



VYTAUTO DIDŽIOJO UNIVERSITETAS  
SOCIALINIŲ MOKSLŲ FAKULTETAS  
TEORINĖS PSICHOLOGIJOS KATEDRA

Jurgita Kaušakytė

**MUZIKA POVEIKIO NUOTAIKAI SAŠAJOS SU VIII-XII KLASĖS  
PAAUGLIŲ DEPRESIŠKUMU IR SUICIDINĖMIS TENDENCIJOMIS**  
(lietuvių kalba)

Magistro baigiamasis darbas

Mokyklinės psichologijos studijų programa, valstybinis kodas 62406S107

Psichologijos studijų kryptis

**Vadovas dr. Visvaldas Legkauskas** \_\_\_\_\_  
(Moksl. laipsnis, vardas, pavardė) (Parašas) (Data)

**Apginta** \_\_\_\_\_  
(Fakulteto/studijų instituto dekanas/direktorius) (Parašas) (Data)

Kaunas, 2010

## Turinys

I. Santrauka	4
II. Summary	5
III. Įvadas	6
IV. Pagrindinių sąvokų žodynelis	8
1. Muzikos, nuotaikos, depresiškumo ir suicidiškumo sąvokų samprata	9
1.1. Muzikos sąvokų apibrėžimas	9
1.2. Nuotaikos, depresiškumo ir suicidiškumo apibūdinimas	10
2. Muzikos terapijos poveikis	11
2.1. Muzikos terapijos poveikis fizinei būsenai ir nuotaikai	11
2.2. Muzikos terapijos ir subkultūros panašumai	18
3. Muzikos stiliaus pasirinkimo sąsajos su depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis	20
4. Muzikos ir paauglio santykį aiškinančios teorijos	27
5. Tyrimo tikslas, uždaviniai, hipotezės	31
6. Tiriamieji	32
7. Tyrimo metodika	32
8. Tyrimo procedūra	33
9. Tyrimo rezultatai	34
9.1. Depresiškumo sąsajos su skirtingais muzikos stiliaus pasirinkimu	34
9.2. Suicidiškų tendencijų sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	35
9.2.1. Požiūrio priimančio savižudybę sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	35
9.2.2. Smerkiančio savižudybę požiūrio sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	36
9.2.3. Suicidiškumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	36
9.3. Nuotaikos sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	37
9.3.1. Neigiamos nuotaikos sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	37
9.3.2. Teigiamo emocingumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	38
9.3.3. Baimės sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	39
9.3.4. Priešiškumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	39
9.3.5. Kaltės sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	40
9.3.6. Liūdesio sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	41
9.3.7. Linksmumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	42
9.3.8. Pasitikėjimo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	43
9.3.9. Dėmesingumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	44
9.3.10. Drovumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	45
9.3.11. Nuovargio sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu	46

9.4. Klasikinės muzikos poveikis nuotaikai	47
10. Rezultatų aptarimas	48
V. IŠVADOS	52
VI. REKOMENDACIJOS	53
VII. LITERATŪROS SĄRAŠAS	54
Priedai	
1 Priedas. Rezultatų lentelės	60
2 Priedas. Nuotaikos skalė.	86

# I. SANTRAUKA

Jurgita Kaušakytė. Muzikos poveikio nuotakai sąsajos su VIII – XII klasės paauglių depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis: Psichologijos magistro tezės./ darbo vadovas dr. V. Legkauskas. Kaunas: Vytauto Didžiojo universitetas, Socialinių mokslų fakultetas. Teorinės psichologijos katedra. - Kaunas, 2010. – 62 p. [Rankraštis]. Saugomas VDU bibliotekoje.

*Raktiniai žodžiai:* metalo muzika, klasikinė muzika, nuotaika, depresiškumas, suicidinės tendencijos, paaugliai.

Tyrimo tikslas: išsiaiškinti kaip gotikinio metalo ir klasikinės muzikos klausymasis siejasi su depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis, patikrinti klasikinės muzikos poveikį nuotakai, bei palyginti kaip šis poveikis skiriasi depresiškiems, suicidiškiems ir šių problemų neturintiems paaugliams.

Tyrimė dalyvavo 134 Kauno „Vyturio“ katalikiškos vidurinės mokyklos 8-12 klasės moksleiviai, kurių amžius pasiskirstęs tarp 13-19 metų. Iš jų 69 (51, 49%) mergaitė ir 65 (48,51%) berniukai.

Tiriamieji užpildė anketas, kuriose buvo matuojamas depresiškumas (Zung'o depresiškumo skalė, Zung, 1965), požiūris į savižudybę (Nuostatų savižudybių atžvilgiu klausimyno dvi skalės Skruibis, Gintilienė ir Labanauskaitė, 2008), suicidiškumas (Suicidiškumo skalė iš klausimyno depresijos pokyčiams matuoti, Pranckevičienė, Goštautas, 2007), nuotaika (PANAS-X, Watson ir Clark, 1994). Užpildžius papildomą dabartinės nuotaikos klausimą, tiriamųjų buvo prašoma paklausti klasikinės muzikos dainos. Po to užpildyti nuotaikos klausimą.

Tyrimo rezultatai parodė, kad gotikinio metalo ir klasikinės muzikos klausymasis nesisieja su paauglių depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis. Tačiau gotikinio metalo muzikos klausymasis siejasi su paauglių mergaičių pasitikėjimu savimi, o klasikinės muzikos klausymasis siejasi su didesniu paauglių, ypač, berniukų nuovargiu, o mergaičių linksma nuotaika. Taip pat, buvo nustatyta, kad klasikinė muzika daro teigiamą poveikį nuotakai, tiek vyrams tiek moterims, tačiau klasikinė muzika daro neigiamą efektą depresiškų paauglių berniukų nuotakai.

## II. SUMMARY

Jurgita Kaušakytė Music effect on mood relation with VIII – XII class adolescent depression and suicidal tendencies: Master Thesis in Psychology / Scientific adviser dr. V. Legkauskas. Kaunas: Vytautas Magnus University, 2010. – 62 p. [Manuscript]. Kept in the Library of Vytautas Magnus University.

*Key words:* metal music, classical music, mood, depression, suicidal tendencies, adolescent.

The aim of the study was to assess gothic metal and classical music listening relation with depression and suicidal tendencies, assess classical music effect on mood and its relation with depression and suicidal tendencies on adolescent.

The subjects of the study were 134 “Vyturio” catholic high school of Kaunas 8-12 class, 13-19 year old pupil. 69 (51, 49%) girls and 65 (48,51%) boys.

The participant filled Zung depression questionnaire (Zung, 1965), Questionnaire on Attitudes Towards Suicide (ATTS) two subscales: acceptance and disapprobation (Skruibis, Gintilienė and Labanauskaitė, 2008). Suicide tendencies was measured by suicidal scale (Pranckevičienė, Goštautas, 2007) and mood was measured by PANAS-X (Watson and Clark, 1994). Also was filled second mood scale, created by author. Then participants were listening classical music. After that they filled mood questionnaire again.

The results of the study showed that metal and classical music do not associate with adolescents depression and suicidal tendencies. Metal music associate with adolescent girls self-assurance, and classical music - with fatigue , specially for adolescent boys, and joviality of girls.

Also, result showed that classical music effect on mood is positive, for bough genders, except, for depressive boys it is negative.

### III. Įvadas

Muzikos stilių yra įvairių. Kiekvienas pasižymi skirtingu ritmingumu, melodingumu, švelnumu ar kietumu, kapotumu ar naudojamais instrumentais. Taip pat skiriasi ir muzikos panaudojimu. Vieni ją kuria, kiti klausosi, dar tretieji kritikuoja ar analizuoja jos poveikį kūnui, psichikai ar socialiniam gyvenimui. Taip yra todėl, kad muzika yra universali kalba, kuri išreiškia žmonių emocijas, jausmus ir išgyvenimus neverbaline forma. Galbūt dėl to ji yra tokia populiari tarp jaunuolių, kurie praleidžia daug laiko klausydami savo mėgstamos muzikos. Kuri ne tik išreiškia jausmus, bet ir sukuria tam tikrą nuotaiką, todėl ji yra naudojama įvairioms progoms, kad sukurtų ir palaikytų norimos atmosferos patrauklumą ar paslaptinę.

Nepaisant to, muzika taip pat naudojama psichoterapiniams tikslams muzikos terapijoje, kurioje yra padedama žmonėms ne tik išreikšti savo jausmus, juos suprasti ir analizuoti, bet ir spręsti savo problemas (Dalton ir Krout, 2005; Slee, Spinhoven, Garnefski ir Arensman, 2008). Ligoninėse muzika naudojama, kad asmenys lengviau ištvirtų skausmą, mažiau kraujuotų ir panašiai (Myskja ir Nord, 2008). Tačiau, nepaisant šių gerų savybių, muzika, taip pat, yra laikoma ir vienu iš žalojančių ginklų: naudojama žmonių kankinimams ([www.ve.lt](http://www.ve.lt) cituoja Remesa, 2003). Dėl tam tikros muzikos kyla daug ginčų, nes jos poveikis fiziologinei ir psichinei būsenai, gali būti netgi žalojantis. Tokiu, nenaudingų žmogaus gerovei poveikiu, dažniausiai kaltinami muzikos stiliai, kurių dainų tekstuose apdainuojami satanistiniai motyvais paremtos fantazijos, aukštinamos savižudybės ir apdainuojama depresiška būsena (Ramanauskaitė, 1999). Tokiomis dainomis pasižymintis sunkusis metalas, sulaukia ne tik visuomenės pasipriešinimo, bet ir didelio mokslininkų susidomėjimo. Kadangi pasitaiko atvejų, kada beklausydami tokių dainų žmonės nusižudo. Neseniai ir Lietuvoje keletas paauglių save priskiriančių „Emo“- muzikos subkultūros judėjimui- nusižudė (Mailiūnas, 2009, Baker ir Bor, 2008). Todėl buvo keliamos hipotezės, kad šis judėjimas, kurio pagrindą sudaro „Emo“ muziką klausantys paaugliai, yra vienas iš pagrindinių priežasčių, kodėl jaunuoliai nusižudė. Tokia hipotezė, neišvengiamai, pirmiausiai meta kaltinimą ir muzikai, kuri yra pagrindas, vienijantis paauglius. Taigi kilo klausimas, ar muzika gali būti paauglių savižudybių priežastimi? Taip pat, įdomu ir tai, ar muzika gali sukelti tokį efektą, kuris sukeltų depresišką nuotaiką, kuri savo ruožtu sukeltų depresiją ir suicidiškus ketinimus paaugliui. O jei ne, tai koks yra tas mechanizmas, kuriame dalyvauja ir muzika, kad paaugliai susergera depresija ir pasirenka savižudybę. Galbūt egzistuoja biologinis mechanizmas, gal tiesiog psichologinis ar netgi socialinis mechanizmas. O gal visa tai veikia vienu metu ir visi veiksniai susiję su muzika veikia taip, kad ji tampa tik juos visus vienijančiu ženklu, į kurį psichologai, mokytojai ir tėvai galėtų atkreipti dėmesį ir spėtų suteikti reikalingą pagalbą. Taip pat reiktų nepamiršti ir egzistuojančio teigiamo muzikos poveikio, kuris dažnai vadinamas Mocarto muzikos efektu. Kai vien tik Mocarto muzikos klausymas skatina geresnius kognityvinius pasiekimus (Schellenberg, 2005), teigiamą

nuotaikos pakitimą (Thompson, Schellenberg ir Husain, 2001; Smith, Joyce, 2004) bei geresnę relaksacinę būseną ir mažina stresą (Smith, Joyce, 2004). Ir šis muzikos efektas yra naudojamas terapiniams tikslams, muzikos terapijoje.

Kaip galima pastebėti muzikos terapija, kaip ir pati muzika yra pakankamai visapusiška, tačiau joje siekiama daugiau pozityvių pasikeitimų asmens gyvenime, kai tuo tarpu apskritai klausant muziką tiesiogiai nesiekiami terapinių tikslų. Tačiau, nepaisant to, kyla vienas klausimas: jei muzikos terapijos metu muzika skatina teigiamus pokyčius. Tai kaip muzika, kuri yra vengiama muzikos terapijoje, pavyzdžiui, metalo muzika, veikia asmenis kurie jos klauso? Ar yra muzikos poveikio nuotakai, depresiškumui ir suicidiškumui skirtumai tarp muzikos terapijos ir paprasto muzikos klausymo? O jeigu jo nėra, tai ar yra pagrįstas sunkiosios muzikos kategorija vadinama delinkventine muzika, kuri tyrėjų nuomone skatina neigiamas emocijas ir elgesio pasekmes (Scheel ir Westefeld, 1999). O lengvoji muzika, kurios priešakį stovi klasikinė muzika yra vadinama socialiai priimtina (Scheel ir Westefeld, 1999).

