

Autoreferat

1. Imię i nazwisko

Anna Kalarus

Wstęp. Fundament dla postawy badawczej

Rozległość i intensywność wpływu muzyki na różne, często pozornie odległe obszary ludzkiej aktywności, zawsze była dla mnie i w dalszym ciągu pozostaje swoistym fenomenem. Moja kilkunastoletnia edukacja muzyczna, zwieńczona uzyskaniem dyplomu Akademii Muzycznej w Krakowie, umożliwiła mi nabycie niezbędnej wiedzy do naukowej refleksji nad wspomnianym oddziaływaniem. Praca naukowa, którą podjęłam w kolejnym okresie swojej aktywności zawodowej, połączyła światy mi bliskie (choćby z racji wykształcenia), takie jak muzyka i pedagogika, z obszarami, które stały się miejscem moich dodatkowych poszukiwań, czyli z psychologią i socjologią. Ale zarówno moje pierwsze badania naukowe do pracy doktorskiej, jak i kolejne, których przeprowadzenie zaowocowało powstaniem książki wydanej w 2018 roku, nie byłyby możliwe, gdyby nie nabyta wiedza z teorii muzyki.

Aby odpowiedzieć na kluczowe, stawiane sobie pytania z zakresu wpływu muzyki na sferę psychiki człowieka, w szczególności ucznia, materiał muzyczny stosowany w badaniach poddany został wnikliwej analizie i interpretacji. Analiza owa brała pod uwagę, choć w niejednakowym stopniu, różne jakościowo teksty dzieła, tak jak formułuje to Mieczysław Tomaszewski, twórca „Krakowskiej Szkoły Teoretycznej”: muzyczny, dźwiękowy, słuchowy i symboliczny¹. W przypadku obydwu przeze mnie prowadzonych badań eksperymentalnych końcowym efektem było nie tylko potwierdzenie hipotez, ale również utworzenie repertuaru pewnych środków dydaktycznych, pomocnych w pracy nauczyciela. W mojej ocenie stanowić to może dobry przykład połączenia teorii muzyki z praktycznym zastosowaniem w obszarze pedagogiki.

Pragnę wyraźnie zaznaczyć, że refleksja nad dziełem muzycznym tak szeroko obecna w środowisku Akademii Muzycznej w Krakowie i mój z nią kontakt, miała wiodące znaczenie w moich działaniach naukowych. Dzięki edukacji, którą odbyłam pod okiem twórców Krakowskiej Koncepcji Wychowania Muzycznego – profesorów: Zofii Burowskiej, Jerzego Kurcza i Andrzeja Wilka, zostałam uświadomiona i uwrażliwiona na związki między

¹ Por. M. Tomaszewski, *Interpretacja integralna dzieła muzycznego. Rekonesans*, Akademia Muzyczna w Krakowie, Kraków 2000, s. 20.

Anna Kalarus

działem muzycznym a oddziaływaniem społecznym, zwłaszcza w edukacji. Pragnę dodatkowo zaznaczyć, że Akademia Muzyczna w Krakowie – zarówno wówczas jak i obecnie – to miejsce, w którym dochodzi do wzajemnego przenikania Krakowskiej Koncepcji Wychowania Muzycznego z Krakowską Szkołą Teoretyczną. Cytowany już tu Profesor Tomaszewski jest również autorem myśli, która miała istotny wpływ na ukształtowanie się mojej postawy naukowej: „Z jednej strony interpretator dzieła muzycznego – czy określonej twórczości – ma do dyspozycji nie jedną, a dość nawet znaczną ilość wysoce wyspecjalizowanych metod analizy i interpretacji uznanych za przynależne do paradygmatu muzykologii akademickiej. Z drugiej zaś strony coraz częstsze stają się głosy konstatujące niewystarczalność stosowanych w praktyce metod. Niewystarczalność, gdy chodzi o uchwycenie w danym dziele tego, co w nim najbardziej istotne: jego szczególności, odrębności, niepowtarzalności, a także – jego wartości i «artystyczności»”². Pokora i świadomość wspomnianej niewystarczalności w procesie uchwycenia owego zgoła „nieuchwytnego”, tkwiącego w muzyce w naturalny sposób, spłotła w moich pracach aspekt teoretyczny muzyki z jej głęboko humanistycznym przesłaniem. Zaowocowało to próbą praktycznych działań w uczynieniu z przestrzeni szkolnej obszaru o bardziej jak ujmuje to E.T. Hall „d o s p o ł e c z n y m”³ charakterze. Stosując w tym celu między innymi muzykę, kierowałam się sugestią innego badacza Karola Bergera: „żeby dzieło mogło się przed nami odsłonić, musi zostać przeżyte – odkodowane”⁴. Dodałabym jedynie, że nawet wówczas, gdy odbywa się to w sposób czasami nie do końca uświadomiony czy nawet dla odbiorcy zaskakujący.

2. Posiadane dyplomy, stopnie naukowe – z podaniem nazwy, miejsca i roku ich uzyskania oraz tytułu rozprawy doktorskiej wraz z krótkim opisem

05.07.1990 – tytuł magistra sztuki. Akademia Muzyczna w Krakowie. Wydział Wychowania Muzycznego. Temat pracy magisterskiej: *Twórczość fortepianowa Janiny Garści*; praca napisana pod kierunkiem ks. prof. dra hab. Tadeusza Przybylskiego.

11.07.2006 – tytuł naukowy doktora nauk humanistycznych w zakresie pedagogiki. Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy. Wydział Pedagogiki i Psychologii. Temat rozprawy doktorskiej: *Możliwości stymulacji przez muzykę procesu uczenia się dzieci*

² M. Tomaszewski, *W stronę muzykologii humanistycznej w: Muzykologia u progu trzeciego tysiąclecia. Teoria i praktyka*, red. L. Bielawski, J.K. Dadak-Kozicka, A. Leszczyńska, Instytut Sztuki PAN, Akademia Muzyczna im. F. Chopina w Warszawie, Warszawa 2000, s. 17.

