

Perfekcionizam - pedagoški pristup i utjecaj na mlade flautiste

Hapač, Nikolina

Master's thesis / Diplomski rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Academy of Music / Sveučilište u Zagrebu, Muzička akademija**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:116:515810>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-16**



Repository / Repozitorij:

[Academy of Music University of Zagreb Digital Repository - DRMA](#)



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU MUZIČKA AKADEMIJA

VII. ODSJEK

NIKOLINA HAPAČ

PERFEKCIONIZAM – PEDAGOŠKI PRISTUP I

UTJECAJ NA FLAUTISTE

DIPLOMSKI RAD



ZAGREB, 2023.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU MUZIČKA AKADEMIJA

VII. ODSJEK

PERFEKCIONIZAM – PEDAGOŠKI PRISTUP I
UTJECAJ NA FLAUTISTE

DIPLOMSKI RAD

Mentor: dr. sc. Helena Dukić

Student: Nikolina Hapač

Ak.god. 2022/2023.

ZAGREB, 2023.

DIPLOMSKI RAD ODOBRILO MENTOR

dr. sc. Helena Dukić

H. Dukić

Potpis

U Zagrebu, 2023.

Diplomski rad obranjen ocjenom

odličan (5)

POVJERENSTVO:

1. red. prof. art. Saša Nestorović

Saša Nestorović

2. red. prof. art. Marina Novak

Marina Novak

3. dr. sc. Helena Dukić

H. Dukić

SAŽETAK

Težnja za savršenstvom jedna je od čestih usmjerenja misli u struci glazbe. Zbog perfekcionistačkog stanja uma, osoba je rijetko zadovoljna svojom izvedbom i vlastitim sposobnostima. Glazbenici kroz školovanje i struku konstantno rade na vlastitim vještinama. Često usavršavaju svoje mogućnosti i teže kvaliteti sviranja izvan određenih granica 'normalnog'. Cilj ovog rada bio je istražiti prisutnost perfekcionizma kod flautista te potiče li pedagoški pristup razvoj perfekcionizma kod mladih flautista. Istraživanje je provedeno anketnim upitnikom putem interneta te je 65 flautista ispunilo određeni obrazac. Prva hipoteza navodi da većina flautista pokazuje znakove perfekcionizma, a druga da nastavnici imaju utjecaj na razvoj perfekcionizma kod svojih učenika. Rezultati ispitanika potvrdili su prvu hipotezu, međutim druga hipoteza nije potvrđena. Samim time, prikazana je različitost iskustva ispitanika te odnosa kojeg su imali s nastavnicima flaute. Zaključno većina flautista pokazuje znakove perfekcionizma te se istovremeno ne slažu s pedagoškim tehnikama koje potiču sami razvoj perfekcionizma kod djece. Ključne riječi: perfekcionizam, glazbenici, nastavnici, flautisti, odgoj

ABSTRACT

The pursuit of perfection is one of the frequent orientations of thought in the profession of music. Due to the perfectionist state of mind, a person is rarely satisfied with their performance and their own abilities. Musicians constantly work on their own skills through schooling and the profession of music. They often refine their capabilities and strive for the quality of playing beyond certain limits of the 'normal'. The aim of this paper was to investigate the presence of perfectionism in flutists and whether the pedagogical approach encourages the development of perfectionism in young flutists. The survey was conducted online and 65 flutists completed a specific form. The first hypothesis states that most flutists show signs of perfectionism, and the second that teachers have an impact on the development of perfectionism in their students. The results of the respondents confirmed the first hypothesis, however the second hypothesis was not confirmed. Thus, the diversity of the respondents experiences and the relationship they had with flute teachers were shown. In conclusion, most flutists show signs of perfectionism and at the same time disagree with pedagogical techniques that encourage the very development of perfectionism in children.

Keywords: perfectionism, musicians, teachers, flutists, upbringing

Sadržaj

1	UVOD	1
2	PERFEKCIONIZAM	2
	2.1. DIMENZIJE I PODJELE PERFEKCIONIZMA	3
	2.1.1. PODJELA NA NORMALAN I NEUROTICAN PERFEKCIONIZAM	3
	2.1.2. PODJELA PERFEKCIONIZMA NA TRI DIMENZIJE	5
	2.1.3. MODEL PET FAKTORA PERFEKCIONIZMA	6
3	PERFEKCIONIZAM KOD GLAZBENIKA	7
	3.1. ULOGA ODGOJA I EDUKACIJE NA RAZVOJ PERFEKCIONIZMA	8
	3.2. VAŽNOST PEDAGOŠKOG UTJECAJA	10
	3.3. NESVJESNO POTICANJE PERFEKCIONIZMA	11
4	PRISUTNOST TE PEDAGOŠKI UTJECAJ NA PERFEKCIONIZAM U FLAUTISTA	13
	4.1. HIPOTEZE I CILJ ISTRAŽIVANJA	13
	4.2. METODE ISTRAŽIVANJA	14
5	REZULTATI ISTRAŽIVANJA	16
6	DISKUSIJA	27
7	ZAKLJUČAK	29
8	LITERATURA	30
9	PRILOG - Anketni obrazac	32

1 UVOD

Česta pojava koja se javlja kod glazbenika jest težnja za savršenom izvedbom. Nakon dužeg razmišljanja, promatranja i razgovora s kolegama flautistima o njihovim stavovima i osjećajima vezanim uz struku glazbe, iz osobnog iskustva, primjetno većina pokazuje velike znakove perfekcionizma. Budući da se radi o profesiji koja zahtijeva iznimno precizne tehničke vještine, prirodno se razvija želja i potreba za postizanjem visokih standarda kod izvođača što je jedna od glavnih karakteristika perfekcionizma. Postavljanje previsokih standarda uzrokuje stres, tjeskobu i pritisak zbog neispunjenosti vlastitih i tuđih očekivanja. Druga ključna karakteristika perfekcionizma strah je od pogrešaka koja se također može prepoznati u struci glazbenika. Zaokupljenost strahom od neuspjeha, kritike te pogreške mogu dovesti do pretjeranog analiziranja vlastite izvedbe i samokritike što vodi do nezadovoljstva. Glavni aspekti perfekcionizma vidljivi kod flautista su prisutnost osjećaja 'nikad dovoljno dobar', usporedba s kolegama te postavljanje visokih i nedostupnih ciljeva. Uz simptome depresije, tjeskobe i stresa, perfekcionizam također može izazvati i fizičke posljedice kod glazbenika. Flautisti koji pretjerano teže savršenstvu te samu izvedbu stavljaju na prvo mjesto, nakon određenog vremena najčešće počinju osjećati napetost mišića, bolove u rukama, ramenima, vratu i leđima. Smatram da nastavnici instrumenta imaju značajan utjecaj na razvoj učenika ne samo u glazbenom smislu, već i u emocionalnom i socijalnom aspektu. Razna istraživanja perfekcionizma navode da je jedan od utjecaja rasta vlastitih očekivanja pritisak roditelja. Budući da se kroz niz godina nastava instrumenta odvija individualno, odnos nastavnika i učenika može na određenoj razini postati prilično sličan odnosu roditelja i djeteta. Budući da djeca uglavnom upisuju glazbenu školu s osam, a maturiraju s 18 godina, nastavnik instrumenta gradi odnos s učenikom u razdoblju od deset godina te je prisutan kroz glavne faze njegova razvoja u odraslu osobu. Kroz ovaj rad, prvobitno bih voljela istražiti pokazuje li većina flautista znakove perfekcionizma. Zbog značajne odgojne uloge nastavnika u pedagoškom i razvojnom smislu, također me zanima postoji li poveznica između utjecaja nastavnika i nastanka perfekcionizma kod flautista. U ovom radu koristit ću se metodom provođenja ankete kod flautista koji pripadaju trima kategorijama (učenici srednjih škola, studenti te nastavnici flaute). Time ću dobiti uvid u razna iskustva flautista, odnose s nastavnicima te njihov utjecaj na razvoj pojedinca kao glazbenika.

2 PERFEKCIONIZAM

Vezano uz perfekcionizam postoje razne teorije, istraživanja te načini podjele i njegova mjerenja. Ne postoji strogo određena izjava koja definira perfekcionizam. Iz tog se razloga perfekcionizam navodi kao kompleksan pojam. Najčešće se definira i opisuje kao težnja pojedinca za savršenstvom u svim životnim aspektima (Hamachek, 1978; Frost i suradnici, 1990). Uključujući iskustvo perfekcionista te njihova očekivanja i prosudbe drugih ljudi, autori Greenspan i Thomas S. govore o perfekcionizmu kao o interpersonalnom i intersubjektivnom fenomenu. Gotovo svi tekstovi o ovoj temi naglašavaju visoko postavljene vlastite standarde kao središnji dio koncepta perfekcionizma (Burns, 1980; Hamachek, 1978; Hollander, 1965.; Pacht, 1984 prema O. Frost i sur., 1990).

Najčešće se na perfekcionizam gledalo negativno te se pratio njegov loš utjecaj na pojedinca. Unatoč tome, kasnija su istraživanja dokazala i razvila mnoge teorije i tvrdnje da ono može imati pozitivne učinke na motivaciju čovjeka te na donošenje bitnih odluka (Stoeber i Eismann, 2007). Neki od navedenih pozitivnih aspekata perfekcionizma visok su stupanj motivacije, marljivost, detaljnost te postizanje visokih rezultata. Međutim, perfekcionizam uključuje izrazito visoke standarde koji su popraćeni pretjerano kritičkom procjenjivanju vlastitog ponašanja (Frost i suradnici, 1990).

Prema istraživanju Frosta i sur. iz 1993., otkriveno je postojanje dva glavna čimbenika perfekcionizma. Prvi se povezuje s pozitivnom stranom težnje savršenstvu koja je povezana s višim nivoom pozitivnog afekta, dok se drugi odnosi na perfekcionističku brigu koja je povezana s višim nivoom negativnog afekta te depresijom. Važno je naučiti i vidjeti razliku između zdravih ambicija i nerealnih očekivanja te preusmjeriti postojanu težnju za savršenstvom u pozitivnom smjeru koji potiče osobni napredak. Iz navedene teorije imenovana je podjela na pozitivan i negativan perfekcionizam. Negativan perfekcionizam imaju oni pojedinci koji vjeruju da su neprihvaćeni ako nisu savršeni. Takve osobe žude za postizanjem savršenstva te iste neće biti zadovoljne sobom dok ga ne dostignu (Greenspan, Thomas S., 2008). Česta pojava koja je istaknuta u literaturi o perfekcionizmu nejasan je osjećaj sumnje u kvalitetu vlastite izvedbe (Burns, 1980; Hamachek, 1978). Ovaj osjećaj nije povezan s prepoznavanjem ili vrednovanjem konkretne greške, već s osjećajem da posao nije zadovoljavajuće završen. Ovo iskustvo detaljno je opisano u literaturi o opsesivnim iskustvima kao osjećaj neizvjesnosti (Reed, 1985).

2.1. DIMENZIJE I PODJELE PERFEKCIONIZMA

Prve teorije perfekcionizma temeljile su se na tvrdnji da je perfekcionizam jednodimenzionalno usmjerena neadaptivna karakteristika koja uzrokuje negativan utjecaj na pojedinca. Međutim, 20-ih godina prošlog stoljeća dogodio se značajni napredak u istraživanju perfekcionizma. Od tad je perfekcionizam definiran kao višedimenzionalni konstrukt nakon što su pojašnjeni njegovi adaptivni aspekti (Greblo, 2012). Kroz sljedeće paragrafe navode se otkrivene dimenzije te razne prihvaćene podjele perfekcionizma od različitih autora.

