

# Hudební hry v praxi

## Texty k přednášce - Jak pracovat s žákem, který necvičí - problematický žák.

### Cvičení na nástroj, jaká je to činnost?

Hra na nástroj je téměř totéž jako domácí příprava do školy, čili učení se. Dítě musí něco konkrétního nacvičit a učí se, jak toho dosáhnout, je to náročná činnost na čas a jeho psychiku, protože cvičení provází množství neúspěchu a jen malé záblesky úspěchu. Dokola opakovat jedno místo nebo skladbu není nijak zábavné ani tvůrčí.

Je dobré si uvědomit celkový vývoj dítěte s jeho nástrojem. Že jako malé začne hrát a v nějaké míře ho to baví, je přirozené. Čerpá energii ze svého dětství, kde si samo dokáže uspokojit potřebu hraní si. Nedělá mu problém se chvíli věnovat i podivné činnosti, jako je cvičení na hudební nástroj. Jak dospívá, váha se stále více naklání na stranu učení se (stupňující požadavky na základní škole). I ten krátký čas volna, co má na své hraní si, musí vyplnit další nudnou činností - cvičením na nástroj. A tak, jak se ze školy postupně stává povinnost a vytrácí hravost, stává se to i s hudebním nástrojem. Nenechme se oklamat tím, že dítě bez větších problémů zvládá všechny strasti, které mu hra na nástroj přináší. Může se v něm hromadit stres a strach, až jednoho dne nám řekne: „už toho mám dost, na nástroj hrát nechci.“ Není se čemu divit, přestalo čerpat energii z hravé minulosti a ovládla jej vážná „dospělá“ přítomnost.

### Nechce se mu cvičit, co s tím?

Nelze předpokládat, že hraní bude dítě bavit vždy a za všech okolností. Důležité je si uvědomit, že když se mu cvičit nechce, problém většinou není ve vašem dítěti (i když to tak logicky vypadá). Je totiž naprosto přirozené, že by raději dělalo něco jiného (běhalo venku, hrálo počítačové hry, sportovalo atd.). Položme si otázku, co je to, co by ho mělo bavit, proč by se mu mělo chtít cvičit? Jsou to nudné stupnice, etudy, lidové písničky nebo technická cvičení? To, že dokola musí něco opakovat, aby se to naučilo? To, že hraje stokrát hůře než jeho učitel? Kde má najít radost a uspokojení za hodiny namáhavého cvičení? Tím, že ho

budeme nutit do činnosti, která ho nebaví, nedosáhneme pozitivní odezvu (že ho to začne bavit). Více a více ho jen ujišťujeme, že hraní na nástroj je nudná činnost. Co potřebujeme udělat, je ukázat mu jiný způsob kontaktu s nástrojem.

**Není to jen vaše dítě, kterému se nechce cvičit, celé hudební dějiny jsou plné takových hudebníků. Je to vlastně úplně normální.**

Problematické je, že dítě to o sobě neví a předpokládá, že někomu jinému se cvičit chce a baví ho to. Začne se obviňovat: „něco se mnou není v pořádku, když se mi už nechce cvičit, musím se do toho přimět a určitě se mi jednou zas bude chtít“. Často máme představu, že dítě je jen líné a nechce se mu. Já si myslím, že to tak není a zkusím vás přesvědčit.

