

Zveza za tehnično kulturo Slovenije
54. srečanje mladih raziskovalcev Slovenije

BREZ GLASBE NE MOREMO – DEJSTVO!

Kako glasba vpliva na naše življenje?

Interdisciplinarna področja (umetnost, sociologija)

Raziskovalna naloga

Avtorica:

Sara Namestnik

Mentorica:

Aleksandra Verbošt

Šola:

Osnovna šola Tabor I Maribor

Maribor, junij 2020

Zveza za tehnično kulturo Slovenije
54. srečanje mladih raziskovalcev Slovenije

BREZ GLASBE NE MOREMO – DEJSTVO!

Kako glasba vpliva na naše življenje?

Interdisciplinarna področja (umetnost, sociologija)

Raziskovalna naloga

Maribor, junij 2020

1 KAZALO

1 KAZALO	2
1.2 KAZALO GRAFOV, SLIK IN TABEL	5
2 POVZETEK	7
3 ZAHVALA	8
4 UVOD	9
5 TEORETIČNI DEL	10
5.1 VPLIV GLASBE NA ZDRAVJE	10
5.1.1 POMEN GLASBE PRI REGULACIJI ČUSTEV IN OBRAMBI PRED STRESOM	12
5.1.2 VPLIV GLASBE NA OTROKA V MATERNICI	12
5.1.3 VPLIV GLASBE NA NOSEČNICE	13
5.2 PRODUKTIVNOST	13
5.2.1 SLUŽBA	14
5.2.2 UČENJE	15
5.2.3 ŠPORT	16
5.2.4 OPRAVILA	17
5.3 ZVRSTI GLASBE	17
5.3.1 KLASIČNA GLASBA	17
5.3.2 ZVOKI NARAVE	18
5.3.3 FILMSKA GLASBA	18
5.3.4 GLASBA S 50 DO 80 BITI NA MINUTO	19
5.3.5 VAŠA NAJLJUBŠA GLASBA	19
5.4 SODOBNE RAZISKAVE IN MOZARTOV UČINEK	20
5.5 STANJA MOŽGANOV	21
5.6 IGRANJE ALI UČENJE INŠTRUMENTA PRI OTROKU	22
5.6.1 VPLIVA NA RAZVOJ INTELIGENCE IN USTVARJALNOSTI	23
5.6.2 VPLIVA NA RAZVOJ DISCIPLINE, VZTRAJNOSTI IN POTRPEŽLJIVOSTI	23
5.6.3 RAZVIJA SAMOZAVEST	23
5.6.5 RAZVIJA SOCIALNE VEŠČINE	24
6 EMPIRIČNI DEL	25

6.1 METODE DE LA	25
6.2 INTERVJU	25
6.3 ANKETA.....	25
6.4 REZULTATI.....	25
6.4.1 REZULTATI INTERVJUJA.....	25
6.4.2. REZULTATI ANKET	28
7 DRUŽBENA ODGOVORNOST	48
8 ZAKLJUČEK.....	49
9 VIRI IN LITERATURA	50
10 PRILOGA (anketa in intervju).....	52

1.2 KAZALO GRAFOV, SLIK IN TABEL

Graf 1: Ali igraš kakšen instrument?.....	28
Graf 2: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo?	29
Graf 3: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? Več možnih odgovorov.	31
Graf 4: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo?	32
Graf 5: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? Več možnih odgovorov.....	33
Graf 6: Zakaj se ukvarjaš z glasbo?.....	34
Graf 7: Ali ti glasba kdaj spremeni situacijo na bolje?	35
Graf 8: Kaj ti glasba predstavlja?.....	37
Graf 9: Ali poleg snovi v glasbeni šoli igraš tudi pesmi, ki si jih sam želiš?	38
Graf 10: Kateri inštrument se ti zdi najbolj primeren za spreminjanje počutja na bolje?	40
Graf 11: Ali poslušaš glasbo ob učenju?	41
Graf 12: Katero glasbo najraje poslušaš?	42
Graf 13: Katero glasbo najraje poslušaš? Več možnih odgovorov.	43
Graf 14: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika?.....	44
Graf 15: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? Pojasnitev.....	47
Slika 1: Glasba v naši glavi.....	10
Slika 2: Prikaz povezave med glasbo in čustvi ter stresom.	12
Slika 3: Nosečnica je ob glasbi pomirjena in vesela, saj glasba dobro vpliva nanjo.	13
Slika 4: Glasba med učenjem.....	15
Slika 5: Glasba popestri šport.	16
Slika 6: Zvok narave- slap.	18
Slika 7: W. Amadeus Mozart pri klavirju.....	20
Slika 8: Možgani in glasba.....	21
Tabela 1: Ali igraš kakšen instrument? (število).....	28
Tabela 2: Ali igraš kakšen instrument? (delež).....	28
Tabela 3: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? (število)	29

Tabela 4: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? (delež)	29
Tabela 5: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? Več možnih odgovorov (število)	30
Tabela 6: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? Več možnih odgovorov (delež)	30
Tabela 7: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? (število).....	31
Tabela 8: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? (delež).....	31
Tabela 9: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? Več možnih odgovorov (število).....	33
Tabela 10: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? Več možnih odgovorov (delež).....	33
Tabela 11: Zakaj se ukvarjaš z glasbo? (število)	34
Tabela 12: Zakaj se ukvarjaš z glasbo? (delež).....	34
Tabela 13: Ali ti glasba kdaj spremeni situacijo na bolje? (število)	35
Tabela 14: Ali ti glasba kdaj spremeni situacijo na bolje? (delež)	35
Tabela 15: Kaj ti glasba predstavlja? (število).....	36
Tabela 16: Kaj ti glasba predstavlja? (delež).....	36
Tabela 17: Ali poleg snovi v glasbeni šoli igraš tudi pesmi, ki si jih sam želiš? (število).....	37
Tabela 18: Ali poleg snovi v glasbeni šoli igraš tudi pesmi, ki si jih sam želiš? (delež)	38
Tabela 19: Kateri inštrument se ti zdi najbolj primeren za spreminjanje počutja na bolje? (število).....	39
Tabela 20: Kateri inštrument se ti zdi najbolj primeren za spreminjanje počutja na bolje? (delež)	39
Tabela 21: Ali poslušaš glasbo ob učenju? (število)	40
Tabela 22: Ali poslušaš glasbo ob učenju? (delež)	41
Tabela 23: Katero glasbo najraje poslušaš? (število)	41
Tabela 24: Katero glasbo najraje poslušaš? (delež)	42
Tabela 25: Katero glasbo najraje poslušaš? Več možnih odgovorov (število).....	43
Tabela 26: Katero glasbo najraje poslušaš? Več možnih odgovorov (delež).	43
Tabela 27: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? (število)	44
Tabela 28: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? (delež).....	44
Tabela 29: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? Pojasnitev (število).....	45
Tabela 30: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? Pojasnitev (delež)..	46

2 POVZETEK

V svoji raziskovalni nalogi bom ugotavljala, kako glasba vpliva na naše počutje. Pri tem me bo zanimalo kakšen je vpliv, katere vrste glasba ima največji vpliv na posameznika, ali igranja instrumenta vpliva na posameznikovo počutje in ali je dovolj samo poslušati glasbo, da se počutimo dobro ali slabo. Svoje teoretične ugotovitve bom dopolnila z anketo. Anketirala bom učence osmih in devetih razredov (vzorec 120ih učencev). Anketa bo anonimna, zaprtega in odprtega tipa. Skozi vprašanja bom ugotavljala, kako glasba vpliva na počutje učencev zadnjih razredov osnovne šole ter koliko jim določena glasba pomeni. Obdelava podatkov bo potekala s pomočjo računalniških programov (Windows Excel). Naloga bo vsebovala tudi intervju s psihologom, ki glasbo uporablja pri svojem delu. Tako bom ugotovila, kakšno glasbo uporablja pri svojih pacientih in kakšen je vpliv le-te na njih.

3 ZAHVALA

Zahvalila bi se vsem, ki so mi pomagali pri tej nalogi. Mentorici, ki me je vodila skozi nalogo, intervjuvanki, ki je odgovorila na moja vprašanja in vsem anketirancem.

4 UVOD

Glasba je zelo pomemben del našega življenja. Brez nje ne bi mogli živeti. Ne morem si niti predstavljati življenja brez glasbe in zagotovo si ga tudi vi ne. Sama sem glasbenica in prav zato sem se odločila napisati nalogo na to temo. Želela sem izvedeti, kako glasba vpliva na moje počutje, čustva in pravzaprav celo življenje. Mislim, da bi se veliko ljudi moralo zavedati pomembnosti glasbe in njenega vpliva na nas. Pred začetkom pisanja sem si zadala tudi pet hipotez.

1. Glasba ima dober vpliv na naše počutje.
2. Igranje instrumenta vpliva na razvoj otroka.
3. Glasba med učenjem slabo vpliva na nas.
4. Več kot 50 % anketirancev ne posluša glasbe med učenjem.
5. Več kot 80 % anketirancev meni, da je glasba v življenju pomembna.

5 TEORETIČNI DEL

Glasba je umetnost in predstavlja univerzalno, nevidno moč, ki omogoča spremembe na fizični, čustveni, duševni in duhovni ravni; pomirja, spodbuja, tolaži, odpira našo notranjost in celi duševne rane ter ugodno vpliva na človekovo počutje in sproščenost. (Divjak, 2017)

V zadnjih desetletjih se je znova pojavilo živo zanimanje za delovanje glasbe na človeka. Razvoj sodobne tehnologije je omogočil vpogled v človekove možgane in opazovanje njihovih odzivov na glasbo. Nevroznanost je prišla do številnih odkritij o kogniciji in zavesti, razvijajo se novi miselni tokovi v nevrologiji, psihologiji, fiziologiji in spoznavni teoriji, potekajo številne raziskave o delovanju glasbe na nekatere vrste zaznavanja, poleg tega pa je uporaba glasbe lahko tudi terapijska. (Pehar, Mozartov učinek, b.l.)

5.1 VPLIV GLASBE NA ZDRAVJE

Ko tablete pri blaženju bolečin ali za pomirjanje ne učinkujejo več, si raje zavrtite vašo najljubšo skladbo. Glasba ima namreč pozitiven vpliv na počutje, zato je v stresnih situacijah balzam za živce. Znanstveniki so se dolgo spraševali, kje tiči vzrok in to zdaj deloma tudi odkrili. Znanstveniki z različnih oddelkov za nevrologijo po svetu so odkrili, da poslušanje glasbe možganom pošilja pozitivna občutenja in s tem spodbuja izločanje dopamina, enega od "hormonov sreče". Vpliv glasbe na možgane ter njena zgodovinska vloga v zdravstvenih in kulturnih ritualih je raziskovalce pripeljala do razmisleka, zakaj glasba izboljšuje zdravje in dobro počutje. Preučevali so predvsem primere v zdravstvu – nekaterim bolnikom je poslušanje glasbe pomagalo pri okrevanju po operaciji, v nekaterih primerih pa je glasba na zdravje vplivala močneje kot zdravila.

Z glasbo proti stresu in tesnobi Instrumentalna glasba s počasnejšim tempom in z umirjenim ritmom ljudi v zelo stresnih situacijah in ob bolečih dogodkih pomirja. Glasba namreč blaži zaradi zaskrbljenosti povečan srčni



Slika 1: Glasba v naši glavi. (Vir: <https://www.symphony.si/wp-content/uploads/2018/04/mind.png>)

utrip in krvni tlak ter znižuje raven kortizola, ki se sicer v telesu izloča v stresnih situacijah. V eni od študij so raziskovalci pri pacientih s hernijo odkrili, da so ti po operaciji zaradi poslušanja glasbe potrebovali znatno manj morfija za ublažitev bolečine.

Za blaženje bolečine ima glasba edinstveno zmožnost, da pomaga pri blaženju bolečine. Leta 2013 so v raziskavo vključili 60 ljudi, diagnosticiranih z fibromialgijo, boleznijo, ki povzroča hudo mišično-skeletno bolečino. Bolnikom so štiri tedne zapored enkrat na dan predvajali glasbo. Izkazalo se je, da so ti, v primerjavi s kontrolno skupino, trpeli znatno manjše bolečine in kazali manj simptomov depresije. (T.L., 2015)

Nežna glasba vpliva na srce in srčni utrip tako, da upočasni bitje srca in vzpostavi reden ritem. Pri preizkusih na posameznikih se je najbolje izkazala glasba igrana na klavir. Pet minut izpostavljenosti melodijam klavirja zmanjša možnost srčnega napada ter uspešno izloča iz telesa kortizol, hormon, ki ustvarja stres. Po raziskavah ameriških znanstvenikov izboljšuje delovanje imunskega sistema. Že 15 minutno poslušanje zborovske ali klasične glasbe pozitivno vpliva na notranje organe in delovanje žlez ter s tem enakomerno pretakanje telesnih tekočin. Spodbuja razvoj ljubezenskega hormona *dopamina* in protiteles, ki se bojuejo proti boleznim. Telo si različno glasbo tudi zapomni in jo ob rednem poslušanju prepozna. Ta ga vedno znova postavi v isto stanje in sčasoma se hitreje odziva nanjo. Glasba pomaga pri okrevanju po možganski kapi. Ob tej je načeloma prizadeta leva polovica možganov, ki je povezana z jezikom in logiko. Glasba intenzivno deluje na desno polovico možganov, vendar tudi na levo. Združi ju na način, da začnemo besede v pesmi povezovati z govorom. Z začetnim brundanjem in mrmranjem lahko počasi pridemo nazaj na izgovorjavo besed. Uspešno tudi zmanjšuje jakost in dolžino bolečine pri kroničnih glavobolih.