2.1.1. PODJELA NA NORMALAN I NEUROTIČAN PERFEKCIONIZAM

Jedna od prvih značajnih podjela perfekcionizma nastala je promatranjem utjecaja perfekcionizma na čovjeka te ga Hamachek dijeli na "normalan i neurotičan". Hamachek (1978) pravi razliku između normalnog i neurotičnog perfekcionizma.

Normalni perfekcionista su oni koji postavljaju visoke standarde za sebe, ali imaju slobodu biti manje precizni ako to situacija dopušta. Neurotični perfekcionista, s druge strane, postavljaju visoke standarde, a ostavljaju premalo prostora za pogreške; stoga nikad ne osjećaju da nešto jest učinjeno potpuno ili dovoljno dobro (Greenspan i Thomas S., 2008).

Jedan od glavnih Hamachekovih prijedloga za usmjerenje misli protiv neurotičnog perfekcionizma jest dopustiti si biti 'nesavršen'. Za razliku od zdravih ambicija i visokih standarada, perfekcionizam nije samo želja za postizanjem uspjeha ili napretka, već se radi o opsesivnoj težnji za besprijekornom izvedbom te izrazitom strahu od pogrešaka (Greenspan, Thomas S., 2008). Iste autori također navode da unatoč dosadašnjim definicijama, sadašnja serija studija smatra da je zabrinutost zbog pogrešaka središnji dio koncepta i glavna komponenta u raznim mjerama perfekcionizma. Strah od pogrešaka može se uvelike prepoznati kod raznih glazbenika te ono može negativno utjecati na emocionalno stanje i zdravlje pojedinca. Mnogi autori ističu da se perfekcionizam može povezati s različitim mentalnim poremećajima poput depresije, suicidalnosti, poremećaja prehrane, anksioznih poremećaja, opsesivno-kompulzivnih poremećaja i drugih (Frost i sur., 1990.; Pacht, 1984). S druge strane, gledajući teoriju 'normalnog perfekcionizma', prema Hamacheku, visoki standardi i zdrava ambicija mogu potaknuti pojedinca na postizanje vrhunskih rezultata bez štetnih posljedica na mentalno zdravlje.

Burns (1980), s druge strane, naziva normalan perfekcionizam paradoksom iz razloga što su savršene izvedbe i slučajevi vrlo rijetka pojava. Također navodi kako uz visoka postignuća i dobro psihološko zdravlje osoba i dalje može biti perfekcionistički nastrojena. Unatoč tome, prema njemu, perfekcionizam i dalje ostaje nezdrav.

Nakon mnogo rasprava i nesuglasica oko imenovanja Hammachekove podjele na "neurotičan i normalan" perfekcionizam, promijenjeno je imenovanje podjele na "pozitivan i negativan" perfekcionizam. Međutim, psiholozi danas ne koriste imena niti jedne podjele, već se koriste terminima "adaptivan i neadaptivan" perfekcionizam. Navedeni termini prihvaćeni su od raznih istraživača te se isti koriste u objašnjenju istraživanja perfekcionizma.

Prema autorima Stoeber i Otto (2016.) postoje dva pristupa u shvaćanju adaptivnog i neadaptivnog oblika perfekcionizma. Dvodimenzionalan oblik prvi je pristup prema kojem se različite karakteristike perfekcionizma raspoređuju u dvije nezavisne dimenzije. Drugi pristup, pozitivan i negativan, temeljen je na grupaciji prema kojoj kombinacije perfekcionističkih karakteristika tvore dvije grupe perfekcionista. Navedene dimenzije temelje se na pozitivnim i negativnim ishodima kod pojedinca kao što su akademski uspjeh, anksioznost ili stres (Frost i suradnici 1993; Suddarth i Slaney, 2001). Isti autori također navode kako je kod neadaptivnih perfekcionista vidljiva veća prisutnost "perfekcionističke zabrinutosti" usporedno s adaptivnim perfekcionista (Ashby, Kottman i Schoen, 1998; Ashby i Rice, 2002 prema Erceg Jugović i Lauri Korajlija, 2012).

Prema višedimenzionalnom pristupu, perfekcionizam se temelji na nekoliko čimbenika čiji broj varira ovisno o autorima koji definiraju određene karakteristike pojedinaca (Greblo, 2012). Iz tog razloga postoje razne podjele i vrste perfekcionizma. Unatoč tome, uglavnom se većina istraživanja temelji na glavnim podjelama koje su nastale skoro pa istovremeno – podjela Frosta i suradnika (1990) te podjela Hewitta i Fletta (1991).

2.1.2. PODJELA PERFEKCIONIZMA NA TRI DIMENZIJE

Autori Hewitt i Flett (1991) opisuju perfekcionizam kao složenu konstrukciju te tumače i navode tri dimenzije perfekcionizma:

1. Perfekcionizam usmjeren na sebe
2. Perfekcionizam usmjeren na druge
3. Socijalno očekivani perfekcionizam

Prva dimenzija opisuje osobe koje same sebi postavljaju visoke standarde i ciljeve zbog straha od suočavanja s nesavršenstvom i neuspjehom. Dakle, stvoren je od pojedinaca samih te drugi nemaju utjecaja na njihovo razmišljanje.

Drugi navedeni perfekcionizam opisuje osobe čija su očekivanja visoko postavljena prema drugima te strogo procjenjuju tuđi rad. Dakle, odnos pojedinca vrlo je povezan s djelovanjem ljudi oko sebe te je prisutno često uspoređivanje. Ta dimenzija perfekcionizma povezuje se s kritičkim stavom prema drugima, osjetljivošću na kritiku drugih te strogom vrednovanju tuđeg rada.

S trećom vrstom perfekcionizma suočavaju se osobe koje vjeruju da su nerealno visoki standardi i ciljevi koje imaju postavljeni od strane drugih. Kroz ovu dimenziju pojedinci krive okolinu ili određenu osobu za prisutnost straha od neuspjeha. Ova vrsta perfekcionizma povezuje se s povećanom zabrinutošću i anksioznošću te pretjeranom osjetljivošću na kritike od drugih. Zaključno, treća se dimenzija može razviti kod pojedinaca koji po prirodi nisu bili perfekcionistički nastrojeni, već su tome naučeni i usmjereni od drugih.

2.1.3. MODEL PET FAKTORA PERFEKCIONIZMA

Kako bi olakšali buduća istraživanja, Frost i suradnici (1990) odredili su pet faktora perfekcionizma te iz toga napravili multidimenzionalnu ljestvicu kroz koju je moguće mjeriti razinu perfekcionizma za posebno određeno područje.

Pet faktora perfekcionizma (Frost i sur., 1990, str. 4):

1. Visoki osobni standardi - ostavljanje te pridavanje važnosti vrlo visokim standardima te zahtjevnost prema samom sebi (Personal Standards)
2. Zabrinutost zbog pogrešaka - obično dovodi do negativnih reakcija na pogreške i sklonosti povezivanja pogrešaka s neuspjehom (Concern over Mistakes)
3. Očekivanja roditelja – vjerovanje da roditelji postavljaju vrlo visoka očekivanja te su pretjerano kritični (Parental Expectations)
4. Sumnja u vlastitu sposobnost te kvalitetu svojih postupaka (Doubting of Actions)
5. Organiziranost - pretjerano pridavanje važnosti te potreba za organizacijom i kontrolom (Organization)

Smatram da se navedeni faktori mogu prepoznati u načinu razmišljanja kod glazbenika. Treći faktor očekivanja od strane roditelja moguće je povezati s odnosom učenika i nastavnika. Naime, nastavnik instrumenta upoznaje dijete s "pravilima i očekivanjima" poželjnim u glazbi te time usmjeruje dijete u sami svijet glazbe. Odnosno, dijete kroz školovanje uči određenu ljestvicu uspjeha i prihvaćanja. Smatram da se kao posljedica toga kod glazbenika počinju razvijati ostali faktori Frostove podjele te samim time razina postojanosti perfekcionizma.

Mnoga istraživanja vezana uz perfekcionizam koriste se Frostovom podjelom radi lakše i dublje spoznaje uzroka problema te određenih misli kod ispitanika. Prva tri faktora najčešće su prisutna kod ispitanika te su međusobno blisko povezani. Opći obrasci koji su proizašli iz raznih istraživanja ukazuju da je perfekcionizam vezan uz odgoj visoko povezan s tri Frostova faktora perfekcionizma: očekivanja od roditelja, visoka vlastita očekivanja te zabrinutost zbog pogrešaka (Jeong i Ryan, 2012 prema Botha i Panebianco, 2018; Cook i Kearney, 2009; Damian i suradnici, 2013).

3 PERFEKCIONIZAM KOD GLAZBENIKA

Kroz osobno gledište, perfekcionizam u glazbenika postaje sve primjetljivija pojava. Promatrajući iskustva, razgovore s kolegama te razne videozapise gdje se otvoreno govori o greškama i problemima glazbenika, do jasnog izražaja dolazi prisutnost straha od nesavršenosti s kojima se glazbenici suočavaju. Nakon navođenja vlastitih osjećaja ostalim kolegama (osjećaj neprihvatanja, strah od pogrešaka, neispunjenost vlastitih očekivanja itd.), primijetila sam da se oni osjećaju prilično slično, ako ne i potpuno identično. Shvatila sam da se radi o problemu kojeg treba osvijestiti te adresirati.

Na temu izvedbene anksioznosti, straha od grešaka te prisutnosti perfekcionizma kod glazbenika postoji tek nekoliko istraživanja. Jedno od istraživanja potvrdilo je kako perfekcionizam može uvelike utjecati na izvedbenu anksioznost (Music performance anxiety, MPA) od koje pate mnogi glazbenici (Stoeber i Eismann, 2007 prema Fehm & Schmidt, 2006; Hewitt et al., 2002; Patston i Osborne, 2016). Također, utvrđeno je povećanje izvedbene anksioznosti (MPA) i perfekcionizma s većom razinom glazbenog iskustva. Time je ukazana mogućnost problema oblikovanog sistema glazbenog obrazovanja među kojima se ističe poticanje razvoja perfekcionizma i izvedbene anksioznosti kod mladih (Jeong i Ryan, 2012). Izvedbena anksioznost često započinje nakon prvog izazovnog iskustva izvedbe (Dobos i ostali, 2018 prema Osborne & Kenny, 2008). Zahtjevna skladba kod glazbenika istovremeno stvara osjećaj nesigurnosti u vlastite sposobnosti i motivaciju uzrokovanu željom za ispunjenjem zadanog izazova. Drugim riječima, sama težina skladbe može potaknuti perfekcionističke misli kod izvođača.

"U slučaju ostvarenja zacrtanih ciljeva neadaptivni perfekcionista reevaluiraju ranije postavljene standarde, proglašavaju ih nedovoljno zahtjevnima te ih podižu na višu razinu, što pokreće začarani krug neadaptivnoga perfekcionizma." (citat prema Greblo, 2012., str. 10)

U svijetu flautista ova se tvrdnja može primijetiti na rastu zahtjeva i kriterija 'težine skladbi' kroz godine. Budući da se radi o umjetnosti koja se temelji i gradi subjektivno te pojedinačno, međusobna usporedba te želja za isticanjem potiče nagli pomak koji je vidljiv u kriterijima izvrsnosti za određenu dob.

Repetitivna intenzivna nelagoda i strah izazvani javnim nastupom često su uvjetovani prethodnim negativnim izvedbenim iskustvima (Dobos i ostali, 2018 prema Kenny, 2011; Osborne, Kenny i Cooksey, 2007). Autori Mor, Day, Flett i Hewitt (1995) istraživali su prisutnost perfekcionizma kod 49 profesionalnih klasičnih glazbenika te otkrili da su izvođači s izrazito višim standardima savršenstva iskusili veću razinu tjeskobe, emocionalnog umora i somatskih tegoba od onih s niže postavljenim standardima (Dobos i ostali, 2018; Stoeber i Eismann, 2007). Pritisak i autoritet roditelja i nastavnika također je veoma bitan za razvoj djeteta. Međutim, potrebno je pažljivo izabrati vrstu reakcije na određenu situaciju te izbor riječi kojima se iznose kritike.