Pro pochopení celé problematiky je nutné se podívat i na náš vzdělávací systém. Ten si vymyslel na žáky množství lstivých způsobů, jak je ke cvičení motivovat (samozřejmě pro jejich dobro). Vytvořil známkování, vystoupení, soutěže, zkoušky atd. Snaží se v dětech soustavně vytvářet a udržovat pocity, že takové jaké jsou, jsou špatné. Když se zlepší, něco naučí, změní, prostě vylepší, škola je pozitivně ohodnotí. Když se ale podle jejich pravidel nechovají, jsou odmítané a negativně posuzované. Rodí se v nich strach, že být sám sebou není pro ně bezpečné. A stejně se dítě chová i k nástroji. Chce být učitelem přijímané a chválené, mít dobré známky, krásně hrát na vystoupeních = plnit očekávání okolí. A právě tužba po přijetí a strach z jeho nedostatku, jsou často jediné pocity, které ho ke cvičení dovedou. Stává se tak na nich závislé, je to jeho motor k pokroku a k dalšímu růstu, jakmile je necítí, přestává mít důvod ke cvičení, nic ho nežene, nemotivuje. Proč by mělo cvičit na nástroj, když nemá před sebou žádné vystoupení, z něhož by cítilo strach. Je to cesta, kterou jsme byli vychovávaní, která nám byla vštěpována jako něco normálního. Nemá ale nic společného s posláním hudby, neotevívá hudebníkové srdce a neukazuje jeho vnitřní krásu. Vede to k tomu, že na pódiiích jsou vystresovaní interpreti, kteří sice hrají krásnou hudbu, ale sami jsou plní strachů a obav. Nejsou celiství, pravdiví a nehrají pro radost. Takže, když dítě necvičí, může to být proto, že necítí žádný strach nebo je zatím jen malý (koncert je daleko). Co s tím, jak to změnit?

**Rozdíl mezi cvičením a hraním/tréninkem a zápasem**

Jaký je rozdíl mezi cvičením na nástroj a hrou na nástroj? V obou případech se hraje na nástroj a pro neinformovaného člověka (například z nějakého přírodního kmene) v tom není žádný rozdíl. Vidí činnost, která je stejná jak při cvičení tak i hraní. V čem je rozdíl? Kontakt s nástrojem je rozdělen na dvě fáze, na **přípravu k něčemu** a samotné **realizování záměru**. Přípravná fáze je nutné zlo, kdy se dítě musí něco naučit, často do hraní nutit, mnohokrát opakovat nějaké úseky, opravovat chyby... Realizace je ten čas, kdy se celému snažení dává smysl, má koncert, zkoušku, hodinu.

Je třeba si uvědomit, co v psychice dítěte dělá oddělení těchto dvou fází. První vytváří pocit, že teď je to jen taková příprava, něco ne velmi důležité. A když se mu cvičit (připravovat) moc nechce, je bráno jako normální, má to tak přece každý. Druhá fáze zase vytváří pocit, že to důležité přijde až v budoucnu, celkové uspokojení a smysl jeho snažení. Je to ale pravda?

Když se ptám dětí na základních uměleckých školách, proč hrály na koncertě nebo šly na soutěž, nejčastější odpověď je: „*chtěl to náš učitel nebo rodič*“. Málokdy jsem se setkal s odpovědí (a to jen v nižších ročnících): „*mě to baví*“ nebo „*samotnému se mí chce*“. Realita je častokrát taková, že dítě by samo ze své vůle nehrálo skoro na žádném koncertě a soutěži. Vše dělá pro někoho jiného (např. pro rodiče a učitele) a ne z důvodu, že ho to baví, a že cítí z vystupování uspokojení. Když i uspokojení přijde, zaměňuje si ho za úlevu z ukončeného vystoupení = končí se jeho trápení a již dál nemusí skladbu cvičit. Myslíte si, že až vyrostete, nastane změna? Bude hraní vnímat jinak? Nezmění, nemá totiž ani jak. Dítě si na tento přístup přivyklo a bude jej i v budoucnu považovat za normální.

**Nemá se kde naučit jinému principu, a tak cvičí a vystupuje z důvodu, že je to nutné, že musí...Z hraní se stává povinnost a vytrácí radost.**

Za několik let dítě ani neví, proč vlastně hraje na nástroj. Pamatuje si, že ho to kdysi velmi bavilo, ale dnes se s tím pocitem už neumí spojit, hraje jen ze zvyku.

Aby došlo k nápravě, je důležité přestat rozlišovat mezi hraním a cvičením. Potřebuje dosáhnout, aby samotné cvičení bylo pro něj naplňující, radostné a šťastné. Není možné, aby stále čekalo na budoucnost, ta nikdy nepřijde, zítřek neexistuje. Žije v iluzi, která ho udržuje ve stavu, ve kterém dnes na sobě nemusí nic změnit a doufá, že se to stane v budoucnu samo. Očekávání změny tu ale bylo už včera, minulý týden, rok... a stále se nic nezměnilo. **Proto není na co čekat, je třeba začít s radostným hraním již dnes.**

## Vnější motivace – Z „musíš“ se „chci“ nestává

Mnoho učitelů je přesvědčeno, že když přimějí své žáky výhrůzkou nebo příslibem odměny, aby cvičili na hudební nástroj, a budou to dělat dostatečně dlouho, začne je hraní bavit. Budou už cvičit sami od sebe, z vnitřní motivace. Po několikaletém „motivování“ učitel často zjišťuje, že se bohužel nic nezměnilo. Naše snažení nepřineslo žádanou změnu.