Todėl šis tyrimas yra reikalingas tam, kad įvertinti tiesioginį muzikos poveikį nuotakai. Atsižvelgus į tai, būtų galima bandyti prognozuoti gilesnių psichologinių procesų kaitą. Juk jau seniai yra įrodyta, kad nuotaika veikia depresiškumą, o depresiškumas- suicidiškumą. Kita vertus šiuo tyrimu bus galima patikrinti, kaip muzika gali paveikti depresiškų ir suicidiškų asmenų nuotaiką. Tai leis suprasti specifiškesnį muzikos efekto nuotakai ir šių reiškinių santykį. Galbūt atsiskleis dar nežinomi faktai apie muzikos poveikio skirtumus, lyginant poveikį depresiškiems, suicidiškiems ir šių problemų neturintiems paaugliams. Taip pat šis tyrimas leis patikrinti Mocarto muzikos poveikį nuotakai.

Todėl šio tyrimo tikslas yra patikrinti klasikinės muzikos poveikį nuotakai, bei palyginti kaip šis poveikis skiriasi depresiškiems, suicidiškiems ir šių problemų neturintiems paaugliams, bei išsiaiškinti kaip gotikinio metalo ir klasikinės muzikos klausymasis siejasi su depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis.

## IV. Pagrindinių sąvokų žodynėlis

**Depresija-** yra bendras psichinės sveikatos sutrikimas, kuris pasireiškia prislėgta nuotaika, interesų ir susidomėjimo praradimu, kaltės jausmu, žemu savęs vertinimu, sutrikusiu miegu ar apetitu, mažu energingumu ir prasta koncentracija (WHO, 2006, cituoja Chang, Chen ir Huang, 2008).

**Depresiškas-** linkęs į depresiją ar segantis depresija.

**Depresiškumas-** depresijos pasireiškimo laipsnis.

**Nuotaika-** lėtai besikeičianti jausmų būseną, kuri yra mažai priklausoma nuo specifinių objektų ir situacijų (Rottenberg, 2005).

**Suicidiškas elgesys-** elgesys, kuris yra „pražūtingas pačiam sau“ (Lietuvių kalbos žodynas, 1981, p. 266), pavyzdžiui, savęs žalojimas arba tiesioginiai bandymai nusižudyti.

**Suicidiški ketinimai-** siekis nusižudyti.

**Suicidiškos idėjos-** mintys skatinančios savižudybę.

**Suicidiškos nuostatos-** mintys, palankiai vertinančios savižudybę.

**Savižudybė-** tyčinis savo gyvybės nutraukimas (Lietuviškoji tarybinė enciklopedija, 1983, p. 63).

**Suicidiškumas-** apibrėžia polinkį į suicidiškas nuostatas, idėjas, ketinimus ir elgesį.

**Savęs žalojimas-** susideda iš tyčinio pjaustymosi, draskymosi, įsibrėžimų, deginimosi, ir/ar savęs nuodijimo, kuris gali pasibaigti savižudybe (Young, Sweting ir West, 2006, cituoja Rutledge, Rimer ir Scott, 2008).



## 1. Muzikos, nuotaikos, depresiškumo ir suicidiškumo sąvokų samprata

Norint pradėti kalbėti apie muzikos poveikį nuotaikai, depresiškumui ir suicidiškumui, pirmiausia reikia apibrėžti pagrindines sąvokas, kurios bus naudojamos visame darbe.

### 1.1. Muzikos sąvokų apibrėžimas

Muzika šiame darbe yra pagrindinis reiškinys, kuris apjungia visus kitus fenomenus, tačiau muzika nėra vienalytė. Ji yra įvairių stiliškų, kurios pasižymi skirtingu ritmu, garsumu, kietumu ir melodingumu. Ypatingai daug reikšmės turi dainose atsispindinti tematika. Pavyzdžiui sunkioji muzika apibūdinama kaip slegianti ir protestuojanti, kieta ir sunki, laukinė, smurtinga, grojama greitu tempu ir su daug gitarų (Schwartz ir Fouts, 2003, cituoja Tyson, 2006). O savo tekstuose išreiškia įvairias emocijas, pavyzdžiui, pyktį, seksualinę agresiją- bei perteikia įvairios tematikos žinias, pavyzdžiui, apie seksualinius, aplinkos, sociopolitinius reiškinius (Schwartz, 2004). Tokia tematika pasižymi, pavyzdžiui, sunkiojo metalo muzika. Nors reikia nepamiršti, kad metalo muzika nėra vienalytė muzika. Ji taip pat yra skirstoma į daugiau smulkesnių ir pakankamai skirtingų stilių muziką, tokią kaip: sunkusis, gotikinis metalas ir pan. O sunkiajai muzikos kategorijai taip pat priskiriama ir repo muzika, kuri pasižymi ritminga ir kapota muzika (Ramanauskaitė, 1999). Ir ši muzikos kategorija taip pat skirstoma į hip-hop'o ir gangsterių repą.

Artimiausia muzikine prasme metalo muzikai yra šiek tiek lengvesnė roko (rokas, bliuzas, kantri) muzika, kuri pasižymi švelnesniu ir romantiškesniu dainų turiniu bei skambesiu. Nors neretai joje, taip pat, pasitaiko suicidiškų ir depresiškų tematikų.

Tačiau roko muzika dažnai laikoma lengvąja muzika, kuri pasižymi lėtumu, emocionaliomis baladėmis su svarbiomis vystymosi temomis, ritminga melodija sukurta šokiui. Ji yra romantinė ir svajinga, minkšta ir tyli, liūdna ir tamsi, taikinga ir raminanti, švelni ir jautri, rimta ir mąšli, gero ir malonaus pobūdžio (Schwartz ir Fouts, 2003, cituoja Tyson, 2006). Taip pat šiai kategorijai galima priskirti ir muzikos stilius, kurie pasižymi taikingumu (Mulder, Ter Bogt, Raajmakers ir Vollebergh, 2007), paprasta melodija, kuri kartais gali būti lyriška, kupina ilgesio ir melancholijos (Tarptautinis žodynas, 2001).

Taip pat, lengvoji muzikos kategorija be roko muzikos savyje talpina dar daugiau muzikos stilių: elito ir populiarioji muzika. Į elito muzikos kategoriją įtraukiama klasikinė ir religinė(gospel; soul), džiazas ir opera. Tuo tarpu populiarioji muzika susideda iš pop, populiariausiųjų dešimtukų ir melodingų baladžių (Shwartz,2004; Mulder et. al., 2007; Delsing, Ter Bogt, Engels ir Meeus, 2008).

Taip pat su muzikos stiliais labai glaudžiai siejasi ir muzikos terapija, kuri be muzikos ir dainų būtų neįmanoma. Ši terapija apibūdinama kaip muzikos ar muzikos elementų (garso, ritmo, melodijos ir harmonijos) naudojimas vadovaujant kvalifikuoto muzikos specialisto su klientu ar grupe. Visa tai vyksta siekiant palengvinti ir pagerinti fiziologinius, emocinius, psichinius,

socialinius ir kognityvinius procesus bei siekiant bendravimo, santykių, mokymosi, mobilizacijos, ekspresijos, organizavimo ir kitų terapinių tikslų (Darnley- Smith ir Patey, 2003).

Taip pat reikia nepamiršti, ir su muzika labai glaudžiai susijusių jaunimo judėjimų, kurie yra pagrįsti muzika. Pavyzdžiui, metalo klausytojai save priskiria metalistų subkultūrai, o reperiams (Ramanauskaitė, 1999). O tie, kurie klausytis renkasi ne vieną stilių, o daugiau, vadinami eklektikais.

## **1.2. Nuotaikos, depresiškumo ir suicidiškumo apibūdinimas**

Taip pat, šiame darbe yra kalbama apie nuotaiką, depresiškumą ir suicidiškumą. Nuotaika čia apibrėžiama, kaip lėtai besikeičianti jausmų būseną, kuri yra mažai priklausoma nuo specifinių objektų ir situacijų (Rottenberg, 2005). Nuotaika tiesiogiai veikia jausmų būseną ir suvokimą, ne elgesį ir fiziologiją, kaip emocijos, kurios yra greitai besikeičiančios reakcijos, keičiančios jausmų būseną, elgesį ir fiziologiją (Rottenberg, 2005).

Įdomu tai, kad nuotaika yra glaudžiai susijusi su depresija. Nes vien jau depresijos apibūdinimas, pateiktas Rottenberg (2005) straipsnyje, teigia, kad depresija yra dvi ir daugiau savačių besitęsiančios liūdnos nuotaikos ir/ar interesų ar kasdienių malonumų pasitenkinimo praradimas, įtraukiant keturis pagrindinius simptomus: žymūs svorio ar apetito pasikeitimai, miego sutrikimai, dideliu kaltės jausmu, nuovargiu ir sudėtinga koncentracija. Ir tai turi tiesioginį ryšį su nuotaika. Jei nuotaika, ilgą laiką būna bloga, kitaip tariant, liūdna ir slegianti, tai jau vienas iš didžiausių depresijos požymių. Kuo gilesnis liūdesys, tuo depresija stipresnė. Kitaip tariant depresiškumo lygis didesnis ir, kaip teigia Rottenberg (2005), nuotaika gali pakeisti depresijos eigą: gerėjant nuotaikai, galima sumažinti ir depresijos stiprumą. Taip pat įdomus ir tas faktas, kad nuotaika, taip pat, veikia ir emocijų kryptį, pavyzdžiui, jei nuotaika yra slegianti, tai emocinės reakcijos yra labiau neigiamesnės, nei tų žmonių, kurių nuotaika yra gera. Ypač tai pasireiškia, kai stimulus yra liūdnas. Toks padidėjęs jautrumas liūdinantiems įvykiams, tikriausiai, ir sąlygoja didesnį suicidiškumo lygį. Jis apibrėžiamas kaip palankių savižudybei nuostatų, idėjų, ketinimų ir elgesio kompleksas, kuris taip pat priklauso nuo depresiškumo lygio (Rottenberg, 2005). Kuo didesnis depresiškumo lygis, tuo didesnis suicidiškumo lygis.

Kaip jau galima pastebėti, suicidiškumas nėra vienalytis kaip ir depresiškumas. Jis susideda iš kelių faktorių. Jie vienas su kitu, taip pat, siejasi, pavyzdžiui, palankus požiūris į savižudybę sudaro palankias sąlygas kilti suicidinėms idėjoms: mintims, kad nori mirti ir nusižudyti. Kuo ilgiau šios mintys sukasi asmens galvoje, tuo didesnė tikimybė, kad atsiras ir suicidiniai ketinimai- siekis nusižudyti. Suicidiniai ketinimai gali virsti veiksmais- suicidiniu elgesiu, pavyzdžiui, tyčiniu savęs pjaustymusi, draskymusi, kūno braižymusi, deginimusi ir/ar savęs nuodijimu, ir t.t. (Rutledge, Rimer ir Scott, 2008 cituoja Young, Sweting ir West, 2006). Aišku, toks elgesys gali niekada ir nesibaigti tikrąja savižudybe, kai asmuo tyčia nutraukia savo gyvybę (Lietuviškoji tarybinė

enciklopedija, 1983, p. 63). Tačiau, tai yra vienas iš simptomų, kad asmuo ruošiasi nusižudyti ir, galbūt, pseudosavižudybės yra tik nepavykęs bandymas numirti.

Kaip galima pastebėti, savižudybė yra ilgas procesas, kuris tiesiogiai siejasi su depresija, kuri priklauso nuo nuotaikos. Todėl galima sakyti, kad ir suicidiškumas priklauso nuo nuotaikos. Nors nuotaika ne taip ir lengvai pakeičiama, tačiau ji taip pat keičiasi, nesvarbu ar po valandos ar po kelių dienų (Rottenberg, 2005).

## 2. Muzikos terapijos poveikis

### 2.1. Muzikos terapijos poveikis fizinei būsenai ir nuotakai

Kaip jau buvo minėta anksčiau, muzikos terapija yra naudojama įvairiems tikslams: fiziologiniams, psichologiniams ir socioemociniams (Kempervir Danhauer, 2005), tokiems kaip emocinės būsenos, skausmo valdymas, kognityvinių procesų ir streso valdymas (Avers, Mathur ir Kamat, 2007). Tai siejasi su biopsichosocialiniu modeliu, kuris rodo, kad ši terapijos šaka yra holistinė (Elkins, 2001b; Chang, Chen ir Huang, 2008, cituoja Osion, 1998). Muzikos poveikis, kuris padeda pasiekti ekstazės pojūtį, misticizmą, seksualinį susijaudinimą ir hipnozinę būseną, žinomas jau nuo senovės (Elkins, 2001a). Kadangi muzika veikia sąmoniniame lygmenyje (Elkins, 2001b), ji gali veikti net tada, kai tyčia muzikos nesiklausoma, arba ji yra klausoma, bet sąmoningai į ją nesikoncentruojama, o, tiesiog, pasiduodama jos keliamoms emocijoms. Tokią muzikos terapiją, o tuo pat metu ir paprastą muzikos klausymą, galima apibūdinti kaip pasyvią muzikos terapiją. Kai tuo tarpu aktyvia muzikos terapija vadinamas toks procesas, kai pacientai ne tik klauso, bet ir patys kuria muziką, bei vėliau girdėtą ar sukurtą muziką aptarinėja terapeutas su klientais grupinėje terapijoje ar tik su vienu klientu (Aldridge, 1994). Tokiu pačiu principu gali būti pagrįstas ir subkultūrų judėjimuose būdingas dainų aptarinėjimas. O, kaip teigia Montello ir Coons (1999) (cituoja Myskaja ir Nord, 2008), aktyvi muzikos terapija yra efektyvesnė nei pasyvi. Todėl, galima manyti, kad muzikos terapija yra labai vertingas teigiamo muzikos poveikio pavyzdys, kuris yra pagrįstas daugybe mokslininkų tyrimų.

