

Laura DUBOSAITĖ

Lietuvos muzikos ir teatro
akademija

LMTA Muzikos fakulteto studentų savarankiškų pratybų ypatumai

REIKŠMINIAI

ŽODŽIAI:

savarankiškos pratybos,
muzikos pratybos,
savarankiško mokymosi
metodai, pratybų
optimizavimas,
pedagogų įtaka studentų
savarankiškoms
pratyboms.

ANOTACIJA. Straipsnyje pristatomas Lietuvos muzikos ir teatro akademijos (toliau – LMTA) Muzikos fakulteto studentų savarankiškų pratybų ypatumų tyrimas, atskleidęs, kaip studentai savarankiškai praktikuojasi ruošdamiesi savo specialybės pamokai. Tyrimo tikslas – išsiaiškinti, kiek savarankiškos pratybos užima laiko ruošiantis specialybės pamokai, ar studentai taiko pažangesnius mokymosi metodus praktikuodamiesi, kokią įtaką daro specialybės pedagogai savarankiškoms pratyboms ir kokie veiksniai joms trukdo. Tyrimo duomenys rinkti anketinės apklausos būdu. Gauti rezultatai leido apibendrinti studentų savarankiško mokymosi patirtį, įvardyti tobulintinus saviruošos veiksmus, rekomenduoti LMTA gerinti mokymosi bazę ir studijų organizavimo procesus, susijusius su studentų savarankiškoms pratyboms.

Įvadas

Savarankiška praktika – neatsiejama muzikos studijų dalis, kuri studentams padeda tobulinti savo muzikinius gebėjimus bei techninius įgūdžius, įgyti reikalingą patirtį ir siekti puikių profesinių rezultatų. Anot edukacijos specialisto Paulo Harrisso, savarankiškas praktikavimasis lavina klausą bei originalios interpretacijos įgūdžius ir taip studentui leidžia sukurti savitą, nepakartojamą atlikimo stilių (plačiau žr. Harris 2006). Be to, saviruoša pratina studentus organizuoti savo laiką, sąmoningai siekti tikslų, priimti atsakomybę už mokymosi rezultatus ir ieškoti tinkamų būdų spręsti studijuojant iškilusias problemas. Savarankiška praktika ne tik padeda tapti profesionaliais atlikėjais, bet ir padeda įgyti įgūdžių, kurių prireiks dirbant muzikos pedagogu.

Per muzikos atlikimo pratybas taikomi įvairūs mokymosi metodai, kurie padeda studentams tobulinti muzikinius techninius įgūdžius ir gebėjimą interpretuoti. Įvairūs tyrimai rodo, kad net studijuojantieji aukštosiose mokyklose ne visada taiko veiksmingas praktikos strategijas (plačiau žr. Austin, Berg 2006). Neretai tiesiog paprastas informacijos ir pratimų kartojimas tampa pagrindine savarankiško mokymosi strategija, bet didesnės pažangos pasiekia tie atlikėjai, kurie praktikuojasi sąmoningai ir tikslingai (pla-

čiau žr. Leon-Guerrero 2008; Vilnė, Marnauza 2024). Be to, sąmoningas savo veiksmų stebėjimas per pratybas leidžia studentams geriau suvokti savo stiprybes ir silpnybes, mokymosi proceso ypatumus, planuoti pratybas ir tiksliau vertinti savo atlikimą (plačiau žr. Hallam 1997b).

Savarankiškai praktikuojantis labai svarbus grįžtamasis ryšys. Jis padeda studentams suprasti savo klaidas, mokytis iš jų ir tobulinti gebėjimus. Kai šalia nėra pedagogo, suteikiančio studentams galimybę gauti objektyvų atsiliepimą apie jų grojimą, tada savotišką grįžtamąjį ryšį gali suteikti pratybų garso ar vaizdo įrašai. Tyrėjos Siw Graabæk Nielsen atlikto tyrimo rezultatai rodo, kad tai veiksmingas būdas tobulinti savarankiško praktikavimo strategijas (plačiau žr. Nielsen 1999).

Muzikos pratyboms itin didelę reikšmę turi ir vizualizacinės (mentalinės) praktikos metodas, kai pratybos atliekamos mintyse be instrumento ir taip sutrumpinamas fiziškai pratyboms reikalingas laikas (plačiau žr. Tamašauskaitė, Vainauskas 2017). Vizualizacinė praktika gali padėti studentams gerinti atlikimo techniką ir gebėjimą interpretuoti, labiau pasitikėti savimi ir sustiprinti gebėjimą įsiminti įvairius dalykus (plačiau žr. Vilnė, Marnauza 2024; Lim, Lippman 1991).

Be abejo, per pratybas taikydami daugiau įvairių mokymosi metodų, studentai efektyviau tobulėja ir greičiau pasiekia užsibrėžtų tikslų. Todėl muzikos specialybių dėstytojai turėtų padėti studentams tinkamai pasiruošti ir suplanuoti savarankiškus užsiėmimus, supažindinti juos su efektyviomis mokymosi strategijomis, kurios leistų veiksmingiau tobulinti muzikinius įgūdžius (plačiau žr. Hallam 1997a). Studentai, kurių pedagogai nepakankamai skiria dėmesio saviruošos metodų mokymui, nepasiekia gerų rezultatų dėl ribotų ir neveiksmingų individualaus mokymosi strategijų (plačiau žr. Jørgensen 2001).