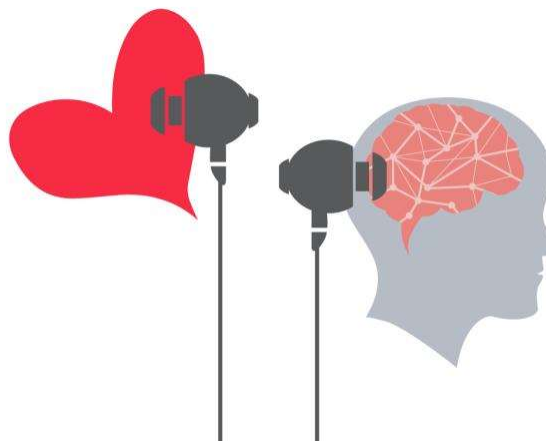
Fizične aktivnosti izvajamo lažje in dlje, saj nam primerna glasba dviguje nivo energije in vpliva na naše psihično stanje. Tako veliko lažje tečemo s slušalkami v ušesih, ki nam vrtijo najbolj priljubljeno plesno glasbo. Ob tem nismo tako pozorni na utrujenost in boleče noge, zamoti nas na dolgih enoličnih progah in odnese s seboj v bolj zabavne trenutke.

Poslušanje živahne glasbe dviguje nivo energije in zmanjšuje utrujenost. A v opozorilo; preveč popularne in rock glasbe lahko povzroči v nas nemir namesto dviga energije. Raziskujte glasbo in bodite pozorni na občutke, ki jih zbuja v vas, kako se odziva telo. Tako kot je za zdravje

pomembna raznolika prehrana, telesu in psihi ponudimo raznolike melodije. Seznanite se z različnimi zvrstmi glasbe, tudi bolj eksotičnimi, ki vam običajno ne padejo na misel, morda ravno tu najdete najbolj koristno za vas. (Koški, 2014)

5.1.1 POMEN GLASBE PRI REGULACIJI ČUSTEV IN OBRAMBI PRED STRESOM

Glasba naj bi pomagala pri uravnavanju čustev, saj služi kot distraktor, metoda introspekcije in nudi pomoč pri aktivnem soočanju s težavami. Pomagala naj bi npr. pri tem, da usmerimo pozornost stran od obremenjujočega čustva in da lažje razmišljamo o problemih v situaciji na



Slika 2: Prikaz povezave med glasbo in čustvi ter stresom. (Vir: https://www.mladinskakartica.si/data/image/novice/314_image.jpg)

racionalen način. Avtorji ugotavljajo pozitiven učinek glasbe na občutja veselja in sproščenosti in spodbujajo uporabo glasbe kot pripomoček za jačanje čustvenega blagostanja. Poleg tega so ugotovili, da je prisotnost glasbe pomembno zmanjšala subjektivno doživljano tesnobo, nižala je torej sistolični krvni tlak in hitrost bitja srca. (Ulčar, 2015)

5.1.2 VPLIV GLASBE NA OTROKA V MATERNICI

Glasbo lahko otroku predstavite še preden se rodi. Zarodki v maternici namreč slišijo zvoke že od približno od 23. tedna. Igranje mirne glasbe lahko ugodno deluje na oba, če pa boste isto melodijo predvajali po porodu, boste otroka zelo učinkovito umirili, ko bo razdražen in jokav. Glasbeni terapevti se strinjajo, da petje ugodno vpliva na otroka, ko je še v varnem zavetju maternice, saj deluje zelo pomirjujoče. In ne le da bo prepoznal vaš glas, ko se bo rodil, temveč boste tako spodbudili tudi nastajanje posebne povezanosti. (Vpliv glasbe na počutje nosečnice in otroka, 2019)

V eni od študij pa so 272 prezgodaj rojenim otrokom trikrat na teden predvajali različno glasbo – uspavanke, ki so jih peli njihovi starši in instrumentalno glasbo. Čeprav so vse glasbene oblike izboljšale razvoj dojenčkov in delovanje njihovega imunskega sistema, je imelo petje staršev na to največji vpliv, zniževalo pa je tudi njihov stres. (T.L., 2015).

Glasba vpliva na inteligenco in vedenje otrok. Že v maternici pomaga pri razvoju možganov, zato se bodoči mamici svetuje poslušanje predvsem klasične glasbe. Otroci, ki od malih nog držijo inštrument v rokah in se učijo ustvarjanja glasbe pa razvijejo večjo sposobnost koncentracije, boljše motorične sposobnosti in potrpežljivost. Znajo se hitreje pomiriti in hitreje naravnati na akcijo. Menda so tudi boljši matematiki in jezikoslovci. (Koški, 2014).

5.1.3 VPLIV GLASBE NA NOSEČNICE

Nosečnost je lahko zelo stresna, zato je tako za vas kot otroka pomembno, da se znate umiriti. Najbolje je, da se udobno namestite v najljubši naslanjač ali ležete in le prisluhnete melodiji, ki vas sprošča. Morda vam takšno umirjanje ne bo hitro prešlo v



*Slika 3: Nosečnica je ob glasbi pomirjena in vesela, saj glasba dobro vpliva nanjo.
(Vir: http://www.zenskisvet.si/modules/uploader/uploads/news/pictures_news/Vpliv_glasbe_uvodna.jpg)*

navado, a je vsekakor priporočljivo – tudi ko otrok pride na svet. Če imate na voljo le trenutek, a sprostitev nujno potrebujete, si zavrtite najljubšo pesem. Pojte na ves glas in zaplešite, tako boste sprostili endorfine, hormone sreče. Kar oživeli boste in na obrazu se vam bo risal nasmeh, to pa je prava rešitev za premagovanje stresa. (Vpliv glasbe na počutje nosečnice in otroka, 2019)

5.2 PRODUKTIVNOST

Če smo uspešni to vpliva tudi na naše počutje, zato je pomembno tudi za vse druge stvari ki nam spremenijo življenje, kot je na primer učenje, služba ...

Glasba ne bi smela biti glavni fokus. V določenem trenutku smo sposobni nameniti le del pozornosti, zato glasba ne sme biti prezahtevna, saj potem izgubimo rdečo nit in se ne osredotočamo več na najpomembnejšo stvar/dejavnost. Bolj kot je glasba kompleksna, več dela imajo z njo naši možgani. Bolj, kot nam je glasba poznana, manj pozornosti nam vzame. Poznane melodije imajo na naše možgane večji vpliv kot neznane. V času njegovega eksperimenta se je izkazalo, da tudi, če se je glasba ponavljala, je to nanj imelo pozitiven vpliv.

Glasba nima neposrednega vpliva na produktivnost, vendar pa vpliva na razpoloženje in elan, če smo dobro razpoloženi in imamo veliko elana, tudi veliko naredimo! (Rok PZ, 2017)

5.2.1 SLUŽBA

5.2.1.1 Glasba za dvigala

Po prvih spodbudnih ugotovitvah delodajalcev se je začela glasba na delovnih mestih uporabljati z namenom povečati delovno produktivnost. T. i. "glasba za dvigala" (angl. "elevator music") je naziv za načrtno oblikovano glasbo, katere namen je, da ostaja pod ravniyo našega zavedanja in pozornosti, njen izključni namen pa je izboljšati delovno motivacijo in produktivnost. Tovrsten način rabe glasbe kaže na zelo enostavno razumevanje odnosa med zaposlenim in glasbo. Glasba za dvigala je bila v 70. letih močno kritizirana. Kritika se je nanašala predvsem na odsotnost estetske komponente, spraševali pa so se tudi o etični spornosti tega načina predvajanja glasbe na delovnem mestu.

5.2.1.2 Glasba v različnih delovnih pogojih

Med različnimi vrstami zaposlitev in dela obstajajo pomembne razlike. Delo v odvetniški pisarni z rednimi poskusi reševanja vedno novih kompleksnih problemskih situacij se zdi kot popoln kontrast delavcu v tovarni, ki tisočkrat tekom enega dneva ponovi preprost motorični gib. Včasih pa so lahko monotona opravila večji čustveni in kognitivni izziv, kot še tako kompleksno reševanje problemske naloge.

Delovni izziv lahko predstavlja tudi izmensko delo. Knauth in Hornberger (2003) omenjata npr. pomen glasbe pri ohranjanju budnosti v času dela v nočnih izmenah. Poslušanje glasbe sta

svetovala izmenskimi delavcem tudi na poti iz službe, saj naj bi bile sposobnosti vožnje po zaključku izmenskega dela slabše kot pri neizmenskem delu. (Ulčar, 2015)

5.2.2 UČENJE

Strokovnjaki priporočajo izogibanje glasbi, kjer je poudarek na besedilu, saj se drugače naše misli težje skoncentrirajo na glavno miselno dejavnost. Prav tako stroka odsvetuje poslušanje glasbenih novitet pred izpitom ali med učenjem nove snovi.



Slika 4: Glasba med učenjem.
(Vir: <https://i.ytimg.com/vi/k2EAdxB8dXw/maxresdefault.jpg>)

(Babič, 2019)

Dokazano je namreč, da ti lahko določene frekvence pomagajo pri zbranosti, sproščanju, spanju. Glasba, ki jo poslušáš, naj ne bo preglasna. Pomaga nam, da se lažje in hitreje osredotočimo na intelektualno delo, ki ga moramo opraviti.

Na You tub-u lahko najdemo veliko posnetkov, ki si jih lahko predvajamo med učenjem in spodbudijo našo produktivnost. Eden izmed takšnih je na primer: <https://youtu.be/ReKITSoFWoM>. (Glasba za lažje, hitrejšo in učinkovitejšo učenje, 2014)

Vpliva na spomin in učenje. Ob predelovanju dolgih, zapletenih informacij pomaga nežna glasba v ozadju, ki podaljšuje koncentracijo. Po raziskavah sta se najbolje izkazala Mozart in Vivaldi. Baročna glasba spodbuja učenje tujih jezikov ali recitiranje poezije. Starejši ljudje lahko učinkovito vzdržujejo kondicijo možganov s hkratnim poslušanjem glasbe brez besedila in reševanjem križank. (Koški, 2014)

5.2.2.1 Glasba za učenje jezikov

Glasba ima pomembno vlogo pri učenju maternega jezika, kot tudi ostalih jezikov. Kot otroci, lahko zaznavamo ritem in glasbeno strukturo maternega jezika veliko prej kot sploh spregovorimo prve besede. Večinoma smo si vsi zapomnili pesmice in uspavanke, ki smo se

jih naučili kot otroci. Tako s pomočjo glasbe, učinkoviteje ohranjamo besede in izraze. Ritem glasbe, skupaj s ponavljajočimi se vzorci, je tisti, ki nam pomaga pri pomnjenju besed.

Dvojezični otroci imajo veliko prednosti, saj pojejo vse te pesmice v dveh jezikih. Sprva je seveda večina besed nepoznanih. Pa vendar otroci z oponašanjem besed, ki so v pesmih, oblikujejo glasove v novem jeziku. Sčasoma ti glasovi pustijo sledi in pomagajo pri prepoznavanju in razumevanju pesmi, ki jo otrok znova in znova prepeva.

Izjemne glasbene sposobnosti so značilne za večjezične posameznike. Prav tako se glasbeno nadarjeni ljudje lažje naučijo tujih jezikov, saj imajo višje sposobnosti sprejemanja, procesiranja in ponovitev naglaševanja. S tem ko poslušamo glasbo, sledimo besedilu, melodiji, ritmu in tempu, uporabljamo obe polovici možganov. (Ali lahko glasba pripomore k učenju jezikov? 2016)

5.2.3 ŠPORT

Znanstveniki na ameriški univerzi v Pensilvaniji so ugotovili, da rekreativci, ki poslušajo glasbo, lažje obdržijo ritem teka ali vadbe kot pa tisti, ki vadijo brez nje. Dihanje postane globlje in enakomerno, mišice dobijo več kisika. Učinek treninga je precej večji.



Slika 5: Glasba popestri šport. (Vir: <https://img.cdn-cnj.si/img/580/326/bQ/bQMDluHh4MRI>)

Študija britanske

univerze Brunel pa je dokazala, da imajo tisti, ki trenirajo ob glasbi, za 15 odstotkov boljše rezultate, kot bi jih imeli, če ne bi poslušali glasbe. (Vrtovec, 2016)

5.2.4 OPRAVILA

Pri preprostih, vsakodnevnih opravilih, ima glasba ravno nasproten učinek kot pri tistih bolj kompleksnih. Ponavljajoča se opravila lahko hitro postanejo dolgočasna, če pa zraven poslušamo dobro glasbo, nas le-ta spravi v dobro voljo in stvar hitreje in lažje opravimo. (RokPZ, 2017)

5.3 ZVRSTI GLASBE

Pomembno je tudi vedeti, katera zvrst glasbe najbolj vpliva na nas in katera je najboljša za naše možgane ter za delo, ki ga moramo narediti.

5.3.1 KLASIČNA GLASBA

Že dolgo je znano, da klasična glasba pozitivno vpliva na delovanje možganov. Tisti, ki poslušajo klasično glasbo, delovne obveznosti opravijo učinkoviteje, kot bi jih sicer. Študije so dokazale, da je ob poslušanju tovrstne glasbe lažje rešiti številne miselne uganke in probleme. Ob rednem poslušanju klasične glasbe se lahko izboljša tudi zdravstveno stanje in počutje posameznika.

Prednosti klasične glasbe se kažejo v tem, da gre za mirno, sproščujočo glasbo, ki zmanjšuje raven stresa. V nekem preizkusu so študentje pisali izpit. Skupina, ki je bila pri tem izpostavljena taki glasbi, je dosegala 12 % boljše rezultate kot tista, ki je izpit pisala v tišini. Predvsem Beethovnova »Für Elise« je znana po tem, da zaradi nje študentje dlje časa ohranjajo zbranost pri učenju in absorbirajo več informacij.