³ Por. E. T. Hall, *Ukryty wymiar*, PIW, Warszawa 1978.

⁴ K. Berger, *Potęga smaku. Teoria sztuki*, tłum. A. Tenczyńska, słowo / obraz terytoria, Gdańsk 2008, s. 422.

A. Helen

w młodszym wieku szkolnym; promotor rozprawy: prof. dr Jerzy Kurcz; recenzentki: prof. dr hab. Zofia Konaszkiewicz, prof. dr hab. Ewa Zwolińska.

Przedmiotem rozprawy doktorskiej była możliwość zastosowania muzyki jako akustycznego tła stymulującego proces dydaktyczny u dzieci na etapie wczesnoszkolnym. Zasadniczym celem pracy stała się empiryczna weryfikacja informacji zawartych w literaturze oraz dotychczasowych własnych doświadczeń w odniesieniu do muzyki jako stymulatora procesu uczenia się i nauczania. Badania, stanowiące przedmiot rozprawy doktorskiej, dotyczyły wpływu tła muzycznego na zapamiętywanie oraz kształtowanie postawy twórczej uczniów klasy drugiej szkoły podstawowej. Główna hipoteza badawcza zakładała, że kształtowanie środowiska akustycznego poprzez umieszczenie w nim muzycznego tła, stanowić będzie ważny czynnik stymulujący proces uczenia się- nauczania. Muzyka w tym procesie traktowana była jako specyficzny środek dydaktyczny wpływający na procesy poznawcze i ich kontekst emocjonalny. Aby rozwiązać problemy badawcze i zweryfikować postawione hipotezy, posłużyłam się metodą eksperymentu pedagogicznego oraz metodą sondażu diagnostycznego. Metoda eksperymentu prowadzona była techniką grup równoległych z pomiarem początkowym i końcowym. W większości pozytywnie zweryfikowane hipotezy stanowiły inspirację do podjęcia kolejnych badań. Wykorzystując nabytą wiedzę dotyczącą zawartych w muzyce znaczeń akustycznych, emocjonalnych i estetycznych, zaprojektowałam i przeprowadziłam kolejne badania empiryczne. Ich ostatecznym efektem, wykorzystującym między innymi różne rodzaje muzycznych aktywności, opisanych w pkt.4., było stworzenie autorskiego „programu antystresowego” dedykowanego uczniom szkół podstawowych.

3. Informacje o dotychczasowym zatrudnieniu

3.1. Zatrudnienie w jednostkach naukowo-dydaktycznych

Od 2005 roku do chwili obecnej jestem zatrudniona w Akademii Muzycznej w Krakowie, od 2007 roku na stanowisku adiunkta na Wydziale Twórczości, Interpretacji i Edukacji Muzycznej w Instytucie Dyrygentury Chóralnej, Edukacji Muzycznej i Rytmiki, w Katedrze Badań Muzyczno-Edukacyjnych. Powierzono mi prowadzenie zajęć metodycznych z zakresu edukacji muzycznej. Prowadzę też seminarium pracy dyplomowej oraz zajęcia z metodologii pracy licencjackiej. Jest to moje podstawowe miejsce pracy. Od 2012 roku jestem członkiem Rady Wydziału. W 2015 roku zostałam opiekunem pedagogicznych praktyk studenckich i nadal pełnię tę funkcję. Od 2006 roku pod moją opieką naukową działa Koło Naukowe Studentów Edukacji Artystycznej Szkolnej.

3.1. Zatrudnienie w jednostkach dydaktycznych

Od 1984 r. do teraz nauczyciel kształcenia słuchu w Państwowej Szkole Muzycznej I st. im. M.K. Ogińskiego w Miechowie, wcześniej nauczyciel gry na fortepianie, akompaniator oraz prowadząca zajęcia z rytmiki i kształcenia słuchu. Od 2007 r. jestem nauczycielem dyplomowanym, jest to moje drugie miejsce zatrudnienia. Obecnie pełnię funkcję opiekuna sekcji przedmiotów ogólnomuzycznych.

1994-2004: dyrektor do spraw pedagogicznych, nauczyciel kształcenia słuchu, dyrygent chóralki w Szkole Wokalno-Aktorskiej w Krakowie.

1991-1994: nauczyciel muzyki w Szkole Podstawowej nr 28 w Krakowie.

1990-1991: nauczyciel gry na fortepianie i akompaniator w Szkole Muzycznej I st. im. B. Rutkowskiego w Krakowie.

4. Wskazanie osiągnięcia wynikającego z art.16 ust.2 ustawy z dnia 14 marca 2003 r. o stopniach naukowych i tytule naukowym oraz stopniach i tytule w zakresie sztuki (Dz. U.nr 65. Poz.596 ze zm.)

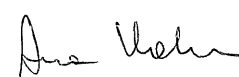
4.1. Tytuł osiągnięcia naukowego:

Anna Kalarus, *Muzyczne działania percepcyjno- zabawowo- twórcze jako formy aktywności prewencyjnej wobec szkolnego stresu uczniów szkół podstawowych*, Wydawnictwo Akademii Muzycznej w Krakowie, Kraków 2018, ISBN 978-83-62743-84-1, liczba stron: 388.

4.2. Omówienie celu naukowego pracy i osiągniętych wyników wraz z omówieniem ich ewentualnego wykorzystania

4.2.1. Wprowadzenie – uzasadnienie badań

Problematyka stresu w świadomości pedagogów, uczniów, ich rodziców i wszystkich osób odpowiedzialnych za kształt edukacji jest obecna od samego początku zaistnienia owego terminu w przestrzeni społecznej. Również w moim przypadku – pedagoga i muzyka doświadczającego dyskomfortu, związanego z publiczną ekspozycją i weryfikacją nabytych umiejętności oraz wiedzy – niejednokrotnie pojawiała się refleksja dotycząca owej tematyki. W trakcie rozwoju naukowego, a zwłaszcza z chwilą zgromadzenia niezbędnej wiedzy do napisania pracy doktorskiej, uznałam za celowe i możliwe rozpoczęcie poszukiwań, w których muzykę nie tylko w zakresie jej percepcji, ale również twórczego opracowania i powiązania z różnymi aktywnościami ucznia można zastosować w działaniach ograniczających negatywne skutki stresu w środowisku szkolnym.