Muzikos studentų savarankiškų pratybų laikas – svarbus veiksnys siekiant muzikinio tobulėjimo. Tyrimai rodo, kad aukštesnis profesinio pasiruošimo lygis muzikos srityje yra tiesiogiai susijęs su mokymosi valandų skaičiumi (plačiau žr. Jørgensen 2002). Optimalus muzikos studentų pratybų laikas gali skirtis priklausomai nuo individualių poreikių ir gebėjimų, tačiau dauguma ekspertų teigia, kad geriausius rezultatus galima pasiekti praktikuojantis reguliariai, bet ne pernelyg ilgai, todėl rekomenduojama pratybų trukmė gali svyruoti nuo 3 iki 6 valandų per dieną. Muzikos pedagogo Haraldo Jørgenseno teigimu, profesionalūs muzikantai vidutiniškai praktikuojasi nuo 3,5 iki 5 valandų per dieną (plačiau žr. ten pat), o studentai turėtų praktikuotis nuo 20 iki 25 valandų per savaitę (plačiau žr. Jørgensen 2004). Tačiau kai kurie tyrėjai atkreipia dėmesį, kad saviruošos trukmės akcentavimas, o ne orientacija į siektinus tikslus yra ydinga ir vis dar pasitaikanti muzikos pedagogikos praktika (plačiau žr. Duke, Simmons 2009). Vis dėlto nereikėtų pamiršti, kad saviruošos rezultatus lemia ne tik pratybų trukmė, bet ir jų kokybė.

Mokslininkai dažniausiai rekomenduoja praktikuojantis daryti pertraukas ir per jas atlikti trumpus, bet efektyvius pratimus (pavyzdžiui, kvėpavimo, meditacijos), užsiimti kokia nors atpalaiduojančia veikla ar tiesiog trumpai pailsėti. Pertraukos svarbios ne tik fizinei, bet ir psichologinei būsenai, nes leidžia ne tik atpalaiduoti raumenis, bet ir sumažinti vidinę įtampą, išlaikyti dėmesį. Lietuvos higienos institutas parengė metodines rekomendacijas *Muzikantų kaulų ir raumenų sistemos sutrikimų prevencija* (Tamašauskaitė, Vainauskas 2017), kuriose siūlomos tokios darbo ir poilsio proporcijos:

- 5 minutės poilsio kas 25 grojimo minutes;
- 10 minučių poilsio kas 50 grojimo minučių;
- 10–15 minučių poilsio kas 30 grojimo minučių.

Dėl netinkamai organizuojamų muzikavimo pratybų gali atsirasti fizinio skausmo židinių įvairiose kūno vietose. 2014–2015 m. Lietuvos higienos instituto atliktas muzikantų kaulų ir raumenų sutrikimų tyrimas atskleidė, kad dažniausiai respondentai skundėsi nugaros (net 59 %), kaklo ir sprando skausmais (53,4 %). Trečdalis apklaustų muzikantų skundėsi pečių, o ketvirtadalis – riešų skausmais (Tamašauskaitė, Vainauskas 2017: 4). Mokslininkai nustatė, kad fizinių traumų rizika yra tiesiogiai susijusi su ilgėjančia užsiėmimų trukme, todėl praktikuojantis ypač svarbu atkreipti dėmesį ne tik į tinkamą laikyseną, sėdėseną, judesių techniką, bet ir į pratybų intensyvumą, kad būtų galima išvengti fizinio skausmo ir galimų traumų (plačiau žr. Ioannou, Altenmüller 2015).

Organizuodami savarankiškas pratybas, muzikos atlikimą studijuojantys studentai susiduria su įvairiais iššūkiais. Tyrimų rezultatai rodo, kad daugelis studentų atlikėjų turi daug kitų įsipareigojimų (pavyzdžiui, mokosi, dirba ar turi įvairių asmeninių reikalų), todėl gebėjimas planuoti laiką yra itin svarbus (plačiau žr. Khairi *et al.* 2022). Taip pat kai kurie studentai gali patirti motyvacijos trūkumą dėl nuobodulio, nuovargio ar nusiavylimo susidūrus su sunkumais tobulinant savo muzikinius įgūdžius. Šie veiksniai gali turėti neigiamų pasekmių muzikos studentų pratyboms ir tobulėjimui, todėl itin svarbu įsisąmoninti įvairius trukdžius ir bandyti juos įveikti, kad būtų pasiekti geriausi rezultatai ir efektyvus muzikinis progresas.

LMTA Muzikos fakulteto studentų savarankiškų pratybų ypatumų tyrimas

LMTA muzikos specialybių studentų savarankiškos pratybos – viena reikšmingiausių sudėtinių mokymosi ir profesinio tobulėjimo dalių, todėl svarbu ištirti, kaip studentai organizuoja savarankiškas pratybas, kiek jiems padeda jų specialybės pedagogai bei kokios sąlygos yra sudarytos studentų profesinei saviruošai LMTA. Gauti duomenys leistų tobulinti minėtus profesinės saviruošos aspektus ir gerinti LMTA studijų

proceso organizavimą, susietą su LMTA Muzikos fakulteto studentų savarankiškoms pratybomis.

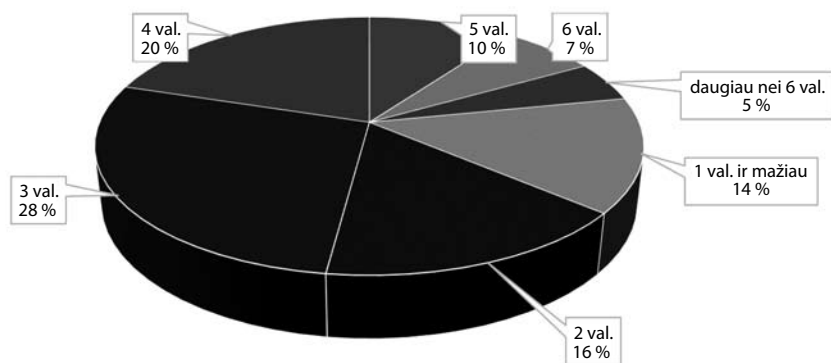
Tyrimo metodikos pagrindimas ir dalyvių atranka. Siekiant išsiaiškinti LMTA Muzikos fakulteto studentų savarankiškų pratybų patirtį, atlikta anketinė apklausa, kurią sudarė 12 uždaro ir 5 atviro tipo klausimai. LMTA muzikos specialybių studentų saviruošos asmeninių patirčių vertinimo klausimynas sudarytas iš penkių diagnostinių blokų:

- 1) studentų savarankiškų pratybų trukmė ir pobūdis;
- 2) pedagogų įtaka studentų savarankiškoms pratyboms;
- 3) efektyvesnių mokymosi metodų taikymas per pratybas;
- 4) su saviruoša susijusių trukdžių pateiktis;
- 5) studentų siūlymai dėl savarankiškų pratybų organizavimo tobulinimo LMTA.