3.1. ULOGA ODGOJA I EDUKACIJE NA RAZVOJ PERFEKCIONIZMA

*"Zahtijeva hrabrosti biti nesavršen."*¹

(citirani Greenspan i Thomas S., 2008, str. 2)

Razni psiholozi olakšali su razumijevanje pozadine perfekcionizma nakon saznanja da u osnovi težnje za savršenstvom leži želja za osjećajem prihvaćanja (Greenspan i Thomas S., 2008). Vrlo bitna izjava s kojom se većina navedenih autora slaže jest da uzrok nastanka perfekcionizma leži u riječima i porukama odraslih koje se prenose djeci (Jeong i Ryan, 2012 prema Curran & Hill, 2019; Patston, 2014; Sironic & Reeve, 2015). Drugim riječima, ponašanje perfekcionista može biti odraz neuspjelog niza pokušaja zadovoljenja potreba svojih roditelja i roditeljskih figura na načine kojima su naučeni. Djelovanje perfekcionizma također može nastati zbog želje za uklanjanjem postojećeg osjećaja srama te obnovom samopouzdanja koje je kroz djetinjstvo izgubljeno (Greenspan i Thomas S., 2008).

Prema Hollenderu (1965) razlog perfekcionistačke težnje pojedinca nije narcisoidno zadovoljstvo ili potreba da budu viđeni kao savršeno biće, već se radi o borbi sa samim sobom kako bi se steklo osnovno prihvaćanje od strane drugih. Osjećaj manje vrijednosti i srama razvija se u okruženju pojedinca u njegovu djetinjstvu (Hollender, 1965; Missildine, 1963). Navedeno okruženje iz djetinjstva može se opisati kao okruženje koje dijete ima za vrijeme učenja te ono u kojem se razvija iskustvo i doživljava samoga sebe, s većim ili manjim

¹ Originalan citat: *"It requires the courage to be imperfect."*

osjećajem potvrđivanja i prihvaćanja. Pojedinci s kojima je osoba najbliža tijekom ranih faza razvoja imaju najdublji utjecaj na razvoj njene osobnosti (Greenspan i Thomas S., 2008. prema Galatzer-Levy & Cohler, 1993; Greenspon, 2000; Stern, 1985). Također, Burns (1980) navodi da su djeca zatvorena u interaktivni sustav osobnih shvaćanja s utvrđenim utjecajem odraslih.

Prethodna istraživanja potencijalno ukazuju na veliki utjecaj roditelja i roditeljskih figura na razvoj mladih glazbenika. Navedeni utjecaj nije isključivo izazvan pružanjem potpore, već i sitnim reakcijama koje mogu uzrokovati značajan stres (Stoeber i Eismann, 2007 prema Dawison i ostali, 1996; Dews i Williams, 1989; Persson, 1995).

Haraldsen, Nordin-Bates i suradnici (2020) vodili su polustrukturirane intervju s elitnim umjetnicima i sportašima. Pričali su o svojim iskustvima iz djetinjstva u norveškoj školi za razvijanje talenata. Primijetili su da su se sudionici nakon prisjećanja "kontrolnih" uvjeta, što su naveli kao pritisak od strane odgajatelja, također sjetili razvijanja tjeskobe i perfekcionističke zabrinutosti (Jeong i Ryan, 2012). Kod mladih glazbenika pretjerano vježbanje uzorkovano pritiskom roditelja ili nastavnika može dovesti do ozbiljnih somatskih tegoba te emocionalnog umora (Stoeber i Eismann prema Dews & Williams, 1989; Shoup, 1995).

Cleary (2013) svojim istraživanjem upozorava ne samo na utjecaj iscrpljujućeg perfekcionizma na dječju anksioznost, već i na druge domene identiteta kao što su samoefikasnost, samopoštovanje i motivacija. Nastavnici glazbenih škola mogu biti specifično pozicionirani za pomoć djeci u njegovanju realnih očekivanja i ciljeva te istovremeno poticati razvoj visoke samoučinkovitosti podrškom za poboljšanjem određenih glazbenih vještina (Jeong i Ryan, 2012 prema Patston, 2014; Patston i Waters, 2015; Sarikaya i Kurtaslan, 2018).

3.2. VAŽNOST PEDAGOŠKOG UTJECAJA

Prema Hamacheku (1978.) roditelji, a u ovom slučaju i nastavnici glazbenih škola, čije samopoštovanje ili ugled počiva na postignuću njihove djece ili učenika stvara razočaranje, sram, čak i ljutnju kada dijete pogriješi ili ne ispuni njihova očekivanja. Kao posljedicu tih reakcija djeca mogu osjetiti nedostatak prihvaćanja ili čak izravno odbacivanje sebe kao pojedinca. Kao posljedica toga dolazi do razvoja misli kako je njihova vrijednost temeljena na konkretnim postignućima. Za takvu djecu pogreška nije samo pogreška, već dokaz karakterne mane (Greenspan, Thomas S., 2008. prema Hamachek, 1978).

*"Važno je da nastavnici spoznaju način na koji učenici razmišljaju o sebi, zadatku te svojoj izvedbi kako bi mogli uspješno uspostaviti i održati poticajno i izazovno okruženje učenja. Potrebno je da se učenicima kroz okruženje u učenju sviranja stvori osjećaj osobnog izbora i odgovornosti za postizanje ciljeva koje su sami postavili."*² (citirani Parncutt i McPherson, 2002, str. 43).

Vitalnu ulogu odgajatelja u dječjem iskustvu glazbe primijetio je Patston (2014), podržavajući pedagogiju u kojoj nastavnici mogu uspostaviti značajne odnose s mladim glazbenicima te istražiti načine pružanja pravednog glazbenog obrazovanja. Nastavnici bi trebali razviti kulturnu svijest i prepoznati nejednakosti u glazbenom obrazovanju te voditi računa o vrijednostima kojima poučavaju djecu tijekom glazbenog obrazovanja i svog izvođačkog života (Jeong i Ryan, 2012).

² Originalan citat: „Consequently, understanding how students think about themselves, the task, and their performance is important if teachers are to establish and sustain a stimulating and challenging learning environment. Students need to feel that their environment in learning to play an instrument provides them with a sense of personal choice and responsibility for reaching the goals they set themselves.“

3.3. NESVJESNO POTICANJE PERFEKCIONIZMA

Hollender (1965) također navodi kako dijete može postati perfekcionista u okruženju "uvjetnog prihvaćanja". Radi se o prisutnosti jasnih poruka o neprihvatljivosti "nedovoljno dobrog" djelovanja djeteta koje mogu stvoriti vjerovanje da je ono zbog toga loša osoba. Takve se vrste poruka mogu prenijeti na prilično suptilne načine; primjerice kada se osmijeh pretvori u tužno lice, mrštenje, uzdah razočaranja ili ogorčenosti te prijedlog za ulaganje više truda, brige, pažnje, promišljenosti, obzira, i tako dalje (Missildine, 1963).

Također, suvremeni školski plan i program obično podržava te realizira kompetitivni sustav u glazbenom obrazovanju kojim se ograničava koncept akademskog uspjeha te put do njegova postizanja (Jeong i Ryan, 2012 prema Curran & Hill, 2019.; Nxumalo i sur., 2018). Kao rezultat navedenog kompetitivnog sustava djeca su potaknuta razvijati perfekcionističke tendencije zbog sve zahtjevnijih i nerealnih očekivanja (Jeong i Ryan, 2021 prema Curran & Hill, 2019; Hong i sur., 2017). Redovita praksa koja se ponavlja i uči u struci glazbe jest eliminacija pogrešaka, zahtijevanje visoke razine samoefikasnosti i kontrole (Patston, 2014). Također, djeca često imaju više izvannastavnih aktivnosti uz obaveznu školu te se od njih obično očekuju visoki rezultati u svim nastavnim i izvannastavnim programima koje pohađaju (Sorkkila i ostali, 2020). Nalazi istraživanja ukazuju na visoku razinu zabrinutosti zbog pogrešaka za vrijeme izvedbe kod djece.

*"Odgajatelji, nastavnici i roditelji trebali bi manje kažnjavati, a više pružati metode podrške u promicanju dječjeg glazbenog iskustva. Potrebno je više komunicirati s djecom o vrijednostima glazbenog obrazovanja i izvođenja na način koji odudara od gledanja na uspjeh kao sinonim za uklanjanje grešaka."*³ (citiran Jeong i Ryan, 2021, str. 11)

³ Originalan citat: „Educators, teachers and parents should develop less punitive and more supportive methods in furthering children’s musical experience. They should communicate with children the different values of musical education and performance that deviate from the dominant discourse of viewing success as synonymous to eliminating mistakes.“

U ovom slučaju, "biti savršen" nije samo način izbjegavanja neodobravanja, već se radi o aktivnoj težnji za prihvaćanjem sebe ili drugoga kroz nadljudski napor i grandiozna postignuća. Samim time, dijete uči o neprihvatanju sebe takvog kakav jest (Greenspan, Thomas S., 2008 prema Hamachek, 1978).

4 PRISUTNOST TE PEDAGOŠKI UTJECAJ NA PERFEKCIONIZAM U FLAUTISTA

4.1. HIPOTEZE I CILJ ISTRAŽIVANJA

U ovom radu bavit ću se istraživanjem prisutnosti perfekcionizma u flautista te utjecaj nastavnika na svog učenika. Cilj istraživanja je potvrditi da većina flautista razmišlja te se vodi u glazbi perfekcionistačkim pristupom. Također, kroz istraživanje i sami rad voljela bih potaknuti sadašnje i buduće nastavnike flaute da osvijeste i obrate pažnju na način i pogled na svijet izvođača koji se prenosi mlađim generacijama.

U radu ću pokušati odgovoriti na sljedeća *istraživačka pitanja*:

1. Pokazuje li većina flautista znakove perfekcionizma?
2. Potiče li pedagoški utjecaj nastavnika razvoj perfekcionizma kod flautista?

Hipoteze

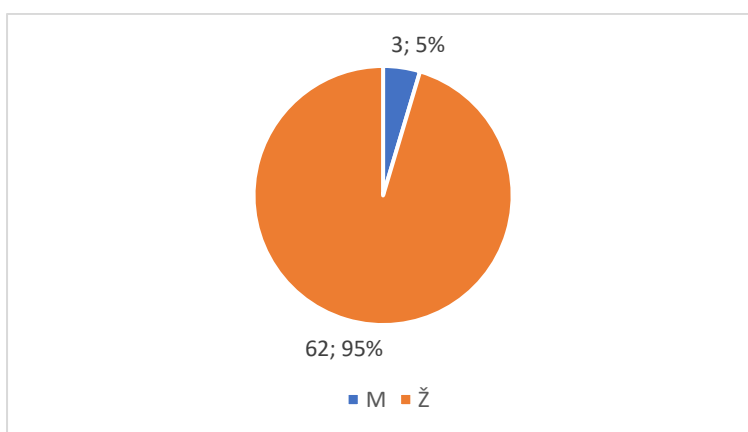
H1: Većina flautista pokazuje razvijene znakove perfekcionizma.

H2: Pedagoški utjecaj nastavnika potiče razvoj perfekcionizma u flautista.