5.3.2 ZVOKI NARAVE

Pozitivne učinke na poslušalca imajo tudi zvoki narave. Najbolje se obnesejo umirjeni konstantni zvoki, kot so zvoki dežja, valov, šumenje potoka. Nepredvidljivi zvoki, kot so živalski glasovi lahko po drugi strani delujejo moteče.

Zvoki narave povečajo kognitivne funkcije in koncentracijo. V raziskavah je bilo ugotovljeno, da so bili zaposleni, ki so bili izpostavljeni takim zvokom, bolj produktivni. Izboljšalo se je tudi njihovo splošno počutje.



Slika 6: Zvok narave- slap. (Vir: <https://www.zurnal24.si/media/img/74/cf/de266246f983315162fa.jpeg>)

5.3.3 FILMSKA GLASBA

Poslušanje filmske glasbe vas navdaja z občutkom, da delate nekaj pomembnega, čeprav le opravljate svoje vsakodnevne obveznosti. Medtem ko se v ozadju odvija zmagoslavna glasba iz filma, se lahko počutite, kot da spreminjate svet. To vam bo pomagalo, da se bosta povečali vaša koncentracija in produktivnost.

Filmska glasba deluje spodbudno. Privzdigne vašo voljo in izboljša razpoloženje. Če ste utrujeni, vas bo epska glasba iz filmov privzdignila in vam povrnila motivacijo.

5.3.4 GLASBA S 50 DO 80 BITI NA MINUTO

Nekateri znanstveniki so prišli do spoznanja, da ne gre toliko za zvrst glasbe, ki jo poslušate, ampak za njen tempo. Tako naj bi glasba z med 50 do 80 takti na minuto stimulirala kreativnost in druge miselne sposobnosti.

Dr. Emma Gray, kognitivno-vedenjska terapevtka, je v sklopu študije ugotovila, da glasba s taktom med 50 in 80 udarci na minuto delovanje možganov premakne v alfa stanje.

Ko smo budni, smo običajno v beta stanju. Možganska aktivnost je takrat med 14 in 30 HZ. Ko se možganska dejavnost upočasni na 7 do 14 HZ, preidemo v bolj umirjeno alfa stanje. V tem stanju smo bolj odprti do zunanjih dražljajev, imamo tudi boljše zaznavne sposobnosti. Manj smo kritični. Pri aktivnostih, ki se jih lotevamo v tem stanju, bolje delujejo naša domišljija, spomin in intuicija. Povečajo se možnosti, da bomo prišli do novih spoznanj. (Kušar, 2019)

Poudariti je treba glasbo Mozarta, o kateri ves čas poslušamo slavonspeve, a kaže, da so vsi pozitivni pridevniki povsem upravičeni. Mozartovi klasiki, ki sledijo ritmu 60ih udarcev na minuto aktivirajo obe polovici možganov. To poveča učinek učenja, saj je dojemljivost, procesiranje informacij globlje in hitreje. (Koški, 2014)

5.3.5 VAŠA NAJLJUBŠA GLASBA

Na naše možgane zelo dobro učinkuje tudi glasba, ki je nam osebno najbolj všeč. Poslušanje vaših najljubših pesmi izboljšuje počutje in povečuje produktivnost.

Profesorica asistentka, Teresa Lesiuk, ki dela na Univerzi v Miamiju v sklopu programa glasbena terapija, je ugotovila, da je pomembna tudi osebna izbira glasbe. Ugotovila je, da tisti, ki poslušajo glasbo, ki jim je zelo všeč, opravijo svoje delovne zadolžitve hitreje. Med poslušanjem take glasbe se jim porodijo boljše ideje.

Lahko gre za vašo priljubljeno glasbo, vendar pa izbira vseeno ni najboljša, če je njen tempo prehitro oziroma če komad vsebuje besedilo, ki odvraca vašo pozornost. (Kušar, 2019)

5.4 SODOBNE RAZISKAVE IN MOZARTOV UČINEK

V novejši zgodovini je prvi začel preučevati vpliv klasične glasbe na človekovo zdravje ter ustvarjalnost spodbujajoče lastnosti zvokov in glasbe dr. Alfred A. Tomatis, francoski otorinolaringolog in izumitelj. Nekaj desetletij je delal z bolniki po vsem svetu in jim pomagal pri slušnih, govornih in učnih težavah. Opazovanja je objavil leta 1991 v knjigi z naslovom *Pourquoi Mozart?*¹ Ugotovil je, da ne glede na glasbeni okus poslušalca ali prejšnje poznavanje skladatelja najbolj zdravilno deluje Mozartova glasba. Poleg tega naj bi njegova glasba poslušalce umirila in jim omogočila jasnejše izražanje. Tomatis je z raziskavami odkril, da Mozartova glasba prinaša najboljše dolgoročne rezultate in to ne glede na kulturni



Slika 7: W. Amadeus Mozart pri klavirju.
(Vir: <https://akropola.org/wp-content/uploads/2016/08/mozart4.jpg>)

izvor bolnika. Tomatisove raziskave so nadaljevali Rauscher, Shaw i Ky ter odkritja o vplivu Mozartove glasbe na zmožnost prostorske zaznave objavili leta 1993 v časopisu *Nature*. Udeleženci poskusa so morali po poslušanju Mozarta opraviti teste. Rezultati tistih, ki so ga poslušali, so bili opazno boljši od preostalih, toda ta učinek je bil kratkotrajen in časovno omejen na petnajst minut.

Nadaljnje raziskave profesorice Frances H. Rauscher z oddelka za psihologijo na univerzi v Wisconsinu v ZDA so potrdile, da glasba olajša razvoj govora ter prebujata ustvarjalnost in izražanje pri otrocih. Otroci se naučijo peti zelo zgodaj, pogosto še pred govorjenjem. Če se učijo igranja na inštrument, to spodbuja delovanje možganov in kognitivne sposobnosti. Te raziskave so imele velik odmev v medijih, zato se je naglo povzpela prodaja zgoščenk z Mozartovo glasbo. Starši so začeli vpisovati otroke na tečaje klavirja, številne šole in vrtci pa so začeli puščati Mozartovo glasbo med poukom ali učenjem. Blagodejni vpliv Mozartove glasbe je še najbolj populariziralo delo Dona Campbella z naslovom *The Mozart Effect – Tapping the Power of Music to Heal the Body, Strengthen the Mind, and Unlock the Creative Spirit*² (1997). V njej je Campbell razširil pojem Mozartovega učinka, vendar je izzval burne odzive s trditvami, da ima klasična glasba zdravilen učinek za celoten človeški organizem, tudi za motnje, kot sta na primer disleksija ali epilepsija ipd. V knjigi, ki je sledila, z naslovom *The*

Mozart Effect for Children: Awakening Your Child's Mind, Health, and Creativity with Music³, Campbell navaja, da naj bi klasična glasba spodbujala mentalni razvoj otrok s spodbujanjem ustvarjalnosti in domišljije, in še pojasnjuje, da lahko pomaga pri zdravljenju težav s sluhom, pozornostjo in celo avtizma. Zakaj prav Mozart in ne kateri drugi klasični skladatelj? Po čem Mozartova glasba izstopa v primerjavi z glasbo drugih velikih klasičnih skladateljev?

V Mozartovi glasbi naj bi prevladovala svetloba, sklad, vedrina in življenjska radost. V njegovih delih se glasnost tona najpogosteje izmenjuje v razmiku tridesetih sekund, kar ustreza osnovnemu vzorcu naših možganskih valov. Notranja popolnost Mozartove glasbe, ki se odlikava v jasnosti in enostavnosti, pozitivno deluje na čustveno in fizično stanje. Skrivnost je morda razkril že sam Mozart, ko je dejal: "Skupaj zbiram eno za drugo note, ki se ljubijo." (Pehar, Mozartov učinek, 2019)

Torej, so vsi pozitivni pridevniki povsem upravičeni. Mozartovi klasiki, ki sledijo ritmu 60ih udarcev na minuto aktivirajo obe polovici možganov. To poveča učinek učenja saj je dojemljivost, procesiranje informacij globlje in hitrejša. (Koški, 2014)

5.5 STANJA MOŽGANOV

Hitrejši glasbeni ritmi spodbujajo možganske valove, kar pomeni, da je naš um prebujen in v polni pripravljenosti, tisti bolj počasni ritmi pa naše možgane pomirjajo in nas s tem tudi sproščajo (Mihelač, 2010). Drugačno delovanje možganskih valov je povezano z določenim spektrumom frekvenc, ki se imenujejo stanja



Slika 8: Možgani in glasba. (Vir: <http://dobranovica.si/wp-content/uploads/2013/07/g%C4%8Dasba.jpg>)

možganskih valov in obsegajo območje od 0,5 do 20 Hz. Izmerljiva so kot pri zvoku, in sicer:

- Beta valovi (14-20 Hz)

Značilni so za naše normalno budno stanje zavesti in so prisotni, ko smo pozorni na delovanje zunanjega sveta.

- Alfa valovi (8-13 Hz)

Pojavijo se, ko budno sanjarimo in se pogosto povezujejo s stanjem meditacije. Postanejo močnejši, ko so naše oči zaprte.

- Theta valovi (4-7 Hz)

Značilni so za stanje visoke kreativnosti in so izenačeni z nivojem zavesti pri šamanskem delu. Pojavljajo se v stanju globoke meditacije in spanja.

- Delta valovi (0,5-3Hz) se pojavijo pri stanju globokega spanja ali nezavesti.

Proizvajajo jih lahko tudi posamezniki pri globoki meditaciji.

- Visoki beta valovi (20-30 Hz),

Povezujejo jih s hiperaktivnostjo, nekaterimi tipi zaskrbljenosti in tesnobe.

- Gama valovi (30-80 Hz)

Značilni so za izkušene meditante. Povzročajo povišanje zavedanja, kot so nenadne integracije idej in izkušenj.

Zvok lahko spreminja vzorce možganskih valov, zato ga glasbeni terapevti velikokrat uporabljajo za koncentracijo, sproščanje, učenje, ustvarjalnost ter povišano zavedanje duševnih in duhovnih stanj (Vrtovec, 2016).

5.6 IGRANJE ALI UČENJE INŠTRUMENTA PRI OTROKU

Raziskovalci so na primer odkrili, da se pri violinistih poveča predel možganov, ki je zadolžen za premikanje leve roke oz. tiste, ki drži vrat violine in pritiska na strune.

Izvajanje glasbe pa vpliva tudi na druge dele možganov in ne le na "glasbene" sposobnosti človeka. Glasbenik se mora namreč skladbo naučiti na pamet, jo pozorno in vztrajno vaditi, če ne igra sam, hkrati posluša druge glasbenike in pevca, glasbo sam doživlja in interpretira. Strokovnjaki govorijo o boljši pozornosti, ustvarjalnosti, delovnem spominu, kognitivnih sposobnostih, samopodobi, vztrajnosti in disciplini glasbenikov – torej o pozitivnih učinkih ukvarjanja z glasbo na motoričnem, intelektualnem, socialnem in čustvenem področju posameznika. Glasbeno izobraževanje in udejstvovanje, kot sta učenje in igranje inštrumenta ali petja, nudi otrokom in mladim ogromno koristnih vplivov.

5.6.1 VPLIVA NA RAZVOJ INTELIGENCE IN USTVARJALNOSTI

Mnogo študij je bilo izvedenih na temo vpliva glasbe na človeške možgane. Danes vemo, da so v povprečju otroci, ki se ukvarjajo z glasbo v šoli uspešnejši od tistih, ki se z glasbo ne ukvarjajo. Zadnje raziskave kažejo, da izpostavljenost in ukvarjanje z glasbo v otroštvu ugodno vpliva na otrokov razvoj branja, inteligence (IQ), spomina in ustvarjalnosti.

5.6.2 VPLIVA NA RAZVOJ DISCIPLINE, VZTRAJNOSTI IN POTRPEŽLJIVOSTI

Učenje inštrumenta uči otroke pojma, ki ga lahko poimenujemo zakasnelo zadoščenje. Dajmo za primer učenje violine, ki zahteva ogromno potrpežljivosti in vaje, preden sploh lahko zaigramo kakšen ton. Sprva moramo osvojiti pravilno držo violine, pravilno držo loka in pravilno držo telesa ... Šele nato se lahko počasi posvetimo samemu izvajanju glasbe. Proces učenja inštrumenta tako otroke navaja, kako vztrajati ure, mesece in včasih celo leta vaje, da dosežejo željeni cilj, kot je igranje v glasbeni skupini ali izvajanje obsežne skladbe na pamet. Za izvajanje kvalitetne učne ure ali vadbe doma je potrebna visoka stopnja koncentracije. Skupinsko učenje in igranje v glasbenih zasedbah, prav tako ugodno vplivata na potrpežljivost in strpnost otroka, kjer lahko učenec igra samo takrat, ko je na vrsti.

5.6.3 RAZVIJA SAMOZAVEST

Učenje inštrumenta otroku nudi poligon, na katerem se uči sprejemanja in dajanja konstruktivne kritike. Spreminjanje negativnega odziva v pozitivno motivacijo pomaga pri krepitvi samozavesti. Skupinski pouk pomaga otrokom razumeti, da nobeden, vključno z njimi in njihovimi vrstniki, ni popoln in da ima vsak zmožnost nenehnega napredovanja. Javno nastopanje je prav tako koristna in pomembna veščina, ki se je otroci učijo skozi razne glasbene nastope, koncerte ... in se zlahka prenese na ostala življenjska področja.

5.6.4 VPLIVA NA RAZVOJ MOTORIKE IN FIZIČNIH SPRETNOSTI

Učenje glasbenega inštrumenta pomaga otroku pri razvoju koordinacije in motoričnih spretnosti. Medtem ko učenje bobnov in ostalih tolkal krepí medsebojno koordinacijo udov, zahteva učenje brenkal, godal ali klavirja drugačne gibe, ki vplivajo predvsem na fino motoriko in simultano koordinacijo rok in prstov. Učenje določenega inštrumenta pa ne vpliva samo na razvoj oboje ročnosti in koordinacije, ampak prav tako vzpodbuja učenca, da razvije udobnost

in sproščenost v, po naravi, neudobnih položajih in pozah. Krepitev in izboljšanje telesne koordinacije ter medsebojno povezovanje časa, zvoka in giba, pripravi otroka za njegove dodatne hobije (ples, šport ...) in življenjske situacije.