Možná vás napadne argument: Takto se to přece ve škole dělalo vždycky. Vždyť i vy jste tak byli vedeni, co je na tom špatné?

Ano, pomocí vnější motivace už mnoho učitelů naučilo své žáky hrát na hudební nástroj. Otázkou však je, zda a jak tuto dovednost později opravdu využili, když cvičení bylo spojeno s negativními pocity (nátlak, stres, strach).

Znám mnoho „bývalých“ hudebníků, kteří po absolvování ZUŠ nebo konzervatoře téměř přestali hrát na hudební nástroj. Ne proto, že by jim to nešlo nebo neměli talent, ale proto, že byli naučení cvičit jen, když jim někdo řekl, když se blížilo vystoupení nebo zkoušky – tedy z **vnější motivace**. Ze své iniciativy se do hraní téměř vůbec nepouštěli. Škola v nich vypěstovala závislost na vnějším tlaku a autoritě.

Na druhou stranu znám několik aktivních hudebníků, a jsou to i známé osobnosti, kteří do hudební školy nikdy nechodili (možná právě to jim nevzalo chuť a energii k hraní), sami rádi cvičí a vystupují - dělají to z **vnitřní motivace**.

## Vnitřní a vnější motivace

**Vnější motivaci** můžeme shrnout do činností, ve kterých nevidíme žádný smysl, neuspokojují naše potřeby. Jsou to také činnosti, které děláme proto, abychom se vyhnuli nepříjemnostem, vyčítání, vyhrožování, kázání a trestům. Vnější motivací může být také touha po získání odměny. Pro vnější motivaci je typické, že činnosti děláme jen do té doby, dokud trvá hrozba nepříjemnosti nebo příslib odměny či pochvaly.

**S vnitřní motivací** děláme hlavně činnosti, které nás zajímají a baví = to, co sami chceme. Vnitřní motivace tak úzce souvisí s uspokojením našich potřeb. V hudbě to může být

například radost z tvoření hudby, společné hraní v kolektivu, naučení se známé skladby, písni, zdolávání překážek (těžkých míst), pocit splynutí s hudbou, být středem pozornosti... Častokrát se setkáváme s kombinací vnitřní a vnější motivace. Například s vnitřní motivací můžeme dělat i činnosti, které potěší druhé (rodiče, učitele, partnera). Děláme to proto, že nás to baví, a ne pro pochvalu/odměnu - vnější motivaci. Ta když přijde, tak je to druhotný produkt/důsledek naší snahy.

Například žák zahraje hezky skladbu a učitel ho za to pochválí. Nehraje ji však pro pochvalu samotnou, ale proto, že ho skladba baví a líbí se mu.

To, k čemu vás chci inspirovat, je opustit jednoduché, rychle účinkující nástroje vnější motivace (vystoupení, známka, zkouška, pochvala...) a zaměřit se na dlouhodobější výsledky a cíle spojené s vnitřní motivací. Protože když se je dítě nenaučí, po skončení vnější motivace většinou přestává hrát (nemusí hrát/cvičit, protože nemá hodinu ani vystoupení).

## **Vnitřní motivace – to si chci zahrát**

Do vnitřní motivace patří činnosti, o kterých jsme přesvědčeni, že jsou potřebné a správné = přijali jsme je za vlastní, zařadili mezi své hodnoty. Žák ví, že je potřebné a také správné cvičit několikrát za týden na hudební nástroj (když se ho zeptáme, tak nám to určitě řekne). Tak proč to nedělá? Jeho vnitřní motivace není tak silná, aby překonal nechuť ke cvičení/učení se hrát. Zvýšit vnitřní motivaci můžeme jednak tím tak, že umožníme žákům hrát to, co je baví, ale také změnou přístupu k domácímu cvičení.