4.2. METODE ISTRAŽIVANJA

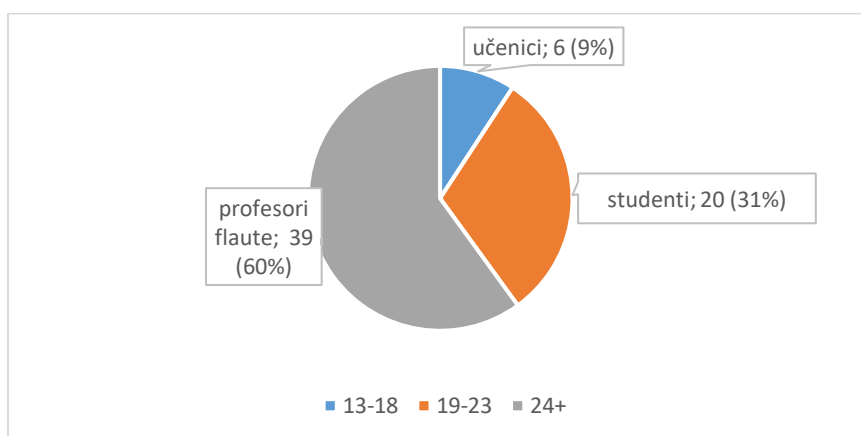
Sudionici

U istraživanju je sudjelovalo 65 ispitanika flautista. Ispitanici su bili učenici flaute koji pohađaju srednju školu, studenti flaute te nastavnici flaute. Anketni upitnik ispunilo je tri muške osobe te 62 ženskih. Godine ispitanika su između 13 i 55 godina. Prema tome, prosjek godina sviranja flaute jest 22 godine. Bitnu važnost u ovom upitniku imao je širok spektar raznih iskustava flautista kako bi mogli vidjeti općenitu prisutnost perfekcionizma.



Graf 1. Obrada ispitanika prema spolu

Uspoređujući zanimanje ispitanika, svi ispitanici stariji od 23 godine u struci su nastavnika flaute (58%; 39), a mlađi se još školuju (42%; 26).



Graf 2. Obrada ispitanika prema dobi i zanimanju.

Mjerni instrument

Anketni upitnik napravljen je u programu microsoft forms. Upitnik je rađen na principu Likertove skale. Sudionicima je bio ponuđen izbor između pet razina slaganja sa svakom pojedinom tvrdnjom (u potpunosti se ne slažem, ne slažem se, niti se slažem niti se ne slažem, slažem se, u potpunosti se slažem).

Navedene izjave rađene su po prije navedenoj Frostovoj podjeli perfekcionizma na pet faktora. Faktor *očekivanje roditelja* u anketi više se odnosio na očekivanje nastavnika zbog roditeljske figure te velikog odgojnog utjecaja kroz rast djeteta. Također, izjave su podijeljene u dvije grupe vođene po istraživačkim pitanjima.

Postupak

Online anketa prosljeđena je preko društvenih mreža svim studentima te postavljena u Facebook grupu *Flaute HR* sa 155 članova. Naglašena je tema te razlog istraživanja te molba da anketu ispune isključivo flautisti. U uputi ankete naglašeno je da je anketa u potpunosti anonimna. U prosjeku je ispunjenje upitnika trajalo devet minuta.

5 REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Rezultati istraživanja prikazani su u osam grupa. Prve dvije grupe (*Svjesnost prisutnosti znakova perfekcionizma* (graf 3) i *Usmjerenje i prisutnost znakova perfekcionizma u pedagoškim tehnikama* (graf 4)) odnose se na prisutnost i svjesnost prisutnosti perfekcionizma kod flautista. Ostalih 5 grupa (graf 5, 6, 7, 8 i 9) temeljeni su na Frostovom modelu 5 faktora perfekcionizma (Frost i sur., 1990) i prema tome su im dana sljedeća imena: Sumnja u vlastitu sposobnost Visoki osobni standardi, Očekivanja roditelja (roditeljskih figura), Zabrinutost zbog pogrešaka te Organiziranost.

Svjesnost prisutnosti znakova perfekcionizma

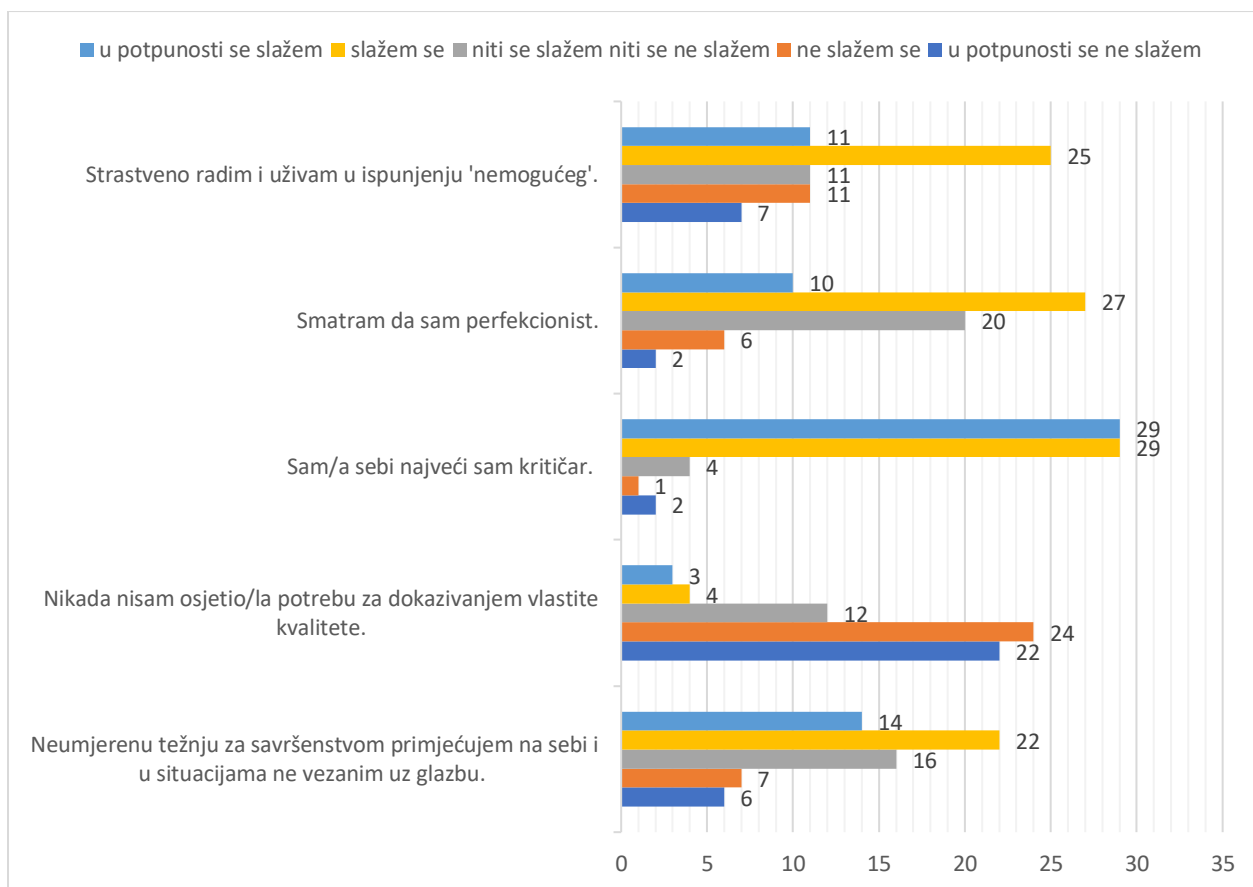
S tvrdnjom „*Smatram da sam perfekcionista.*“ 10 (15.4%) ispitanika se u potpunosti slaže, 27 (41.5%) slaže, 20 (30.8%) niti slaže niti ne slaže, 6 (9.2%) ne slaže i samo 2 (3.1%) ispitanika se u potpunosti se slaže. (graf 3)

S tvrdnjom „*Sam/a sebi najveći sam kritičar.*“ se dva ispitanika (3.1%) u potpunosti ne slaže, jedan ispitanik se ne slaže (1.5%), četiri ispitanika se niti slažu niti ne slažu (6.2%), 29 se slažu (44.6%) te se 29 u potpunosti slažu (44.6%). (graf 3)

S tvrdnjom „*Strastveno radim i uživam u ispunjenju 'nemogućeg'.*“ u potpunosti se nije složilo 7 ispitanika (10.8%), nije se složilo 11 (16.9%), neodlučnih je 11 (16.9%), složilo se 25 (38.5%) te se u potpunosti složilo 11 (16.9%) ispitanika. (graf 3)

S tvrdnjom „*Nikada nisam osjetio/la potrebu za dokazivanjem vlastite kvalitete.*“ u potpunosti se nije složilo 22 (33.8%), nije se složilo 24 (36.9%), niti se složilo niti se nije složilo 12 (18.5%), složilo se 4 (6.2%) te se u potpunosti složilo 3 (4.6%) ispitanika. (graf 3)

S tvrdnjom „*Neusmjerenu težnju za savršenstvom primjećujem na sebi i u situacijama nevezanim uz glazbu.*“ u potpunosti se nije složilo 6 (9.2%), nije se složilo 7 (10.8%), niti se složilo niti se nije složilo 16 (24.6%), složilo se 22 (33.8%) te se u potpunosti složilo 14 (21.5%) ispitanika. (graf 3)



Graf 3. Statistički prikaz odgovora na pitanja u grupi: „Svjesnost prisutnosti znakova perfekcionizma“

Usmjerenje i prisutnost znakova perfekcionizma u pedagoškim tehnikama

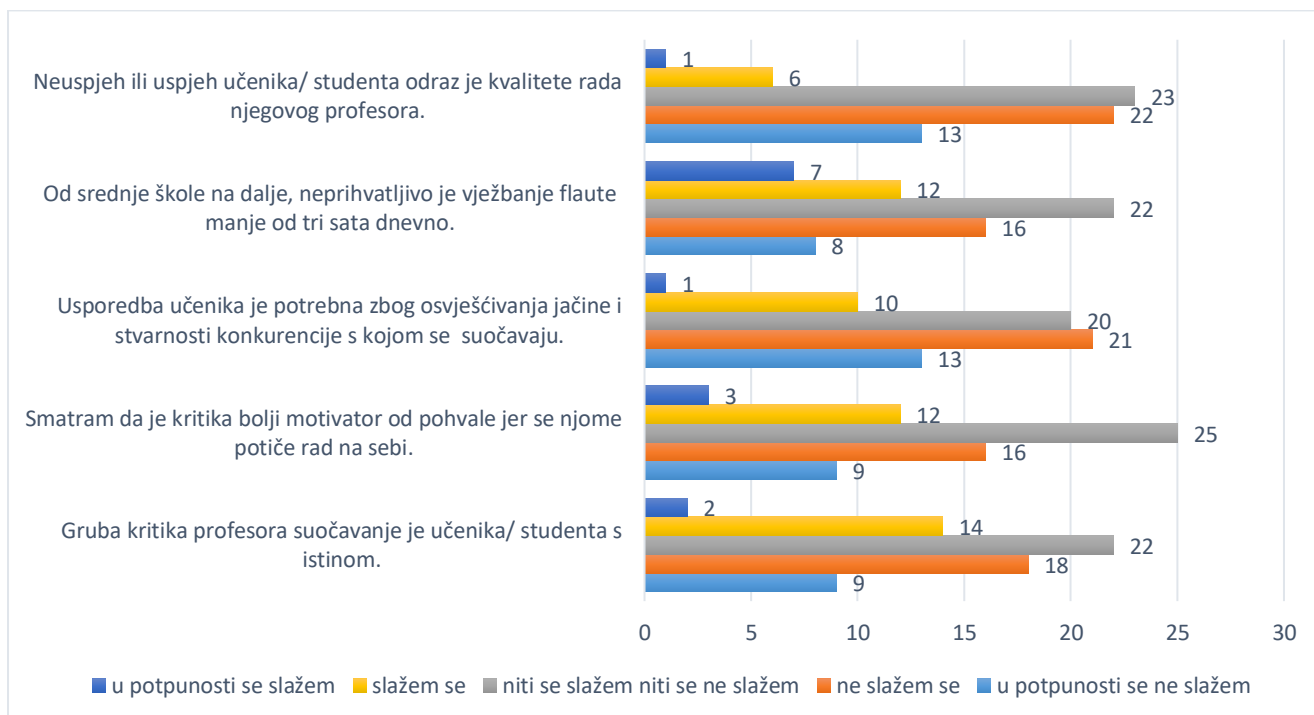
S tvrdnjom „Neuspjeh ili uspjeh učenika/ studenta odraz je kvalitete rada njegovog nastavnika.“ u potpunosti se nije složilo 13 (20%), nije se složilo 22 (33.8%), niti se složilo niti se nije složilo 23 (35.4%), složilo se 6 (9.2%) i u potpunosti se složilo 1 (1.5%) ispitanika. (graf 4)