5.6.5 RAZVIJA SOCIALNE VEŠČINE

Predvsem učenje inštrumenta v skupinskem pouku ali v glasbeni zasedbi, zahteva med učenci določeno interakcijo in komunikacijo, ki vzpodbuja pri otroku timsko delo. Npr.: Če otrok v skupini igra preglasno, prehitro, prepočasi ... se bo moral skupini prilagoditi, drugače bo skladba zvenela narobe. Pomembno za otroka je, da pozna in razume svojo individualno vlogo v večji skupini, s tem pa do nje čuti tudi odgovornost.

5.7 STAROSTNIKI

Učenje inštrumenta je koristno tudi za starejše ljudi, saj z učenjem urijo svoje možgane in jih ohranjajo aktivne, s tem pa omilijo pešanje spomina in koncentracije, zmanjša pa se tudi možnost za razvoj demence. (Neža M., 2017)

6 EMPIRIČNI DEL

6.1 METODE DELA

Moji metodi dela sta bili anketiranje in intervjuvanje.

6.2 INTERVJU

Intervjuvala sem dr. Katarino Habe. Intervju sem opravila 2. 2. 2020 preko spleta. Intervju je bil torej strukturiran. Dr. Katarina Habe ima svoje prostore na Univerzi v Ljubljani: Akademiji za glasbo.

6.3 ANKETA

Anketirala sem s pomočjo anketnih vprašalnikov (priloga 1). To sem naredila v januarju leta 2020. Anketirala sem osme in devete razrede iz Konservatorija za glasbo in balet Maribor (solfeggio 1 in 2). Teh anket je bilo skupaj 45. Na svoji osnovni šoli pa sem tudi anketirala učence osmega in devetega razreda. Teh anket je bilo skupaj 35. Pridobila sem 80 anket.

Grafe sem narisala v programu Excel.

6.4 REZULTATI

6.4.1 REZULTATI INTERVJUJA

1. Kako po vašem mnenju vpliva glasba na počutje?

»Tukaj ne gre zgolj za moje mnenje, temveč za izsledke številnih raziskav, ki potrjujejo, da je poglobljena funkcija glasbe regulacija emocij in da je to tudi evolucijsko ena izmed temeljnih funkcij glasbe. Na eni strani govorimo o učinkih poslušanja glasbe, kjer je v

ospredju preučevanje učinka glasbenih preferenc na posameznikovo počutje in na učinke poslušanja glasbenih žanrov, kot so npr. gregorijanski koral, baročna glasba, klasična glasba, ki prinašajo univerzalne pozitivne učinke zaradi svojih glasbenih elementov. Po drugi strani pa ima še večje učinke aktivno ukvarjanje z glasbo, kjer se spremembe pokažejo na nivoju anatomskih in funkcionalnih sprememb v človeških možganih še posebej, če se z glasbeno dejavnostjo aktivno ukvarjamo dalj časa in če smo se z njo začeli ukvarjati že v otroštvu.«

2. Ali ste se že kdaj srečali z izboljšanjem stanja samo s pomočjo glasbe? Na kakšen način? Če je možno, navedite primer.

»Sama osebno najbolj intenzivno doživljam učinke glasbe, kadar prepevam, bodisi ko imamo vajo, še bolj pa na nastopih, ko se naša energija prepleta še z energijo publike. Intenzivnost čustvenega doživljanja se namreč v skupini pogostokrat okrepi. Pa še eno čudovito izkušnjo sem imela – ko sem rojevala drugega sina, sem v sebi zaslišala zvok, ki sem si ga potihem prepevala vsakič, ko je prišel popadek in ta vibracija me je usmerjala skozi bolečino, ki je pravzaprav nisem niti zaznala več kot bolečino in tudi rodila sem izjemno hitro. To je bilo prav čarobno doživetje.«

3. Ali kdaj svojim učencem pomagata s pomočjo glasbe? Kako?

»Največkrat glasbo pri svojem delu uporabljam, kadar študenti delajo skupinsko. Poučujem psihologijo na Akademiji za glasbo, tako da učinke glasbe na učenje študentom prezentiram izkustveno. Glasbo uporabim kot zvočno ozadje, tako tiho, da ne odvrta pozornosti študentov od dela, hkrati pa ustvarja prijetno ustvarjalno razredno klimo. Uporabim repetitivno instrumentalno glasbo, ki spodbuja alfa možganske valove, ki so značilni za stanje sproščene budnosti, ko je naša učna učinkovitost največja. Glasbo uporabim tudi za sproščanje, včasih pa kot motivacijsko sredstvo, bodisi za večjo budnost in aktivacijo (glasna popularna glasba hitrejšega tempa), bodisi za motivacijo za določeno temo (uporaba glasbe z besedilom, ki se navezuje na učno snov), bodisi za mnemotehnični pripomoček (študenti si morajo s pomočjo ustvarjanja skladbe s ključnimi pojmi iz učne snovi zapomniti snov).«

4. Igranje na kateri inštrument bi po vašem mnenju lahko najhitreje spremenilo počutje neke osebe?

»Tukaj ne gre za neke splošne smernice, gre bolj za to, kaj želimo doseči. Zagotovo igranje na tisti inštrument, ki ga ima posameznik rad in zna nanj igrati. Morda je še najbolj uporabno petje, saj zna peti vsak, petje pa v naše telo vnaša blagozvočne vibracije in na ta način neposredno vpliva na naše fiziološke funkcije in s tem tudi na naša čustva ter celostno blagostanje.«

5. Ali mislite, da bi glasba lahko pozitivno pomagala vsem ali samo določenim ljudem?

»Kot vsaka stvar, tudi glasba bolj pomaga tistim, ki v to verjamejo. Je pa res, da obstajajo tudi univerzalni učinki vibracij zvoka in osnovnih glasbenih elementov, kot so tempo/ritem, melodija, harmonija, zvočna barva, ipd., ki se nas neposredno hočeš, nočeš dotaknejo. Zato pogostokrat pravim, kako pomembno je, da se zavedamo, kakšni glasbi smo izpostavljeni, saj pozabljamo, da glasba v nas ne vnaša zgolj pozitivnega, lahko tudi negativno.«

6. Ali mislite, da ja glasba med učenjem dobra izbira?

»Za nekatere zelo, za nekatere pa sploh ne. Gre za to, da se je potrebno navaditi na učenje ob glasbi in da moramo vedeti, kakšno glasbo in na kakšen način jo uporabiti pri učenju.«

7. Ali lahko glasba deluje kot zdravilo za kakšno bolezen? Če lahko, za katero?

»To je spet zelo široko področje, ki ga delimo na dve večji področji: Glasba v medicini in Glasbena terapija. Glasbo v medicini uporabljamo predvsem za lajšanje bolečini pri kroničnih boleznih ali kot analgetik pri operativnih posegih, v Glasbeni terapiji pa s pomočjo glasbe kot terapevtskega orodja skušamo doseči izboljšanje na različnih področjih klientovega delovanja (kognitivnega, čustvenega, socialnega, psihomotoričnega).«

8. Zakaj se vam zdi glasba pomembna v življenju posameznika?

»Ker glasba predstavlja brezplačni eliksir življenja, ki učinkuje na posameznikovo celostno blagostanje od prenatalnega obdobja in vse tja do smrti.«

6.4.2. REZULTATI ANKET

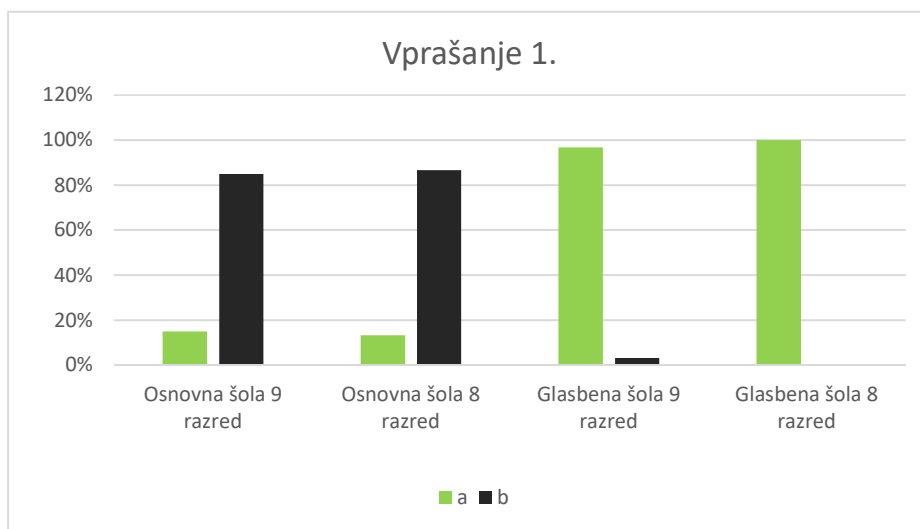
Vprašanje 1: Ali igraš kakšen instrument?

Vprašanje 1.	a	b	skupaj
Osnovna šola 9. razred	3	17	20
Osnovna šola 8. razred	2	13	15
Glasbena šola 9. razred	30	1	31
Glasbena šola 8. razred	14	0	14

Tabela 1: Ali igraš kakšen instrument? (število)

Vprašanje 1.	a	b	skupaj
Osnovna šola 9. razred	15 %	85 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	13 %	87 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	97 %	3 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	100 %	0 %	100 %

Tabela 2: Ali igraš kakšen instrument? (delež)



Graf 1: Ali igraš kakšen instrument?

Vprašanje 1 je bilo: Ali igraš kakšen inštrument? Odgovor a je bil DA, odgovor b pa NE. Povsem pričakovano je, da velika večina otrok v glasbeni šoli igra inštrument, saj zato hodijo tja. Samo pet učencev, v osnovni šoli se je odločilo za odgovor da, kar je po mojem mnenju

običajen odstotek. Me je pa presenetilo, da je eden učenec iz glasbene šole obkrožil ne. To pomeni, da hodi samo na solfeggio, kar je po mojem mnenju zelo redek pojav.

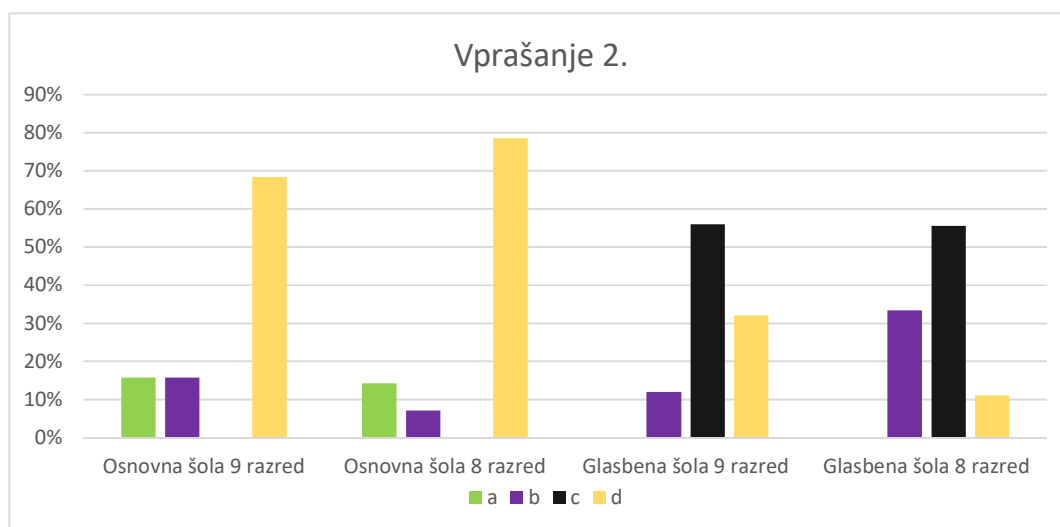
Vprašanje 2: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo?

Vprašanje 2.	a	b	c	d	skupaj
Osnovna šola 9. razred	3	3	0	13	19
Osnovna šola 8. razred	2	1	0	11	14
Glasbena šola 9. razred	0	3	14	8	25
Glasbena šola 8. razred	0	3	5	1	9

Tabela 3: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? (število)

Vprašanje 2.	a	b	c	d	skupaj
Osnovna šola 9. razred	16 %	16 %	0 %	68 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	14 %	7 %	0 %	79 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	0 %	12 %	56 %	32 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	0 %	33 %	56 %	11 %	100 %

Tabela 4: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? (delež)



Graf 2: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo?

Vprašanje 2 je bilo: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? Možni odgovori so bili a: plešem, b: pojem, c: igram inštrument in d: poslušam glasbo. Večina anketirancev iz osnovne šole se je odločila za poslušanje glasbe, kar je najbolj pričakovano. Večina anketirancev iz glasbene šole pa se je odločila za igranje inštrumenta, kar je tudi pričakovano. Velik je tudi odstotek odgovorov b, saj imajo glasbeniki večinoma dober posluh in posledično tudi radi pojejo. Odstotek plesa pri osnovnošolcih se mi zdi pričakovan, ker se tisti v glasbeni šoli večinoma ukvarjajo z inštrumentom ne pa s plesom (z izjemo baleta).