Termin *stress*, dodatkowo opatrzony przymiotnikiem „szkolny”, od połowy lat pięćdziesiątych ubiegłego stulecia jest bodaj najczęściej używanym określeniem psychologicznym w przestrzeni edukacyjnej. Od czasu, gdy do obiegu społecznego wprowadził go jego twórca Hans Selye, trudno bowiem znaleźć miejsce równie reprezentatywne i dobrze nadające się do naukowej refleksji nad zjawiskiem określanym tym mianem, jak właśnie szeroko rozumiane *środo-wi-sko-szko-lne*. Pojęcie stresu można rozumieć w różny sposób, ale w pracy ograniczam się do negatywnych jego symptomów: objawy mogą być takie same jak objawy lęku. Takie podejście w badaniach przyjęli Stanisław Korczyński i Arne Öhman, stwierdzając, że lęk jest emanacją stresu, jest jego symptomem⁵. Z drugiej strony stres może stanowić kontekst sytuacyjny dla lęku, przybierając formę jego podwyższonego poziomu⁶. To właśnie w szkole mamy do czynienia z sytuacją permanentnego oceniania, konfrontacji i pojawiania się trudnych momentów, w których poczucie lęku, zagrożenia i trudnych do sprostania wyzwań staje się powszechne. Wśród części pedagogów, zwłaszcza tej świadomej możliwych konsekwencji wywołanych stresem w postaci między innymi nerwic, stanów depresyjnych czy agresji wśród uczniów, obecna jest chęć poznania i modelowania zjawiska. Początkowo w diagnozach, analizach teoretycznych i próbach praktycznego działania dominowały hasła „walki ze stresem”. Z czasem, w miarę rozwoju zainteresowania zjawiskiem stresu przez nauki psychologiczne, dostarczono środowisku pedagogicznemu argumentów za spojrzeniem nieco odmiennym. Perspektywa, w jakiej umieszczono stres, wskazywała na potrzebę jego ograniczania, a nie eliminacji. Opisane w literaturze przykłady praktyk pedagogicznych, bazujących na zdobyczach psychologii i nauk pokrewnych, wskazują na coraz częstsze próby podejmowania działań o charakterze profilaktycznym, prewencyjnym względem szkolnego stresu.

Określenie *prewencji* a często kojarzone było z praktykami zapobiegawczymi patologiom społecznym, coraz częściej jednak używane jest w psychologii i pedagogice. Podjęte przeze mnie działania zarówno w teorii, jak i w zakresie przeprowadzonych badań empirycznych i ich konceptualizacji, przenoszą ten punkt widzenia na próby modelowania stresu w środowisku szkolnym w oparciu o *muzykę*, rozumianą zarówno jako absolut, jak i szkolny przedmiot. Zwrócenie uwagi na *audiosferę*, jej rolę w harmonijnym życiu człowieka oraz w modelowaniu szkolnego stresu – to oś poszukiwań. Należy dodać, że ponieważ czynione jest

⁵ Por. S. Korczyński, *Stres w środowisku edukacyjnym młodzieży*, Difin, Warszawa 2015, s. 49.

⁶ Por. A. Öhman, *Strach i lęk z perspektywy ewolucyjnej...*, s. 678.



to z perspektywy osoby będącej jednocześnie pedagogiem i muzykiem, praca posiada, zgodnie z intencją autorki, walor interdyscyplinarny.

4.2.2. Cele badań

Rozważania teoretyczne, własne doświadczenia i obserwacje skłoniły mnie do zaprojektowania badań, w których zastosowanie wybranych form muzycznych aktywności na lekcjach *muzyki*, mogłoby stanowić prewencję wobec szkolnego stresu u uczniów klas piątych szkoły podstawowej. Przedmiotem badań stały się „zaprogramowane” treści i działania percepcyjno-zabawowo-twórcze na lekcjach *muzyki* w rzeczonyj klasie.

→ Celem badań eksperymentalnych było wykazanie czy i w jakim stopniu zaplanowane działania przyczynią się do obniżenia, optymalizacji oraz prewencji stresu szkolnego, poprzez zastosowanie różnorodnych rodzajów aktywności muzycznej.

→ Cel poznawczy dotyczył poznania efektów muzycznych działań prewencyjnych wobec stresu szkolnego.

→ Cel teoretyczny obejmował wzbogacenie wiedzy teoretycznej dotyczącej prewencji wobec stresu szkolnego, zapoznanie się z dorobkiem naukowym (teorie, literatura, badania).

→ Celem praktycznym było przeprowadzenie badań empirycznych i opracowanie rozwiązań zmierzających do ograniczenia poziomu stresu u uczniów oraz próba stworzenia swoistego środka dydaktycznego z szeroko pojmowanej muzyki do wykorzystania przez innych pedagogów.

4.2.3. Problematyka badań

Problem główny został zawarty w pytaniu: „Jakie znaczenie mają muzyczne działania percepcyjno-zabawowo-twórcze w prewencji szkolnego stresu u uczniów klas piątych szkoły podstawowej?”. Zgodnie z procedurami, przyjętymi w metodologii badań, a także w wyniku analizy literatury została postawiona hipoteza główna i sformułowane hipotezy szczegółowe. Hipoteza główna brzmi następująco: „zakłada się, że muzyczne gry i zabawy oraz zadania twórcze poprzedzone słuchaniem muzyki (muzycznym sygnałem) warunkują optymalizację poziomu pobudzenia uczniów w sytuacjach stresowych wywołanych testami, sprawdzianami oraz ekspozycją społeczną i tym samym obniżają poziom stresu szkolnego u uczniów”⁷.