Když se zeptám svých žáků, co by si chtěli zahrát, kromě odpovědi *nevím* jsou to nejčastěji skladby od oblíbeného interpreta, to, co slyší v rádiu nebo z jejich oblíbeného filmu, hry... Hudba, se kterou přicházejí do styku. Pokud žák říká že *neví*, dám mu za úkol najít dvě-tři skladby, které se mu líbí a poslat mi je v průběhu týdne na mobil. Z nich jednu vyberu a nějakým způsobem se ji snažíme hrát. Častokrát to není v její originální podobě, ale například v úpravě melodie, doprovodu...

Ale co s klasickými autory?

Hudbu od tradičních klasických autorů zařazují mezi jimi vybrané skladby. Používám je jako koření a vedu je cestou od toho, **co je jím blízké**, k tomu, **co je zatím pro ně neznámé**. Tímto následuji jejich vnitřní motivaci, kdy hrají skladby více pro sebe než pro mě. Techniku hry můžeme učit stejně dobře i na filmové hudbě, jako na etudě od Czerného. Chce to jen trochu tvořivosti.

Pokud chceme, aby žák přijal za vlastní cvičit/hrát na nástroj pravidelně (z vnitřní motivace), je třeba také změnit přístup k domácímu cvičení. Přinést do něj více hravosti a kreativity. To znamená nejenom cvičit skladbu a vylepšovat ji (tento proces je nekonečný, a tím i pro žáka frustrující), ale hlavně si s hudbou a nástrojem hrát. Naučení skladby tak není primární cíl, ale sekundární, který se děje jako vedlejší produkt hraní si se skladbou. I kvůli tomuto účelu vznikla aplikace Noutee, která ve verzi PRO obsahuje velkou databázi not s různými hrami, ale také s klavírním doprovodem. Záměrem je pomoci žákovi udržet se při cvičení delší dobu. Více informací o aplikaci najdete na [www.noutee.cz](http://www.noutee.cz). Může se stát, že žák doma cvičí z vnitřní motivace, hraje skladby které ho baví, ale vám se zdá, že cvičí málo. Vidíte, že mu to jde a chcete aby víc uplatnil svůj talent. V tomto případě, pokud budete tlačit na změnu (větší aktivitu), dostanete žáka do konfliktu. Jeho vnitřní vývoj s hudbou má své tempo a vaším tlakem se může považovat za špatného: *Proč se mi nechce cvičit víc, když by jsem měl (jak říká učitel)*. Žák možná i začne více cvičit, ale bude to kvůli vám a ne z vnitřní motivace, já chci.

Praktické návody a hry, kterými můžete žáky inspirovat, popisují v e-knize *Hravé hudební hry s nástrojem*. Chce to trochu změnit myšlení a zažité stereotypy v přístupu k učení/cvičení, kde větší hodnota je v pozitivním vztahu k nástroji/skladbě na úkor její dokonalosti. Pokud změnu v přístupu k učení ale nemyslíte vážně a uděláte ji jen naoko, žák bude i nadále cítit váš tlak a nevznikne v něm prostor na změnu (to, že vám nezáleží na dokonalém/bezchybném hraní, budete předstírat).

## Hodina nemusí být jenom o zkoušení žáka

Má zkušenost s žáky je ta, že ne všichni mají rádi, když od nich chci ze všeho nejdřív zahrát, co se doma naučili. Je to jedna z nejzažitějších aktivit hodiny, kterou žák automaticky očekává. Žáci ji moc nemilují a někteří se jí dokonce obávají. Je to zbytečný stres.

Když si vzpomenu na své studentské roky, pokud jsem neměl skladbu super nacvičenou, tohoto „zkoušení“ jsem se obával. Nebyl jsem si také jist, jestli to, co jsem se naučil doma, zahraji i na hodině.

Svou hodinu proto často začínám jinou aktivitou – společným hraním, improvizací nebo fyzickým cvičením s nástrojem. Účelem je žáka naladit na hudbu, oddělit ho od předchozích aktivit, oživit prsty a rozcvičit se. Postupně se do hraní dostáváme a žák mi skladbu, kterou doma cvičil, nakonec zahraje. Bez tlaku, pocitu zkoušení a stresu.