Vienas iš jų teigia, kad muzikos terapija yra labai vertinga streso mažinime ir imuniteto stiprinime (Avers, Mathur, Kamat, 2007), mažinant baimę, pyktį ir depresiją bei didinant atsipalaidavimo būseną ligoninių pacientams (Martinez, 2009). Taip pat muzikos terapija pasirodo yra efektyvi ir asmenims, besigydantiems nuo priklausomybės narkotinėms medžiagoms (Baker, Gleadhill ir Dingle, 2007). Šie autoriai teigia, kad, muzikos terapijos, sujungtos su kognityvine-elgesio terapija, sesijų metu, gydymo įstaigų pacientai jautė dominuojančias pozityvias emocijas, kurios buvo sukurtos ar pastiprintos muzikos dėka. Tiriamieji pasisakė, kad muzikos terapijos metu jie galėjo laisvai išreikšti savo emocijas, nenaudodami priklausomybę sukeliančių medžiagų (Baker, Gleadhill ir Dingle, 2007). Tai pastiprino nuomonę, kad muzika yra vertingas įrankis gydymo įstaigose. Pavyzdžiui, Myskaja ir Nord (2008) nustatė, kad senyvo amžiaus asmenims,

gyvenantiems slaugymo namuose, muzikos terapija padeda sumažinti depresiškumo lygį. Nors senolių depresija skiriasi nuo jaunų asmenų savo kokybiniais rodikliais, tokiais kaip, kodėl individai jaučiasi prislėgti, būdais, kaip jie išreiškia savo prislėgtą nuotaiką. Tačiau, kaip teigia Wigram (2002) (cituoja Myskaja ir Nord, 2008), muzikos efektą seni ir jauni asmenys jaučia vienodu lygiu. Todėl pagrįstai galima teigti, kad paaugliai, lygiai taip pat kaip ir senyvo amžiaus žmonės gali patirti tokius pačius rezultatus muzikos terapijos metu. Pavyzdžiui, dalyvaudami labai aktyvioje muzikos terapijos sesijose asmenys patiria didžiausią muzikos efektą mažinant depresijos lygį. Vidutinio įsitraukimo muzikos terapijos sesijose depresijos lygio sumažėjimas buvo pastebėtas, taip pat, mažesnis, o pasyvioje muzikos terapijos sesijose dalyvaujančių asmenų depresijos lygio pokytis yra mažiausias, lyginant su anksčiau paminėtomis muzikos terapijos sesijomis (Myskaja ir Nord, 2008).

Taip pat, tyrimai su Taivano nėščiomis moterimis parodė, kad kasdien klausant muzikos po 30 minučių, galima sumažinti psichologinį stresą, baimę ir depresiją greičiau ir lengviau, nei tiesiog nieko neveikiant ir sėdint vienoje vietoje, kitaip tariant, ilsintis (Chang, Chen ir Huang, 2008). Šie rezultatai parėmė Watkins (1997) ir Maratos ir Gold (2004) (cituoja Chang, Chen ir Huang, 2008) požiūrį, kad muzikos terapija gali būti naudojama, norint sumažinti psichologinį stresą, kurį patiria daugelis individų. Tai aiškinama tuo, kad muzika veikia per kūno ir sielos harmoniją.

Toks muzikos veikimo principas aiškinamas tuo, kad muzika padidindama streso slenkstį. Suderindama vidinius procesus, ji padeda pacientams pasiekti didesnę atsipalaidavimo būseną ir stresinės situacijos tampa keliančios mažesnę įtampą. Taip neutralizuojamos neigiamos emocijos. Tuo pat metu muzika skatina vaizduotę ir automatinius atsakus smegenų gumbure, kur jausmai ir emocijos yra perduodami į galvos smegenų pusrutulius, kuriuose ir yra pakeičiama nuotaika (Watkins, 1997, cituoja Chang, Chen ir Huang, 2008), Taip pat, yra tikima, kad muzika veikia smegenų tinklą, kuris nustato emocinę patirtį per limbinę sistemą. Estetinis malonumas, gaunamas dešiniąjame smegenų pusrutulyje, gali išlaisvinti endorfinus hipofizyje, kurie sumažina adrenocorticotropino koncentraciją kraujyje. (Kaminski ir Hall, 1996; Sidorenko, 2000, cituoja Chang, Chen ir Huang, 2008). Muzika, taip pat, keičia gumburo ir tinklinę aktyvavimo sistemą ir paveikia emocijas, kūno raumenis ir automatines funkcijas, pavyzdžiui kraujo spaudimą, širdies pulsą ir kvėpavimo dažnį (Chang, Chen ir Huang, 2008). Tokie duomenys rodo, kad muzika, veikdama neurologiniame lygmenyje, taip paveikia smegenų dalių, susijusių su emocijų valdymu, darbą, kad gali reguliuoti jų veiklą. Todėl, muzikos terapija gali būti, kaip teigia Erkkila ir kt. (2008), galinga neinvazinės intervencijos priemonė stimuliuojanti galvos smegenų sistemą ir reguliuojanti emocijas, kurios sukelia depresiją.

Remiantis šiais įsitikinimais, Field ir kt. (1998) atliko tyrimą apie muzikos poveikį nuotaikai ir dešinio galvos smegenų pusrutulio priešakinės dalies elektroencefalogramos (EEG) aktyvumo

ryši su chronine depresija. Kaip rodo Fox (1991) ir Fox ir Davidson (1987) (cituoja Field ir kt., 1998) tyrimų rezultatai, emocinės būsenos yra susijusios su galvos smegenų priekinės dalies EEG. Labiausiai tuo pasižymi galvos smegenų kairinė priekinės dalies asimetrija tarp pusrutulių, kuri siejasi su pozityviu efektu emocijoms, kai tuo tarpu galvos smegenų dešinės priekinės dalies asimetrija rodo mažesnę pozityvų poveikį emocijoms (Ahem ir Schwartz, 1985; Davidson, Ekman, Saron, Senulis ir Friesen, 1990, cituoja Field ir kt., 1998). O Henriques ir Davidson (1990) (cituoja Field ir kt., 1998) pabrėžia, kad asmenų, kurie serga chronine depresija, galvos smegenų dešinės priekinės dalies smegenų aktyvumas nesiliauja net kai jie išgyvena depresiško elgesio simptomų remisiją. Kaip galima suprasti iš šių duomenų, neurologinis depresijos simptomas yra galvos smegenų dešinės priekinės dalies skleidžiamų bangų nesutapimas su kairės pusės bangomis. O kaip rodo Field ir kt. (1998) rezultatai, asmenų, sergančių depresija ir patekusių į eksperimentinę grupę, kurioje buvo klausomasi muzikos, dešinės pusės EEG buvo paveikta pozityvia kryptimi. O tiems, depresija sergantiems paaugliams, kurie pateko į kontrolinę grupę, kurioje buvo tiesiog prašoma atsipalaiduoti ir ramiai pasėdėti tiek pat laiko, kiek buvo klausomasi muzikos eksperimentinėje grupėje, nebuvo rasta jokio EEG pokyčio. Tai leidžia daryti prielaidą, kad muzika yra veiksmingesnė, nei kitos emocinės būsenos reguliavimo priemonės, nes jos poveikis galvos smegenų priekinės dalies bangoms rodo, jog muzika sukelia tam tikrus procesus, kurie yra naudingi bandant įveikti depresiją. Tačiau lyginant muzikos ir masažo terapijos poveikį šių galvos smegenų dalių EEG asimetrijai pasirodo, kad šių terapijų daromo poveikio skirtumas yra statistiškai nereikšmingas (Jones ir Fiels, 1999). Tai galima paaiškinti tuo, kad teigiamą poveikį daro ne viena muzika ar pats masažas, o santykis su terapeutu ir, jei terapija yra grupinė, su grupės nariais. Tokiu atveju, muzika, muzikos terapijoje, tampa tik vienijančiu ir į sąveiką įtraukiančiu įrankiu. Tokią mintį palaikydama, Elkins (2001a) teigia, kad suicidiškų jaunuolių atveju, muzika padeda suardyti sienas, kurios verčia paauglį jaustis izoliuotam nuo pasaulio. Tai, kai kuriais atvejais, gali padėti depresiškam jaunuoliui jaustis saugiau ir tapti kalbesniu ir netgi laisvai bendraujančiu.

Taip pat, įdomu ir tai, kad muzikos klausymasis veikia ir širdies plakimą. Tai svarbu emocinei būsenai, nes, pavyzdžiui, per didelis širdies plakimo greitis gali sukelti būseną, kai jaučiamas nerimas. Kadangi klausant baroko muzikos, širdis prisitaiko prie muzikos, ir sinchronizuoja savo plakimą su muzikos ritmu. To pasakoje, atsiranda atsipalaidavimo būseną. O atsipalaidavimo būsenai naudingiausias širdies plakimo dažnis yra normalus, t.y. 70-80 per minutę, tai šiai būsenai pasiekti muzikos tempas turi būti toks pat (Elkins, 2001a). Remiantis tuo, galima manyti, kad didesnis muzikos ritmas, gali sukelti didesnę susijaudinimą, nerimą, baimę ir pan.

Štai, pavyzdžiui Chan, Chan, Mok ir Kwan Tse (2009) savo tyrinėjimais, kaip muzika veikia Honkongo pagyvenusių žmonių depresiškumą, kraujo spaudimą, širdies plakimo ir kvėpavimo

dažnį. Jie eksperimentiškai nustatė, kad muzikos klausymasis veikia visus išvardintus kintamuosius. Biologinius reiškinius normalizuoja ir taip pat mažina depresiškumą.

Panašiai eksperimentavo ir Lingham ir Theoell (2009), kurie savanoriams leido patiems pasirinkti savo mėgstamas dainas, kurios juos ramina ir jaudina, kitaip tariant, aktyvina. Gauti rezultatai parodė, kad aktyvinanti muzika padidina širdies plakimo ir kvėpavimo dažnį bei sumažina anglies dvideginio kiekį iškvėpiamame ore. Panašūs rezultatai apie muzikos poveikį širdies plakimui, gavosi ir Kallinen ir Ravaja (2004) tyrime, kuriame buvo naudojama linksma, liūdna, pikta ir bauginga muzika. Tačiau kaip teigia Burns, Labbe, Williams ir McCall (1999) (cituoja Becknell ir kt., 2008) klasikinės, sunkiojo roko ir pačių pasirinkta atpalaiduojanti muzika padeda sumažinti kūno odos temperatūrą, tačiau raumenų įtampas ir širdis plakimo dažnio statistiškai reikšmingai nesumažina. O techno muzikos klausymas padidina širdies plakimo dažnį ir sistolinį kraujo spaudimą, taip pat pagerina nuotaiką (Gerra ir kt., 1998; cituoja Becknell ir kt., 2008). Taip pat, įdomūs tyrimo rezultatai yra tie, kurie teigia, kad tiems, kurie patys renkasi klausyti sunkiojo metalo, jiems šios muzikos poveikis nuotaikai yra daug pozityvesnis nei tiems, kurie tokios muzikos nesiklauso (Gowensmith ir Bloom, 1997; cituoja Becknell ir kt., 2008).

Be fiziologinio efekto, muzika, taip pat, paveikia ir psichologinę sferą. Kaip rodo Lingham ir Theoell (2009) tyrimo rezultatai, paties pasirinkta aktyvinanti muzika padidina džiaugsmo, pakilumo ir aktyvumo jausmus, tačiau nepaveikia raminančių jausmų: ramumo ir atsipalaidavimo. O pačių pasirinkta raminanti muzika paveikia abiejų rūšių, raminančius ir aktyvinančius, jausmus. Taip pat, nežymiai padidina ir širdies plakimo dažnį. Le Roux, Bouic ir Bester (2007) tyrimo, kuriame buvo tikrinamas Bacho muzikos efektas emocijoms, imunitetui ir endokrininei sistemai, išsiaiškino, kad būtent Bacho muzika teigiamai paveikia emocijas, širdies palakimą ir kortizolio išsiskyrimą. Field ir kt. (1998) (cituoja Kallinen ir Ravaja, 2004) teigia, kad po muzikos klausymosi kortizolio lygis sumažėja. Tai reiškia, kad ir streso pojūtis, taip pat, sumažėja, taip mažindamas neigiamus emocinius išgyvenimus.