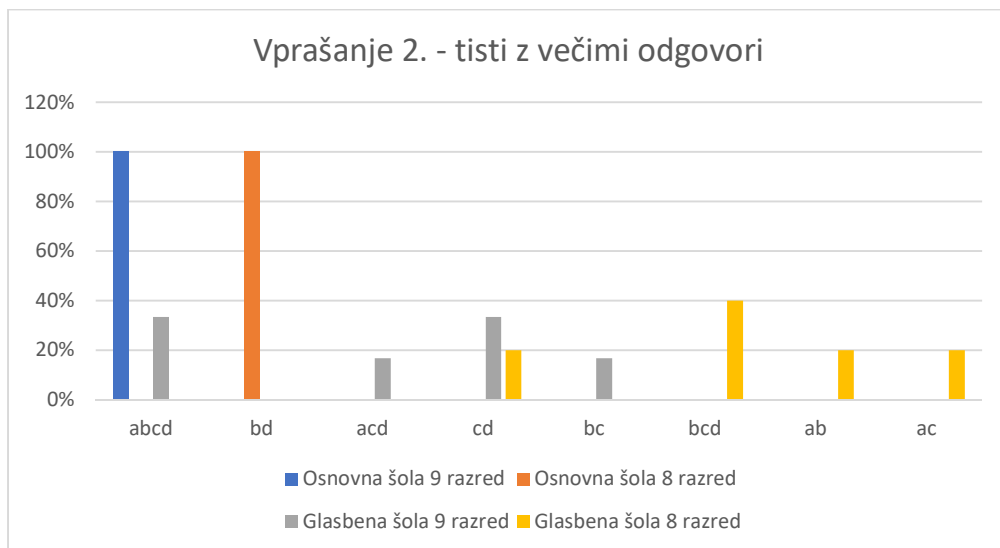
Nekaj anketirancev je odgovorilo na več odgovorov. Spodaj sta tabeli in graf, v katerih je prikazano, katere odgovore so izbirali tisti, ki so jih obkrožili več.

Vprašanje 2.	abcd	bd	acd	cd	bc	bcd	ab	ac	skupaj
Osnovna šola 9. razred	1	0	0	0	0	0	0	0	1
Osnovna šola 8. razred	0	1	0	0	0	0	0	0	1
Glasbena šola 9. razred	2	0	1	2	1	0	0	0	6
Glasbena šola 8. razred	0	0	0	1	0	2	1	1	5

Tabela 5: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? Več možnih odgovorov (število)

Vprašanje 2.	abcd	bd	acd	cd	bc	bcd	ab	ac	skupaj
Osnovna šola 9. razred	100 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	0 %	100 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	33 %	0 %	17 %	33 %	17 %	0 %	0 %	0 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	0 %	0 %	0 %	20 %	0 %	40 %	20 %	20 %	100 %

Tabela 6: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? Več možnih odgovorov (delež)



Graf 3: Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo? Več možnih odgovorov.

Videti je, da je bilo v glasbeni šoli večkrat več možnih odgovorov in mislim, da je bilo to čisto normalno, saj se tisti učenci več ukvarjajo z glasbo. Vesela pa sem, da se vsaj en učenec iz osnovne šole ukvarja z več kor eno aktivnostjo povezano z glasbo.

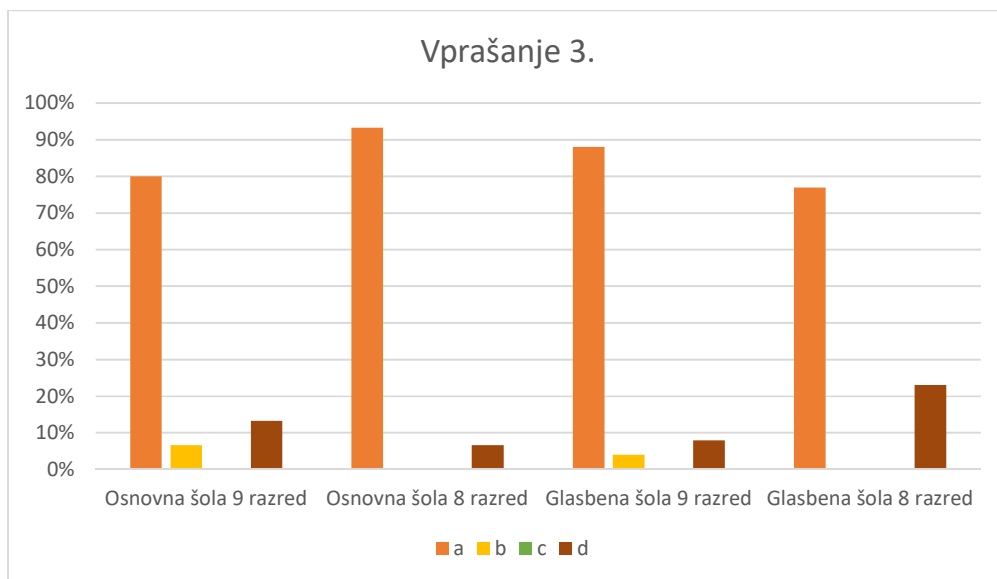
Vprašanje 3: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo?

Vprašanje 3.	A	b	c	d	skupaj
Osnovna šola 9. razred	12	1	0	2	15
Osnovna šola 8. razred	14	0	0	1	15
Glasbena šola 9. razred	22	1	0	2	25
Glasbena šola 8. razred	10	0	0	3	13

Tabela 7: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? (število)

Vprašanje 3.	A	b	c	d	skupaj
Osnovna šola 9. razred	80 %	7 %	0 %	13 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	93 %	0 %	0 %	7 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	88 %	4 %	0 %	8 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	77 %	0 %	0 %	23 %	100 %

Tabela 8: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? (delež)



Graf 4: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo?

Vprašanje 3 je bilo: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? Možni odgovori so bili a: veselje, b: žalost, c: jezo in pod d je anketiranec lahko napisal svoj odgovor.

Kot je razvidno iz grafa večina anketirancev med ukvarjanjem z glasbo občuti veselje. To je dokazilo, da se velika večina boljše počuti med ukvarjanjem z glasbo, pa če je to igranje inštrumenta ali pa samo poslušanje glasbe. Samo nekje 11 % vseh anketirancev je obkrožilo žalost in to se mi zdi zelo dober odstotek. Nihče izmed anketirancev ni obkrožil odgovora c, torej jeze. Mislim, da je to dobro, saj bi se tako počutili tisti, kateremu glasba ni pri srcu. Tudi odgovor d je odgovorilo kar nekaj učencev. Ti učenci so kot čustvo, ki ga oni čutijo med ukvarjanjem z glasbo izbrali: srečo, sproščenost, zbranost, dva anketiranca strast, in dva anketiranca vse. Eden je napisal, da je njegovo čustvo odvisno od glasbe, kar se mi zdi povsem normalno.

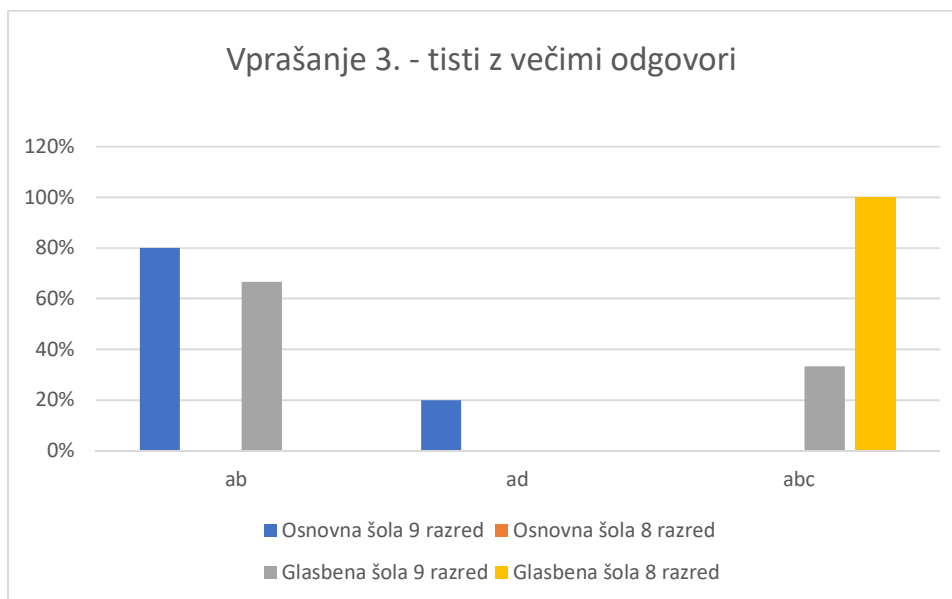
Nekateri anketiranci pa so odgovorili na več odgovorov. Ti so prikazani v spodnjih dveh tabelah in grafu.

Vprašanje 3.	ab	ad	abc	skupaj
Osnovna šola 9. razred	4	1	0	5
Osnovna šola 8. razred	0	0	0	0
Glasbena šola 9. razred	4	0	2	6
Glasbena šola 8. razred	0	0	1	1

Tabela 9: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? Več možnih odgovorov (število).

Vprašanje 3.	ab	ad	abc	skupaj
Osnovna šola 9. razred	80 %	20 %	0 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	0 %	0 %	0 %	0 %
Glasbena šola 9. razred	67 %	0 %	33 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	0 %	0 %	100 %	100 %

Tabela 10: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? Več možnih odgovorov (delež).



Graf 5: Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? Več možnih odgovorov.

Nobeden iz osmega razreda osnovne šole se ni odločil za več odgovorov. Trije učenci so se odločili za odgovore abc, 8 za ab in 1 učenec za ad.

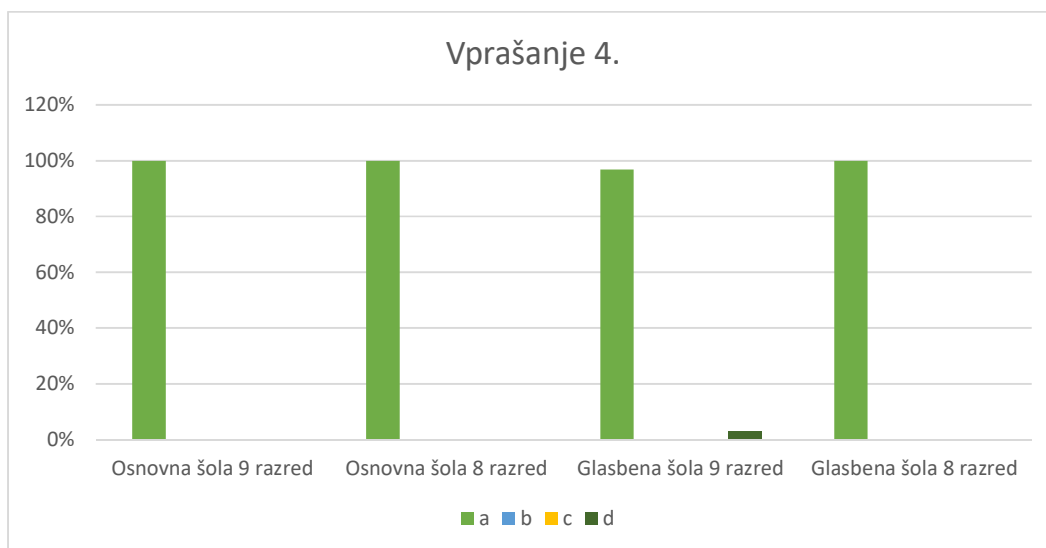
Vprašanje 4: Zakaj se ukvarjaš z glasbo?

Vprašanje 4.	a	b	c	d	skupaj
Osnovna šola 9. razred	20	0	0	0	20
Osnovna šola 8. razred	15	0	0	0	15
Glasbena šola 9. razred	30	0	0	1	31
Glasbena šola 8. razred	14	0	0	0	14

Tabela 11: Zakaj se ukvarjaš z glasbo? (število)

Vprašanje 4.	a	b	c	d	skupaj
Osnovna šola 9. razred	100 %	0 %	0 %	0 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	100 %	0 %	0 %	0 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	97 %	0 %	0 %	3 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	100 %	0 %	0 %	0 %	100 %

Tabela 12: Zakaj se ukvarjaš z glasbo? (delež)



Graf 6: Zakaj se ukvarjaš z glasbo?

Vprašanje 4 se je glasilo: Zakaj se ukvarjaš z glasbo? Možni odgovori so bili: a: ker se ob njej dobro počutim, b: ker bi rada bila najboljša v vsem, c: ker so mi starši tako naročili in pod d, so

lahko anketiranci sami napisali svoje mnenje. Kot se vidi iz grafa, so se vsi anketiranci razen enega odločili za odgovor a. To mi je všeč, saj vidimo, da se ob glasbi dobro počutijo in jih pomirja. Torej glasba res lahko vpliva na nas. Eden izmed vseh anketirancev se je odločil za odgovor d. Napisal je, da ga glasba navdihuje, kar se mi zdi zelo lepo.

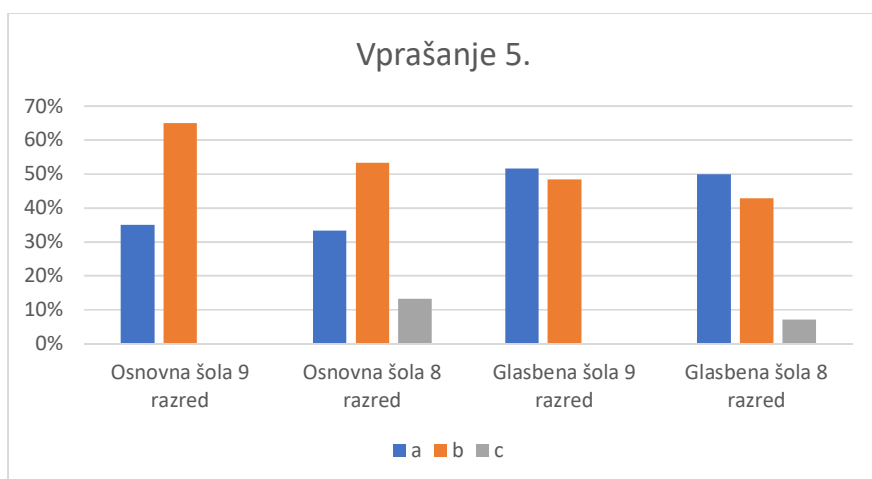
Vprašanje 5: Ali ti glasba kdaj spremeni situacijo na bolje?