⁷ A. Kalarus, *Muzyczne działania percepcyjno-zabawowo-twórcze jako formy aktywności prewencyjnej wobec szkolnego stresu uczniów szkół podstawowych*, Akademia Muzyczna w Krakowie, Kraków 2018, s.190.

Ana Kolar

4.3. Zmienne i wskaźniki empiryczne

W przeprowadzonych badaniach wyłoniono zmienną niezależną, którą stanowiły zabawy i gry muzyczne oraz działania twórcze poprzedzone percepcją muzyki, występujące na lekcjach *muzyki* w stałym układzie [P-Z-T]. Za podstawę przyjęto: kryterium wyboru i doboru utworów muzycznych; kryterium wyboru gier i zabaw muzycznych; kryterium doboru zadań z improwizacji muzycznej swobodnej i kierowanej.

Zmiennymi zależnymi były efekty w postaci zapobiegania, obniżenia, stresu szkolnego poprzez stosowanie muzycznych działań percepcyjno-zabawowo-twórczych na lekcjach. Wśród wskaźników znalazły się: poziom lęku wyrażony stopniem pobudzenia emocjonalnego, stopień redukcji poziomu stresu – lęk jako stan; poziom lęku jako cechy, optymalizacja wyników testu *Ja i moja szkoła*, w tym: poziom lęku szkolnego, motywacja do nauki szkolnej oraz optymalizacja wyników testu kompetencyjnego.

4.4. Metody, techniki i narzędzia badawcze

W celu poznania odpowiedzi na postawione pytania badawcze, zastosowałam metodę naturalnego eksperymentu pedagogicznego oraz metodę sondażu diagnostycznego⁸. Eksperyment przeprowadziłam za pomocą techniki grup równoległych z pomiarem początkowym i końcowym, według kanonu jedynej różnicy, który odnosił się do zjawisk muzycznych. Zarówno w grupie kontrolnej, jak i eksperymentalnej występowała zgodność widoczna w sferze samej muzyki, świata dźwięku. Różnica między grupami polegała na tym, że w grupie kontrolnej wystąpiła dowolność w doborze repertuaru muzycznego, a w grupie eksperymentalnej dokonano wyboru utworów muzycznych przeznaczonych do słuchania, dobrano zabawy i gry muzyczne oraz ćwiczenia twórcze, uwzględniając wiek i kompetencje muzyczne uczniów. W grupie eksperymentalnej ważnym czynnikiem było zachowanie kolejności stosowania wybranych rodzajów aktywności muzycznej – odbywały się one zawsze w tym samym układzie.

W badaniach wykorzystywałam technikę pomiaru poziomu *Lęku jako cechy* i *Lęku jako stan* oraz pomiaru lęku szkolnego i motywacji do nauki. Zastosowałam pomiar dydaktyczny, ankietę, obserwacje oraz wywiad. Narzędzia badawcze, przy pomocy których podjęłam próbę oceny skuteczności oddziaływania czynnika eksperymentalnego na zmniejszenie stresu szkolnego, to:

⁸T. Pilch, T. Bauman, *Zasady badań pedagogicznych, Strategie ilościowe i jakościowe*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa, 2001, s. 71-82.

Ana Holu

kwestionariusze testów *Lęk jako cecha* i *Lęk jako stan* C.D. Spielbergera; kwestionariusz testu *Ja i moja szkoła* E. Zwierzyńskiej; arkusz odpowiedzi *Sprawdzian szóstoklasisty. Testy egzaminacyjne* E. Oczkoś i A. Nożyńskiej-Demianiuk (dwa testy); kwestionariusz ankiety *Poziom akceptacji lekcji muzyki w klasach eksperymentalnych*; kwestionariusz wywiadu z nauczycielem przedmiotu *muzyka*; arkusze obserwacji lekcji.

4.5. Przebieg badań:

Badania empiryczne nad zastosowaniem różnych muzycznych rodzajów aktywności prewencyjnych wobec stresu szkolnego przeprowadziłam w latach 2012-2014 w pięciu szkołach podstawowych na terenie Krakowa. Badaniami swym zasięgiem obejmowały 310 uczniów klas piątych. W pomiarze początkowym, przed wprowadzeniem czynnika eksperymentalnego w pierwszej kolejności zastosowałam Test *Lęku jako cecha* C.D. Spielbergera oraz test *Ja i moja szkoła* E. Zwierzyńskiej. Następnym krokiem było dwukrotne przeprowadzenie testu Spielbergera *Lęk jako stan* bezpośrednio przed i tuż po teście kompetencji. Następnie dokonałam podziału na klasy kontrolne i eksperymentalne. W klasach kontrolnych lekcje muzyki prowadzone były przez nauczyciela przedmiotu. W klasach eksperymentalnych pierwsza część lekcji muzyki z zastosowaniem czynnika eksperymentalnego prowadzona była przez mnie (z wyjątkiem jednej ze szkół, gdzie część eksperymentalną prowadził nauczyciel według moich konspektów). Dalszą część lekcji realizował nauczyciel przedmiotu.

Zajęcia z przedmiotu *muzyka* w grupach eksperymentalnych miały następujący przebieg: lekcję rozpoczynało słuchanie muzyki. Przy użyciu sprzętu audio prezentowano specjalnie dobraną muzykę artystyczną, na którą składało się pięć płynnie połączonych fragmentów utworów muzyki artystycznej z różnych epok, mających różne tempo i odmienne ładunki emocjonalne. W kilku przykładach udało się zachować tę samą tonację utworu, w odbiorze tworzyły całość. Kompozycje o różnym charakterze były ułożone naprzemiennie. Po wysłuchaniu muzyki z „płyty sygnałowej”, trwającej pięć minut, na każdej lekcji stosowałam z a b a w ę lub g r ę m u z y c z n ą, dostosowaną do wieku uczniów. Na kolejny element lekcji składały się m u z y c z n e ć w i c z e n i a t w ó r c z e, z uwzględnieniem improwizacji w zakresie rytmiki, melodyki, dynamiki, artykulacji, agogiki oraz tekstu słownego.

