėme, kad originalios instrumento struktūros konvergentinis validumas geras (stipri koreliacija su asmenybinio nerimastingumo skale), aukštas vidinis suderinamumas (Cronbacho  $\alpha = 0,902$ ). Faktorinė analizė iš dalies patvirtino Kenny siūlomą modelį.

2. Išanalizavus visos imties duomenis, rastas muzikos atlikimo nerimo ryšys su nerimu, jaučiamu skirtingose klausytojų auditorijose ir atliekant skirtingą muzikinę veiklą. Nustatyta, kad labiausiai nerimaujama, kai klausytojų auditorijoje vyrauja profesionalai. Daugiausia nerimo kelia ta muzikinė veikla, kuri yra vertinama komisijos (konkursai, egzaminai).

3. Nustatyta, kad muzikos atlikimo nerimas nesusijęs su muzikos mokymosi metų skaičiumi ir atlikėjo amžiumi, tačiau rastas muzikos atlikimo nerimo ir koncertinės patirties ryšys. Pastebėta, kad kuo didesnė koncertinė patirtis, tuo mažesnis muzikos atlikimo nerimas. Duomenų analizė parodė, kad studentai patiria stipresnę muzikos atlikimo nerimą nei dėstytojai. Nerasta sąsajų tarp muzikos mokymosi metų skaičiaus ir nerimo, kurį kelia skirtinga klausytojų auditorija. Ryšys aptiktas tarp nerimo, jaučiamo auditorijoje, kurioje vyrauja profesionalai, ir koncertinės patirties. Kuo koncertinė patirtis didesnė, tuo mažiau nerimaujama pasirodant profesionaliems muzikantams.

4. Palyginus vyrų ir moterų grupes, tyrimo rezultatai parodė, kad moterys jaučia didesnę muzikos atlikimo nerimą nei vyrai. Pastebėta, kad jos patiria ryškesnių somatinių nerimo simptomų ir pasižymi menkesniu kontrolės jausmu. Išanalizavę duomenis pamatėme, kad moterys, pasirodydamos profesionalų auditorijai ir atlikdamos vertinimo komisijos stebimą muzikinę veiklą, nerimauja labiau nei vyrai.

5. Nustatyta, kad kuo geriau asmuo save vertina kaip atlikėją, tuo mažesnę muzikos atlikimo nerimą patiria. Taip pat mažesnis nerimas yra tada, kai atlikėjas mokosi geresniais pažymiais. Skirtumų tarp vyrų ir moterų nerasta. Išanalizavus duomenis paaiškėjo, kad respondentai, ketinantys siekti profesionalaus muzikanto karjeros, t. y. koncertuoti ir ateityje, patiria mažesnę nerimą nei tie, kurie koncertuoti nebeplanuoja ar dar nėra apsisprendę.

6. Palyginę pianistų ir chorvedžių imtis galime teigti, kad statistškai reikšmingo skirtumo tarp jų patiriamo muzikos atlikimo nerimo nėra.

### Literatūra

- Abel, Jenifer L.; Larkin, Kevin. T. Anticipation of Performance Among Musicians: Physiological Arousal, Confidence and State – Anxiety. In *Psychology of Music*. 1990, No. 18, p. 171–182.
- Barlow, David H. *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. New York: Guilford Press, 2002, 2nd ed.
- Barlow, David H. Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. In *American Psychologist*. 2000, Vol. 55, p. 1245–1263.
- Byrne, Barbara M. *Structural Equation Modeling with AMOS*. London: Lawrence Erlbaum Associates, 2001.
- Craske, Michelle; Craig, Kenneth D. Musical – performance anxiety: The three – systems model and self – efficacy theory. In *Behavior Research and Therapy*. 1984, Vol. 22, p. 267–280.
- Elliot, Andrew J.; McGregor Holly. A. Test anxiety and the hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. In *Journal of Personality & Social Psychology*. 1999, Vol. 76, p. 628–644.
- Fehm, Lydia; Schmidt, Katja. Performance anxiety in gifted adolescent musicians. In *Journal of anxiety disorders*. 2006, Vol. 20(1), p. 98–109.
- Hamann, Donald L.; Sobaje, Martha. Anxiety and the College Musician: Study of Performance Conditions and Subject Variables. In *Psychology of Music*. 1983, Vol. 11(1), p. 37–50.
- Kenny, Dianna T.; Davis, Pamela; Oates, Jenni. Music performance anxiety and occupational stress amongst opera chorus artists and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. In *Journal of Anxiety Disorders*. 2004, Vol. 18, p. 757–777.
- Kenny, Dianna T.; Osborne Margaret, S. Music performance anxiety: New insights from young musicians. In *Advances and Cognitive Psychology*. 2006, Vol. 2, No. 2–3.
- Kenny, Dianna T. The factor structure of the revised Kenny Music Performance Anxiety Inventory, 2009. Prieiga per internetą: <http://www.rcm.ac.uk/cache/f0019647.pdf> [žiūrėta 2010 10 19].
- Kokotsaki, Dimitra; Davidson, Jane W. Investigating music performance anxiety among music college singing students – a quantitative analysis. In *Music Education Research*. 2003, Vol. 5(1), p. 45–59.
- LeBlanc, Albert; Jin, Young Chang; Obert, Mary; Siivola, Carolyn. Effect of audience on music performance anxiety. In *Journal of Research in Music Education*. 1997, Vol. 45, p. 480–496.
- Lehmann, Andreas C.; Sloboda, John A.; Woody, Robert H. *Psychology for Musicians. Understanding and Acquiring the Skills*. Oxford University Press, 2007.
- Lewinsohn, Peter M.; Gotlib, Ian H.; Lewinsohn, Mark; Seeley, John R.; Allen, Nicolas B. Gender differences in anxiety disorders and anxiety symptoms in adolescents. In *Journal of Abnormal Psychology*. 1998, Vol. 107, p. 109–117.
- McCormick, John; McPherson, Gary E. The role of self – efficacy in a musical performance examination: An exploratory structural equation analysis. In *Psychology of Music*. 2003, Vol. 31(1), p. 37–51.