S tvrdnjom „Od srednje škole na dalje, neprihvatljivo je vježbanje flaute manje od tri sata dnevno.“ u potpunosti se nije složilo 8 (12.5%), nije se složilo 16 (25%), niti se složilo niti se nije složilo 22 (32.8%), složilo se 13 (20.3%) i u potpunosti se složilo 6 (9.4%) ispitanika. (graf 4)

S tvrdnjom „Usporedba učenika je potrebna zbog osvješćivanja jačine i stvarnosti konkurencije s kojom se suočavaju.“ u potpunosti se nije složilo 13 (20%), nije se složilo 21 (32.3%), niti se složilo niti se nije složilo 20 (30.8%), složilo se 10 (15.4%) i u potpunosti se složilo 1 (1.5%) ispitanika. (graf 4)

S tvrdnjom „Smatram da je kritika bolji motivator od pohvale jer se njome potiče rad na sebi.“ u potpunosti se nije složilo 9 (13.8%), nije se složilo 16 (24.6%), niti se složilo niti se nije složilo 25 (38.5%), složilo se 12 (18.5%) i u potpunosti se složilo 3 (4.6%) ispitanika. (graf 4)

S tvrdnjom „Gruba kritika nastavnika suočavanje je učenika/ studenta s istinom.“ u potpunosti se nije složilo 9 (13.8%), nije se složilo 18 (27.7%), niti se složilo niti se nije složilo 22 (33.8%), složilo se 14 (21.5%) i u potpunosti se složilo 2 (3.1%) ispitanika. (graf 4)



Graf 4. Statistički prikaz odgovora na pitanja u grupi: „Usmjerenje i prisutnost znakova perfekcionizma u pedagoškim tehnikama.“

Sumnja u vlastitu sposobnost

S tvrdnjom „*Kritiku nastavnika nikada nisam doživio/doživjela osobno.*“ u potpunosti se nije složilo 15 (23.1%), nije se složilo 25 (38.5%), niti se složilo niti se nije složilo 11 (16.9%), složilo se 9 (13.8%) i u potpunosti se složilo 5 (7.7%) ispitanika. (graf 5)

S tvrdnjom „*Osjećaj da nisam dovoljno dobar/dobra prisutan je bez obzira na količinu vježbanja.*“ u potpunosti se nije složilo 7 (10.8%), nije se složilo 15 (23.1%), niti se složilo niti se nije složilo 13 (20%), složilo se 23 (35.4%) i u potpunosti se složilo 7 (10.8%) ispitanika. (graf 5)

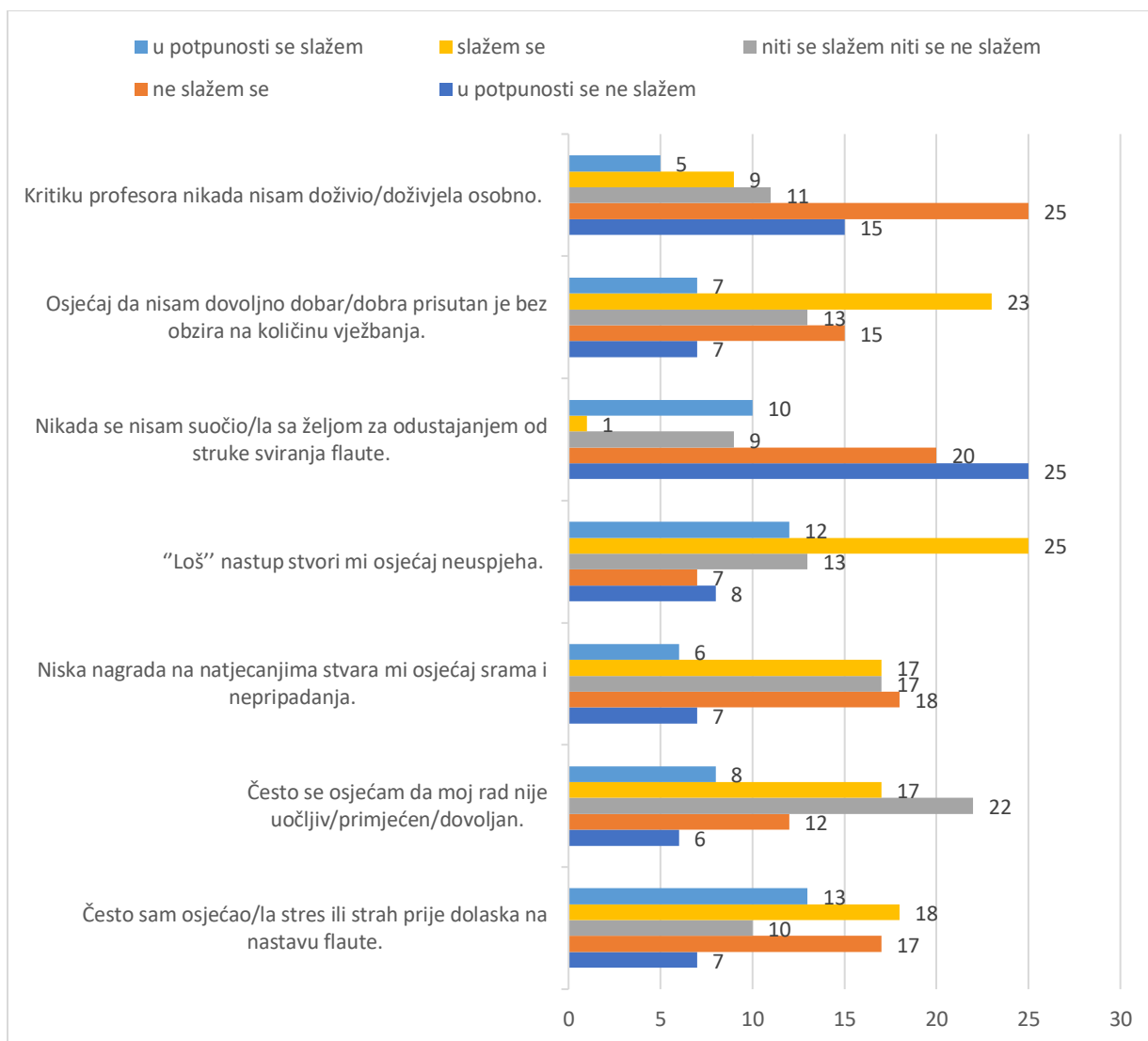
S tvrdnjom „*Nikada se nisam suočio/la sa željom za odustajanjem od struke sviranja flaute.*“ u potpunosti se nije složilo 25 (38.5%), nije se složilo 20 (30.8%), niti se složilo niti se nije složilo 9 (13.8%), složilo se 1 (1.5%) te se u potpunosti složilo 10 (15.4%) ispitanika. (graf 5)

S tvrdnjom „*Loš nastup stvori mi osjećaj neuspjeha.*“ u potpunosti se nije složilo 8 (12.3%), nije se složilo 7 (10.8%) niti se složilo niti se nije složilo 13 (20%), složilo se 25 (38.5%) te se u potpunosti složilo 12 (18.5%) ispitanika. (graf 5)

S tvrdnjom „*Niska nagrada na natjecanjima stvara mi osjećaj srama i nepripadanja.*“ u potpunosti se nije složilo 7 (10.8%), nije se složilo 18 (27.7%), niti se složilo niti se nije složilo 17 (26.2%), složilo se 17 (26.2%) te se u potpunosti složilo 6 (9.2%) ispitanika. (graf 5)

S tvrdnjom „*Često se osjećam da moj rad nije uočljiv/primijećen/dovoljan.*“ u potpunosti se nije složilo 6 (9.2%), nije se složilo 12 (18.5%), niti se složilo niti se nije složilo 22 (33.8%), složilo se 17 (26.2%) te se u potpunosti složilo 8 (12.3%) ispitanika. (graf 5)

S tvrdnjom „*Često sam osjećao/la stres ili strah prije dolaska na nastavu flaute.*“ u potpunosti se nije složilo 7 (10.8%), nije se složilo 17 (26.2%), niti se složilo niti se nije složilo 10 (15.4%), složilo se 18 (27.7%) te se u potpunosti složilo 13 (20%) ispitanika. (graf 5)



Graf 5. Statistički prikaz odgovora na pitanja u grupi „Sumnja u vlastitu sposobnost“

Visoki osobni standardi

S tvrdnjom „*Vlastita očekivanja s vremenom postaju sve veća.*“ u potpunosti se nije složilo 4 (6.3%), nije se složilo 7 (11.1%), niti se složilo niti se nije složilo 10 (15.9%), složilo se 23 (35.4%) i u potpunosti se složilo 21 (32.3%) ispitanika. (graf 6)

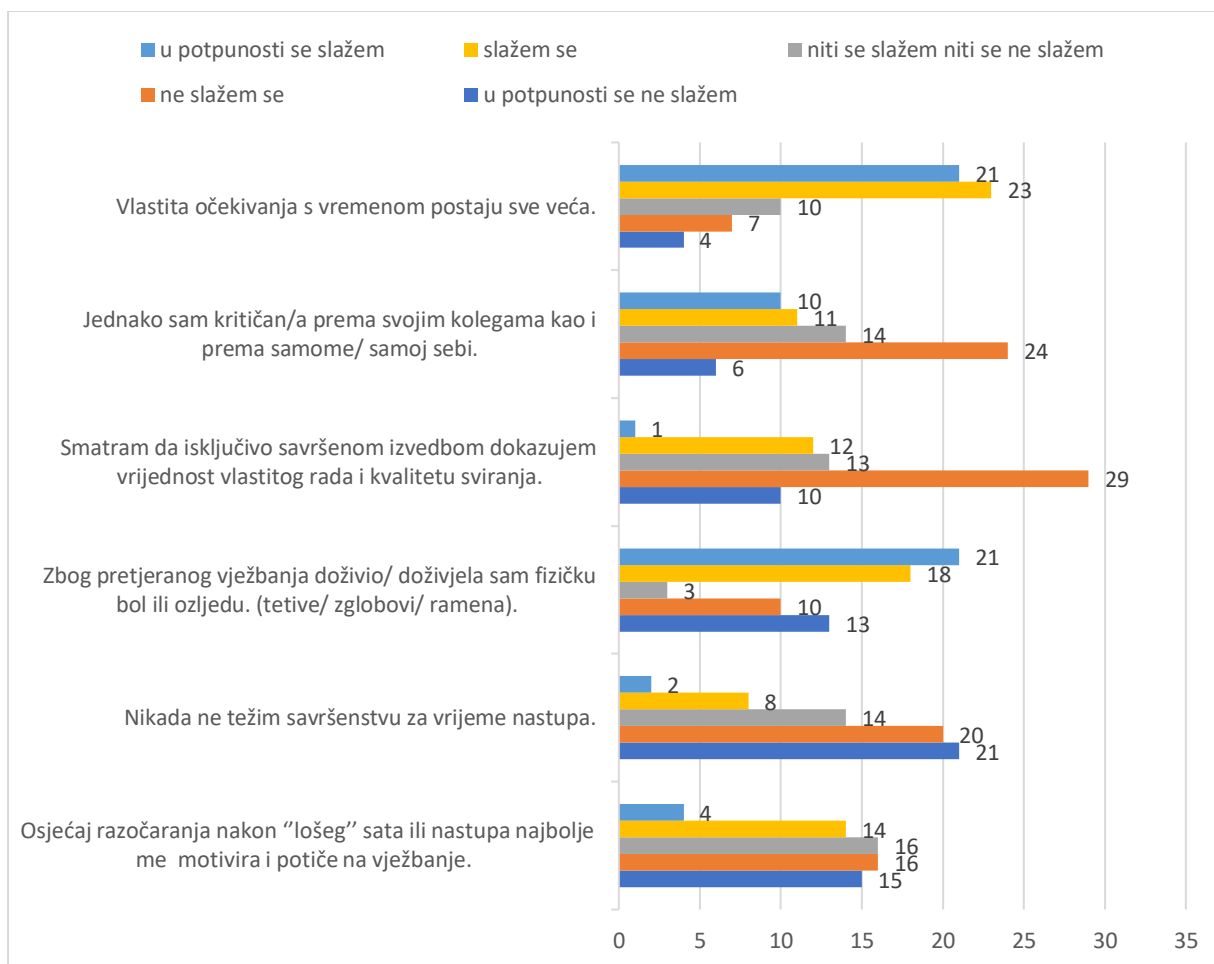
S tvrdnjom „*Jednako sam kritičan/a prema svojim kolegama kao i prema samome/ samoj sebi.*“ u potpunosti se nije složilo 6 (9.2%), nije se složilo 24 (36.9%), niti se složilo niti se nije složilo 14 (21.5%), složilo se 11 (16.9%) i u potpunosti se složilo 10 (15.4%) ispitanika. (graf 6)