Tento typ začátku hodiny ale nemusí vyhovovat každému žákovi. Někteří se rádi předvádějí a ukazují, co se doma naučili.

## On to snad dělá naschvál. Vždyť ví, jak je to správně.

Také jste se setkali s tím, že žák dělá chyby jakoby naschvál?: *Vždyť přece ví, že to nemá dělat, už jsem mu to několikrát opakoval. Kdyby víc cvičil, nebyl tolik na počítači..., víc se snažil, soustředil se, hraní by vypadalo úplně jinak.*

Jenže žák hraje tak, jak **nejlíp umí**, a jsem přesvědčen, že chyby nedělá naschvál. On teď prostě **neumí** nedělat pořád stejné chyby, **neumí** se více soustředit, **neumí** si vzpomenout na... Protože pokud by to **uměl, hrál by tak** (dělal by to). Angličtina má na to dobrý výraz: ***I am doing my BEST*** (doslovný překlad – ***Dělám moje nejlepší***).

Vy učíte, jak nejlépe dovedete v tento moment, a to dělá i žák (stejně jako se vám nemusí líbit, jak hraje žák, jemu se nemusí líbit, jak učíte). Obviňování a emoce, které z frustrace použijete při vyučování, nepomohou rychleji navodit pozitivní změnu. Možná bychom mohli žákům začít více důvěřovat.

## Domácí úkol jako problém

Smysl domácích úkolů je, aby si žák doma zopakoval a naučil (zautomatizoval) to, co jsme probrali na hodině, a také to, co mu nešlo. Když to žák nedělá, tak se jeho rozvoj děje jenom na hodině. Pokud by měl hodinu s učitelem každý den, možná by to i stačilo. Jenomže hodinu nástroje má jednou, maximálně dvakrát za týden, a tak je pro jeho rozvoj domácí cvičení nutné.

Pokud dáváme žákům, kteří necvičí, domácí úkoly a oni je **neplní**, může se v nich objevit pocit viny, vnitřní napětí a strach z hodiny. Z toho se může vyvinout negativní vztah k nástroji. Žák necvičí, když mu úkoly dáváme, nebo nedáváme. Takže naše snaha s úkoly je zbytečná, výsledek je vždy stejný.

Pokud jim úkoly nedáváme, neživíme tyto vnitřní nepříjemné pocity. Doposud jsme jednali z přesvědčení, že pokud své žáky budeme dostatečně dlouho motivovat (pod pohružkou, nebo odměnou), přijdou hraní na chuť a začnou i sami cvičit. Přístup, který vám chci ukázat, je založený na **záměrném** nedávání úkolů. Zní to možná paradoxně, ale právě nedáváním úkolů můžeme změnit vztah žáka k nástroji (cvičení/hraní). Uvolnění způsobené tím, že nemá domácí úkol, bude pro něj vítanou změnou: *Já nemám úkol, nemusím cvičit, to je super...* Příště přijde možná spokojenější na hodinu a problém s necvičením přestane existovat. Není totiž u něj co kontrolovat. I když to teď možná vypadá jako rezignace, která vede k nicnedělání, není tomu tak. Naopak, toto uvolnění má žáka přivést k počáteční energii zájmu o studium hudby a radosti z hraní.

Problém s neochotou cvičit / rozvíjet se je z velké míry způsoben také požadavky školství na žáka: *Už se v tomto roku musíš naučit vibrato. Měl bys už umět zahrát tyto skladby. Je potřebné abys šel na soutěž. Už musíš hrát z paměti...* I když je neplní (necvičí), je si jich vědom. **Jsem přesvědčen, že by každý žák rád cvičil a rozvíjel se, ale zatím neví, jak to má ve svém životě udělat.**

Požadavky zvenčí je zahlcen dříve, než se v něm má možnost zrodit vlastní semínko zvědavosti (potřeba cvičení/vzdělání). Je to stejný žák, jaký byl v prvním ročníku, když byl hladový po dovednostech. Jenomže teď je zavalen vším tím, co musí, bez kontaktu s tím, co chce on sám. Přestává vědět, jestli chce hrát na hudební nástroj, nebo ne. Zapomíná, proč



vůbec začal hrát a co ho k hraní přitáhlo – fascinovalo. Proč by potom měl plnit naše úkoly, když ztratil vnitřní smysl?