Nors mokslininkai teigia, kad didesnę efektą fiziologijai ir emocijoms sukelia pačių pasirinkta aktyvinanti muzika, nes Lingham ir Theoell (2009) tyrime raminanti muzika paveikė didžiąją dalį emocijų. O aktyvinanti- pakėlė tik su aktyvumu susijusias emocijas. Tačiau galima su tuo nesutikti. Nes tai, galėtų reikšti, kad raminančios muzikos efektas pasireiškia platesniame emociniame spektre nei fiziniame, o aktyvinanti muzika tik pakelia nuotaiką ir pagerina fiziologines funkcijas. Todėl įvertinti, kuris poveikis yra didesnis ar mažesnis yra labai sunku, nes abiejų muzikos grupių efektai yra labai svarbūs ir naudingi. Tačiau Fried (1990) (cituoja Aldridge, 1994) teigia, kad nepaisant to, kad patys asmenys apklausos metu teigia, kad po muzikos klausymosi jie jaučiasi labiau atsipalaidavę, objektyvūs fiziologinių funkcijų duomenys rodo didesnę įtampą, susijaudinimą ir mažesnę atsipalaidavimą. Tokiu atveju, galima manyti, kad muzika paveikia savo būsenos suvokimą,

arba pakeičia biologinių reakciją reikšmę pačiam individui. Kitaip tariant, kai kuri muzika ne tik ramina ir daro teigiamą poveikį asmens emocijoms, bet, taip pat, ir turi neigiamą efektą individui (Lebbe, Schmidt ir Babin, 2007). Tačiau nepaisant to, le Roux, Bouic ir Bester (2007) mano, kad muzika padeda bendrauti protui ir kūnui.

Taip pat, įdomu ir tai, kad skirtingų muzikos stilių muzika, taip pat, daro skirtingą poveikį fiziologinei būsenai. Tai remiasi tuo, kad autonominė sistema sinchronizuojasi su muzika, kuri perteikia emocijas per crescendo ir ritmą (Trappe, 2009). Kaip teigia Anderson ir kt. (2003) (cituoja Lebbe, Schmidt ir Babin, 2007). Muzika paveikia simpatinę nervų sistemą ir individas, klausantis muzikos, patiria didesnį kūno ir proto susijaudinimą, kuris nėra teigiamas pokytis žmogaus organizme, kai siekiama atsipalaidavimo būsenos. Tačiau raminanti ir atpalaiduojanti muzika mažina neigiamas emocijas ir didina pozityvias emocijas, kartu aktyvindama parasimpatinę nervų sistemą. Tai siejasi su baimės jausmo sumažėjimu ir gyvenimo kokybės pagerėjimu (Trappe, 2009). Kaip teigia Trappe (2009), didžiausią teigiamą poveikį sveikatai daro klasikinė ir meditacinė muzika, kai, tuo tarpu, sunkusis metalas ar techno muzikos garsai yra netgi sukeliantys ligas, stresą ir pavojingas gyvybei širdies aritmijas. Kaip teigia šis mokslininkas pozityviausia yra Bacho, Mocarto ir Italijos kompozitorių sukurta muzika. Tokį manymą galima pagrįsti Umemura ir Honda (1998) ir White (1999) (cituoja Kemper ir Danhayer, 2005) tyrimų rezultatais, kurie teigia, kad klausantis klasikinės muzikos padidėja širdies plakimo dažnio kintamumas, kuris yra širdies autonomijos balanso matas. Jo padidėjęs lygis rodo mažesnę stresą ir greitesnę atsigavimą po jo. Tuo tarpu triukšmo ar roko muzikos klausymas sumažina širdies plakimo kintamumą. O tai išreiškia didesnę stresą, kuris neišvengiamai daro neigiamą įtaką nuotaikai.

Taip pat muzikos poveikį nuotaikai, įtampai ir psichiniam aiškumui nagrinėję McCarty, Barrios-Choplin, Atkinson ir kt. (1998) (cituoja Kemper ir Danhauer, 2005) teigia, kad klasikinė muzika sumažina įtampą. Graundžo muzika padidina priešišumą, nuovargį, liūdesį ir įtampą. Tuo tarpu mažina atsipalaidavimą, proto aiškumą, energingumą ir užuojautos jausmą. Naujojo amžiaus muzika padidina atsipalaidavimą ir sumažina priešišumą, proto aiškumą, energingumą ir įtampą. Įdomu ir tai, kad paaugliams, kurie mėgsta klausytis graundžo muzikos, šio stiliaus muzikos klausymasis eksperimento metu, vis tiek padarė neigiamą įtaką psichologiniams ir emociniams dariniams.

Panašūs rezultatai buvo gauti Lebbe, Schmidt ir Babin (2007) muzikos poveikio emociniam stresui tyrime. Kaip paaiškėjo, eksperimento dalyviams, kurie klausė klasikinės ar savo pasirinktos atpalaiduojančios muzikos, po klausymo pasireiškė mažesnis negatyvių emocijų lygis, lyginant su tais, kurie klausėsi sunkiojo metalo ar tiesiog sėdėjo tyloje. Kaip teigia autoriai, klasikinę ir savo pasirinktą atpalaiduojančią muziką klausę tiriamieji buvo mažiau bijantys ir labiau atsipalaidavę nei sunkiojo metalo klausiusieji ar tyloje sėdėję tiriamieji. Įdomu tai, kad sunkiojo metalo muzikos

klausiusių tiriamųjų baimės būseną buvo netgi didesnė po muzikos klausymosi, kai tuo tarpu kitų grupių buvo mažesnė. O šios grupės atsipalaidavimo lygis po muzikos klausymosi buvo ne tik mažiausias bet ir mažiausiai pasikeitęs.

Kalbant apie pykčio pokyčius skirtingose eksperimento grupėse, paaiškėjo, kad visų muzikos stilių poveikis pykčiui buvo neigiamas, t.y., pyktis buvo mažesnis nei prieš muzikos klausymąsi. O didžiausias pykčio pokytis pasireiškė savo pačių pasirinktos muzikos grupėje (Lebbe, Schmidt ir Babin, 2007). Tai galima interpretuoti tuo, kad muzika apskritai mažina pykčio ir baimės būseną (išskyrus metalo muziką) ir didina asmenų atsipalaidavimą. Panašiai rašo ir Macone, Carlo, Zelli ir Guidetti (2006), kurie tyrė muzikos, neišskirdami jos stilių, poveikį įtampai, depresijai, nuovargiui, sutrikimo ir baimės būsenas. Jų tyrimo rezultatai rodo, kad muzika paveikia šiuos psichikos fenomenus. Taip pat, autoriai teigia, kad moterys, klausydamos muzikos, labiau pavargsta nei vyrai.

Nepaisant to, muzika, o ypač klasikinė muzika, yra naudinga mąstymo funkcijoms. Štai Schelenberg (2005) teigia, kad muzikos klausymasis visapusiškai pagerina darbingumą. Ypatingai jis akcentavo, kad Mocarto ir Šuberto muzika statistiškai reikšmingai pagerina vaikų darbingumą, nei tylą, kai jie atlieka užduotis. Taip pat, Schelenberg (2005) teigia, kad muzikos pamokos pagerina kognityvinius vaikų sugebėjimus. Taip atsitinka todėl, kad muzika paveikdama nuotaiką (Ashby, Isben ir Turken, 1999; Steele, Bass ir Crook, 1999; cituoja Cassity, Henley ir Markley, 2002) sukelia ne tik emocijas, bet ir sujaudina smegenis, bei jų procesus, kurie skatina kognityvinę veiklą. Tai patvirtina ir Rauscher, Shaw ir KY (1993) (cituoja Cassity, Henley ir Markley, 2002) tyrimo rezultatai, kurie demonstruoja, kad Mocarto muzika laikinai pagerina intelekto testo rezultatus. Šie autoriai tokį Mocarto efektą aiškina tuo, kad Mocarto muzika sužadina būtent tas smegenų dalis, kurios yra atsakingos už intelekto teste reikalaujamų smegenų funkcijų veiklą. Šiai hipotezei pritaria ir Thompson, Schelenberg ir Husain (2001), kurie teigia, kad Mocarto muzika ne tik leidžia geriau atlikti erdvines užduotis, bet ir pagerina nuotaiką bei padidina sužadinimą. Ir šis poveikis yra daug didesnis nei klausantis kitokios- Albinoni liūdnos kompozicijos- muzikos. Taip pat šią hipotezę paremia ir Cassity, Henley ir Markley (2002) savo tyrime nagrinėję, kaip skirtingi muzikos stiliai paveikia kompiuterinių žaidimų rezultatus. Tačiau jie teigia, kad Mocarto efektas neveikia taip stipriai, kaip tikėjosi ir, remiantis jų gautais rezultatais, atrodo, kad roko muzika, leidžia pasiekti geresnius rezultatus. Tačiau tokį neatitikimą, galima paaiškinti ta pačia psichologinio sužadinimo teorija. Juk klausantis Mocarto muzikos, asmuo labiau atsipalaiduoja ir jaučia mažesnę įtampą. O žaidžiant kompiuterinius žaidimus reikalingas tam tikras įtampos lygis, kuris palaiko didesnę įsitraukimą į žaidimą. Taip pat, originalus žaidimo garso takelis labiau atspindi žaidimo nuotaiką, o Mocarto muzika, nesiderindama prie žaidimo nuotaikos, galima manyti, labiau blaško. Nes ji, veikdama raminančiai ir atpalaiduojančiai, neleidžia pakankamai susikaupti ir įsijausti į žaidimą, taip užblokuodama galimybes tinkamai reaguoti į žaidimuose atsirandančias



situacijas. O atliekant akademinį žinių reikalaujančias užduotis, Mocarto muzika labiau nuramina ir leidžia susikaupti, bei mažina blaškymąsi, kuris yra nenaudingas siekiant gerų rezultatų.

O kalbant apie nuotaiką ir Mocarto muzikos efektą jai, Thompson, Schelenber ir Husain (2001) nustatė, kad Mocarto muzika pakelia pasitenkinimo ir teigiamos nuotaikos lygį, kai tuo tarpu Albinoni liūdna kompozicija daro visiškai priešingą poveikį nuotaikai. Taip pat, kalbant apie Mocarto muzikos poveikį nuotaikai, Smith ir Joyce (2004) nustatė, kad lyginant su naujojo amžiaus muzika ar žurnalų skaitymu, Mocarto muzikos efektas nuotaikai yra teigiamiausias. Kaip ir daugelis kitų mokslininkų jie teigia, kad Mocarto muzika pagerina atsipalaidavimą ir mažina stresą.

O metalo muzikos poveikis baimei, apie kurį kalbėjo Lebbe, Schmidt ir Babin (2007) rodo, kad metalo muzika veikia įvairiapusiškai: vienu metu ji šiek tiek atpalaiduoja, kitu atveju netgi labai gąsdina. Susidaro toks vaizdas, kad ši muzika netgi skatina disharmoniją tarp emocinių būsenų. Ir yra netgi pavojinga tiek psichinei tiek fizinei sveikatai, kadangi vienu metu asmuo atsipalaiduoja ir, tuo pat metu, jaučia didesnę nerimą, įtampą. O tai du nesuderinami dalykai, kurių nesuderinamumas gali sukelti pakitimus savo būsenos suvokime. Jei ši prielaida neteisinga, tai vienokiu ar kitokiu atveju, sunkiojo metalo muzika nerekomenduojama naudoti muzikos terapijos metu. Kadangi ne tik savo būsenos įvertinimas skiriasi nuo fiziologinių rodiklių, bet ir dėl to, kad šios muzikos raminantis poveikis yra minimalus, lyginant su klasikine, savo pasirinkta atpalaiduojančia muzika, ar netgi sėdėjimu tyloje. Bei, reikia nepamiršti, kad šios muzikos klausymasis didina baimės pojūtį, kas depresija sergantiems asmenims nėra naudinga, ir tai gali netgi padidinti depresijos lygį. Tokiu būdu įbaugintas asmuo gali greičiau priimti suicidinį sprendimą.

Taigi, kaip galima pastebėti, muzikos poveikis nuotaikai tiek biologiniu, tiek emociniu požiūriu nėra vienareikšmis, kadangi skirtinga muzika skirtingai veikia asmens fiziologiją ir emocijas. Tai patvirtina ir Canbeyli (2010) tyrimų apie sensomotorinį nuotaikos ir depresijos moduliavimą apžvalgoje. Vienokia muzika, tokia kaip raminanti, atpalaiduojanti ir klasikinė, ypač, Mocarto muzika, sukelia teigiamus emocijų pasikeitimus. Kitokia, tokia kaip sunkusis metalas, techno ir liūdno dainos, sukelia neigiamą nuotaikos pasikeitimą.