S tvrdnjom „*Smatram da isključivo savršenom izvedbom dokazujem vrijednost vlastitog rada i kvalitetu sviranja.*“ u potpunosti se nije složilo 10 (15.4%), nije se složilo 29 (44.6%), niti se složilo niti se nije složilo 13 (20%), složilo se 12 (18.5%) i u potpunosti se složilo 1 (1.5%) ispitanika. (graf 6)

S tvrdnjom „*Zbog pretjeranog vježbanja doživio/ doživjela sam fizičku bol ili ozljedu (tetive/ zglobovi/ ramena).*“ u potpunosti se nije složilo 13 (20%), nije se složilo 10 (15.4%), niti se složilo niti se nije složilo 3 (4.6%), složilo se 18 (27.7%) i u potpunosti se složilo 21 (32.3%) ispitanika. (graf 6)

S tvrdnjom „*Nikada ne težim savršenstvu za vrijeme nastupa.*“ u potpunosti se nije složilo 21 (32.3%), nije se složilo 20 (30.8%), niti se složilo niti se nije složilo 14 (21.3%), složilo se 8 (12.3%) i u potpunosti se složilo 2 (3.1%) ispitanika. (graf 6)

S tvrdnjom „*Osjećaj razočaranja nakon "lošeg" sata ili nastupa najbolje me motivira i potiče na vježbanje.*“ u potpunosti se nije složilo 15 (23.4%), nije se složilo 16 (25%), niti se složilo niti se nije složilo 16 (25%), složilo se 14 (20.3%) i u potpunosti se složilo 4 (6.3%) ispitanika. (graf 6)



Graf 6. Statistički prikaz odgovora na pitanja u grupi: „Visoki osobni standardi.“

Tuđa očekivanja

S tvrdnjom „Riječi nastavnika znače mi više od riječi ostatka publike.“ u potpunosti se nije složilo 3 (4.6%), nije se složilo 2 (3.1%), niti se složilo niti se nije složilo 8 (12.3%), složilo se 30 (46.2%) i u potpunosti se složilo 22 (33.8%) ispitanika. (graf 7)

S tvrdnjom „Nastavnik me nikada nije uspoređivao s ostalim izvođačima/ učenicima.“ u potpunosti se nije složilo 11 (16.9%), nije se složilo 22 (33.8%), niti se složilo niti se nije složilo 11 (16.9%), složilo se 11 (16.9%) i u potpunosti se složilo 10 (15.4%) ispitanika. (graf 7)

S tvrdnjom „Nakon javnih nastupa više sam dobivao/la kritike nego pohvale od nastavnika.“ u potpunosti se nije složilo 5 (7.7%), nije se složilo 28 (43.1%), niti se složilo niti se nije složilo 19 (29.2%), složilo se 11 (16.9%) i u potpunosti se složilo 2 (3.1%) ispitanika. (graf 7)

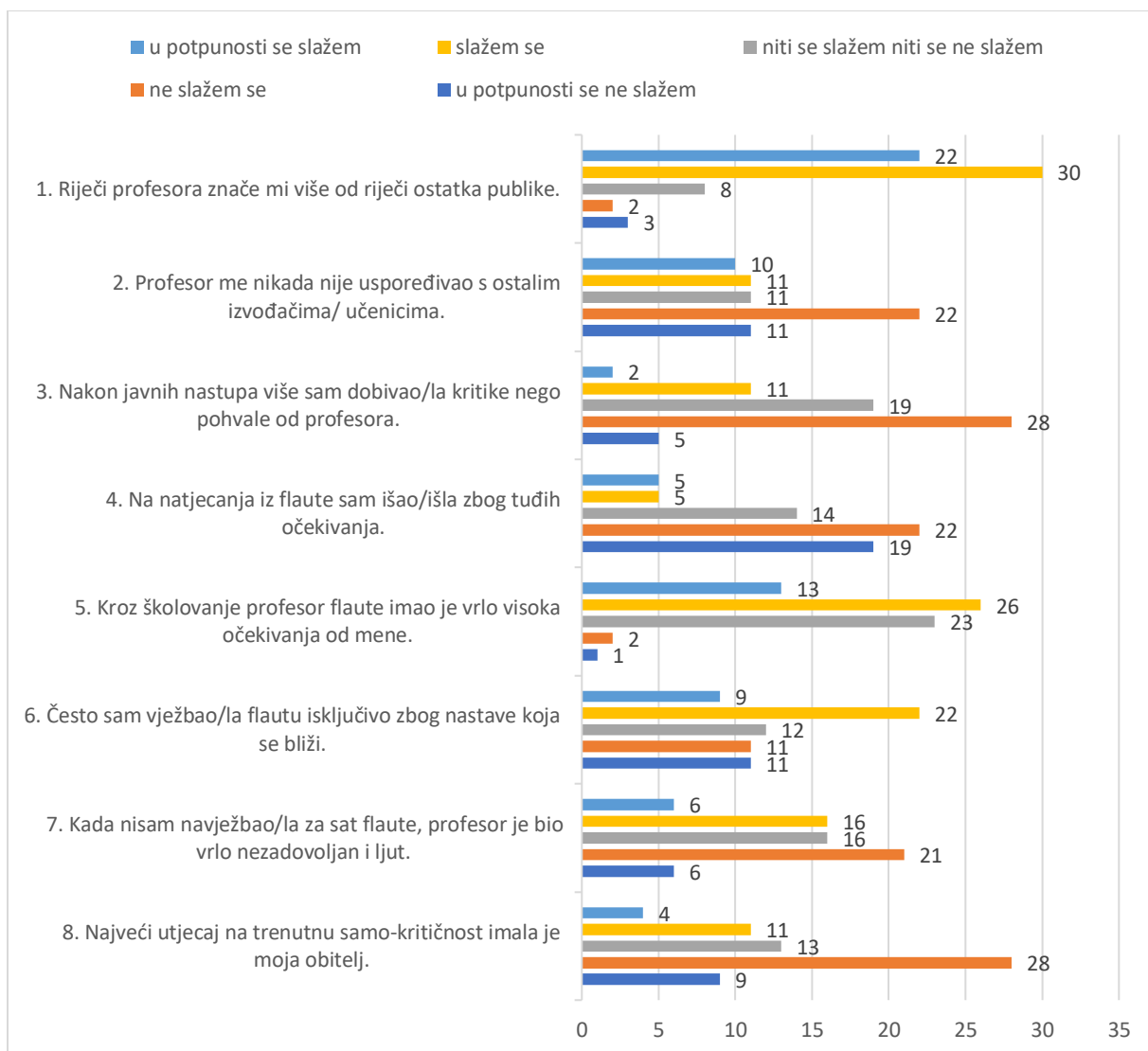
S tvrdnjom „*Na natjecanja iz flaute sam išao/išla zbog tuđih očekivanja.*“ u potpunosti se nije složilo 19 (29.2%), nije se složilo 22 (33.8%), niti se složilo niti se nije složilo 14 (21.5%), složilo se 5 (7.7%) i u potpunosti se složilo 5 (7.7%) ispitanika. (graf 7)

S tvrdnjom „*Kroz školovanje nastavnik flaute imao je vrlo visoka očekivanja od mene.*“ u potpunosti se nije složilo 1 (1.5%), nije se složilo 2 (3.1%), niti se složilo niti se nije složilo 23 (35.4%), složilo se 26 (40%) i u potpunosti se složilo 13 (20%) ispitanika. (graf 7)

S tvrdnjom „*Često sam vježbao/la flautu isključivo zbog nastave koja se bliži.*“ u potpunosti se nije složilo 11 (16.9%), nije se složilo 11 (16.9%), niti se složilo niti se nije složilo 12 (18.5%), složilo se 22 (33.8%) i u potpunosti se složilo 9 (13.8%) ispitanika. (graf 7)

S tvrdnjom „*Kada nisam navježbao/la za sat flaute, nastavnik je bio vrlo nezadovoljan i ljut.*“ u potpunosti se nije složilo 6 (9.4%), nije se složilo 21 (32.3%), niti se složilo niti se nije složilo 16 (25%), složilo se 16 (25%) i u potpunosti se složilo 6 (9.4%) ispitanika. (graf 7)

S tvrdnjom „*Najveći utjecaj na moju trenutnu samokritičnost imala je moja obitelj.*“ u potpunosti se nije složilo 9 (13.8%), nije se složilo 28 (43.1%), niti se složilo niti se nije složilo 13 (20%), složilo se 11 (16.9%) i u potpunosti se složilo 4 (6.2%) ispitanika. (graf 7)