Atliekant tyrimą gauti duomenys buvo analizuojami pasitelkus aprašomosios statistikos metodą – procentinių dažnių analizę. Atviro tipo klausimų analizei taikytas kokybinės turinio analizės metodas, kuris grindžiamas kategorijų, gautų rezultatų pagrindu, konstravimu, kai tarpusavyje lyginami turimi tyrimo duomenų elementai, o kategorijoms suteikiami duomenų turinį apibendrinantys pavadinimai (plačiau žr. Charmaz 2006).

Tyrimo dalyviai atrinkti remiantis tikimybinės atsitiktinės imties atrankos principu. Apklausoje dalyvavo 114 LMTA Muzikos fakulteto bakalauro studijų pakopos studentų, siekiančių įgyti akordeono, liaudies, styginių ir pučiamųjų muzikos instrumentų, džiazo, dainavimo, fortepijono, chorinio dirigavimo ar vargonų specialybę.

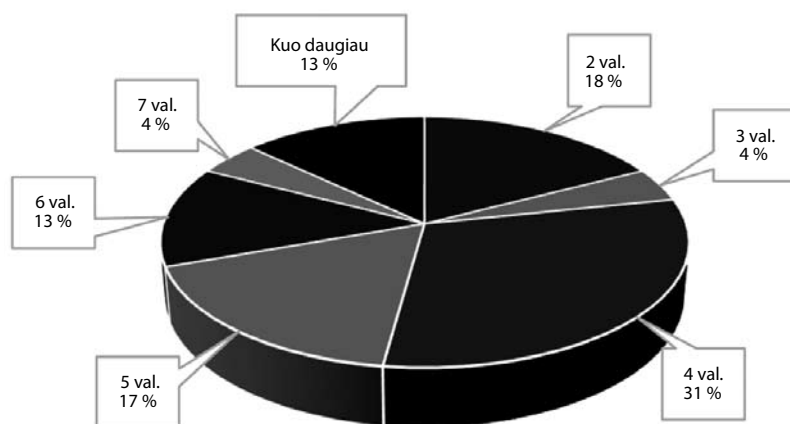
Tyrimo rezultatų apibendrinimas. Studentų savarankiškų pratybų trukmė. Anketinėje apklausoje dalyvavę LMTA Muzikos fakulteto studentai nurodė, kiek vidutiniškai kasdien skiria laiko savarankiškoms pratyboms (žr. 1 pav.). Didžiausia dalis apklaustųjų



1 pav. Studentų kasdienėms savarankiškoms pratyboms skiriamas laikas

pratyboms skiria 3 valandas (28 %), nemaža jų dalis – 4 valandas (20 %), daug mažiau studentų praktikuojasi 5 (10 %) ar 6 valandas (7 %). Taigi daugumos studentų pratybos trunka nuo 3 iki 6 valandų (65 %), t. y. tiek, kiek rekomenduoja daugelis mokslininkų. Tik 5 % respondentų teigia, kad pratyboms skiria daugiau nei 6 valandas. Tyrimo rezultatai taip pat parodė, kad nemaža dalis LMTA muzikos specialybių studentų (net 30 %) savarankiškai praktikuojasi dar trumpiau: iš jų 16 % studentų teigė, kad jų pratybos trunka 2 valandas, o 14 % – kad tik valandą ar net trumpiau. Deja, pastarieji duomenys kelia susirūpinimą, nes, mokslininkų nuomone, tokios trukmės pratybų nepakanka norint pasiekti aukštą profesinio meistriškumo lygį.

Pedagogų rekomenduojama savarankiškų pratybų trukmė. Atliekant tyrimą taip pat siekta nustatyti, kiek muzikos specialybės pedagogai įdeda pastangų, motyvuodami savo studentus kuo daugiau praktikuotis patiems (žr. 2 pav.). LMTA Muzikos fakulteto studentų atsakymai atskleidė, kad dauguma jų dėstytojų (net 82 %) skatina studentus kuo daugiau praktikuotis individualiai. Viena vertus, tai rodo, kad pedagogai supranta savarankiškų pratybų svarbą studentų muzikiniam tobulėjimui ir prisiima dalinę atsakomybę už šios mokymo proceso dalies eigą. Kita vertus, visai tikėtina, kad beatodairiškas pedagogų skatinimas studentams kuo daugiau dirbti savarankiškai ilgainiui gali tapti nemenka problema dėl per didelio pratybų fizinio krūvio bei psichologinio nuovargio. Todėl atliekant tyrimą buvo svarbu patikslinti, kiek valandų kasdienio praktikavimosi LMTA muzikos specialybių dėstytojai savo studentams nurodo kaip siekiamybę – tai leistų suprasti, ar pedagogų reikalavimai nėra per dideli.



2 pav. Pedagogų įvardijamas siektinas studentų kasdienio praktikavimosi laikas

Gauti rezultatai atskleidė, kad dažniausiai dėstytojai rekomenduoja studentams praktikuotis po 4 valandas (31 %), šiek tiek mažiau pedagogų – po 5 valandas (17 %) ar 6 valandas per dieną (13 %). Tai patvirtina faktą, kad daugelis LMTA Muzikos fakulteto dėstytojų studentams nurodo tinkamą savarankiškų pratybų trukmę. Tačiau analizuojant gautus duomenis taip pat paaiškėjo, kad dalis jų studentams pataria praktikuotis per ilgai (17 %) arba per trumpai (18 %). Pedagogų įtaka nustatant tinkamą praktikavimosi trukmę ypač svarbi tiems studentams, kurie teigia nežinantys, kiek turėtų trukti optimalios pratybos, – tokių studentų, remiantis apklausos duomenimis, yra net 36 %.