- McPherson, Gary E.; McCormick, John. Self-efficacy and music performance. In *Psychology of Music*. 2006, Vol. 34(3), p. 322–336.
- Mor, Shulamit; Day, Hy I.; Flett, Gordon L.; Hewitt, Paul L. Perfectionism, control and components of performance anxiety in professional artists. In *Cognitive Therapy and Research*. 1995, Vol. 19(2), p. 207–225.
- Paivo, Allan; Lambert, Wallace E. Measures and correlates of audience anxiety („stage fright“). In *Journal of Personality*. 1959, Vol. 27, p. 17.
- Papageorgi, Iouliia; Hallam, Susan; Welch, Graham F. A conceptual framework for understanding musical performance anxiety. In *Research Studies in Music Education*. 2007, No. 28.
- Parasuraman, Saroj; Purohit, Yasmin S. Distress and boredom among orchestral musicians: The two faces of stress. In *Journal of Occupational Health Psychology*. 2000, Vol. 5(1), p. 74–83.
- Rae, Gordon; McCambridge, Karen. Correlates of performance anxiety in practical music exams. In *Psychology of Music*. 2004, Vol. 32(4), p. 432–439.
- Ryan, Charlene. Gender differences in children's experience of musical performance anxiety. In *Psychology of Music*. 2004, Vol. 32, p. 89–103.
- Spahn, Claudia. *Music Performance Anxiety. A Review of the Literature*. Inaugural Dissertation. Freiburg: Albert Ludwigs University, Vorgelegt, 2009. Prieiga per internetą: <http://www.freidok.uni-freiburg.de/volltexte/6603/pdf/MPA.pdf> [žiūrėta 2010 10 23].
- Stephens, Andrew; Fidler, Helen. Stage fright in orchestral musicians: A study of cognitive and behavioral strategies in performance anxiety. In *British Journal of Psychology*. 1987, Vol. 78, p. 241–249.
- Stoeber, Joachim; Eismann, Ulrike. Perfectionism in young musicians: Relations with motivation, effort, achievement, and distress. In *Personality and Individual Differences*. 2007, Vol. 43(8), p. 2182–2192.
- Valentine, Elisabeth. The fear of performance. In *Musical performance: A guide to understanding*, ed. J. Rink. Cambridge: Cambridge University Press, 2002, p. 168–182.
- Yağışan, Nihan. A Survey of Music Performance Anxiety Among Turkish Music Students. In *Turkish Journal Music Education*. 2009, Vol. 2, No. 1.

### Summary

Music performance anxiety (MPA) is “the experience of marked and persistent anxious apprehension related to musical performance that has arisen through specific anxiety conditioning experiences and which is manifested through combinations of affective, cognitive, somatic and behavioral symptoms” (Kenny, quoted in Spahn, 2009, p. 1).

The article deals with music performance experience and gender links with performance anxiety taking into consideration the following factors: the audience, various

music performance activities, plans for future performance, self-evaluation of oneself as a performer and average grades. Links between the mentioned factors and MPA were established first of all in all the respondents; later they were analyzed according to their experience and gender.

In the study, 112 professional music performers (76 pianists and 36 chorus conductors) took part. The data were collected employing the Spielberger State-Trait Anxiety Inventory, a questionnaire and the Kenny Music Performance Anxiety Inventory that has not been used in Lithuania before. Analysis of the data demonstrated links between music performance anxiety and the anxiety present in different audiences and different music performance activities. It was established that the degree of anxiety was the highest when professional dominated in the audience. Those musical activities that were judged by a jury produced the greatest degree of anxiety (competitions, examinations).

It was established that music performance anxiety was not linked with the number of years of music studies and the performer's age; however, links between music performance anxiety and concert experience were discovered. It was observed that the greater concert experience the lesser music performance anxiety. Data analysis suggested that students experienced greater music performance anxiety than teachers. No links were discovered between the number of years of music study and the anxiety caused by different audiences. Links were established between the anxiety felt in the audience with large numbers of professional and concert experience. The greater concert experiences the lesser the anxiety performing in front of professional musicians.

The comparison of male and female groups revealed that women feel greater music performance anxiety than men. It was observed that they have greater somatic anxiety symptoms and a weaker feeling of control. Analysis suggested that women performers feel more anxious than men performing for a professional audience and in front of a jury. It was established that the better performers think of themselves, the lesser anxiety they experience. Anxiety is also lesser when the performer's grades are higher. There are no differences between men and women. Analysis has revealed that the respondents who are going to embark on a professional career feel less anxiety than those who are not going to perform in the future or have not made up their mind.

The comparison of pianists and choir conductors demonstrates that there is no statistically significant difference between the anxieties they experience.