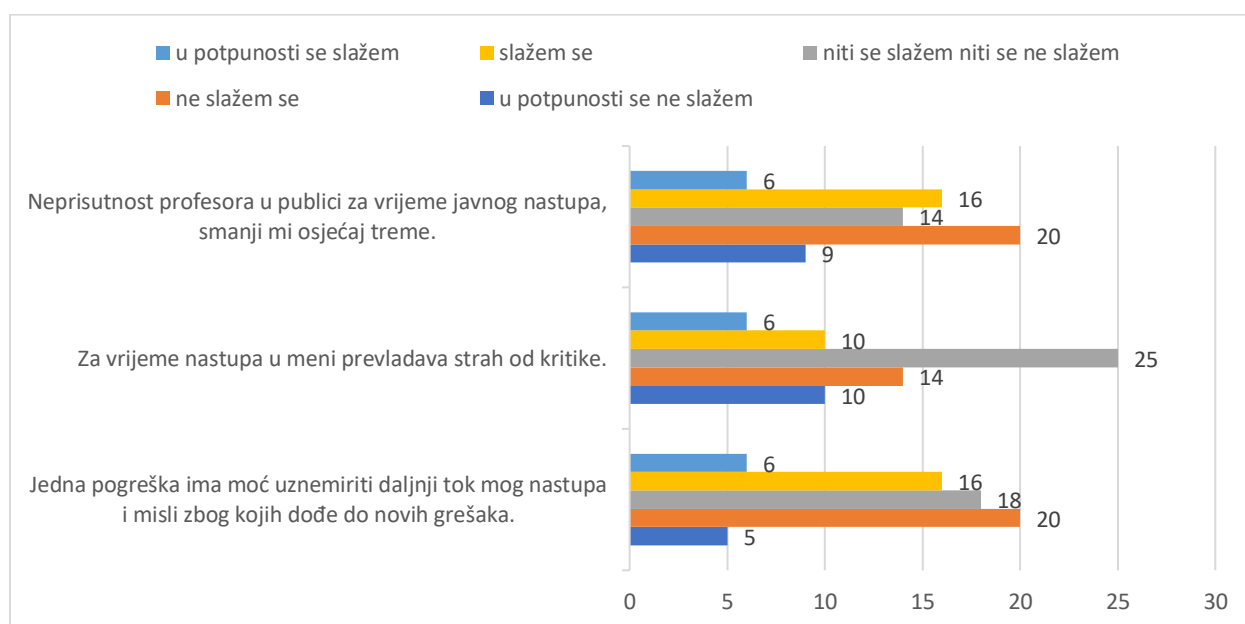
Graf 7. Statistički prikaz odgovora na pitanja u grupi: „Očekivanja roditelja (roditeljskih figura).“

Zabrinutost zbog pogrešaka i kritike

S tvrdnjom „*Neprisutnost nastavnika u publici za vrijeme javnog nastupa, smanji mi osjećaj treme.*“ u potpunosti se nije složilo 9 (13.8%), nije se složilo 20 (30.8%), niti se složilo niti se nije složilo 14 (21.5%), složilo se 16 (24.6%) i u potpunosti se složilo 6 (9.2%) ispitanika. (graf 8)

S tvrdnjom „*Za vrijeme nastupa u meni prevladava strah od kritike.*“ u potpunosti se nije složilo 10 (15.4%), nije se složilo 14 (21.5%), niti se složilo niti se nije složilo 25 (38.5%), složilo se 10 (15.4%) i u potpunosti se složilo 6 (9.2%) ispitanika. (graf 8)

S tvrdnjom „*Jedna pogreška ima moć uznemiriti daljnji tok mog nastupa i misli zbog kojih dođe do novih grešaka.*“ u potpunosti se nije složilo 5 (7.7%), nije se složilo 20 (30.8%), niti se složilo niti se nije složilo 18 (27.7%), složilo se 16 (24.6%) i u potpunosti se složilo 6 (9.2%) ispitanika. (graf 8)



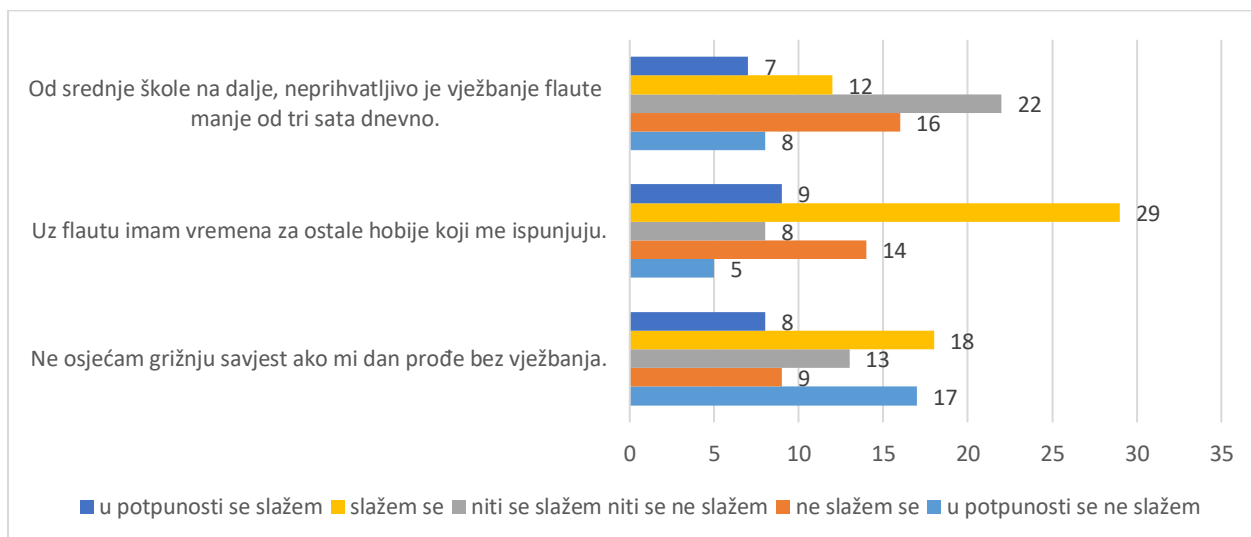
Graf 8. Statistički prikaz odgovora na pitanja u grupi: „Zabrinutost zbog pogrešaka i kritike.“

Organiziranost

S tvrdnjom „Od srednje škole na dalje, neprihvatljivo je vježbanje flaute manje od tri sata dnevno.“ u potpunosti se nije složilo 8 (12.5%), nije se složilo 16 (25%), niti se složilo niti se nije složilo 22 (32.8%), složilo se 13 (20.3%) i u potpunosti se složilo 6 (9.4%) ispitanika. (graf 9)

S tvrdnjom „Uz flautu imam vremena za ostale hobije koji me ispunjavaju.“ u potpunosti se nije složilo 5 (7.7%), nije se složilo 14 (21.5%), niti se složilo niti se nije složilo 8 (12.3%), složilo se 29 (44.6%) i u potpunosti se složilo 9 (13.8%) ispitanika. (graf 9)

S tvrdnjom „Ne osjećam grižnju savjest ako mi dan prođe bez vježbanja.“ u potpunosti se nije složilo 17 (26.2%), nije se složilo 9 (13.8%), niti se složilo niti se nije složilo 13 (20%), složilo se 18 (27.7%) i u potpunosti se složilo 8 (12.3%) ispitanika. (graf 9)



Graf 9. Statistički prikaz odgovora na pitanja u grupi: „Organiziranost“

6 DISKUSIJA

Ovom istraživanju cilj je bio istražiti prisutnost perfekcionizma kod flautista te ima li pedagoški pristup utjecaj na mogući razvoj perfekcionizma kod flautista. Prva hipoteza navodi očekivanje prisutnosti perfekcionizma kod većine ispitanika, a druga hipoteza navodi da pedagoški utjecaj nastavnika potiče razvoj perfekcionizma u flautista. Kako bi ovo istražili, ispitanici su odgovarali na pitanja podijeljena u sedam grupa. Grupe 3, 5, 6, 8 i 9 (Svjesnost prisutnosti znakova perfekcionizma, Sumnja u vlastitu sposobnost Visoki osobni standardi, Zabrinutost zbog pogrešaka te Organiziranost), ciljale su provjeriti postojanost hipoteze 1, a grupe 4 i 7 (Usmjerenje i prisutnost znakova perfekcionizma u pedagoškim tehnikama i Očekivanja roditelja (roditeljskih figura)) ciljale su potvrditi postojanost hipoteze 2. Hipoteza 1 je potvrđena: Više od pola ispitanika odgovorilo je sa 'slažem se' na pitanja u grupi 3, 5, 6 i 9. Hipoteza 2 nije potvrđena: Više od pola ispitanika odgovorilo je sa 'ne slažem se ili 'niti se slažem niti se ne slažem' na pitanja u grupi 4 i 7.

Rezultati izjave 'Često sam osjećao/la stres ili strah prije dolaska na nastavu flaute.' prilično je zanimljiva. Najveći se broj ispitanika s tvrdnjom složio (18, 27.7%), međutim, skoro jednak se broj ispitanika također s navedenom izjavom nije složio (17, 26.2%). Potencijalan razlog tome može biti različito shvaćanje navedene izjave zbog toga što nije izravno naveden razlog straha te je svaki ispitanik imao mogućnost shvatiti izjavu drugačije.

Tvrdnja „*Jednako sam kritičan/a prema svojim kolegama kao i prema samome/ samoj sebi.*“ potvrdila je očekivane odgovore – ispitanici nisu kritični prema drugima kao prema sebi. Međutim, zanimljivost koja se može iščitati iz odgovora jest da ispitanici, iako većinski perfekcionista, nemaju potrebu iste perfekcionistačke standarde postaviti prema svojim kolegama. To potencijalno ukazuje na to da perfekcionista nemaju nužno perfekcionistački pedagoški pristup (graf 6).

Nadovezujući se na graf 7, odgovori ispitanika na izjave „*Nastavnik me nikada nije uspoređivao s ostalim izvođačima/ učenicima.*“, „*Nakon javnih nastupa više sam dobivao/la kritike nego pohvale od nastavnika.*“, „*Na natjecanja iz flaute sam išao/išla zbog tuđih očekivanja.*“ i „*Kada nisam navježbao/la za sat flaute, nastavnik je bio vrlo nezadovoljan i ljut.*“ rezultirali su drugačije od očekivanog. Navedene izjave direktno su se odnosile na utjecaj nastavnika koji može potencijalno potaknuti razvoj perfekcionizma kod učenika. Budući da postoji mnogo nastavnika flaute u Hrvatskoj, lijepo je vidjeti kroz odgovore određenih izjava da većina ispitanika nije osjetilo nametanje stajališta

nastavnika (graf 7). Naglasila bih kao potencijalni razlog navedenih neočekivanih odgovora na izjave „*Nastavnik me nikada nije uspoređivao s ostalim izvođačima/ učenicima.*“ i „*Na natjecanja iz flaute sam išao/išla zbog tuđih očekivanja.*“ rast i promjenu kriterija kvalitete sviranja flaute te očekivanja flautističkog programa kroz godine. Budući da su većina ispitanika po zanimanju nastavnici flaute, mogućnost je da kroz školovanje mlađih i starijih ispitanika nisu bila jednaka očekivanja koja su postojana danas. Zbog natjecanja i međusobnih usporedbi pritisak i očekivanja postaju od učenika sve veća.

Izjavom „*Najveći utjecaj na moju trenutnu samokritičnost imala je moja obitelj.*“, htjela sam potvrditi svoje stajalište da se perfekcionizam kod flautista ne potiče toliko od strane obitelji te su rezultati to potvrdili. Smatram da je obitelj izvođača za vrijeme nastupa njihova najveća podrška. Nadovezujući se na odgojnu ulogu nastavnika, koja se može povezati s roditeljskom figurom, smatram da uloga nastavnika ima veću mogućnost potencijalno razviti perfekcionizam kod izvođača. Nezanemariva je činjenica da nastavnik mora naglasiti nakon nastupa dobre stvari te na čemu učenik treba još poraditi. Međutim, nakon nekog vremena, zbog navođenja više negativnih nego pozitivnih komentara, učenik može pomisliti da njegove kvalitete nisu primijećene. Samim time mogućnost razvitka osjećaja manje vrijednosti kod učenika postaje sve veća. (graf 7)

Za zadnju izjavu „*Jedna pogreška ima moć uznemiriti daljnji tok mog nastupa i misli zbog kojih dođe do novih grešaka.*“, iz grafa 7, odgovori su podjednako raspodijeljeni. Navedeni rezultati sugeriraju različite vrste straha od pogreške kod ispitanika. Smatram da se reakcija na pogreške uči od strane nastavnika. Budući da djeca gledaju nastavnike kao uzor, njihove reakcije na pogreške u početku prikazuju im 'ispravan' stav i reakcije koje kasnije prihvate u vlastitom ponašanju. Time je sugerirana mogućnost da su iz tog razloga odgovori različito raspodijeljeni.