Dėl pratybų atsiradęs fizinis diskomfortas ir traumos. Per tyrimą siekta išsiaiškinti, ar savarankiškos pratybos LMTA Muzikos fakulteto studentams sukelia fizinį diskomfortą. Kad po užsiėmimų nuolat jaučia kokią nors skausmą, prisipažino 3 %, o kad dažnai – net 37 % apklaustųjų. Vis dėlto 59 % apklaustų studentų teigė, kad skausmą kūne po pratybų jaučia retai. Reikėtų atkreipti dėmesį, kad tik 1 % respondentų teigė, kad po pratybų niekada nejaučia skausmo. Taigi šie rezultatai suponuoja, kad daugumai LMTA Muzikos fakulteto studentų būtina išmokti tinkamai paskirstyti pratybų laiką ir krūvį siekiant išvengti fizinio diskomforto ir skausmo kūne, atsirandančių po savarankiškų užsiėmimų.

Atsakydami į klausimą, ką dažniausiai skauda po pratybų, net 41 % muzikos specialybių studentų įvardijo nugaros skausmą, kiek mažiau jų skundėsi rankų skausmu (28 %). 23 % apklaustųjų nurodė pečių skausmą, tik 5 % respondentų paminėjo skaudant galvą, o dar mažiau – sprandą (3 %). Apklausa parodė, kad 18 % LMTA muzikos specialybių studentų teigė patyrę rimtų profesinių traumų dėl per didelio pratybų krūvio. Kadangi pastarasis rodiklis nėra labai didelis, galima manyti, kad po pratybų patiriamas skausmas kūne dažniausiai nėra ilgalaikis sveikatą žalojantis veiksnys, turintis rimtų pasekmių tolesnei studentų muzikinei karjerai. Vis dėlto geresnis pratybų intensyvaus darbo ir poilsio suderinimas leistų sumažinti fizinį diskomfortą dėl patiriamų skausmų.

Pertraukos per savarankiškus užsiėmimus. Dėl anksčiau aptarto fizinio diskomforto ir traumų, kurias muzikos specialybių studentai patiria savarankiškai praktikuodamiesi, būtina atkreipti jų dėmesį į privalomas nuolatinės ir reguliarias pertraukas. Kad tokias pertraukas daro visada, nurodė 27 %, o dažnai – 37 % apklaustųjų. Bet net 33 % respondentų prisipažino tokias pertraukas darantys retai, o 3 % – išvis jų nedarantys. Remiantis gautais rezultatais, galima teigti, kad nemaža dalis LMTA Muzikos fakulteto studentų ilgainiui gali patirti negatyvių su tuo susijusių reiškinių pasekmių: pavyzdžiui, psichologinį ir fizinį nuovargį, traumų, dėmesio sutelkimo problemų ir pan.

Sąmoningas praktikavimasis. Vienas tyrimo tikslų – atskleisti, ar studentai praktikuojasi sąmoningai, ar jų savarankiškos pratybos nėra betikslis grojimas tam tikrą

valandų skaičių. Tyrimas atskleidė, kad 18 % apklaustų LMTA studentų visada išsikelia tos dienos pratybų tikslus ir siektinus rezultatus, kad lygiai tokia pat jų dalis tai daro retai ir kad 3 % respondentų prisipažino to niekada nedarantys. Net 61 % apklaustųjų nurodė, jog dažnai išsikelia konkrečius tikslus, todėl galima teigti, kad daugelis LMTA muzikos specialybių studentų praktikuoja sąmoningai, aiškiai suvokdami, ko pratybomis siekia. Vis dėlto pedagogams reikėtų atkreipti dėmesį į šį studentų savarankiško mokymosi aspektą ir paskatinti sąmoningesnį jų praktikavimąsi.

Per savarankiškas pratybas taikomi metodai. Kai studentai dirba savarankiškai, niekas nesuteikia jiems grįžtamojo ryšio, be to, yra gana sudėtinga vienu metu būti ir atlikėju, ir atlikimo vertintoju. Dėl to naudinga ir rekomenduojama daryti pratybų garso ar vaizdo įrašus, vėliau juos peržiūrėti. Per apklausą paaiškėjo, kad tokius įrašus visada daro tik 4 % LMTA Muzikos fakulteto studentų, dažnai – 30 %, retai – 54 %, niekada – 12 % apklaustųjų. Taigi net du trečdaliai apklausoje dalyvavusių studentų nepakankamai išnaudoja šio metodo privalumus, kad pagerintų savo savarankiško praktikavimosi kokybę. Beje, 24 % apklaustų studentų nurodė, kad pedagogai daryti tokių įrašų jų neskatino.

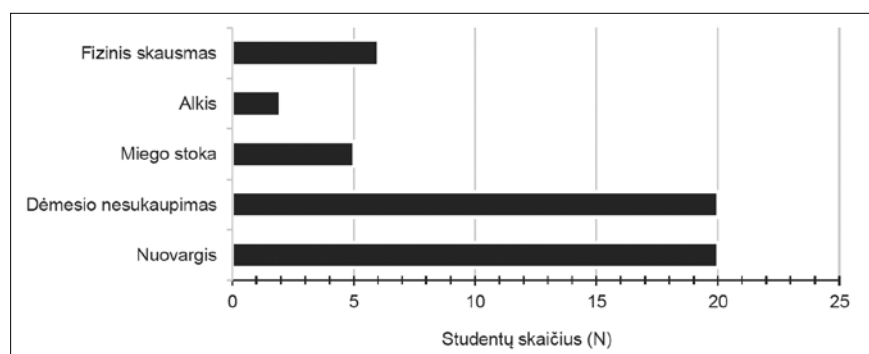
LMTA Muzikos fakulteto studentų teigimu, tik pusė dėstytojų juos mokė ir skatino per savarankiškas pratybas taikyti veiksmo įsivaizdavimo mintyse metodą. Tai leidžia daryti prielaidą, kad nemaža dalis pedagogų nėra susipažinę su šio metodo teikiamais privalumais ir praktikavimąsi suvokia tik kaip realų grojimą instrumentu. Todėl tik šiek tiek daugiau nei pusė apklausoje dalyvavusių studentų (55 %) nurodė, kad per savarankiškas pratybas taiko šį metodą dažnai, o kad retai – net 38 % respondentų. Dalis muzikos specialybių studentų (7 %) tokio metodo niekada nėra taikę. Taigi galima daryti išvadą, kad beveik pusė LMTA Muzikos fakulteto studentų neišnaudoja veiksmo įsivaizdavimo mintyse metodo privalumų, o tai užtikrintų fizinio pervargimo ir traumų prevenciją.