Po zakończeniu eksperymentalnej części nauczyciel przedmiotu prowadził drugą część lekcji, realizując program nauczania. Niejednokrotnie dalsza część lekcji była inspirowana poprzednią, jak na przykład słuchanie w całości utworów z „płyty sygnałowej” czy

Ana Uola

prezentowanie wiadomości o kompozytorach z nawiązaniem do epok, w których tworzyli. Po ośmiu miesiącach lekcji z udziałem czynnika eksperymentalnego zostały przeprowadzone badania końcowe z zachowaniem takich samych procedur jak w przypadku badań początkowych. Różnicę stanowiła treść testu kompetencyjnego oraz fakt, że przed testem *Lęku jako stan* Spielbergera w klasach eksperymentalnych zaprezentowano muzykę z „płyty sygnałowej”, która na każdej lekcji była zapowiedzią zabawy. Strategię tę zastosowano w celu przywołania przyjemnych odczuć kojarzonych przez uczniów z zabawą i grą muzyczną.

- Wnioski z badań

Przeprowadzone badania eksperymentalne potwierdziły hipotezę główną i w większości hipotezy szczegółowe. Opisane badania eksperymentalne, inspirowane własnymi doświadczeniami i częściowo przytoczoną literaturą pokazały, że w ramach przedmiotu *muzyka* istnieje dogodna przestrzeń do wdrażania działań o charakterze prewencyjnym względem szkolnego stresu. Analizując wyniki testu *Lęk jako stan* uzyskane w badaniu 1. i w badaniu 2., które to pomiary zostały przeprowadzone bezpośrednio przed testem kompetencji, można zauważyć znacząco niższy poziom lęku wykazany w teście w klasach eksperymentalnych w porównaniu z klasami kontrolnymi. Wynik ten różni się o 13,97 pkt, jest istotny statystycznie, to silny i znaczący efekt, pozwalający na przypuszczenie, że czynnik eksperymentalny odegrał dominującą rolę w obniżeniu lęku jako stan w sytuacji bezpośredniego kontaktu z czynnikiem stresogennym (rozwiązywaniem zadań szkolnych podczas testów).

Co ważne, zastosowanie czynnika eksperymentalnego nie przeszkodziło również w realizacji podstawy programowej tego przedmiotu. Należy podkreślić, że dodatkowym efektem działań prewencyjnych stało się odkrycie zdolności oraz rozwijanie i doskonalenie umiejętności z zakresu improwizacji muzycznej, kreatywności i twórczości. Można przypuszczać, że w drodze transferu przynosić mogło to pozytywne skutki również w innych obszarach uczniowskiej aktywności. Dodatkową ważną przesłanką potwierdzającą poprawność przyjętej koncepcji były opinie nauczycieli, wedle których uczniowie z dużym zaangażowaniem brali udział w proponowanych grach i zabawach muzycznych. Dostarczały im one nie tylko rozrywki, ale dzięki wielokrotnemu powtarzaniu wybranych elementów przyczyniały się do utrwalania materiału z zakresu przedmiotu *muzyka*. Eksperyment widziany z perspektywy opisanych w pracy teoretycznych modeli stresu dokonał również wzmocnienia zasobów

Justyna Koko

osobistych ucznia, rozwinął jego kompetencje w zakresie pracy w grupie i w oswojaniu z sytuacją ekspozycji społecznej.

Ostatecznie działania percepcyjno-zabawowo-twórcze, wraz z zaprojektowanymi czasowymi związkami przyczynowo- skutkowymi, pokazały możliwość stworzenia narzędzi do skutecznej poprawy komfortu funkcjonowania ucznia w warunkach szkolnego stresu. Żywię nadzieję, że będzie to inspiracją do dalszych poszukiwań w tym zakresie.

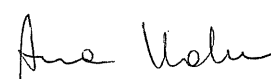
5. Omówienie pozostałych osiągnięć naukowych

5.1. Wybrane publikacje

Od roku 2006, czyli po uzyskaniu stopnia doktora, moja praca naukowa koncentrowała się wokół trzech obszarów. Ogólnym wynikiem moich działań naukowych jest 15 opublikowanych artykułów w języku polskim oraz 3 w języku angielskim.

(1) Pierwszy obszar dotyczył zagadnień związanych z tematyką stresu szkolnego i jego ograniczenia przy pomocy muzycznych aktywności. Teksty powstawały w trakcie konceptualizacji badań, studiowania i analizowania literatury przedmiotu, a jednym z pierwszych był artykuł: Anna Kalarus, 2015, *Specyficzny sposób wykorzystania muzycznych działań percepcyjno- zabawowo-twórczych jako formy prewencyjnej wobec stresu szkolnego*, [w:] redakcja Barbara Kurowska, Kinga Łapot- Dzierwa, *Kultura-Sztuka- Edukacja*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie, Kraków. W kolejnych artykułach zawarłam wstępne wyniki badań – głównie jakościowych, między innymi w publikacji Anna Kalarus, 2014, *Anti-stress musical training in primary schools*, [w:] redakcja Tatiana Senko, *Psychologiczno-pedagogiczne wsparcie rozwoju dzieci i młodzieży*, Wydawnictwo Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej, Nowy Sącz. Ostatnim przed powstaniem dysertacji habilitacyjnej był artykuł opublikowany w Chorwacji, który zawiera wybrane ilościowe wyniki badań: Anna. Kalarus, 2015, *When can music lesson become a hidden anti-stress program?* [w:] redakcja Vito Balic, Davorka Radica, *Synthesis of Traditional and Modern in Musical Education of the 21 st Century*, University of Split, The Arts Academy, Split.