U grafu 4, koji ispituje prisutnost perfekcionističkog razmišljanja u pedagoškom smislu, najčešći broj odgovora koji prevladava jest *niti se slažem niti se ne slažem*. Time se može zaključiti da ovisno o situaciji i trenutku u kojem se nastavnik i učenik nalaze, tvrdnje iz grafa 4 mogu prevagnuti kao 'ispravne' pedagoške tehnike. (graf 4)

Budući da je prva hipoteza potvrđena, a druga nije, može se zaključiti da većina ispitanih flautista jest perfekcionista, ali da ispitanici nisu osjetili pritisak i poticaj razvoja perfekcionizma od strane nastavnika instrumenta.

7 ZAKLJUČAK

Struka glazbenika vrlo je specifična grana zanimanja koja zahtjeva visoku razinu istovremene koncentracije, tehničke spretnosti i prijenosa emocija. Želja za dokazivanjem i težnja savršenstvu jedne su od glavnih usmjerenja misli s kojima se glazbenici suočavaju. Zbog straha od grešaka i loše kritike potencijalno prvobitna svrha glazbe može nestati. Zbog prisutnosti perfekcionizma, javni nastupi mogu postati izvođačima veći izvor stresa nego uživanja tokom izvođenja određenog djela. Istraživanje je potvrdilo da većina flautista pokazuje znakove perfekcionizma. Iako ono ima svoje adaptivne učinke, potrebno je znati prepoznati granicu kada ono preraste u neadaptivne. Budući da su nastavnici glazbenih škola prilično uključeni u odgoj svojih učenika, potrebna je veća količina obraćanja pažnje na način kojim se pristupa učeniku i kvalitetu odnosa koji se razvija. Potrebno je uspjeti zadržati svjesnost ozbiljnosti glazbe i određenu preciznost koja je potrebna u izvođenju bez pritiska koji kasnije prelazi u razvoj perfekcionizma. Kako je prije navedeno, perfekcionističke težnje mogu biti izvor mentalnih i fizičkih tegoba. Kroz istraživanje, većina je ispitanika potvrdilo suočavanje s fizičkim ozljedama zbog pretjerane količine vježbanja. Time je potvrđena količina utjecaja neadaptivnog perfekcionizma i stalnog nezadovoljstva na buduće i sadašnje profesionalne flautiste. Nadalje, kroz faktor perfekcionizma "sumnje u vlastite sposobnosti" rezultati su prikazali veliku prisutnost želje za odustajanjem od glazbene struke. Nepoželjno je gubiti mlade talente i želju za sviranjem kod mladih zbog postavljenih previsokih standarada. Nadam se daljnjem razmišljanju o ovoj tematici i većem osvještavanju svrhe i ljepote glazbe kod mladih flautista bez pretjerano visokih očekivanja. Također, ovim radom potičem razumijevanje i prihvaćanje grešaka u glazbi te obraćanje pažnje na način kojim se stvara i razvija odnos između učenika i nastavnika instrumenta.

8 LITERATURA

Allan, D. (2016) Mental Skills Training for Musicians, *International Journal of Music and Performing Arts* [online], 4, 1, str. 7-20. Dostupno na: <https://doi.org/10.15640/ijmpa.v4n1a2> (pristup 13. prosinca 2022.)

Bilandžić, A. (2018) *Trema kod glazbenika*. Diplomski rad. Zagreb: Muzička akademija Sveučilišta u Zagrebu.

Clark, T; Lisboa, T. i Aaron W. (2014) An investigation into musicians' thoughts and perceptions during performance, *Research Studies in Music Education* [online], 36, 1, str. 19-37. Dostupno na: <https://doi.org/10.1177/1321103X14523531> (pristup 13. prosinca 2022.)

Dobos, B.; Piko, B. F. i Kenny D. T. (2018) Music performance anxiety and its relationship with social phobia and dimensions of perfectionism, *Research Studies in Music Education* [online], 41, 3, str. 1-17. Dostupno na: <https://doi.org/10.1177/1321103X18804295> (pristup 7. prosinca 2022.)

Frost, R. O.; Marten, P.; Lahart, C. Rosenblate R. (1990) The Dimensions of Perfectionism, *Cognitive Therapy and Research* [online], 14, 5, str. 449-468. Dostupno na: <https://doi.org/10.1007/BF01172967> (pristup 8. prosinca 2022.)

Glaser, K. (1960). *Conflicts and rebellion during adolescence*. *Pediatrics*, 26(5), 839-845.

Greblo, Z. (2012). *Što se skriva iza pojma "perfekcionizam"?*. Povijest proučavanja i pregled različitih konceptualizacija perfekcionizma. *Psihologijske teme*, 21(1), 195-212.

Haraldsen, H. M., Nordin-Bates, S. M., Abrahamsen, F. E., & Halvari, H. (2020). Thriving, striving, or just surviving? TD learning conditions, motivational processes and well-being among Norwegian elite performers in music, ballet, and sport. *Roeper Review: A Journal on Gifted Education*, 42(2), 109–125.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470. Dostupno na: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>

Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94–103. Dostupno na: [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(65\)80016-5](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(65)80016-5)

Leong, F. T. L.; Chervinko, S. (1996) Construct Validity of Career Indecision: Negative Personality Traits as Predictors of Career Indecision, *Journal of Career Assessment* [online], 4, 3, str. 315-329. Dostupno na: <https://doi.org/10.1177/106907279600400306> (pristup 7. prosinca 2022.)

Missildine, W. H. (1963) *Your Inner Child of the Past*. New York: Simon & Schuster.

Mor, S., Day, H. I., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (1995). Perfectionism, control, and components of performance anxiety in professional artists. *Cognitive Therapy and Research*, 19(2), 207–225. Dostupno na: <https://doi.org/10.1007/BF02229695>

Page, J.; Bruch, M. A.; Haase, R. F. (2008) Role of perfectionism and Five-Factor model traits in career indecision, *Personality and Individual Differences* [online], 45, 8, str. 811–815. Dostupno na: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.08.013> (pristup 7. prosinca 2022.)

Parncutt, R.; McPherson, E. G. (2002) *The science and psihology of music performance*. New York: Oxford university press.

Patston, T.; Osborne, M. S. (2015) The developmental features of music performanc anxiety andperfectionism in school age music students, *Performance Enhancement & Health* [online], 4, 1-2, 42-46. Dostupno na: <https://doi.org/10.1016/j.peh.2015.09.003> (pristup 7. prosinca 2022.)

Patston, T. (2014) Teaching stage fright? Implications for music educators. *British Journal of Music Education*, 31(1), 85–98. Dostupno na: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1017/S0265051713000144>

Sorkkila, M., Ryba, T. V., Selänne, H., & Aunola, K. (2020) Development of school and sport burnout in adolescent student-athletes: A longitudinal mixed-methods study. *Journal of Research on Adolescence*, 30(1), 115–133. Dostupno na: <https://doi.org/10.1111/jora.12453>

Quantz, J. J. (1976) *On playing the flute* [preveo: Edward R. Reilly]. London: Faber and Faber limited.

Jeong, S. J., Ryan, S. C. (2022) A critical review of child perfectionism as it relates to music pedagogy, *Psychology of Music* [online], 50, 4, str. 1312-1327. Dostupno na: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/03057356211042080> (pristup 7. prosinca 2022.)

9 PRILOG - Anketni obrazac

Perfekcionizam kod flautista

Poštovani,

Kroz ovu anketu želim saznati i utvrditi razinu prisutnosti perfekcionizma kod flautista te pedagoški utjecaj nastavnika na razvoj i poticaj istog.

Upitnik je u potpunosti anoniman te se dobivene informacije koriste isključivo u svrhu istraživanja.

Hvala na izdvojenom vremenu!

Nikolina Hapač, studentica 5. godine integriranog studija flaute na Muzičkoj akademiji u Zagrebu.

1. Spol

- Muško
- Žensko

2. Dob (u godinama)

3. Trenutno zanimanje

- učenik
- student
- nastavnik flaute

4. Molimo Vas da iznesete stavove o sljedećim tvrdnjama. Označite jedan odgovor.

	u potpunosti se ne slažem	ne slažem se	niti se slažem niti se slažem	slažem se	u potpunosti se slažem
1. Smatram da sam perfekcionista.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Sam/a sebi najveći sam kritičar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Nakon javnih nastupa više sam dobivao/la kritike nego pohvale od nastavnika.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Najveći utjecaj na trenutnu samokritičnost imala je moja obitelj.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Riječi nastavnika znače mi više od riječi ostatka publike.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Često sam osjećao/la stres ili strah prije dolaska na nastavu flaute.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Za vrijeme nastupa u meni prevladava strah od kritike.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Na natjecanja iz flaute išao/išla sam zbog tuđih očekivanja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Kritiku nastavnika nikada nisam doživio/doživjela osobno.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Često osjećam da moj rad nije uočljiv/primjećen/dovoljan.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Nikada ne težim savršenstvu za vrijeme nastupa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

- | | | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 12. Često sam vježbao/la flautu isključivo zbog nastave koja se bliži. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 13. Kroz školovanje nastavnik flaute imao je vrlo visoka očekivanja od mene. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 14. Niska nagrada na natjecanjima stvara mi osjećaj srama i nepripadanja. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 15. Jednako sam kritičan/a prema svojim kolegama kao i prema samome/ samoj sebi. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 16. 'Loš' nastup stvori mi osjećaj neuspjeha. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 17. Zbog pretjeranog vježbanja doživio/ doživjela sam fizičku bol ili ozljedu. (tetive/ zglobovi/ ramena). | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 18. Osjećaj razočaranja nakon "lošeg" sata ili nastupa najbolje me motivira i potiče na vježbanje. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

5. Molimo Vas da iznesete stavove o sljedećim tvrdnjama. Označite jedan odgovor.

	u potpunosti se ne slažem	ne slažem se	niti se slažem niti se slažem	slažem se	u potpunosti se slažem
1. Smatram da isključivo savršenom izvedbom dokazujem vrijednost vlastitog rada i kvalitetu sviranja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Gruba kritika nastavnika suočavanje je učenika/ studenta s istinom.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Kada nisam navježbao/la za sat flaute, nastavnik je bio vrlo nezadovoljan i ljut.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Nikada se nisam suočio/la sa željom za odustajanjem od struke sviranja flaute.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Neprisutnost nastavnika u publici za vrijeme javnog nastupa, smanji mi osjećaj treme.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Osjećaj da nisam dovoljno dobar/dobra prisutan je bez obzira na količinu vježbanja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Smatram da je kritika bolji motivator od pohvale jer se njome potiče rad na sebi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Nikada nisam osjetio/la potrebu za	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

dokazivanjem
vlastite kvalitete.

9. Jedna pogreška ima moć uznemiriti daljnji tok mog nastupa i misli zbog kojih dođe do novih grešaka.

10. Nastavnik me nikada nije uspoređivao s ostalim izvođačima/ učenicima.

11. Usporedba učenika je potrebna zbog osvješćivanja jačine i stvarnosti konkurencije s kojom se suočavaju.

12. Vlastita očekivanja s vremenom postaju sve veća.

13. Strastveno radim i uživam u ispunjenju 'nemogućeg'.

14. Ne osjećam grižnju savjest ako mi dan prođe bez vježbanja.

15. Uz flautu imam vremena za ostale hobije koji me ispunjuju.

16. Od srednje škole na dalje, neprihvatljivo je vježbanje flaute manje od tri sata dnevno.

17. Neuspjeh ili uspjeh učenika/ studenta odraz je kvalitete rada njegovog nastavnika.

18. Neumjerenu težnju za savršenstvom primjećujem na sebi i u situacijama ne vezanim uz glazbu.