Savarankiškoms pratyboms trukdantys veiksniai. Per apklausą buvo prašoma LMTA muzikos specialybių studentų nurodyti veiksnius, kurie labiausiai trukdo savarankiškoms pratyboms. Gauti atsakymai sugrupuoti į kelias kategorijas:

- fiziologiniai studentų saviruošai trukdantys veiksniai;
- socialiniai, psichologiniai ir organizaciniai studentų saviruošai trukdantys veiksniai;
- su LMTA materialinės bazės ir studijų organizavimo trūkumais susiję ir studentų savarankiškoms pratyboms trukdantys veiksniai.

Atsakydami į atviro tipo anketos klausimus, LMTA Muzikos fakulteto studentai įvardijo tokius fiziologinius saviruošai trukdančius veiksnius kaip fizinis skausmas, alkis, miego stoka, dėmesio nesutelkimas ir nuovargis („Kartais sunku sutelkti dėmesį ir taip praktikuotis ilgą laiką“ (R27); „Nepastovus miego režimas, kelios dienos po 5 valandas

miego, dėl to jaučiuosi visiškai nedarbingas“ (R51)¹). Iš šių veiksnių LMTA Muzikos fakulteto studentai dažniausiai nurodė dėmesio nesutelkimą ($N^2 = 20$) bei nuovargį ($N = 20$). Įdomu tai, kad ir kiti apklaustųjų nurodyti fiziologiniai veiksniai turi įtakos dėmesingumui ir didina nuovargį: pavyzdžiui, fizinis skausmas gali trukdyti sutelkti dėmesį, kai jis nukreipiamas į patiriamą diskomfortą, o ne į mokymosi procesą. Taigi, norint susikaupti, būtina gerai išsimiegoti: geras ir pastovus miego režimas gali maksimaliai pagerinti atmintį, o prasta miego kokybė ir per trumpa jo trukmė veikia atvirkščiai (plačiau žr. Brandišauskienė *et al.* 2020). Visi minėti studentų atsakymuose įvardyti fiziologiniai veiksniai gali turėti neigiamą įtaką mokymuisi, todėl, siekiant geriausių mokymosi rezultatų, labai svarbu rūpintis savo gera savijauta.



3 pav. Savarankiškoms pratyboms trukdantys fiziologiniai veiksniai

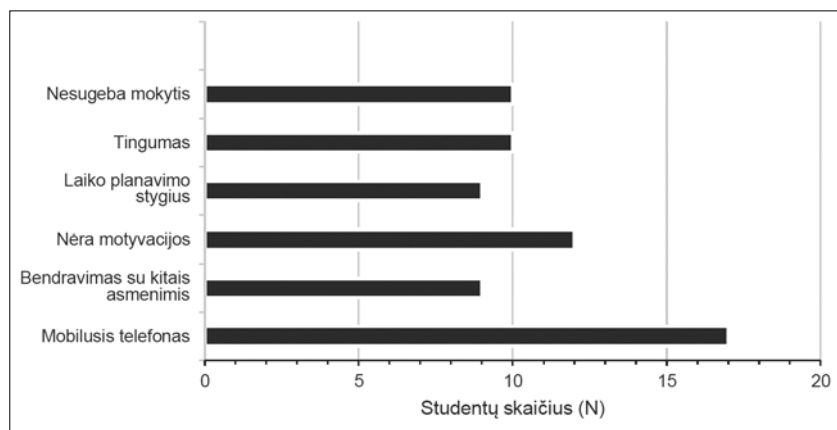
Kai kurie studentai pripažino, kad praktikuotis jiems dažnai trukdo mobilusis telefonas ($N = 17$) ir bendravimas su kitais asmenimis ($N = 9$) („Labiausiai trukdo prokrastinacija *sėdint telefone* ir bendravimas su kolegomis“ (R3)). Kadangi socializacijos poreikiai XXI a. yra maksimaliai reikšmingi ir prioritetu kartais tampa komunikacija ar lankymasis socialiniuose tinkluose, o ne mokymasis, būtina optimizuoti savarankiškas pratybas taip, kad per trumpesnę laiką būtų galima pasiekti kuo geresnių rezultatų ir liktų pakankamai laiko socialiniams ryšiams kurti ir palaikyti.

Studentai taip pat nurodė, kad ne visada geba tinkamai planuoti laiką ($N = 9$), kartais tiesiog tingi ($N = 10$) ir (ar) neturi motyvacijos praktikuotis ($N = 12$). Galbūt prie motyvacijos stokos prisideda ir tai, kad dalis studentų mano, jog nemoka mokytis sa-

1 Čia ir toliau skliaustuose cituojami LMTA Muzikos fakulteto studentų atsakymai į atvirus anketos klausimus. Raidės R ir tam tikro skaičiaus junginiu (pavyzdžiui, R27, R51 ar kt.) žymimi konkrečių respondentų atsakymai.