Vprašanje 5.	a	b	c	skupaj
Osnovna šola 9. razred	7	13	0	20
Osnovna šola 8. razred	5	8	2	15
Glasbena šola 9. razred	16	15	0	31
Glasbena šola 8. razred	7	6	1	14

Tabela 13: Ali ti glasba kdaj spremeni situacijo na bolje? (število)

Vprašanje 5.	a	b	c	skupaj
Osnovna šola 9. razred	35 %	65 %	0 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	33 %	53 %	13 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	52 %	48 %	0 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	50 %	43 %	7 %	100 %

Tabela 14: Ali ti glasba kdaj spremeni situacijo na bolje? (delež)



Graf 7: Ali ti glasba kdaj spremeni situacijo na bolje?

Vprašanje 5 je bilo: Ali ti glasba kdaj spremeni situacijo na bolje? Odgovori so bili a: da, vedno, b: da, občasno in c: ne, nikoli. Anketiranci iz osnovne šole so se večinoma odločali za odgovor b. To ni bilo nepričakovano, saj tistim, ki ne hodijo v glasbeno, glasba ne predstavlja tako velikega dela življenja kot tistim, ki hodijo, zato mislim, da je ta odgovor občasno zelo dober za tiste, ki se z glasbo ne ukvarjajo pogosto. Da jim vseeno včasih spremeni čustva. Vseeno je odstotek odgovorjenega odgovora a zelo velik in to me veseli. Večina v glasbeni šoli pa se je odločila za odgovor a, vedno in to mi je zelo všeč in me preseneča, da je odstotek tako zelo velik, saj sem pričakovala največ odgovorov b: občasno. Trije učenci iz osmega razreda so se odločili za nikoli, ampak mislim, da bodo še spoznali, da je glasba zelo pomemben del naših življenj.

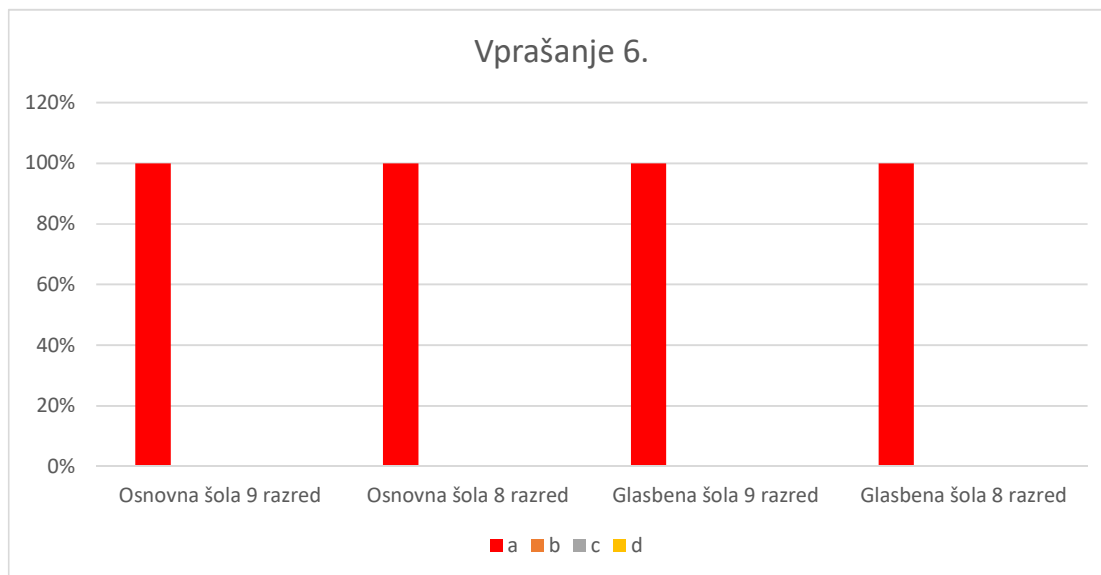
Vprašanje 6: Kaj ti glasba predstavlja?

Vprašanje 6.	a	b	c	d	skupaj
Osnovna šola 9. razred	20	0	0	0	20
Osnovna šola 8. razred	15	0	0	0	15
Glasbena šola 9. razred	31	0	0	0	31
Glasbena šola 8. razred	14	0	0	0	14

Tabela 15: Kaj ti glasba predstavlja? (število)

Vprašanje 6.	a	b	c	d	skupaj
Osnovna šola 9. razred	100 %	0 %	0 %	0 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	100 %	0 %	0 %	0 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	100 %	0 %	0 %	0 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	100 %	0 %	0 %	0 %	100 %

Tabela 16: Kaj ti glasba predstavlja? (delež)



Graf 8: Kaj ti glasba predstavlja?

Vprašanje 6 se glasilo: Kaj ti glasba predstavlja? Možni odgovori so bili: a: sprostitelj, b: breme, c: problem in d so anketiranci lahko napisali svoje mnenje. Čisto vsi so odgovorili na odgovor a in potrdili moje raziskovanje, da glasba pozitivno vpliva na nas. Niti enemu anketirancu glasba pomeni problem ali breme in to mi pomeni veliko, saj tudi sama tako čutim, pa tudi če samo poslušam glasbo, me zapelje v nek drugi svet.

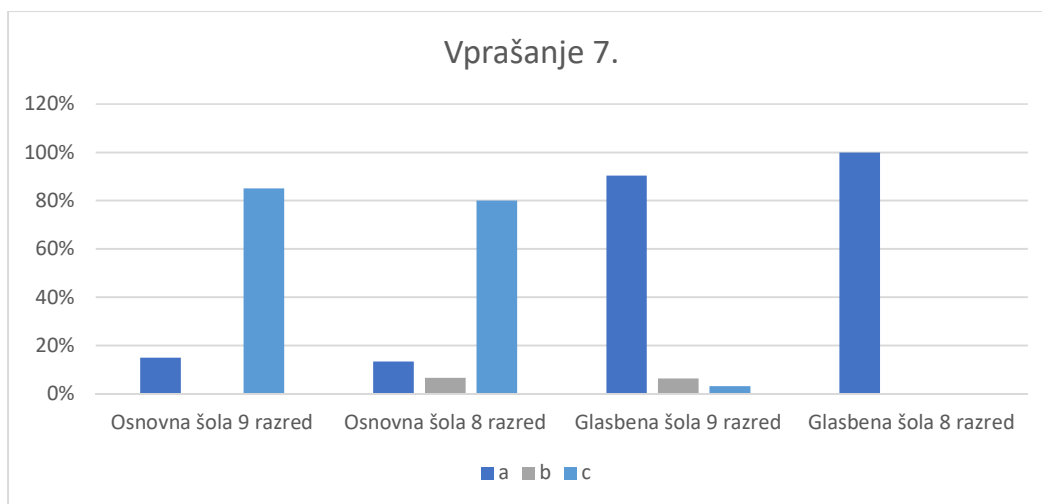
Vprašanje 7: Ali poleg snovi v glasbeni šoli igraš tudi pesmi, ki si jih sam želiš?

Vprašanje 7.	a	b	c	skupaj
Osnovna šola 9. razred	3	0	17	20
Osnovna šola 8. razred	2	1	12	15
Glasbena šola 9. razred	28	2	1	31
Glasbena šola 8. razred	14	0	0	14

Tabela 17: Ali poleg snovi v glasbeni šoli igraš tudi pesmi, ki si jih sam želiš? (število)

Vprašanje 7.	a	b	c	skupaj
Osnovna šola 9. razred	15 %	0 %	85 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	13 %	7 %	80 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	90 %	6 %	3 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	100 %	0 %	0 %	100 %

Tabela 18: Ali poleg snovi v glasbeni šoli igraš tudi pesmi, ki si jih sam želiš? (delež)



Graf 9: Ali poleg snovi v glasbeni šoli igraš tudi pesmi, ki si jih sam želiš?

Vprašanje 7 je bilo: Ali poleg snovi v glasbeni šoli igraš tudi pesmi, ki si jih sam želiš? Odgovori so bili: a: da, b: ne, c: ne igram inštrumenta. To me je zanimalo predvsem za tiste v glasbeni šoli, ker če je odgovor ja pomeni, da imajo radi glasbo in se z njo ukvarjajo tudi če ne rabijo. Anketiranci iz osmega razreda v glasbeni šoli so vsi odgovorili na a: da in to me je presenetilo, saj sem mislila, da bo več anketirancev odgovorilo z ne, sem pa vesela, da je tako. Pri devetih razredih iz glasbene šole so skoraj vsi odgovorili z da, dva z ne in tisti, ki je na prvo vprašanje odgovoril z ne, da ne igra inštrumenta je tudi tukaj storil to. V osnovni šoli so skoraj vsi odgovorili s c, kar je pričakovano. Tisti, ki so pri prvem vprašanju, ali igraš inštrument odgovorili z da, so tudi tukaj. Mislim, da se je tisti en učenec iz osmega razreda, ki je odgovoril z ne zmotil, ali ni dobro prebral navodila. Zelo sem vesela, da je rezultat takšen, kot je.

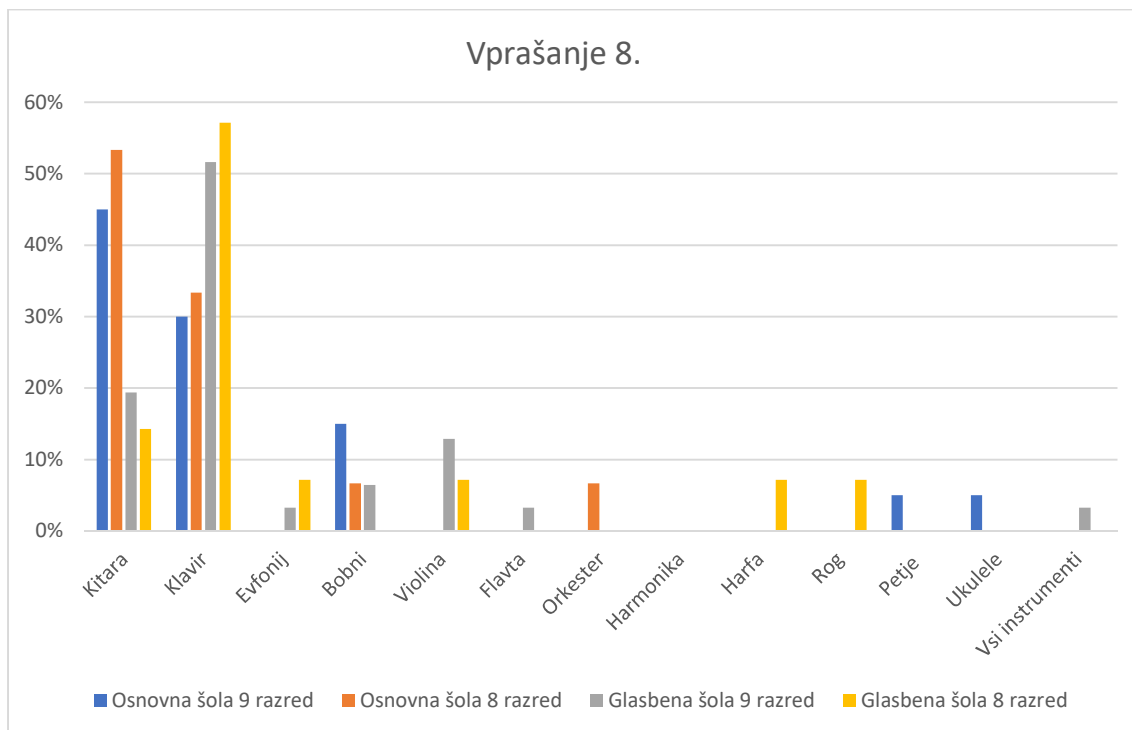
Vprašanje 8: Kateri inštrument se ti zdi najbolj primeren za spreminjanje počutja na bolje?

Vprašanje 8.		Kitara	Klavir	Evfonij	Bobni	Violina	Flavta	Orkester
Osnovna šola 9. razred		9	6	0	3	0	0	0
Osnovna šola 8. razred		8	5	0	1	0	0	1
Glasbena šola 9. razred		6	16	1	2	4	1	0
Glasbena šola 8. razred		2	8	1	0	1	0	0
Harmonika	Harfa	Rog	Petje	Ukulele	Vsi instrumenti	Skupaj		
0	0	0	1	1	0	20		
0	0	0	0	0	0	15		
0	0	0	0	0	1	31		
0	1	1	0	0	0	14		

Tabela 19: Kateri inštrument se ti zdi najbolj primeren za spreminjanje počutja na bolje? (število)

Vprašanje 8.		Kitara	Klavir	Evfonij	Bobni	Violina	Flavta	Orkester
Osnovna šola 9. razred		45 %	30 %	0 %	15 %	0 %	0 %	0 %
Osnovna šola 8. razred		53 %	33 %	0 %	7 %	0 %	0 %	7 %
Glasbena šola 9. razred		19 %	52 %	3 %	6 %	13 %	3 %	0 %
Glasbena šola 8. razred		14 %	57 %	7 %	0 %	7 %	0 %	0 %
Harmonika	Harfa	Rog	Petje	Ukulele	Vsi instrumenti	Skupaj		
0 %	0 %	0 %	5 %	5 %	0 %	100 %		
0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	100 %		
0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	3 %	100 %		
0 %	7 %	7 %	0 %	0 %	0 %	100 %		

Tabela 20: Kateri inštrument se ti zdi najbolj primeren za spreminjanje počutja na bolje? (delež)



Graf 10: Kateri inštrument se ti zdi najbolj primeren za spreminjanje počutja na bolje?