(2) Drugi obszar, jakim się zajmuję, to edukacja muzyczna w naszym kraju. Jako studentka Akademii Muzycznej w Krakowie zostałam zaznajomiona z teoretycznymi podstawami Krakowskiej Koncepcji Wychowania Muzycznego, wiedzę tę przekazywali mi jej twórcy. O skuteczności koncepcji mogłam się przekonać, podejmując pracę zawodową w szkolnictwie



ogólnokształcącym. Wiedza teoretyczna poparta praktycznym doświadczeniem była podstawą do stworzenia następujących artykułów: Anna Kalarus, 2009, *W poszukiwaniu skutecznych koncepcji kształcenia muzycznego dzieci*, [w:] redakcja Zdzisława Załona, *Refleksje nad jakością pracy szkoły*, Wydawnictwo Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej, Nowy Sącz. Innym, stworzonym wspólnie z dr Gabriellą K. Konkol, w którym przedstawiamy krakowską koncepcję w nawiązaniu do tradycji nauczania śpiewu i muzyki w naszym kraju, poruszając tematykę współczesnej edukacji muzycznej, jest artykuł: Anna Kalarus, Gabriela K. Konkol, *Music education in Poland in the historical aspect and the present day* Hungarian Educational Research Journal, 7(3), 717, DOI:10.14413/HERJ/7/3/2; <http://herj.lib.unideb.hu/megielent/html/5a1c094461643>. Do obszaru drugiego włączam również artykuł, który powstał w wyniku przeprowadzonych prac badawczych przez Katedrę Badań Muzyczno-Edukacyjnych Akademii Muzycznej w Krakowie, w których brałam czynny udział, Anna Kalarus, 2009, *Specyfika zatrudnienia absolwentów kierunku edukacja artystyczna na przykładzie Akademii Muzycznej w Krakowie*, [w:] red. Andrzej Michalski, *I Konwencja Pedagogiki Muzyki. Cechy Aksjologia Systematyka*, tom I, Wydawnictwo Athenae Gedanenses, Gdańsk.

Kolejny artykuł, w którym zawarte są wyniki badań przeprowadzonych w wybranych szkołach podstawowych i gimnazjach na terenie Krakowa, dotyczy problemu muzycznych preferencji dzieci i młodzieży. Badania pod moją opieką naukową przeprowadzili studenci koła naukowego: Anna Kalarus, 2015, *Muzyczne preferencje dzieci i młodzieży w świetle badań przeprowadzonych w wybranych szkołach podstawowych i gimnazjach na terenie Krakowa*, [w:] redakcja Gabriela K. Konkol, *Zagadnienia edukacji muzycznej*, Wydawnictwo Athenae Gedanenses, Gdańsk. Ostatnim z drugiego obszaru tematycznego jest artykuł: Anna Kalarus, 2014, *Typy relacji Mistrz-Uczeń. Oczekiwania studentów. Raport z badań pilotażowych w Akademii Muzycznej w Krakowie*, [w:] redakcja G.E. Kwiatkowska i J. Posłuszna, *Relacja mistrz- uczeń. Rozważania z perspektywy psychologii muzyki*, Wydawnictwo Aureus, Kraków. Jest on próbą udzielenia odpowiedzi na pytanie: jakie typy relacji między nauczycielem a uczniem są oczekiwane przez studentów? Czy w dobie rewolucyjnych zmian zachodzących w dziedzinie komunikacji autorytet nauczyciela jest tak samo istotny jak kiedyś? W przyszłości planuję pogłębienie rozszerzenie badań z uwzględnieniem innych artystycznych i nieartystycznych uczelni, być może uda się odnaleźć odpowiedź na nurtujące pytania zadawane z perspektywy nauczyciela akademickiego artystycznej uczelni.

Anna Kalarus

(3) Na trzeci obszar składa się 5 publikacji z zakresu rozwoju kreatywności dzieci, stymulowanej muzyką:

Anna Kalarus, 2008, *Muzyka jako tło akustyczne w nauczaniu wczesnoszkolnym*, [w:] redakcja R. Gozdecka, M. Grusiewicz, *Współczesne oblicza edukacji muzycznej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin.

Anna Kalarus, 2008, *Tło muzyczne w klasie jako środek dydaktyczny wspomagający osiągnięcia szkolne dzieci*, [w:] redakcja B. Muchacka, R. Ławrowska, *Kultura, aktywność artystyczna dziecka*, Akademia Pedagogiczna, Kraków.

Anna Kalarus, 2007, *Muzyka jako element środowiska dydaktycznego, stymulujący działania twórcze uczniów kl. II Szkoły Podstawowej (omówienie wyników eksperymentu)*, [w:] redakcja E.A. Zwolińska, *Twórcze aspekty edukacji*, Uniwersytet Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz.

Anna Kalarus, 2007, *Wpływ muzyki na niektóre niemuzyczne zdolności dzieci*, [w:] redakcja W.A. Sacher, *Obszary badań naukowych w edukacji artystycznej*. Wyższa Szkoła Administracji, Bielsko- Biała.

Anna Kalarus, 2006, *Akustyka środowiska dydaktycznego jako stymulator kreatywności dziecka*, [w:] redakcja B. Muchacka, J. Kurcz, *Wspieranie dziecięcej Kreatywności*, PWSZ, Nowy Sącz.

Większość wymienionych publikacji łączy zagadnienia dotyczące teorii muzyki, zwłaszcza w zakresie doboru materiału muzycznego, z pedagogiką, estetyką, kulturą i psychologią.

5.2. Wygłoszone referaty na konferencjach

Po uzyskaniu stopnia doktora wystąpiłam na:

→ Dziesięciu konferencjach międzynarodowych organizowanych przez: Wyższą Szkołę Zawodową w Nowym Sączu, Akademię Muzyczną im. Stanisława Moniuszki w Gdańsku, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie, Akademię Ignatianum w Krakowie, Akademię Muzyczną w Krakowie, Uniwersytet Muzyczny Fryderyka Chopina w Warszawie, Uniwersytet Jagielloński w Krakowie, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach.