2 Čia ir toliau N – studentų skaičius.

varankiškai (N = 10) („Kartais tikrai sunku pačiai sugalvoti, kaip mokytis vietas, kurios neišeina. Tai darau išvadą, kad nemoku savarankiškai mokytis, kad reikėtų daugiau pagalbos iš dėstytojo“ (R101)). Todėl tikėtina, kad pedagogams skyrus daugiau laiko ir pagalbos studentų saviruošos problemoms spręsti, didėtų ir studentų motyvacija skirti daugiau laiko ir pastangų savarankiškoms pratyboms.

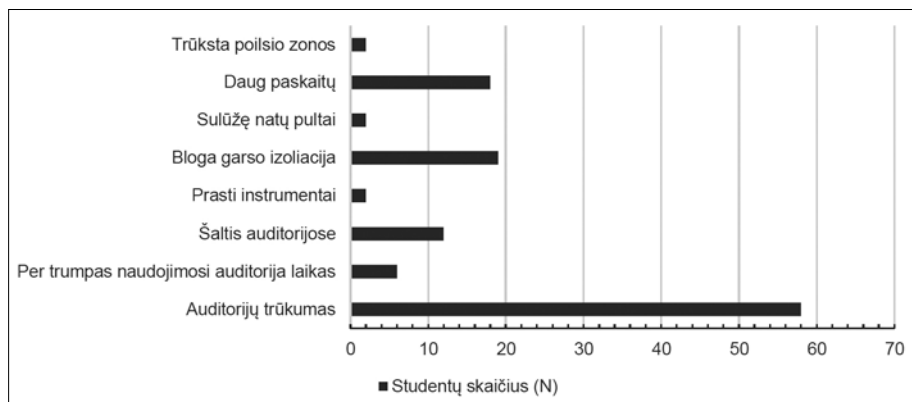


4 pav. Socialiniai, psichologiniai ir organizaciniai savarankiškam mokymuisi trukdantys veiksniai

Net 35 % apklausoje dalyvavusių studentų teigė, kad visiškai neturi galimybės praktikuotis namuose, todėl jų savarankiškos pratybos vyksta tik LMTA auditorijose. Tačiau net ir tie, kurie galėtų tai daryti namuose, kartais vis tiek praktikuojasi LMTA, išnaudodami susidariusias pertraukas tarp paskaitų arba muzikuodami ansambliuose. Kadangi beveik visi LMTA Muzikos fakulteto studentai dažniau ar rečiau praktikuojasi LMTA auditorijose, kaip patį svarbiausią trukdį savarankiškoms pratyboms didžiausia dalis apklaustųjų (N = 58) nurodė auditorijų, kuriose galėtų mokytis, trūkumą. Natūralu, kad ilgas laukimas, kol atsirastų laisva auditorija, studentus labai demotyvuoja („Kai klasės būna užimtos, tenka pralaukti net iki valandos ar ilgiau, kad gautum auditoriją, todėl dažnai per tą laukimą pavargsti ir nebeteri noro groti“ (R77)).

Dėl auditorijų trūkumo yra įvestas naudojimosi auditorija laiko ribojimas, todėl net sulaukę savo eilės studentai per numatytas saviruošai valandas nespėja visko išmokti. Auditorijų trūkumas lemia ir tai, kad tenka praktikuotis labai anksti ryte ar vėlai vakare, dėl to trumpėja miego trukmė ir didėja studentų nuovargis, kurį dar labiau padidina paskaitų krūvis (N = 18) („Saviruošai trukdo per didelis paskaitų skaičius. Jausmas toks,

kad visą dieną dirbame ofisinį darbą prie kompiuterio, o ne mokomės grojimo ir scenos meno“ (R24)). Be to, LMTA studentai skundžiasi, kad auditorijose šalta, netinkama garso izoliacija (N = 19), kai kur sulūžę natų pultai, prasti instrumentai.



5 pav. Su LMTA materialinės bazės, studijų organizavimo trūkumais susiję ir studentų savarankiškoms pratyboms trukdantys veiksniai

LMTA studentų pasiūlymai. Siūlydami gerinti saviruošos sąlygas LMTA, daugiau sia respondentų pasisakė už garso izoliacijos gerinimą auditorijose (N = 14). Taip pat paaiškėjo, kad jiems yra svarbios poilsio zonos ir jų įrengimas, studentai jose pageidavo sėdmaišių ir teniso stalų (žr. 1 lentelę). Buvo atkreiptas dėmesys ir į tiesiogiai su darbu susijusias priemones – pasiūlyta įsigyti kokybiškų natų pultų, geresnių muzikos instrumentų, suderinti fortepijonus. Kai kurie studentai pageidavo geriau šildyti klases, prašė pasirūpinti langų kokybe. Per apklausą išreikštas noras LMTA įrengti masažo ir kineziterapijos kabinetą, kuris, atsižvelgiant į tai, kiek grojančių studentų patiria įvairių skausmų ir net yra turėję rimtesnių traumų, būtų labai naudingas ir reikalingas.

Įvairių muzikos specialybių studentų nuomone, svarbiausia yra išspręsti didžiausią LMTA problemą – auditorijų, skirtų saviruošai, trūkumą (žr. 2 lentelę). Todėl dažniausias jų pasiūlymas – didinti tokių auditorijų skaičių (N = 54). Tiriamųjų teigimu, problemą galėtų padėti išspręsti auditorijos rezervavimo laiko, pačios LMTA darbo laiko ilginimas ir (ar) leidimas visų specialybių studentams groti visuose rūmuose. Kai kurie LMTA Muzikos fakulteto studentai pageidavo, kad būtų sukurta elektroninė auditorijų rezervavimo sistema, kuri leistų matyti visų auditorijų užimtumą ir iš anksto jas rezervuoti, kad studentams nereikėtų laukti, kol atsilaisvins kokia nors auditorija, nes taip ne tik sugaištama daug laiko, bet ir neįmanoma planuoti darbų. Taip pat buvo atkreiptas

dėmesys į prasigrojo prieš egzaminus problemą ir pasiūlyta iš anksto rezervuoti kelias klases, kuriose studentams būtų galima pasiruošti prieš egzaminus. Galiausiai, kai kurių studentų manymu, LMTA paskaitų krūvis yra per didelis ir dėl to lieka mažai laiko savarankiškoms pratyboms, todėl siūlyta mažinti paskaitų skaičių. Be to, apklaustieji pareiškė, kad pedagogai skirtų daugiau laiko mokydami studentus dirbti savarankiškai.