Vprašanje 8 se je glasilo: Kateri inštrument se ti zdi najbolj primeren za spreminjanje počutja na bolje? Odgovori me niso presenetili. Najbolj pogosta sta bila klavir in kitara, po mojem mnenju, ker sta najbolj poznana. Tisti, ki igrajo inštrumente, pa so se najverjetneje odločili za le-te.

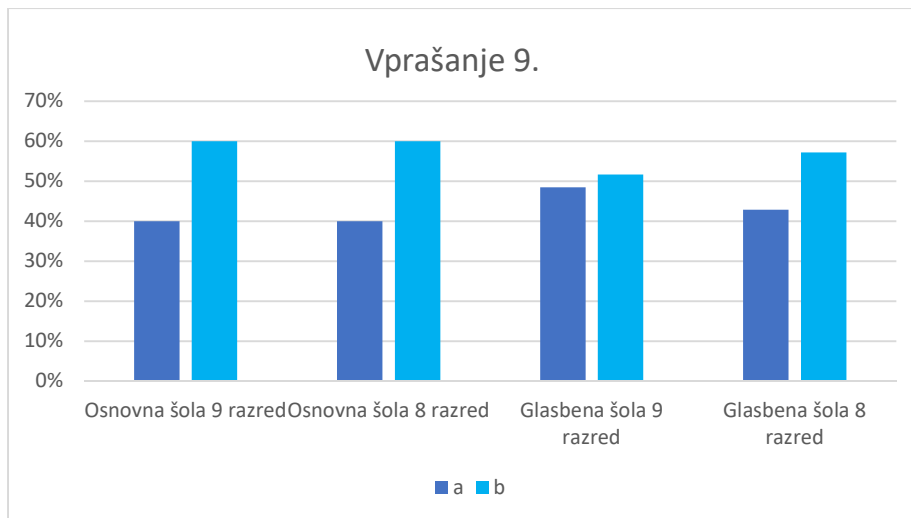
Vprašanje 9: Ali poslušaš glasbo ob učenju?

Vprašanje 9.	a	b	skupaj
Osnovna šola 9. razred	8	12	20
Osnovna šola 8. razred	6	9	15
Glasbena šola 9. razred	15	16	31
Glasbena šola 8. razred	6	8	14

Tabela 21: Ali poslušaš glasbo ob učenju? (število)

Vprašanje 9.	a	b	skupaj
Osnovna šola 9. razred	40 %	60 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	40 %	60 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	48 %	52 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	43 %	57 %	100 %

Tabela 22: Ali poslušaš glasbo ob učenju? (delež)



Graf 11: Ali poslušaš glasbo ob učenju?

Vprašanje 9 se je glasilo: Ali poslušaš glasbo ob učenju? Odgovora sta bila: a: da in b: ne. Kot vidimo med številkam ni velike razlike, večina sicer ne posluša glasbe, ampak veliko anketirancev jo posluša. Kot pričakovano vidimo, da je pri glasbeni šoli odstotek odgovorov a večji, saj se anketiranci v glasbeni šoli več ukvarjajo z glasbo. Zanimivo pa je, da je število odgovorov da in ne skoraj enako.

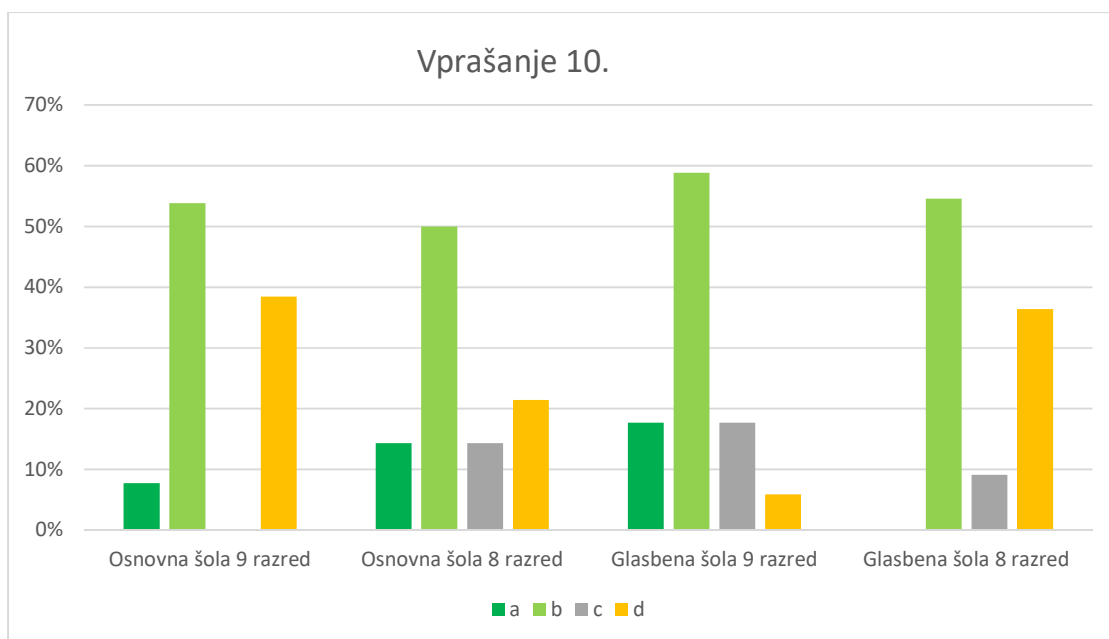
Vprašanje 10: Katero glasbo najraje poslušaš?

Vprašanje 10.	a	b	c	D	skupaj
Osnovna šola 9. razred	1	7	0	5	13
Osnovna šola 8. razred	2	7	2	3	14
Glasbena šola 9. razred	3	10	3	1	17
Glasbena šola 8. razred	0	6	1	4	11

Tabela 23: Katero glasbo najraje poslušaš? (število)

Vprašanje 10.	a	b	c	D	skupaj
Osnovna šola 9. razred	8 %	54 %	0 %	38 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	14 %	50 %	14 %	21 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	18 %	59 %	18 %	6 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	0 %	55 %	9 %	36 %	100 %

Tabela 24: Katero glasbo najraje poslušas? (delež)



Graf 12: Katero glasbo najraje poslušas?

Vprašanje 10 se je glasilo: Katero glasbo najraje poslušas? Možni odgovori so bili: a: klasično, b: pop, c: rock in pod d, so se anketiranci lahko sami odločili oziroma napisali svojo najljubšo glasbo. Najmanj anketirancev se je odločilo za klasično glasbo, čeprav sem mislila, da bo odstotek odgovorov a še manjši. Največ je odgovorov b, kar se mi zdi pričakovano, saj je v današnjem svetu najbolj popularna pop glasba. Tudi odstotek rocka je nekoliko nizek, ampak pričakovan, saj je pop v svetu veliko bolj popularen kot rock. Veliko učencev se je odločilo tudi

za odgovor d. Napisali so: trije anketiranci rap, balkan, tehno, dva anketiranca narodno-zabavna glasba, rbnb, angleško glasbo, dva anketiranca vse zvrsti, jazz in folk glasbo.

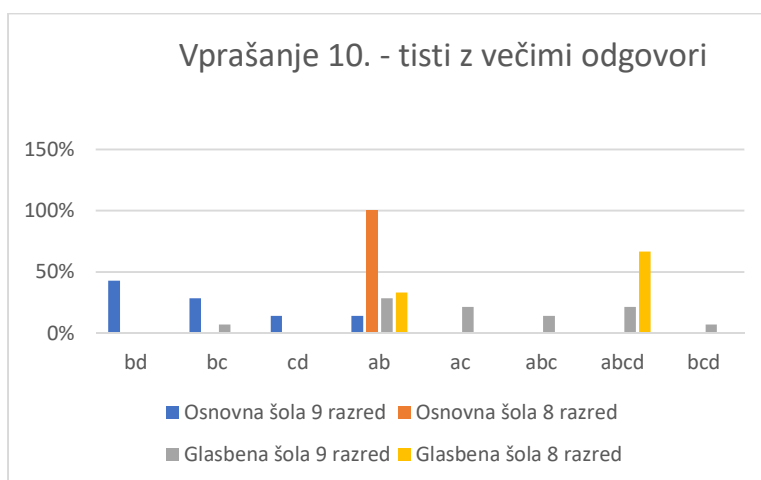
Nekaj učencev se je odločilo za več odgovorov pri tem vprašanju. Ti podatki so napisani v spodnjih dveh tabelah in grafu.

Vprašanje 10.	bd	bc	cd	ab	ac	abc	abcd	Bcd	skupaj
Osnovna šola 9. razred	3	2	1	1	0	0	0	0	7
Osnovna šola 8. razred	0	0	0	1	0	0	0	0	1
Glasbena šola 9. razred	0	1	0	4	3	2	3	1	14
Glasbena šola 8. razred	0	0	0	1	0	0	2	0	3

Tabela 25: Katero glasbo najraje poslušáš? Več možnih odgovorov (število).

Vprašanje 10.	bd	bc	cd	ab	ac	abc	abcd	Bcd	skupaj
Osnovna šola 9. razred	43 %	29 %	14 %	14 %	0 %	0 %	0 %	0 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	0 %	0 %	0 %	100 %	0 %	0 %	0 %	0 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	0 %	7 %	0 %	29 %	21 %	14 %	21 %	7 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	0 %	0 %	0 %	33 %	0 %	0 %	67 %	0 %	100 %

Tabela 26: Katero glasbo najraje poslušáš? Več možnih odgovorov (delež).



Graf 13: Katero glasbo najraje poslušáš? Več možnih odgovorov.

Največ tistih, ki so se odločili za dva ali več odgovorov, se je odločilo za odgovora a in b. Veliko učencev se je odločilo za več odgovorov in to me veseli, ker sem tako lažje spoznala njihove najljubše zvrsti glasbe.

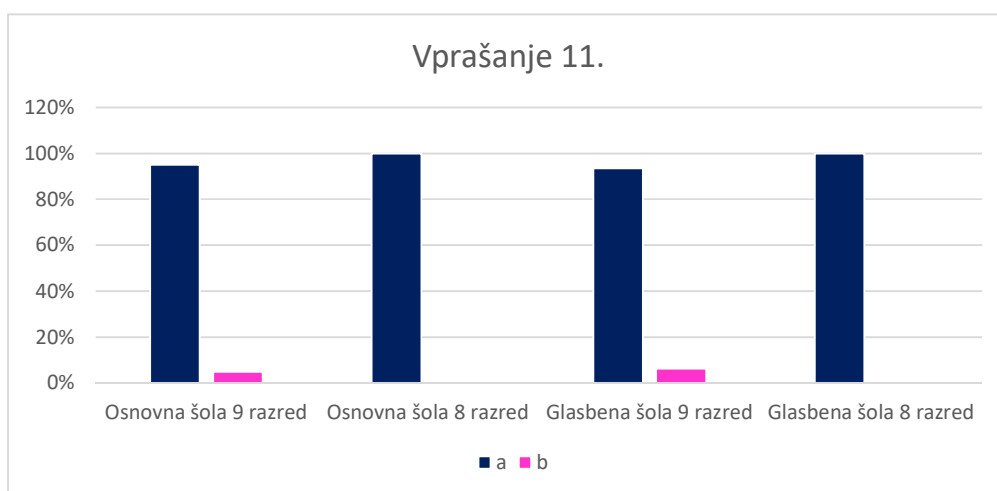
Vprašanje 11: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika?

Vprašanje 11.	a	b	skupaj
Osnovna šola 9. razred	19	1	20
Osnovna šola 8. razred	15	0	15
Glasbena šola 9. razred	29	2	31
Glasbena šola 8. razred	14	0	14

Tabela 27: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? (število)

Vprašanje 11.	a	b	skupaj
Osnovna šola 9. razred	95 %	5 %	100 %
Osnovna šola 8. razred	100 %	0 %	100 %
Glasbena šola 9. razred	94 %	6 %	100 %
Glasbena šola 8. razred	100 %	0 %	100 %

Tabela 28: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? (delež)



Graf 14: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika?