Todėl, neveltui naudojantis pozityvų poveikį darančia muzika, yra gydoma depresija. Tokį muzikos panaudojimą terapijoje patvirtina ir Hendriks, Robinson, Bradley ir Davis (1999) tyrimas, kuriame jie nagrinėjo, kaip muzikos terapija veikia paauglių depresiškumo lygį. Taip pat, vienas iš naujesnių tyrimų, kuriuose nagrinėjama muzikos terapijos poveikis depresijai, baimės būsenai ir kitiems psichologiniams konstruktsams, patvirtina teigiamo muzikos poveikio tyrinėjimų rezultatus (Choi, Lee ir Lim 2008). Šio tyrimo terapinėje grupėje buvo užsiiminėjama dainavimu, libretų analize, grojimu klavišiniais ir varpeliais, tiesiog muzikos klausymu ir dainų rašymu. Ir kaip parodė rezultatai, tokios muzikos terapijos dėka buvo pasiekti teigiami rezultatai: sumažėjęs depresiškumas, pagerėjusi nuotaika ir sumažėjusi baimė.

Taigi, kaip galima pastebėti, iš apžvelgtų tyrimų, tam tikra muzika yra naudinga ir vertinga muzikos terapijai, padedant asmenims sergantiems depresija, bei kenčiantiems įvairius psichologinius sunkumus. Muzika padeda sumažinti įtampą, stresą, nuovargį, baimės būseną. Padeda sureguliuoti širdies plakimą, kvėpavimą, kortizolio kiekį kraujyje, suharmonizuoti smegenų veiklą bei pagerinti nuotaiką. Visas šis muzikos poveikis yra naudingas siekiant padėti asmenims kenčiantiems skausmą, išgyvenantiems vienatvės pojūtį, sergantiems depresija ar sielvartaujantiems (Rosner, Kruse ir Hagl, 2010). Tiek fiziologiniai tiek biologiniai duomenys rodo, kad klasikinė muzika yra ta muzika, kuri labiausiai vertinga siekiant visų teigiamų efektų, bei geriausiai atpalaiduojanti ir raminanti muzika. O, tuo tarpu, kiti muzikos stiliai labiau siejasi su didesne fiziologine disharmonija, netiksliu savo būsenos suvokimu ir neigiamo efekto emocinei būsenai suteikimu. Ypatingai tokiu poveikiu pasižymi sunkiojo metalo muzika.

## **2.2. Muzikos terapijos ir subkultūros panašumai**

Tačiau, nepaisant to, kad apžvelgti tyrimai parodė teigiamą muzikos terapijos poveikį, kyla klausimas, ar vien tik muzika, šioje terapijos formoje, veikia. Kadangi muzikos terapija yra ir pasyvi ir aktyvi, reikia papildomai apžvelgti aktyvios ir pasyvios terapijos kontekstą.

Remiantis tyrimais, kuriuose buvo tiesiogiai matuojamas muzikos poveikis, galima sakyti, kad čia buvo matuojamas pasyvios muzikos terapijos poveikis, arba tiesioginis ir trumpalaikis muzikos poveikis nuotakai, emocijoms (Greenwood ir Long, 2009) ir fiziologijai. Tokią muzikos terapiją galima laikyti paprastu muzikos klausymusi, kai siekiama atsipalaiduoti ar šiaip susikurti atmosferą, išreikšti ar suprasti save. Vienokiu ar kitokiu atveju, muzikos klausymasis ne terapijos metu gali būti taip pat įtraukiantis ir paveikiantis emocijas ir tam tikrus fiziologinius reiškinius, kurie, kaip paaiškėjo tyrimų apžvalgoje, siejasi su depresiškumu: jo didinimu ar mažinimu, bei nuotaikos gerėjimu ar blogėjimu.

Taip pat, kaip jau buvo minėta anksčiau, aktyvią muzikos terapiją galima lyginti su subkultūra. Kadangi jos metu yra bendraujama su terapeutu ir grupės nariais, jei terapija yra grupinė (Darnley-Smith ir Patey, 2003). Tuo tarpu subkultūroms priklausantys jaunuolių viena iš bendravimo temų yra muzika, juk ji ir yra pagrindinis subkultūros vienetas. Tokiu atveju, jaunuoliai bendraudami tarpusavyje subkultūros ribose, taip pat išreiškia, įtvirtina savo jausmus. Tačiau vienas iš pagrindinių skirtumų, skiriančių muzikos terapijos metu vykstantį procesą ir subkultūrinį bendravimą yra tas, kad muzikos terapijoje emocijų ir jausmų raiška, temos pokalbiams ir pačių pokalbių eigą koreguoja ir veda tinkama linkme muzikos terapeutas. Kaip pavyzdžiui, Tervo (2001) kalbėdamas apie roko muziką, kurios kiti autoriai nerekomenduoja naudoti muzikos terapijoje, teigia, kad šio muzikos stiliaus dainos gali padėti paaugliams išreikšti ir pasidalinti su kitais savo pykčio, įniršio, sielvarto jausmus, savo troškimus ir psichologinę dezintegraciją. Ši muzika gali saugiai sugrąžinti paauglį į buvusią nuotaiką, ir, dėl muzikos aiškumo, paprastumo ir garsumo,

duoti saugų prieglobstį sielvartaujančiam ir susipainiojusiam paaugliui. Tuo tarpu subkultūrose šis procesas vyksta nekontroliuojamai ir gali atnešti net neigiamų pasekmių.

Tai galima paaiškinti dar viena paralele su muzikos terapija. Kaip teigia Gladding, Newsome, Binkley ir Henderson (2008), liūdnų dainų žodžiai, muzikos terapijos metu, gali padėti perteikti liūdnas emocijas, kurios kyla tam tikrose sielvartą keliančiose situacijose. Nagrinėdami savo ir kitų asmenų sukurtas dainas, terapijos dalyviai supranta, kad jie nevieni kenčia skausmą, sielvartą ir nerimą. Ir tai suteikia jiems jėgų spręsti savo sielvartą keliančias situacijas. Tokie patys dainų analizavimai, savo minčių apie dainą dalinimasis vyksta ir jaunimo muzikiniuose judėjimuose, kuomet yra kalbama apie dainas, jų reikšmes ir panašiai. Žinoma, galima manyti, kad šis procesas yra visiškai tapatus su muzikos terapijos metu vykstančiu. Tačiau reikia nepaminti, kad pagrindinis muzikos terapijos tikslas yra stengtis pagerinti emocinę būseną, o bendravimo subkultūrose tokio tiesioginio tikslo nėra. Todėl gali atsitikti ir taip, kad kalbėdami apie liūdnus jausmus, paaugliai gali vienas kito nepalaikyti ir nesistengti suprasti, taip išeisdami ar netgi atstumdami jaunuolį, kuris kalba apie gilius savo išgyvenimus. Tokiu atveju, depresiškam jaunuoliui gali kilti atskirties jausmas, kuris yra vienas iš suicidiškumo požymių (Nock, Teper ir Hollander, 2007).

Taip pat muzikos terapijos procese vyksta tam tikras socializacijos procesas, kurio metu analizuojant dainas, dalinantis išgyvenimais, perimama vienas kito patirtis (Baker, Wigram, Stott ir McFerran, 2008). Tokie patys procesai vyksta ir subkultūriniame lygmenyje. Tačiau visa tai, kaip jau ne kartą minėta, gali lemti ne tinkamą socializacijos visuomenėje kryptį. Pavyzdžiui, gotų subkultūroje yra priimtina mirties tematika, pasaulis suvokiamas kaip tamsus ir svetimas, o savižudybė yra laikoma tinkama gyvenimo pabaiga (Shelfhout, Delsing, ter Bogt ir Meeus, 2008). Todėl paauglys, kurio socializacijos procesas vyks, veikiamas šios subkultūros, gali neigiamai paveikti paauglio mintis, jausmus ir elgesį. Kai muzikos terapijoje liūdnos, roko stiliaus ar kitų nerekomenduojamų stilių dainos, yra naudojamos, kad padėtų paaugliams kovoti su depresija, subkultūra, su tomis pačiomis dainomis, gali paskatinti paauglį ne tik kad grimzti į didesnę depresiją, bet netgi ir paskatinti nusižudyti.

Šią mintį galima pagrįsti Bodner ir kt. (2006) tyrimu, kurio rezultatai teigia, kad depresija sergantys į liūdnas dainas reaguoja labiau nei į linksmas. Tai reiškia, kad depresiškas asmuo, klausydamasis dainos labiau akcentuojami į liūdesio emociją, išreiškiamą dainoje. Nekontroliuojamas tokių dainų klausymasis depresiškiems asmenims gali pagilinti depresiją. Atkreipiant dėmesį į tai, kad muzikos terapijoje liūdnos dainos padeda atsiskleisti, subkultūrose gali skatinti užsisklęsti savyje ir savo depresiškame pasaulyje. O jei pokalbiuose su draugais, taip pat akcentuojama juodoji pusė, viskas gali pakrypti neigiama linkme. Ir kuo aktyvesnis ir gilesnis įsitraukimas į aktyvios muzikos terapijos procesą, tuo naudingesnė tampa pati terapija (Myskaja ir

Nord, 2008). Tokiu pačiu principu ir subkultūrinis bendravimas, kuo labiau įsitraukiama į subkultūros diktuojamą požiūrį į gyvenimą, tuo labiau linkstama link neigiamo poveikio.

Žinoma, negalima vienareikšmiškai teigti, kad subkultūra yra neigiamas faktorius jaunuolių gyvenime. Todėl įdomu sužinoti kaip, vis dėlto, siejasi skirtingų muzikos stilių pasirinkimas su depresiškumu ir suicidiškumu. Šis ryšys yra svarbus todėl, kad subkultūros pasižymi vieno stiliaus muzikos pasirinkimu tarp tai subkultūrai priklausančių jaunuolių tarpo. Taigi, manant, kad muzika subkultūroje veikia taip pat, kaip muzikos terapijoje, galima manyti, kad muzikos pasirinkimas gali sietis su tam tikromis paauglių savybėmis, kurio charakterizuoja depresiškus ir suicidiškus asmenis. Arba kaip tik priešingai, jei subkultūroje vykstantys procesai nėra panašūs į muzikos terapijoje vykstančius, tai, galbūt, vienoks ar kitoks muzikos pasirinkimas tiesiog atspindi depresiškas ir suicidiškas tendencijas. O subkultūra, kaip tik, veikia kaip barjeras, kuris stabdo depresijos gilėjimą ir palaiko asmens norą gyventi. Tokiu būdu subkultūra atstotų muzikos terapiją ir skatintų teigiamesnius procesus nei tikisi visuomenė.

### 3. Muzikos stiliaus pasirinkimo sąsajos su depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis

Prieš pradėdant aiškintis, kaip subkultūra iš tiesų gali veikti paauglių psichiką, verta apžvelgti mokslinius tyrimus, kurie tyrinėja sąsajas tarp klausomos muzikos stiliaus ir psichologinių charakteristikų. Svarbiausia reikia nepamiršti, kad kiekvienas neigiamas požymis, vienokiu ar kitokiu būdu, ilgainiui gali sukelti depresiškas mintis ir jausmus, o galiausiai ir suicidines tendencijas. Kaip stipriai neigiamas elgesys ir aplinka paveikia asmenį, taip pat priklauso ir nuo konkretaus asmens, požiūrio, nuostatų, asmeninių savybių ir t.t. Tačiau rizikai išliekant, svarbu atkreipti dėmesį į globalų paauglio vaizdą, o ne susikoncentruoti tik ties viena sąsaja, kuri negali atskleisti pilnavertiško vaizdo apie muzikos stiliaus pasirinkimą ir paauglio depresiškumą ir suicidiškumą.

Visų pirma, reikia pabrėžti, kad suicidiškumas nėra vienalytis ir savižudybės dažniausiai įvyksta ne spontaniškai, o turi praeiti tam tikras laikotarpis, kada žmogus priima sprendimą žudytis. Pirmiau turi susidaryti tam tikras emocinis klimatas. Kitaip tariant, pirmiausia turi atsirasti individuali priežastis ar priežasčių rinkinys pačiam žmogui, kodėl jam gyvenimas darosi nebemielas. Tokią nuotaiką galima vadinti depresiška nuotaika, kuri yra depresiškumo komponentas. Ilgainiui ši depresiška nuotaika pereina į mintis, kuriose vis dažniau ima suktis mintys apie savižudybę. Pavienės mintys koncentruojasi ir asmuo, ilgai galvojęs apie savižudybės priimtinumą, ima kurti suicidinius planus, kurie dar vadinami suicininiais ketinimais. Po to, tik laiko klausimas, kad asmuo imsis priemonių, kad nusižudytų. Suicidiniai bandymai gali būti nesėkmingi, arba tyčia iškart nenusižudoma, o tiesiog imamas savižalos, kai asmuo beprasmiškai save žaloja. Ir galų gale, paskutinis žingsnis, yra tikroji savižudybė, kai asmuo nusižudo. Žinoma nereikia pamiršti, kad

galimi ir spontaniškos savižudybės atvejai. Tačiau, vis tiek, tokiu atveju spontaniškai nusižudęs asmuo, tikriausiai turėjo tam tikrą savybių rinkinį, kuris jam leido taip pasielgti. O kitas asmuo, galbūt turintis tam tikrus psichologinius saugiklius tokiam poelgiui nepasiryš. Todėl svarbu atkreipti dėmesį, kokiomis savybėmis paauglys, turintis suicidinių tendencijų, pasižymi.