→ Jedenastu konferencjach ogólnopolskich organizowanych przez: Akademię Muzyczną im. Stanisława Moniuszki w Gdańsku, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie, Uniwersytet Muzyczny Fryderyka Chopina w Warszawie, Akademię Ignatianum w Krakowie, Akademię Muzyczną w Krakowie, Wyższą Szkołę Administracji w Bielsku-Białej, Akademię Muzyczną im. Grażyny i Kiejstuta Bacewiczów w Łodzi.

Tytuły wystąpień znajdują się w załączniku 4.

Anna Kalarus

→ Czterech konferencjach zagranicznych: 4th International Symposium of Music pedagogues, University of Split, Split (Chorwacja), (2015), referat: *When can music lesson become a hidden anti-stress program?*; 13th International Conference on: Excellence, Innovation, & Creativity in Basic-Higher Education & Psychology, ICIE RIJEKA 2016, Rijeka/Chorwacja 2016, referat (wspólnie z dr G.K. Konkol) *Creativity in Zofia Burowska's Concept and its Implementation into School*; 15th International Conference on: Excellence, Innovation, & Creativity in Basic-Higher Education & Psychology, ICIE LISBON 2017, Lizbona/Portugalia 2017; referat (wspólnie z dr G.K. Konkol): *The Innovativeness of the Cracow Concept of Musical Education – the Genesis and Contemporary Application*; Conference Celebrating the 50th Anniversary of Music Teacher, The Faculty of Music, University of Debrecen, Debrecen/Węgry 2017; referat: (wspólnie z dr G.K. Konkol) *The Cracow Concept of Musical Education – the Idea and Practice in Poland*.

Udział w konferencjach naukowych był okazją do skonfrontowania własnych przemyśleń z refleksją wielu autorytetów naukowych, reprezentujących rozmaite perspektywy i postawy badawcze.

5.3. Działalność artystyczna i popularyzująca muzykę

5.3.1. Koncerty edukacyjne dla dzieci

Od 2006 roku sprawuję opiekę nad Kołem Naukowym Studentów Edukacji Szkolnej. Jednym z najważniejszych obszarów jego działalności organizacja koncertów edukacyjnych dla dzieci, które odbywają się regularnie od początku istnienia koła. Odbiorcami muzyki są uczniowie z klas 1-3 szkół podstawowych z Krakowa i okolic.

Cele tych koncertów można określić następująco:

- Aspekt pedeutologiczny - nabywanie wiedzy przez studentów i doskonalenie ich umiejętności w następujących zakresach:
 - tworzenie scenariuszy koncertów z uwzględnieniem wieku odbiorców,
 - organizacja widowni, wykonawców,
 - tworzenie scenografii, przygotowywanie kostiumów, rekwizytów, prezentacji multimedialnej,
 - przygotowanie programu artystycznego,
 - czynny udział studentów w charakterze wykonawców muzyki, konferansjerów, aktorów, nauczycieli (każdy koncert posiada element edukacyjny).

Anna Uolcu

Każdy z koncertów podczas zebrań koła jest szczegółowo omawiany, analizowana jest reakcja i zachowanie dzieci podczas koncertów a wysnute wnioski brane są pod uwagę w tworzeniu kolejnego scenariusza koncertu.

● Upowszechnianie muzyki artystycznej wśród dzieci – uczniów szkół podstawowych z Krakowa i okolic. Ważnym elementem koncertów jest:

- odbiór muzyki na żywo,
- starania o najwyższy poziom wykonawczy,
- integracja muzyki z innymi dziedzinami nauki,
- dbałość o atrakcyjny przekaz (z wykorzystaniem multimediiów),
- uprzystępnianie muzyki odbiorcom: koncerty posiadają fabułę.

● Współpraca z innymi uczelniami i placówkami kulturalno- oświatowymi poprzez gościnne występy studentów i uczniów.

W październiku 2018 r. został zrealizowany projekt: *Muzyczne echa Ojczyzny* przy współpracy Akademii Muzycznej w Krakowie ze Stowarzyszeniem „Pokolenie”. Projekt obejmował przygotowanie i prezentację koncertów edukacyjnych oraz warsztatów tanecznych dla uczniów szkół podstawowych, uczących się języka polskiego. Koncerty odbyły się w Ivano-Frankivsku i w Kosowie (Ukraina), prezentację polskiej muzyki połączono z doskonaleniem języka polskiego.

Do 2018 roku w koncertach edukacyjnych wzięło udział ok. 3200 dzieci, od których otrzymujemy wiele dowodów wdzięczności, a jednym z nich jest chęć ponownego udziału w spotkaniu z muzyką.

5.3.2. Prowadzenie koncertów promocyjnych dla dzieci

Od kilkunastu lat prowadzę koncerty promocyjne dla dzieci, które są dedykowane młodym odbiorcom- uczniom szkół podstawowych i przedszkoli, usytuowanych na terenie miasta i gminy Miechów. Podczas koncertów promujemy muzykę artystyczną, zachęcając dzieci do kształcenia w Państwowej Szkole Muzycznej I stopnia im. M. K. Ogińskiego w Miechowie.