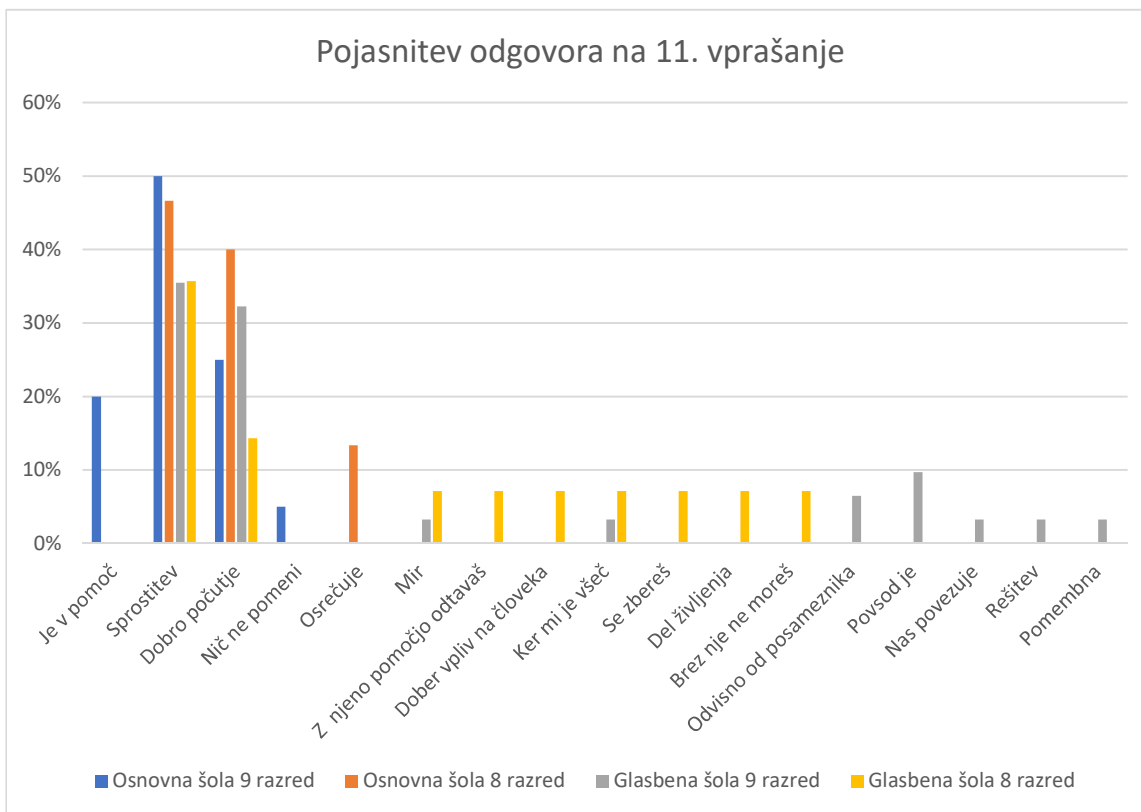
Zadnje vprašanje pa je bilo vprašanje 11: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? Možna odgovora sta bila a: da in b: ne. Velika večina je odgovorila na odgovora, kar se mi po pregledu predhodnih odgovorov zdi povsem normalno. Samo trije anketiranci mislijo, da temu ni tako in to je zelo majhen odstotek. Me pa preseneča, da dva anketiranca iz glasbene šole mislita, da glasba ni pomembna v življenju. V nadaljevanju so morali anketiranci pojasniti svoj odgovor. V naslednjih dveh tabelah in grafu je prikazano, kako so anketiranci pojasnili odgovor na 11. vprašanje.

Vprašanje 12.		Je v pomoč	Sprostite v	Dobro počutje	Nič ne pomeni	Osrečuje	Mir	Z njeno pomočjo odtavaš	Dober vpliv na človeka
Osnovna šola 9. razred		4	10	5	1	0	0	0	0
Osnovna šola 8. razred		0	7	6	0	2	0	0	0
Glasbena šola 9. razred		0	11	10	0	0	1	0	0
Glasbena šola 8. razred		0	5	2	0	0	1	1	1
Ker mi je všeč	Se zbereš	Del življenja	Brez nje ne moreš	Odvisno od posameznika	Povsod je	Nas povezuje	Rešite v	Pomembna	Skupaj
0	0	0	0	0	0	0	0	0	20
0	0	0	0	0	0	0	0	0	15
1	0	0	0	2	3	1	1	1	31
1	1	1	1	0	0	0	0	0	14

Tabela 29: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? Pojasnitev (število)

Vprašanje 12.			Je v pomoč	Sprostite v	Dobro počutje	Nič ne pomeni	Osrečuj e	Mir	Z njeno pomočjo odtavaš	Dober vpliv na človeka
Osnovna šola 9. razred			20 %	50 %	25 %	5 %	0 %	0 %	0 %	0 %
Osnovna šola 8. razred			0 %	47 %	40 %	0 %	13 %	0 %	0 %	0 %
Glasbena šola 9. razred			0 %	35 %	32 %	0 %	0 %	3 %	0 %	0 %
Glasbena šola 8. razred			0 %	36 %	14 %	0 %	0 %	7 %	7 %	7 %
Ker mi je všeč	Se zbereš	Del življenja	Brez nje ne moreš	Odvisno od posameznika	Povsod je	Nas povezuje	Rešite v	Pomembna	Skupaj	
0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	100 %	
0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	100 %	
3 %	0 %	0 %	0 %	6 %	10 %	3 %	3 %	3 %	100 %	
7 %	7 %	7 %	7 %	0 %	0 %	0 %	0 %	0 %	100 %	

Tabela 30: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? Pojasnitev (delež).



Graf 15: Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika? Pojasnitev.

Graf prikazuje pojasnitev odgovora na 11. vprašanje, torej zakaj glasba je ali ni pomembna v življenju posameznika. Največ anketirancev se je odločilo za odgovor sprostitve. Mislila sem si, da bo veliko različnih odgovorov, ni se mi pa zdelo, da bo toliko anketirancev napisalo enak odgovor. Vse druge rešitve imajo skoraj isti odstotek uporabnosti, razen odgovora, da je glasba pomembna, ker se ob njej dobro počutimo. Ta odgovor tudi izstopa in je po odstotkih takoj za sprostivijo. Tako sem dokazala, kako pomembna je glasba posameznika in da veliko ljudi to že ve.

7 DRUŽBENA ODGOVORNOST

V projekt Mladi za napredek Maribora sem se vključila, ker želim ljudi seznaniti s tem, kako pomembna je zares glasba v našem življenju. Osebnostno si ne morem predstavljati življenja brez glasbe.

Pomembno je, da ohranjam našo glasbeno kulturo in spodbujamo vse ljudi, da se čim več ukvarjajo z glasbo, saj glasba zelo dobro vpliva na naše počutje.

Upam, da se bo veliko mladih še naprej ukvarjalo z glasbo in igralo inštrumente, ali pa samo poslušalo glasbo. Želim si, da glasba ne bi nikoli ponehala in prav mlade generacije moramo poskrbeti za to, da se bo glasba še naprej ustvarjala in ohranjala.

8 ZAKLJUČEK

Pomembno je, da se vsi zavedajo tega, kako pomembna je glasba. Ni samo za mladostnike ampak za vse. Starejši, mladi in tudi otroci v maternici lahko s pomočjo glasbe izboljšajo počutje, se pomirijo in sprostijo. Ko jo poslušáš zaideš v svoj svet, kjer ni meja. Glasba je univerzalni jezik. Za vse je enaka in prav zato je tako posebna. Vedno poslušajte svojo najljubšo glasbo, sploh pa v tistih najtežjih trenutkih in pomagala vam jih bo preživeti.

Na koncu sem zastavljene hipoteze potrdila ali ovrgla.

1. Glasba ima dober vpliv na naše počutje. **POTRJENA**

Prvo hipotezo sem potrdila, saj sem s pomočjo ankete, intervjuja in teorije ugotovila, da to res drži.

2. Igranje inštrumenta vpliva na razvoj otroka. **POTRJENA**

To hipotezo sem s pomočjo raziskav na spletu potrdila. Glasba zelo dobro vpliva na razvoj otroka in njegovih sposobnosti.

3. Glasba med učenjem slabo vpliva na nas. **DELNO POTRJENA**

To hipotezo sem delno potrdila, saj lahko glasba z besedilom odvrne pozornost pri učenju, prav tako pa lahko nekatera glasba poveča koncentracijo in zbranost.

4. Več kot 50 % anketirancev ne posluša glasbe med učenjem. **POTRJENA**

To hipotezo sem potrdila, saj sem s pomočjo ankete ugotovila, da malo več kot 50 % vseh anketiranih ne posluša glasbe med učenjem.

5. Več kot 80 % anketirancev meni, da je glasba v življenju pomembna. **POTRJENA**

Tudi zadnjo hipotezo sem potrdila, saj več kot 90 % vseh anketiranih meni, da je glasba v življenju pomembna.

Želim si in upam, da bi vsi spoznali, da **brez glasbe ne moremo – in to je dejstvo!**

9 VIRI IN LITERATURA

Spletni viri:

1. Divjak, S. (2017). Vpliv glasbe na starostnika. Dostopno na: <https://dk.um.si/IzpisGradiva.php?id=64955>. Pridobljeno iz 23.12.2019 ob 18.35 uri.
2. Pehar, M. (brez letnice). Mozartov učinek. Dostopno na: <https://akropola.org/mozartov-ucinek/>. Pridobljeno: 20.12.2012 ob 16.00 uri.
3. T.L.. (2015). Izjemen vpliv glasbe na zdravje. Dostopno na: <https://www.zurnal24.si/magazin/lepota-telo/izjemen-vpliv-glasbe-na-zdravje-244657>. Pridobljeno: 26.12.2019 ob 17.15 uri.
4. Koški, K. (2014). Vpliv glasbe na življenje. Dostopno na: <https://www.preberite.si/vpliv-glasbe-na-zivljenje/> Pridobljeno: 2.1. 2020 ob 14.00 uri.
5. Ulčar, A. (2015). Kritičen pogled na poslušanje glasbe na delovnem mestu. Dostopno na: <https://psihologijadela.com/2015/04/20/kriticen-pogled-na-poslusanje-glasbe-na-delovnem-mestu/>. Pridobljeno: 18.12.2019 ob 19.05 uri.
6. Vpliv glasbe na počutje nosečnice in otroka. Dostopno na: <http://www.zenskisvet.si/psihologija/vpliv-glasbe-na-pocutje-nosecnice-in-otroka.html>. Pridobljeno: 2.1. 2020 ob 16.00 uri
7. Rok, PZ. (2017). Vse kar morate vedeti o vplivu glasbe na vašo produktivnost! Dostopno na: <http://produktiven.si/vse-kar-morate-vedeti-o-vpliva-glasbe-na-vaso-produktivnost/> Pridobljeno: 26.12.2019 ob 18.00 uri.
8. Babič, S. (2019). Poslušanje glasbe med učenjem: da ali ne? Dostopno na: <https://12.si/poslusanje-glasbe-med-ucenjem>. Pridobljeno: 18.12 ob 17.55 uri.
9. Glasba za lažje, hitrejše in učinkovitejše učenje! (2014) Dostopno na: <https://www.tocnoto.si/glasba-za-lazje-hitrejse-in-ucinkovitejse-ucenje/> Pridobljeno: 16.12 ob 16.30 uri.
10. Ali lahko glasba pripomore k učenju jezikov? (2016) Dostopno na: <https://helendoron.si/blog/2016/10/10/ali-lahko-glasba-pripomore-k-ucenju-jezikov/> Pridobljeno: 28.12.2019 ob 18.15 uri.
11. Kušar, P. (2019). Kako s poslušanjem glasbe izboljšati delovno produktivnost? Dostopno na: <https://mladipodjetnik.si/novice-in-dogodki/novice/kako-s->

poslusanjem-glasbe-izboljsati-delovno-produktivnost Pridobljeno: 29.12.2019 ob 15.30 uri.

12. Neža M. (2017). 6 koristi učenja glasbe pri otrocih. Dostopno na: <https://motiviran.si/ucenje-glasbe-pri-otrocih/> Pridobljeno: 28. 12. 2019 ob 17.40 uri.
13. Vrtovec, A. (2016). Zdravilni vplivi zvoka in glasbene terapije na človeka in njegovo delovanje. Dostopno na: <https://dk.um.si/IzpisGradiva.php?id=58650>. Pridobljeno: 26.12.2019 ob 18.45 uri.

10 PRILOGA (anketa in intervju)

ANKETA

Pozdravljeni!

Sem devetošolka in pripravljam raziskovalno nalogo na temo počutja ob glasbi. Prosim, da mi pomagaš pri tej nalogi in rešiš spodnjo anketo. Anketa je anonimna.

Zahvaljujem se za pomoč.

SPOL (obkroži)

Ženski

Moški

STAROST _____

1. Ali igraš kakšen instrument?

a.) Da

b.) Ne

2. Kaj od navedenega najraje počneš in je v povezavi z glasbo?

a.) Plešem

b.) Pojem

c.) Igram inštrument

d.) Poslušam glasbo

3. Katera čustva občutiš ob stiku z glasbo? Možnih je več odgovorov.

a.) Veselje

b.) Žalost

c.) Jezo

d.) _____

4. Zakaj se ukvarjaš z glasbo?

a.) Ker se ob njej dobro počutim

b.) Ker bi rada bila najboljša v vsem

c.) Ker so mi starši tako naročili

d.) _____

5. Ali ti glasba kdaj spremeni čustveno situacijo na bolje?

- a.) Da, vedno
- b.) Da, občasno
- c.) Ne, nikoli

6. Kaj ti glasba predstavlja?

- a.) Sprostitev
- b.) Breme
- c.) Problem
- d.) _____

7. Ali poleg snovi v glasbeni šoli igraš tudi pesmi, ki jih sam želiš?

- a.) Da
- b.) Ne
- c.) Ne igram inštrumenta

8. Kateri inštrument se ti zdi najbolj primeren za spreminjanje počutja na bolje?

9. Ali poslušáš glasbo ob učenju?

- a.) Da
- b.) Ne

10. Katero glasbo najraje poslušáš? Možnih je več odgovorov

- a.) Klasično
- b.) Pop
- c.) Rock
- d.) _____

11. Ali meniš, da je glasba pomembna v življenju posameznika?

- a.) Da
- b.) Ne

Pojasni, izbrani odgovor.

Spoštovana gospa dr. Katarina Habe!

Sem učenka 9. razreda OŠ TABOR I MARIBOR in pripravljam raziskovalno nalogo na temo
BREZ GLASBE NE MOREMO – To je dejstvo! Naprošam Vas za izpolnitev vprašanj.

Hvala za Vašu pomoč.

1. Kako po vašem mnenju vpliva glasba na počutje?
2. Ali ste se že kdaj srečali z izboljšanjem stanja samo s pomočjo glasbe? Na kakšen način?
Če je možno, navedite primer.
3. Ali kdaj svojim učencem pomagata s pomočjo glasbe? Kako?
4. Igranje na kateri inštrument bi po vašem mnenju lahko najhitreje spremenilo počutje neke osebe?

5. Ali mislite, da bi glasba lahko pozitivno pomagala vsem ali samo določenim ljudem?

6. Ali mislite, da ja glasba med učenjem dobra izbira?

7. Ali lahko glasba deluje kot zdravilo za kakšno bolezen? Če lahko, za katero?

8. Zakaj se vam zdi glasba pomembna v življenju posameznika?