Štai, pavyzdžiui, Brown (1987) teigia, kad paaugliai, kurie pasižymi suicidiškumu, yra apibūdinami kaip depresiški, turintys problemų mokykloje, vartojantys priklausomybę sukeliančias medžiagas, pasižymintys radikaliu elgesiu. Jie turi menkus kovos su stresu mechanizmus, šeimos santykiai pasižymi šaltumu arba šeimos visai iširę (Derouin ir Bravender, 2004). Suicidiškumu pasižymintys paaugliai šeimose patiria smurtą, dažnai pasižymi nusikalstamu elgesiu, agresyvumu ir t.t. (Kelton ir Shank, 1998). O, kaip rodo Martin, Clarke ir Pearse (1993, cituoja Stack, Krysinska ir Lester, 2007) tyrimo duomenys, tie paaugliai, kurie eina į vidurinę mokyklą, yra linkę į delinkventinį ir rizikingą elgesį, vartoja narkotikus. Tie, kurių šeimos iširę ir turi žemesnės kokybės šeimyninius ryšius, taip pat yra labiau linkę turėti suicidines idėjas.

O visa tai, siejant su muzikos stiliumi, buvo nustatytas ryšys su roko arba sunkiojo metalo muzika (Stack, Krysinska ir Lester, 2007 cituoja Martin, Clarke ir Pearse, 1993), kurios dainų tekstų tematika siejama su seksu, smurtu, seksualine prievarta, savižudybe, šėtono garbinimu ir rasizmu (Hendren ir Strasburger, 1993).

Taip pat ir depresiški paaugliai pasižymi panašiomis charakteristikomis: prisitaikymo problemomis, baimės būseną (Miranda ir Claes, 2007 cituoja Angold, Costello ir Erkanli, 1999), narkotikų vartojimu (Miranda ir Claes, 2007 cituoja Brook, Cohen ir Brook, 1998) ir akademinėmis problemomis (Miranda ir Claes, 2007 cituoja Birmaher ir kt., 1996; Lewinsohn, Roberts ir kt., 1994). Miranda ir Claes (2007) duomenimis, mergaitės, kurios klausosi metalo muzikos, yra labiau linkusios į depresiją, nei tos, kurios nesiklauso šio muzikos stiliaus. O tos, kurios klausosi pop soulo muzikos yra linkusios būti mažiau depresiškos. Šie rezultatai apie metalo muziką, patvirtina Lacourse ir kt. (2001) (cituoja Miranda ir Claes, 2007) tyrimo duomenis, kurie išplečia metalo muzikos ir depresiškumo simptomų sąsajų vaizdą. Lacourse ir kt. (2001) (cituoja Miranda ir Claes, 2007) teigia, kad metalo muzikos klausymasis siejasi su nepasitenkinimu savimi, neryžtingumu, ir savęs nuvertinimu. Bei paauglių merginų atstūmimo jausmu, kuris pasireiškia negatyviu savo suvokimu, savo gyvenimo nusivylimu, ir jausmu, kad gyvenimo sunkumai jas sutriuškino (Miranda ir Claes, 2007 cituoja Arnett, 1996). Taip pat šie rezultatai glaudžiai siejasi su suicidinių tendencijų atsiradimu. Ir šį, suicidinių tendencijų ir sunkiojo metalo ryšį patvirtina daugelis kitų autorių, pvz, Martin ir kt. (1993) (cituoja Miranda ir Claes, 2007).

Stack (1998) taip pat nustatė, kad yra teigiamas ryšys tarp sunkiojo metalo klausymosi ir paauglių suicidinių nuostatų. Tą patvirtina ir Wass et al., (1989) (cituoja Schwartz, 2004), kurio nuomone, paaugliai, sunkiosios muzikos gerbėjai, pasižymi daug palankesniu požiūriu į savižudybę,

žmogūdystę ir satanizmą. Jie yra charakterizuojami kaip nepriklausomi ar anti-konformistai, kurie turi žemesnę savigarbą ir didesnę nepasitikėjimą savimi. Jie linkę kritikuoti kitų motyvus, gebėjimus ir taisykles, šiurkščiai ir nejautriai bendrauti ir priešintis kitimui, nors to reikalauja tėvai ar mokytojai. Taip pat, šie paaugliai išreiškia daugiau pykčio ir emocijų problemų nei tie, kurie pasirenka kitokio stiliaus muziką (Schwartz, 2004). Daugelis iš šių savybių, tokių kaip žema savigarba, nepasitikėjimas savimi ir t.t., siejasi su suicidiško asmens charakteristika.

Taip pat, Newman et. al. (1990) nustatė, kad paaugliai, kurie renkasi klausyti sunkiojo metalo muzikos, turi problemų su narkotikų vartojimu ir suicidinėmis tendencijomis, nei tie kurie šios muzikos nesiklauso. O paaugliai, kurie nesiklauso roko muzikos, neturi psichologinių problemų ir nėra linkę vartoti narkotinių medžiagų. Jų savižudybės rizika yra mažesnė, nei tų paauglių, kurie klausosi roko muzikos. Jie, taip pat, turi didesnių problemų bendraujant su tėvais, nei tie, kurie šios muzikos nesiklauso. Svarbu paminėti, kad turintys išvardintų psichologinių problemų paaugliai yra jautresni muzikos siunčiamai žiniai ir yra labiau veikiami jos (Newman et. al., 1990). Nors šis ryšys yra kritikuotinas, nes nebuvo atliktas priešastį- pasekmę atrandantis tyrimas, o tik sulygintos dvi grupės paauglių, kurie turi ir neturi psichologinių problemų.

Tačiau, įdomiausia Lacourse, Claes, Villeneuve (2001) tyrimo rezultatai, kurie teigia, kad sunkusis metalas nesisieja su suicidinėmis idėjomis, kai šis ryšys nagrinėjamas su kitais suicidiniais faktoriais: šeimos santykiais, socialiniais - psichologiniais aspektais, narkotikų vartojimu, ir savižudybės rizika. Ir šie rezultatai tinka abiejų lyčių 14-18 metų paaugliams.

Taip pat, reikia atkreipti dėmesį į, šiuolaikinės visuomenės ignoruojamą, religingumą. Kaip teigia Stack (1998), mažas religingumas yra vienas iš svarbių faktorių, kuris siejasi su savižudybėmis. Kadangi sunkiojo metalo gerbėjai yra mažiau religingi, tai ir sąlygoja jų palankų požiūrį į savižudybę. Nors metalo muzikos fanai yra labiau linkę būti suicidiškais, tačiau įvedus šį religingumo kontrolinį kintamąjį, pastebima, kad ryšys tarp metalo muzikos klausymosi ir suicidiškumo išnyksta (Stack, 1998). Tai rodo, kad metalo muzika tiesiogiai su suicidiškumu nesisieja. Tačiau siejasis su papildomais fenomenais, kurie sąlygoja suicidiškumo atsiradimu. Ir tai rodo, kad metalo muzika, tėra tik šalutinis kintamasis suicidiškumo atsiradimo procese. Ir tai iliustruoja Stack (2002a), nagrinėjęs bliuzo gerbėjų suicidiškumo ir religingumo sąsajas. Ir jis teigia, kad bliuzo gerbėjai pasižymi mažesniu religingumo lygiu, o suicidiškumas, lyginant su kitų muzikos stilių gerbėjais yra, net gi, mažesnis.

Kalbant apie muzikos stiliaus ir paauglio delinkventinio elgesio ryšį Singer, Levine, Jou, (1993) nustatė, kad sunkusis metalas turi sąsajų su delinkventiniu elgesiu, kai tėvų kontrolė yra žema. Ir, priešingai nei buvo tikėtasi, buvo nustatyta, kad tie mokiniai, kurie gauna geresnius pažymius ir klausosi sunkiojo metalo yra labiau linkę į delinkventinį elgesį, nei kiti. Šie įdomūs rezultatai, atskleidžia sunkiojo metalo pasirinkimo nevienalytiškumą ir vis labiau patvirtina, kad

metalo muzikos pasirinkimas ir šios muzikos poveikis yra labai sąlygotas dalykas, kur muzika yra tiesiog vienas iš šalutinių fenomenų.

Tačiau Lester ir Whipple (1996) mano, kad su muzikos stiliumi labiau siejasi psichiniai paauglio sunkumai bei jo ekstraversija, o ne delinkventinis elgesys, kaip teigia požiūris į sunkiąją muziką. Wass (1991) tyrimas, kurį atlikus paaiškėjo, kad paauglio pasirinkta roko muzika, atstovaujanti lengvajai muzikai, bet kurios dainų temos atitinka sunkiojo metalo muziką, siejasi su paauglių polinkiu mesti mokyklą ir praleidžiamu laiku klausantis muzikos (Wass, 1991). Šie rezultatai verčia daryti prielaidą, kad probleminio elgesio ir psichologinių problemų ryšys priklauso nuo to, kiek laiko praleidžiama klausantis vienokio muzikos stiliaus. Rigidiškas vieno muzikos stiliaus rengimasis, o ne pats muzikos stilius, gali sietis su psichikos ir elgesio sunkumais.

Taip pat, remiantis šiuo tyrimu, galima teigti, kad roko muzikos stilius, kuris priskiriamas lengvajai muzikai, tačiau turintis sunkiosios muzikos tematikas, siejasi su delinkventiniu elgesiu. Todėl reikia manyti, kad net ir su lengvosios muzikos stiliais reikia būti atsargiais. Jau vien tai, kad priskyrus lengvajai muzikai šiuos gautus rezultatus iš karto paneigiamas jos socialumas. Todėl, lieka neaišku, ar, apskritai, yra socialus ir nesocialus muzikos stilius. Ir tai patvirtina, Stack (2002b) pastebėjimas, kad net operos gerbėjai turi palankias savižudybei nuostatas. Tai patvirtina anksčiau išsakytą mintį, kad muzikos stilius nėra pats keliantis problemas, praleidžiamas laikas klausantis vieno stiliaus dainas, identifikuoja esamas problemas (Burge, Goldbalt ir Lester, 2002).

Taigi, kalbant apie roko muzikos stiliaus grupę, Lester ir Whipple (1996) nustatė, kad sunkiojo metalo muzika turi ryšį su suicidinėmis idėjomis. O kantri muzika nesisieja su depresija ir suicidinėmis idėjomis. Tačiau tai prieštaravo Stack ir Gundlach (1992) tyrimo duomenims. Nors šie tyrėjai reikšmingą suicidiškumą pastebėjo tik tada, kai asmuo buvo įsitraukęs į kantri muzikos subkultūrą. Tai rodo, kad asmenį veikia ne tiek pati muzika, kiek santykis su aplinkiniais.

Taip pat, remiantis Mulder et. al. (2007) duomenimis, kantri, išskirtinai roko ir eklektinės muzikos gerbėjai daug dažniau, nei kitos muzikos fanai, patiria vidines problemas ir tyčinį savęs žalojimą. Kalbant apie išskirtinai eklektikus, kurie klauso įvairių muziką, pritaikydami ją prie įvairių gyvenimo situacijų, pavyzdžiui, kai jie būna su draugais klausosi labiau ekstraversiškesnės muzikos, tokios kaip repas. Kai išgyvena su romantiniais santykiais susijusius sunkumus, klausosi pop melodinės dainas, o kai nori pabūti vieni ir užsidarę, renkasi sunkųjį metalą (Schwartz, 2004), buvo nustatyta, kad eklektikai paaugliai labiau, nei kitų dviejų grupių (sunkiosios ir lengvosios muzikos stilius klausantys) paaugliai, pasižymi didesniu prisitaikymu. Jie nepatiria reikšmingų problemų sprendimo, susijusio su savęs suvokimu, autoritetais, jų pačių seksualumu ir bendraamžių santykiais, šeimos problemomis, akademiniais sunkumais (Schwartz, 2004). O Mulder et. al. (2007) mano priešingai ir teigia, kad jie pasižymi daug aukštesniu atsitraukimo ir vidinių

problemų lygiu, nei kiti tiriamieji. Šiai idėjai pritaria ir Newman et. al. (1990) bei prideda, kad yra neigiamas ryšys tarp eklektinio muzikos pasirinkimo ir prastų santykių su tėvais.