Váš nový přístup (záměrné nedávání úkolů) mu také umožní, aby si všiml, že i když nemusí cvičit, má stále nepříjemné pocity viny: *Jak to, že i když mi učitel dovolí necvičit, necítím takovou úlevu, jakou jsem očekával? Vím, že bych měl cvičit, že je to správné, ale...* Žák má svobodnou volbu, může si doma hrát, ale nemusí. Tím mu ukazujeme, že jeho vývoj je na něm samotném a také že ho vnímáme a nejsme proti němu. Vytvoříme chráněné prostředí a tím mu umožňujeme nejprve se od tlaku oprostit a až potom v sobě může začít objevovat energii k dalšímu růstu a také smyslu, proč hrát na hudební nástroj. Paralela se dá najít v alternativních školách demokratického typu (například Summerhill, Ježek bez klece...), kde podobným způsobem učitelé k žákům přistupují.

Tento přístup pomáhá nejen žákům, ale také nám **učitelům**. Protože když dáváme úkoly, podvědomě očekáváme jejich plnění, a i když žákům říkáme „*Nevadí, že jsi necvičil*“, žák z nás cítí určitý tlak. Vnímá, že bychom byli raději, kdyby cvičil a rozvíjel se. **Upuštěním od dávání úkolů se v nás nevytváří z necvičení problém.** Nespouští se zažité vzorce myšlení, názory a postoje: *Co s ním? Jak to vyřešit? Jak motivovat, aby cvičil?* Otevírá se v nás prostor, kde je vše v pořádku (cvičí–necvičí, dělá úkoly – nedělá úkoly): *Neměl úkol, necvičil, nevádí, je to v pořádku.* Bude to pro nás možná nové, proto si dopřejme dostatek času na změnu.

Je důležité, abyste to mysleli vážně, a po měsíci nezačali žákovi vyčítat jeho pasivitu (ta tam byla i předtím, rozdíl je pouze v tom, že teď je mu dovolena). Dopřejte mu čas na zotavení. Nebude to za dva týdny, možná ani za měsíc a možná to proběhne rychle.

Snad je každému jasné, že těžko nastane změna ve vztahu k nástroji, pokud na něj žák dlouhodobě nehraje. Bez kontaktu s nástrojem nebuduje svůj vztah k němu a nic se tím neřeší (problém se jenom odloží). Jde o to, nacházet rovnováhu mezi naší podporou, svobodným přístupem a rozvíjením žákovy vnitřní motivace. Tento přístup není nový ani mnou vymyšlený. Učitelé na ZUŠ se mi často svěřují, že s některými žáky to takto dělají a funguje jim to.

Může ve vás vzniknout otázka, jak mám vědět, že se už žák uvolnil z tlaku na cvičení a mění se i jeho vztah k nástroji? Zkuste mu jednou za čas dát inspiraci k domácímu hraní

(naschvál nepíše cvičení), kde se nemusí něco učit/zdokonalovat. Uvidíte, jestli úkol splní, nebo ne. Jak na to, se můžete inspirovat v mé e-Booku *Hravé hudební hry*.

Když máme na hodině žáka, který se doma nepřipravoval, máme v podstatě dvě možnosti, co s ním na hodině dělat:

1. cvičit s ním = učit se hrát skladby, které doma necvičil
2. hrát a bavit se s hudbou bez cvičení a opravování = hrát skladby, které již zná v podobě SOLO, nebo DUO

Hudební hry, které vám doporučuji, pracují s druhou možností, a tím ukazují žákům jiné způsoby hraní a kontaktu s nástrojem. To, že hraní na nástroj není jen o „seriózním“ cvičení, ale také o tvoření a zábavě. Pokud od nás zažije/pozná jen seriózní učení se, bude to přenášet i na svou domácí přípravu. Pokud mu však ukážeme i jiné zábavné možnosti, může je použít, a obohatit si tak nudné cvičení.