1 lentelė. Studentų pasiūlymai LMTA, kaip galima pagerinti materialinę bazę

Studentų pasiūlymai LMTA, kaip pagerinti materialinę bazę	Atsakymų skaičius
Gerinti garso izoliaciją auditorijose	14
Įrengti poilsio zonas	9
Apšiltinti klases	7
Nupirkti geresnių instrumentų	6
Sutvarkyti langus, kad jie atsidarinėtų ir nebūtų kiauri	4
Pastatyti daugiau natų pultų	3
Suderinti fortepijonus	3
Pastatyti teniso stalų poilsio zonoje	2
Įrengti masažo ir kineziterapijos kabinetą	1
Poilsio zonoje padėti sėdmaišių	1

2 lentelė. Studentų pasiūlymai LMTA, kaip galima patobulinti savarankiško darbo organizavimo procesą

Studentų pasiūlymai LMTA, kaip patobulinti savarankiško darbo organizavimo procesą	Atsakymų skaičius
Skirti daugiau auditorijų studentų saviruošai	54
Tobulinti klasių rezervavimo sistemą	8
Pedagogams skirti daugiau laiko mokant studentus dirbti savarankiškai	8
Mažinti paskaitų krūvį	5
Suteikti galimybę auditoriją rezervuoti savarankiškam darbui ilgiau nei 2 valandas	4
Pailginti LMTA darbo laiką	2
Leisti groti visuose rūmuose	1
Suteikti galimybę prieš egzaminus rezervuoti klases prasigrojimui	1

Išvados

1. Atlikto tyrimo rezultatai atskleidė, kad didžioji dalis LMTA Muzikos fakulteto studentų savarankiškoms pratyboms skiria pakankamai laiko, tačiau maždaug trečdalis jų praktikuojasi per mažai, ir tai gali lemti prastesnę jų profesinių įgūdžių kokybę. Nemaža dalis studentų dar turi išmokti tinkamai paskirstyti pratybų laiką ir krūvį, laiku daryti pertraukas, nes tai padėtų išvengti fizinio skausmo bei profesinių traumų.

2. Atliekant tyrimą paaiškėjo, kad ne visi LMTA Muzikos fakulteto studentai praktikuojasi sąmoningai išsikeldami pratybų tikslus, todėl jų savarankiško mokymosi rezultatai gali būti nepakankami. Taip pat studentai per retai naudoja savo pratybų garso ir vaizdo įrašus kaip priemonę gauti savotišką grįžtamąjį ryšį apie savarankiško mokymosi kokybę ir nepakankamai dažnai taiko veiksmo įsivaizdavimo mintyse metodą, nors jis irgi galėtų padėti išvengti fizinio skausmo ir profesinių traumų.

3. Labai svarbi pedagogų įtaka formuojant studentų savarankiško praktikavimosi įgūdžius. Tyrimo rezultatai parodė, kad didžioji dalis muzikos specialybių dėstytojų skiria užtekčiai dėmesio mokydami studentus dirbti savarankiškai, tačiau kai kurie pedagogai, neprisimdami atsakomybės už studentų saviruošos įgūdžių tobulinimą, nesudaro galimybės jiems pasiekti geresnių rezultatų. Be to, kartais dėstytojai savo studentams neišsako lūkesčių, kiek jie turėtų praktikuotis kiekvieną dieną, kad pasiektų aukšto lygio rezultatų savo profesijos srityje, ir per mažai padeda jiems išsikelti savarankiškų pratybų tikslus ar nemoko taikyti įvairių savarankiško mokymosi metodų. Tyrimas atskleidė, kad studentams reikalingas pedagogų palaikymas siekiant išlikti motyvuotiems ir užtikrinti nuoseklų progresą savarankiškai praktikuojantis.

4. LMTA Muzikos fakulteto studentai įvardijo profesinės saviruošos trukdžius – tai įvairūs fiziologiniai, socialiniai, psichologiniai ir organizaciniai veiksniai (nuovargis, dėmesio nesutelkimas, nemokėjimas mokytis savarankiškai, motyvacijos stoka, bendravimas su kitais asmenimis, naudojimasis mobiliuoju telefonu, laiko planavimo įgūdžių stygius ir pan.). Kita jų nurodyta grupė veiksnių – tai trukdžiai, susiję su LMTA materialinės bazės ribotumu (per mažai auditorijų ir natų pultų, bloga garso izoliacija ir pan.) ir paties savarankiško darbo organizavimo LMTA erdvėje trūkumas (per didelis paskaitų krūvis, netinkama auditorijų rezervavimo sistema). Todėl LMTA materialinė bazė, skirta studentų savarankiškoms pratyboms, turėtų būti gerinama, kad atitiktų studijuojančiųjų lūkesčius, o savarankiškas darbas organizuojamas taip, kad padėtų studentams siekti aukščiausių profesinių rezultatų.