Šį tyrimų skirtumą galima paaiškinti sąvokų skirtumu. Nes Mulder et. al. (2007) tyrime, priešingai nei Schwartz (2004), eklektikų sąvoka apibrėžia tuos, kurie klausosi bet kokios muzikos, netaikydami jos prie savo vidinės būsenos, kai tuo tarpu Schwartz (2004) tyrime muzikos stiliaus pasirinkimas yra labiau sąmoningas.

Kalbant apie elitistus, Ter Bogt, et. al., (2003, cituoja Mulder et. al., 2007) teigimu, jie nepasižymi prieštaravimu tėvų autoritetui, tačiau prieštaravimas pasireiškia tuo, kad jie išreiškia prieštaravimą prieš savo bendraamžius (North et. al, 2000 cituoja Mulder et. al. 2007). O Schwartz (2004), kurio tyrime elitistai priskiriami lengvosios muzikos klausytojams, teigia, kad lengvosios muzikos gerbėjai pasižymi per dideliu atsakingumu, griežta sąžine ir yra labiau prisitaikantys savo santykiuose, priešingai nei tie, kurie klausosi sunkiosios muzikos. Šie paaugliai labiau susikoncentravę ties priimtinumu ir pritapimu prie savo bendraamžių (Schwartz, 2004) bei pasižymi daug didesniu atsitraukimo lygiu, nei kiti tiriamieji (Mulder et. al., 2007).

Žvelgiant į tokią elito muzikos gerbėjų charakteristiką, gali susidaryti įspūdis, kad jie yra labai pažeidžiami ir turi su suicidiškumu susijusių problemų, nors atlikti tyrimai neparodė statistiškai reikšmingų ryšių tarp šio stiliaus ir suicidiškumo. Tačiau įdomiausia tai, kad kuo labiau paaugliai įsitraukia į šią muziką ir jų pasirinkimas darosi vis labiau rigidiškas, pasireiškia vis daugiau psichologinių problemų, viena iš jų emocinis nestabilumas (Schwartz, 2004). Tačiau šis koreliacinis ryšys yra pastebimas kalbant apie visus muzikos stilius (Schwartz, 2004). Tai gi, tai patvirtina jau iškeltą mintį, kad kuo didesnis rigidiškumas muzikos stiliaus pasirinkime, tuo labiau pasireiškia psichologinės problemos, iš kurių neišimtiniai ir savižudybės rizika.

O Shelfhout, Delsing, ter Bogt ir Meeus (2008) tyrime, kurio duomenys atskleidė skirtumus tarp amerikiečių, australių, kanadiečių ir olandų. Tyrimo rezultatai rodo, kad olandų merginos, klausančios roko muzikos, lyginant su vaikiniais, patiria tiek pat vidinių problemų. O kitose šalyse, merginų vidinės problemos yra didesnio lygio, nei berniukų. Tai aiškinama, kaip apskritai gotikinės muzikos paplitimu Nyderlanduose ir vakarų bei pietų Europoje (Shelfhout et. al., 2008). Tai remia nuostatą, kad gotikinė muzika sąlygoja didesnių vidinių problemų atsiradimą. Arba Nyderlanduose paaugliai išgyvena daugiau neigiamų vidinių išgyvenimų, ir atsiradus depresiškos muzikos paklausai, atsirado didesnė jos pasiūla.

Tačiau Lacourse et. al. (2001, cituoja Mulder et. al. 2007) duomenų analizė parodė, kad kontroliuojant kitus faktorius, tokius kaip pasitraukimo jausmai, savęs supratimo ir bejėgiškumo faktorius, išnyksta ryšys tarp sunkiojo metalo ir savižudybės rizikos tiek skaičiuojant atskirai lytims, tiek bendrai, kas rodo skirtumo tarp lyčių nebuvimą ir, apskritai, ryšio tarp sunkiojo metalo muzikos ir paauglių savižudybiškumo nebuvimą.



Tačiau Martin et. al. (1993, cituoja Mulder et. al. 2007), vis dėlto, nustatė, kad tiek berniukų, tiek mergaičių roko/metalų muzikos pasirinkimas siejasi su suicidinėmis mintimis, tyčiniu savęs žalojimu ir depresija. Nepaisant to, labai maža dalis mergaičių, kurioms patinka ši muzika, susiduria su problemomis daug dažniau nei kiti. Stack et. al. (1994, cituoja Mulder et. al. 2007) teigia, kad sunkusis metalas išreiškia ir, galbūt, ugdo suicidogeninį atsiskyrimą, neviltį. Scheel (1995, cituoja Mulder et. al. 2007) pastebėjo, kad paaugliai besirenkantys metalo muziką turi daug didesnę depresiją ir žemesnę savigarbą. O Scheel ir Westefeld (1999, cituoja Mulder et. al. 2007) teigia, kad tiek berniukai, tiek mergaitės yra labiau, nei kitokią muziką klausantys jų bendraamžiai, linkę į savižudybę. Tačiau mergaitės rodo daugiau problemų nei berniukai. O, remiantis Lacourse et. al. (2001, cituoja Mulder et. al. 2007) tyrimo duomenimis, berniukai besirenkantys metalo muziką nesiskiria nuo savo bendraamžių savo atsiskyrimo, moraliniu nuopoliu nei savižudybės rizika. Priešingai nei tokią pačią muziką klausančios mergaitės, kurios nuo bendraamžių skiriasi atsiskyrimo, moralinio nuopolio ir ypač savižudybės rizika.

Martin, Clarke ir Pearce (1993) savo tyrimu nustatė, kad egzistuoja ryšys tarp roko ir metalo muzikos pasirinkimo ir suicidinių minčių, tyčinio savęs žalojimo, depresijos, nusikalstamumo, narkotikų vartojimo ir šeimos funkcijų sutrikimo. Ir tai buvo beveik visų merginų, kurios rinkosi tokią muziką, problema. O šios problemos yra neatsiejamas suicidiškumo rodiklis, kuris signalizuoja apie didelę savižudybės riziką. Tai patvirtina ir Mulder et. al. (2007), kurie teigia, kad sunkiojo metalo muzika yra labiau susijusi su vidinėmis problemomis nei su išorinėmis ir labiau išreiškia neigiamas pasekmes- suicidiškumą- mergaitėms, nei berniukams.

Tačiau, nepaisant to, kad daugelyje tyrimų randama tam tikrų sąsajų tarp muzikos stilių pasirinkimo ir paauglių suicidiškumo, vis vien, lieka neaišku, ar muzikos stilius: neabejotinai sunkusis metalas, šiek tiek opera, elito muzika ir eklektikai- sąlygoja paauglių suicidiškumo atsiradimą, ar atvirkščiai. Paauglio suicidiškumas, jo asmeninės charakteristikos, aplinkos sąlygos, psichologinė būsena sąlygoja pasirinkti tam tikrą muzikos stilių, kuris atspindi jo išgyvenimus. Tai išsiaiškinti gali padėti tyrimai, kurie nagrinėja priežasties pasekmės ryšius.

Pavyzdžiui, Rustad et. al. (2003) tyrinėjo roko muzikos vaizdo klipų ir muzikos su suicidinėmis idėjomis ryšį su nuostatomis susijusiomis su suicidiškumu. Paaiškėjo, kad rašant istorijas tiriamieji, kurie klausė muziką ir žiūrėjo videoklipus, susijusius su savižudybe, pabaigdavo pateiktas istorijas dažniau savižudybe nei tie, kuriems nebuvo rodomi suicidines idėjas propaguojantys įrašai. Tačiau palyginus respondentų suicidiškumą, nebuvo pastebėtas suicidiškumo padidėjimas po muzikos klausymosi. O tai galima paaiškinti tuo, kad muzika ir video klipai nesukelia ryškios ir reikšmingos savižudybės rizikos, nors ir veikia nuostatas apie savižudybę (Rustad et. al., 2003), nebent tas poveikis yra ilgalaikis ir iš karto nėra jaučiamas. O atsirasti galėtų tik po ilgo suicidinės muzikos klausimo. Nors Peterson, Safer ir Jobes (2008) nustatė, kad roko

muzikos, su suicidiniu tekstu, klausymas labai nežymiai paveikia asmenų mintis ir po klausymosi nežymiai padidėja suicidinių minčių intensyvumas.

Wanamaker ir Reznikoff (1989) atliko tyrimą, kuriame tikrino agresyvios ir neagresyvios roko muzikos poveikį žmonėms. Juos suskirstė į tris grupes: a) neagresyvi muzika ir neagresyvūs dainų tekstai, b) agresyvi muzika ir neagresyvūs dainų tekstai bei neagresyvi muzika ir c) agresyvūs dainų tekstai. Po muzikos išklausymo buvo atlikti matavimai, kurie paneigė ankstesnių tyrėjų duomenis, ir teigė, kad priešiškas statistiškai reikšmingai nesiskyrė tarp grupių. Taip pat, kaip ir kitų autorių, rezultatai parodė, kad klausytojai nekreipia dėmesio į dainų žodžius. Tai rodo, kad asmenys nesuvokia, kokią žinią jiems siunčia klausoma daina. Tuo pačiu ir teigiamas požiūris į savižudybę jiems lieka neprieinamas, bent jau kognityviniame lygmenyje. Taip pat, šio tyrimo rezultatai paneigė ir ankstesnių tyrimų rezultatus, kurie teigė, kad muzika veikia emocijų kokybę (Wanamaker ir Reznikoff, 1989). Tai rodo, kad klausant bet kokios muzikos, asmeniui nėra daroma jokia įtaka nuotaikai. Tačiau, kaip teigia Scheel ir Westefeld (1999), paklausius bet kurio muzikos stiliaus dainų, klausančiojo nuotaika pagerėja. Tai rodo, kad nepaisant to, kokia muzika ir kokia dainų tematika, muzika gerina nuotaiką, ir vienaip ar kitaip veikia emociniame lygmenyje.

O kalbant apie muzikos įtaką savęs vertinimui, baimei ir suicidinėms idėjoms, Ballard (1995) mano, kad dainų turinys ar muzikos stilius nedaro jokio efekto šiems konstruktsams. Tuo pačiu, šis autorius teigia, kad nesmurtingos repo dainos siejasi su didesniu depresijos lygiu, nei smurtingos repo dainos. O tai rodo, kad neagresyvi repo muzika galėtų sietis su suicidiškumo atsiradimu. Tačiau lieka neaišku, ar nesmurtingų repo dainų tekstai sukelia tokį depresijos lygį, kad atsirastų bent jau suicidinės idėjos.

Taigi, kaip galima pastebėti, iš šios tyrimų apžvalgos, daugiausia dėmesio skiriama sunkiajam metalui, kuris siejasi su daugeliu neigiamų psichologinių pasekmių ir reiškinių, tokių kaip agresyvumas, žema savivartė ir savigarba, prasti akademiniai pasiekimai ir mokyklos metimas, prasti santykiai su tėvais, individualizmas, intraversija ir delinkventinis elgesys: smurtas, narkotinių medžiagų vartojimas ir t.t. Visos šios savybės yra siejamos su suicidiškumu ir didele savižudybės rizika, kuri ir pastebima daugelyje tyrimų. Panašios savybės pastebimos ir analizuojant tyrimus susijusius su repo ir hip-hop'o muzika. Tačiau reikia pastebėti, kad šio stiliaus muzika mažiau siejama su suicidiškumu ir savižudybės rizika. O Miranda ir Claes (2007) tyrimo duomenys rodo, kad soulo muzikos pasirinkimas siejasi su didesnėmis akademinėmis problemomis. Nors, kita vertus, mergaitės, kurios dažniau klauso soulo muzikos yra mažiau depresiškos. Tačiau šios muzikos gerbėjai berniukai, jaučia didesnę nepasitenkinimą savimi. Toks muzikos pasirinkimo ir asmenybės charakteristikų sąsajų skirtingumas, rodo, kad egzistuoja lyčių skirtumai. Ir kas tinka apibūdinti berniukams, netinka apibūdinti mergaitėms. Tai iliustruoja Miranda ir Claes (2007) tyrimo rezultatai, kurie teigia, kad tarp mergaičių nėra statistiškai reikšmingo skirtumo

akademiniuose pasiekimuose, kai jos renkasi klausyti klasikinę muziką. Tuo tarpu berniukams, šio muzikos stiliaus pasirinkimas siejasi su didesniais akademiniiais pasiekimais. Atvirkščiai yra kalbant apie elektroninės muzikos gerbėjus. Šio stiliaus gerbėjos yra labiau linkusios vartoti narkotines medžiagas, nei šios muzikos neklausančios mergaitės, kai tuo tarpu tarp berniukų nėra reikšmingo skirtumo. O kalbant apie pop muziką, abiejų lyčių atstovai turi neigiamą ryšį su narkotinių medžiagų vartojimu. Tai reiškia, kad kuo labiau asmenys įsitraukia į pop muzikos klausymąsi, tuo mažiau tikėtina, kad jie vartos narkotines medžiagas. Šis ryšys šiek tiek prieštarauja nuomonei, kad kuo daugiau laiko praleidžiama klausantis vienokios muzikos, tuo labiau pasireiškia įvairios problemos.