5.4. Osiągnięcia dydaktyczno- artystyczne w zakresie nauczania przedmiotu kształcenie słuchu uczniów PSM I st. w Miechowie:

1. 2006 r. I miejsce w IV Regionalnym Konkursie Czytania Nut Głosem dla uczniów szkół muzycznych I stopnia, organizowanym przez Centrum Edukacji Artystycznej, Zespół Szkół Muzycznych im. M. Karłowicza w Krakowie
2. 2007 r. II miejsce w VI Regionalnym Konkursie Kształcenia Słuchu dla uczniów szkół muzycznych I stopnia, organizowanym przez Centrum Edukacji Artystycznej, Zespół Szkół Muzycznych im. M. Karłowicza w Krakowie

Ana Uola

3. 2008 r. II miejsce w VII Regionalnym Konkursie Kształcenia Słuchu dla uczniów szkół muzycznych I stopnia, organizowanym przez Centrum Edukacji Artystycznej, Zespół Szkół Muzycznych im. M. Karłowicza w Krakowie
4. 2009 r. III miejsce w VI Regionalnym Konkursie Czytania Nut Głosem dla uczniów szkół muzycznych I stopnia, organizowanym przez Centrum Edukacji Artystycznej, Zespół Szkół Muzycznych im. M. Karłowicza w Krakowie
5. 2010 r. I miejsce w VII Regionalnym Konkursie Czytania Nut Głosem dla uczniów szkół muzycznych I stopnia, organizowanym przez Centrum Edukacji Artystycznej, Zespół Szkół Muzycznych im. M. Karłowicza w Krakowie
6. 2012 r. III miejsce w IX Regionalnym Konkursie Czytania Nut Głosem dla uczniów szkół muzycznych I stopnia, organizowanym przez Centrum Edukacji Artystycznej, Zespół Szkół Muzycznych im. M. Karłowicza w Krakowie
7. 2012 r. III miejsce w XI Regionalnym Konkursie Kształcenia Słuchu dla uczniów szkół muzycznych I stopnia, organizowanym przez Centrum Edukacji Artystycznej, Zespół Szkół Muzycznych im. M. Karłowicza w Krakowie
8. 2013 r. I miejsce w X Regionalnym Konkursie Czytania Nut Głosem dla uczniów szkół muzycznych I stopnia, organizowanym przez Centrum Edukacji Artystycznej, Zespół Szkół Muzycznych im. M. Karłowicza w Krakowie
9. 2014 r. I miejsce w XIII Regionalnym Konkursie Kształcenia Słuchu dla uczniów szkół muzycznych I stopnia, organizowanym przez Centrum Edukacji Artystycznej, Zespół Szkół Muzycznych im. M. Karłowicza w Krakowie.

5.5. Projekty badawcze

Obecnie jestem zaangażowana w trzech projektach badawczych. Pierwszy z nich dotyczy wdrożenia izraelskiej metody słuchania muzyki w szkolnictwie ogólnokształcącym w naszym kraju. W drugim projekcie planowane jest sprawdzenie odbioru muzyki przez dzieci i młodzież podczas koncertów organizowanych przez instytucje upowszechniające muzykę. Trzeci projekt związany jest z wypracowaniem nowego modelu kształcenia nauczycieli muzyki w Akademii Muzycznej w Krakowie.

5.5.1. *Muzyczne lustro (Musical mirrors)* Veroniki Cohen – możliwości wdrożeniowe metody w aspekcie emocjonalno-poznawczym w Polsce, 2017-2019, kierownik projektu: prof. Veronika Cohen (Jerusalem Academy of Music and Dance), projekt realizowany przez Wydział Muzyki Jeruzolimskiej Akademii Muzyki i Tańca (Izrael), Katedrę Badań Muzyczno-Edukacyjnych Akademii Muzycznej w Krakowie oraz Katedrę Pedagogiki Muzyki Akademii Muzycznej w Gdańsku, koordynacja projektu z ramienia Akademii Muzycznej w Krakowie, szkolenia (warsztaty) dla nauczycieli, analiza wprowadzania metody w Polsce, nadzór nad przebiegiem badań oraz statystyczne opracowanie wyników.

5.5.2. *Forms of Communicating Music to a Young Audience: A Comparative Approach*, 2017-2019, kierownik projektu: dr. Andreas Bernhofer, Universität Mozarteum/Austria, wybór placówki edukacyjnej, opracowanie harmonogramu badań i nadzór nad ich przebiegiem, statystyczne opracowanie wyników badań.

5.5.3. Udział w projekcie: *Nowy model kształcenia nauczycieli muzyki w Akademii Muzycznej w Krakowie* członek zespołu. W konkursie przeprowadzonym przez Narodowe Centrum Badań



i Rozwoju (NR POWZ 03.01.00-IP 08-00- PKN/ 18) zespół kierowany przez prof. dr hab. Jana Jazownika uzyskał najwyższą liczbę punktów (112). Realizacja projektu planowana jest od 1 stycznia 2019 do 31 grudnia 2023 roku. Finansowany będzie przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju.

„Niech przyjdzie «Pani od muzyki», inaczej nie zejde!” – to żądanie wypowiedziane w roku 1991 przez ucznia, stojącego w zimowe przedpołudnie na parapecie okiennym krakowskiej szkoły podstawowej, z zamiarem wyskoczenia, stało się wstępem do epizodu, który dał początek moim zainteresowaniom, czego efektem jest zarówno praca doktorska, jak i istotna część wyżej opisanych naukowych działań. Przywołana szkoła była wówczas miejscem wyjątkowo trudnym. Dla mnie, jako młodej nauczycielki, oznaczała konfrontację ze światem całkowicie obcym, niezwykle kontrastującym nie tylko z dotychczasowym doświadczeniem, ale również z równoległym miejscem pracy w szkole muzycznej I st., gdzie uczyłam wówczas już od czterech lat. Próba przedstawiania twórczości artystycznej na lekcjach muzyki (do mojego przyjscia do tej szkoły) wydawała się misją niemożliwą do wykonania w tym środowisku. A jednak udało się: arcydzieła Fryderyka Chopina, Ludwiga van Beethovena czy Piotra Czajkowskiego zyskały nowych odbiorców, a nawet miłośników. Gdy podałam dłoń uczniowi, który zszedł z parapetu okiennego na bezpieczną stronę, oprócz ogromnej ulgi pojawiło się pytanie: jak dalece muzyka może ingerować w inne obszary ludzkiej aktywności? Nie wiedziałam wówczas, że w poszukiwaniu odpowiedzi, wyruszę w trwającą blisko ćwierć wieku naukową podróż.