*Įteikta 2024 09 30
Priimta 2024 11 04*

LITERATŪRA IR ŠALTINIAI

- Austin, James R.; Berg, Margareth H. Exploring Music Practice among Sixth-Grade Band and Orchestra Students. *Psychology of Music*. Vol. 34. New York: Sage Publishing, 2006, p. 535–558. Prieiga per internetą: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0305735606067170> [žiūrėta 2024 08 19].
- Brandišauskienė, Agnė; Daugirdienė, Aušra *et al.* Žemų mokymosi pasiekimų įveikos paieška: neurodidaktinės įžvalgos. *Acta Paedagogica Vilnensia*. Vol. 44. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla, 2020. Prieiga per internetą: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=694974474007> [žiūrėta 2024 09 08].
- Charmaz, Kathy. *Constructing Grounded Theory. A Practical Guide through Qualitative Analysis*. London: Sage publications Ltd, 2006.
- Duke, Robert A.; Simmons, Amy L.; Cash, Carla D. It's Not How Much; It's How: Characteristics of Practice Behavior and Retention of Performance Skills. *Journal of Research in Music Education*. Vol. 56(4). New York: Sage Publishing, 2009, p. 310–321. Prieiga per internetą: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0022429408328851> [žiūrėta 2024 09 08].
- Hallam, Susan. Approaches to Instrumental Music Practice of Experts and Novices: Implications for Education. *Does Practice Make Perfect? Current Theory and Research on Instrumental Practice*. Eds. H. Jørgensen, A. C. Lehmann. Oslo: Norges musikkhøgskole, 1997a, p. 89–108.
- Hallam, Susan. What Do We Know about Practising? Towards a Model Synthesising the Research Literature. *Does Practice Make Perfect? Current Theory and Research on Instrumental Music Practice*. Eds. H. Jørgensen, A. C. Lehmann. Oslo: Norges musikkhøgskole, 1997b, p. 179–231.
- Harris, Paul. *Improve Your Teaching!: An Essential Handbook for Instrumental and Singing Teachers*. London: Alfred Music, 2006.
- Ioannou, Christos I.; Altenmüller, Eckart. Approaches to and Treatment Strategies for Playing-Related Pain Problems Among Czech Instrumental Music Students: An Epidemiological Study. *Medical Problems of Performing Artists*. Vol. 30(3). Narberth: Science & Medicine, Inc., 2015, p. 135–142. Prieiga per internetą: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26395614/> [žiūrėta 2024 08 28].
- Jørgensen, Harald. Instrumental Learning: Is an Early Start a Key to Success? *British Journal of Music Education*. Vol. 18(3). Cambridge: Cambridge University Press, 2001, p. 227–239. Prieiga per internetą: <https://www.cambridge.org/core/journals/british-journal-of-music-education/article/abs/instrumental-learning-is-an-early-start-a-key-to-success/964936155213C8027738744C02BD4499> [žiūrėta 2024 08 11].
- Jørgensen, Harald. Instrumental Performance Expertise and Amount of Practice among Instrumental Students in a Conservatoire. *Music Education Research*. Vol. 4(1). London: Routledge, 2002, p. 105–119. Prieiga per internetą: <https://www.tandfonline.com/doi/metrics/10.1080/14613800220119804?scroll=top> [žiūrėta 2024 09 21].
- Jørgensen, Harald. Strategies for Individual Practice. *Music Excellence: Strategies and Techniques to Enhance Performance*. Ed. A. Williamon. England: Oxford University Press, 2004, p. 85–104.
- Khairi, Nur S. M.; Jaafar, Nur F. D. *et al.* Managing Instrumental Practice and Part-Time Employment for Music Students. *Environment-Behaviour Proceedings Journal*. Vol. 7(SI9). London: e-IPH Ltd., 2022, p. 323–328. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/364473963_Managing_Instrumental_Practice_and_Part-Time_Employment_for_Music_Students [žiūrėta 2024 08 25].

- Leon-Guerrero, Amanda. Self-Regulation Strategies Used by Student Musicians during Music Practice. *Music Education Research*. Vol. 10. London: Routledge, 2008, p. 91–106. Prieiga per internetą: <https://tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14613800701871439> [žiūrėta 2024 09 15].
- Lim, Serene; Lippman, Louis G. Mental Practice and Memorization of Piano Music. *The Journal of General Psychology*. Vol. 118(1). London: Routledge, 1991, p. 21–30. Prieiga per internetą: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28147907/> [žiūrėta 2024 09 19].
- Marnauza, Māra; Vilnita, Fiona M. Repetition and Practice. Developing Mental Training with Young Violinists: A Collaboration. *Frontiers in Psychology*. Vol. 15. Lausanne: Frontiers Media SA, 2024. Prieiga per internetą: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1327763/full> [žiūrėta 2024 09 10].
- Muzikantų kaulų ir raumenų sistemos sutrikimų prevencija*. Metodinės rekomendacijos. Sud. J. Tamašauskaitė, S. Vainauskas. Vilnius: BMK leidykla, Higienos institutas, 2017. Prieiga per internetą: https://www.hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Rekomendacijos/Rek_Muzikantams.pdf [žiūrėta 2024 08 19].
- Nielsen, Siw G. Learning Strategies in Instrumental Music Practice. *British Journal of Music Education*. Vol. 16(3). Cambridge: Cambridge University Press, 1999, p. 275–291.

Specific features of individual music practice of students of the Faculty of Music of the Lithuanian Academy of Music and Theatre

SUMMARY. Individual music practice helps students improve their musical professional skills, develop their self-confidence and prepare them for a successful musical career in the future. The article presents a study that reveals the specific features of individual music practice of students of the Lithuanian Academy of Music and Theatre. The aim of the study is to analyse how students individually practise music, whether students use more advanced learning methods when practising, how individual practice is influenced by teachers of their profession, and what factors represent an obstacle to individual practice.

The student questionnaire survey revealed that the majority of students devote sufficient time for individual music practice, are able to find the right balance between work and rest, and are able to use methods to improve their independent learning outcomes. However, approximately a third of students devote too little time for individual music practice, and some lack the ability to properly organise such practice. It has been established that most teachers encourage students to practise music on their own and teach them self-learning strategies; however, some teachers fail to pay enough attention to this aspect of teaching. According to students, the biggest obstacle to individual music practice is the lack of classrooms available for independent learning at the Lithuanian Academy of Music and Theatre. Students who took part in the survey made a number of suggestions on how to better organise independent work at the Lithuanian Academy of Music and Theatre and how to improve the facilities of the Academy available for music practice by students.

KEYWORDS:

individual music practice, music practice, independent learning methods, optimisation of practice, influence of teachers on students' self-practice.