Taigi, apžvelgus tyrimus, analizavusius muzikos stiliaus pasirinkimo ir depresiškumo bei suicidinių tendencijų sąsajas, paaiškėjo, kad, nepaisant to, koks muzikos stilius yra pasirenkamas galima rasti tam tikras sąsajas tarp suicidiškumo atsiradimo. Ypač tais atvejais, kai muzikos stilius renkamas klausyti labai nelanksčiai, arba visiškai nekreipiant dėmesio į tai, kokios muzikos klausomasi. Tačiau didžiausiomis neigiamomis sąsajomis su depresiškumu ir suicidiškumu turi sunkiojo metalo muzika, kai tuo tarpu klasikinė muzika labiau siejasi su teigiamu elgesiu ir sveikesne psichika.

Tačiau analizuojant šias sąsajas, dažnai kilo hipotezės, kurios teigė, kad muzikos stilius vienas, nėra pagrindinis dalykas, kuris priverčia paauglį jaustis depresišku ir pasidaryti suicidišku. Šiame santykiyje atsirandanti subkultūros veikimo pobūdžio panašumas į muzikos terapiją jau aptartas anksčiau. Tačiau kokie teoriniai modeliai tai paaiškina ir kuo galima remtis, teigiant, kad muzika iš tiesų gali veikti nuotaiką, depresiškumą ir suicidiškumą, reikalinga muzikos ir paauglio santykį aiškinančių teorijų apžvalga.

#### 4. Muzikos ir paauglio santykį aiškinančios teorijos

Aiškinantis šiuos ryšius, yra siūlomi keli modeliai, kuriais remiantis gali būti suprastas muzikos stiliaus vaidmuo paauglio savižudybės procese. Kaip teigia Tyson (2006), pasirinkto muzikos stiliaus ir savižudybės ryšio mechanizmas yra grindžiamas trejais teoriniais modeliais: socialinio pažinimo, psichosocialine ir asmenybės teorija.

Socialinio pažinimo teoretikai teigia, kad asmuo turi tam tikras vertybes, elgesio modelius, socialines schemas ir pažinimą. Paauglys besirinkdamas muzikos stilių, skiria pirmenybę tokiam, kurio dainų žodžiai propaguoja tokias pačias vertybes, kaip ir jo. Jis pasirenka tam tikrą muzikos stilių, pavyzdžiui, repą, kurio dainų žodžiai atspindi to asmens neigiamus įsitikinimus ir elgesį. Todėl pats muzikos stilius savo dainų žodžiais ar video medžiaga nesudaro skirtumo tarp savęs ir asmens, kuris renkasi šią muziką (Tyson, 2006). Tačiau pasirinktas muzikos stilius tiesiog palaiko esamas socialines schemas, nuostatas ir socialinį pažinimą (Gan et. al., 1997; Hansen, 1995, cituoja Tyson, 2006).

Asmenybės teorija aiškina, kad muzikos pasirinkimas ar skonis gali atspindėti ar būti vienovėje su individo nuostatomis, vertybėmis ir asmeninėmis charakteristikomis (Tyson, 2006). Pavyzdžiui Little ir Zuckerman (1986) (cituoja Tyson, 2006) tyrimo rezultatai rodo, kad jaunimas, kuris renkasi sunkiąją muziką yra labiau linkęs į pojūčių paiešką ir rizikavimą, palankūs žmogudystei ir savižudybei (Wass et. al., 1989, cituoja Tyson, 2006) ir išreiškia daugiau pykčio bei emocinių problemų (Epstein, Pratto ir Skipper, 1990, cituoja Tyson, 2006). Šiuos ryšius asmenybės teorija interpretuoja, kaip atitikimą tarp pasirinkto muzikos stiliaus tematikos ir asmenybės charakteristikų (Tyson, 2006). Trumpiau tariant, muzikos stilius niekaip neveikia asmenybės, jo nuostatų ir elgesio, o, tiesiog, atspindi, išreiškia, tas savybes ir nuostatas, kurias asmuo turi. Pavyzdžiui, White (1985) (cituoja Schwartz, 2004) konstruodamas šį teiginį, tvirtina, kad muzikos pasirinkimas išreiškia klausytojo savęs suokimą.

Trečias požiūris į muzikos stiliaus pasirinkimą ir elgesio bei nuostatų priklausomybę, pagal Tyson (2006), yra psichosocialinė teorija. Vieni iš pirmųjų tyrėjų, kurie parėmė šią teoriją buvo Arnett (1995) ir Roe (1995). Jie teigė, kad jaunų žmonių psichosocialinė aplinka (pvz., tėvų kontrolės trūkumas, prasti akademiniai pasiekimai, ankstyvas antisocialinis elgesys) iš anksto nulemia jų antisocialiniais tektais ir vaizdiniais pasižymintios muzikos pasirinkimą (cituoja Tyson, 2006). Tai iliustruoja Garstrom (1999, cituoja Tyson, 2006) tyrimas, kuriame repo muzikos pasirinkimo priežastys aiškinamos tuo, kad pasirinktas muzikos stilius, atspindi jaunimo aplinkos, kurioje jie gyvena, suvokimą. Tokiu būdu pasirinktas tam tikras muzikos stilius tampa daugelio jaunimo socializacijos proceso ir identiteto raidos dalimi (Tyson, 2006).

Skirtingai nei pirmaisiais dvejais teoriniais modeliais, remiantis psichosocialine teorija, galima teigti, kad pasirinktas muzikos stilius veikia ne tik paauglio nuotaiką, bet ir nuostatas bei elgesį. Ir šis mechanizmas aiškinamas tuo, kad paauglys vienaip ar kitaip suvokdamas savo aplinką, pasirenka kažkokį tai muzikos stilių, kuris jo manymu atspindi tą suvokimą. Klausydamasis jo dainų paauglys perima ir integruoja į savo pasaulėvaizdį socialinę patirtį, perteikiamą dainų tekstuose. O tą patirtį paauglys atgaivina savo veikloje ir bendravime. Pavyzdžiui, Lull (1987) (cituoja Schwartz, 2004) teigia, kad jauni žmonės naudoja muziką tam, kad prieštarautų bet kokiems autoritetams, įtvirtintų savo asmenybės, vystytų santykius tarp bendraamžių ir romantinių partnerių bei mokytųsi apie dalykus, apie kuriuos jų tėvai ir mokytojai jiems nesako. Todėl gali nutikti taip, kad paauglys nuolat beklausydamas dainų, pilnų savižudiškų idėjų, gali internalizuoti jas. To pasakoje, gali išnykti riba tarp tikrųjų ir įsiteigtų jo nuostatų. Tokiu būdu muzika taptų viena iš savižudiškų idėjų ir savižudiško elgesio priežastimi.

Tačiau reikia pabrėžti, kad šie trys teoriniai modeliai kartu sudėjus sudaro vieningą ir nuoseklų supratimą, kaip siejasi muzikos stiliaus pasirinkimas su paauglių savižudiškumu. Juk paauglio muzikos stiliaus pasirinkdamas gali atspindėti ne tik jo asmenines savybes ar nuostatas,

vertybes, socialines schemas, elgesio problemas, bet ir atskleisti jo savijautą, jausmus, kylančias emocijas, kurias jis išreiškia, per pasirinktą muzikos stilių. Taip gaudamas patvirtinimą, kad jis ne vienas taip jaučiasi ir, kad jo jausmai, mintys ir nuostatos apie save, kitus ir visuomenę yra normalūs (Schwartz, 2004). Taip pat, kaip teigia Avery,(1979) ir Mainprize (1985) (cituoja Schwartz, 2004), paauglys jausdamasis nepritampančiu, atstumtu ir vienišu, pasirenka muzikos stilių, kuris tiksliausiai atspindi jo vidinę būseną, problemas, konfliktus ir poreikius. Demonstruodamas savo muzikinį skonį, jis randa bendraminčių savo aplinkoje ir prisijungia prie muzikinės subkultūros judėjimo. O, jei ir neranda, jis jaučiasi palaikomas muzikos atlikėjų, kurie dainuoja tai, ką jis jaučia. Ir, jei paauglys ar jaunuolis daug laiko praleidžia klausydamas savižudiškas idėjas propaguojančių dainų, jis gali integruoti tas mintis savo pasaulėvaizdyje ir savęs suvokime. Tuo pačiu, dalyvaudamas subkultūriniame judėjime paauglys yra veikiamas toje grupuotėje pripažintų nuostatų, vertybių. Siekdamas priklausomybės ir priėmimo paauglys perima tas vertybes ir pakeičia savo nuostatas, pritaikydamas jas prie muzikinio stiliaus propaguojamųjų. O jei muzikos dainų tekstai palankiai kalba apie savižudybę, paauglio nuostatos gali pasikeisti suicidiškumo didėjimo link. Šį priklausymo subkultūrai modelį, kuris papildo psichosocialinės teorijos modelį, patvirtina ir Stack, Gundlach ir Reeves (1994). Jie tyrinėdami metalistų subkultūrą nustatė, kad kuo asmuo labiau įsitraukęs į metalistų subkultūrą, tuo labiau išreiškia polinkį į savižudiškumą. Ir šis jų modelis paaiškina 51% jaunimo savižudybių penkiasdešimtyje JAV valstijų. Nors pateiktas procentas paaiškina tik šiek tiek daugiau nei pusė savižudybių, jis vis vieno rodo, koks reikšmingas yra ryšys tarp jaunimo judėjimo, kurio pagrindą sudaro sunkiojo metalo muzika, ir paauglių savižudybių. Juk daugiau nei pusė savižudybių priežasčių atitenka vienam muzikos stilių pogrupiui- sunkiajam metalui. Visos kitos savižudybės, geriausiu atveju, turėtų pasiskirstyti tarp kitų muzikos stilių grupių, ir nei vienas stilius nepasizymėtų tokiu ryškiu ir stipriu ryšiu su savižudybe. Tačiau tam prieštarauja Wass, Miller ir Stevenson (1989, cituoja Johnson, 1994), kurie teigia, kad sunkiojo metalo muzika, kuri propaguoja žmogžudystę, savižudybę ir satanistinę praktiką metalistų subkultūros atstovų neveikia. Tai gali reikšti, kad šie asmenys pasirenka sunkiojo metalo muziką todėl, kad jie jau yra tokie ir taip jie muziką priderina prie savo vertybių ir nuostatų. O kalbant apie muzikos poveikį nuotakai, pasirodo, kad psichologinių sunkumų turinčių paauglių, kurie klausosi sunkiojo metalo, šis muzikos stilius neveikia jų nuotakos neigiama linkme (Wooten, 1992 cituoja Becknell ir kt., 2008). O šis pasirinkimas gali būti paaiškintas tuo, kad pasirenkamas muzikos stilius labiau tinka jų emocinei būsenai ir paauglys nejaučia diskomforto būdamas muzikos kuriamoje nuotakoje (Miranda ir Claes, 2007).

Taip pat propaguojama nuomonė, kad sunkiojo metalo muzika atitinka jausmų kokybę ir intensyvumą, pvz., stiprumą, laisvumą, pyktį, bei pritariama nuomonei, kad klausytojai, naudodami muziką reguliuoja savo jausmus. Šis procesas, anot Litle ir Zuckerman, (1985) ir McIlwraith ir

Josephson (1985; cituoja Schwartz, 2004), gali vykti keliais būdais, pavyzdžiui, klausytojai siekia išsiblaškyti naudodamiesi muzika kaip išorine stimuliacija. Taip bėgdami nuo nepageidaujamų minčių, jausmų ir emocijų (Roe, 1985; Rosenbaum ir Prinsky, 1987; Thompson, 1990; cituoja Schwartz, 2004). Nors, kaip nurodoma literatūroje, kai kurie paaugliai nesupranta dainų tekstų (Newman et. al., 1990, cituoja Dickens, 1998), nes jie yra ne gimtąją jų kalbą. Tačiau muzikos nešama prasmė, negaunama kognityviniame lygmenyje, perduodama emociniame lygmenyje (Newman et. al., 1990, cituoja Dickens, 1998). Taip pat Newman ir kt. (1990) (cituoja Dickens, 1998) teigia, kad muzikos klausymasis ir nuolatinis girdėjimas tos pačios žinios daro įtaką paauglio psichikai. Tuo labiau, kad muzika gali sukelti stiprias emocijas. O veikiamas muzikos nuotaikos keitimo efekto, žmogus yra labiau linkęs pakeisti savo elgesį ir nuostatas (Dickens, 1998). Taigi šis teiginys patvirtina, kad muzika apskritai gali įtakoti paauglio polinkį į savižudybę. Pavyzdžiui, kaip rodo Mulder et. al. (2007) tyrimo rezultatai, sunkioji muzika yra susijusi su didesnėmis vidinio ir išorinio elgesio problemomis, tačiau tyrėjai pabrėžia, kad net ir ši muzika gali būti viena iš priemonių, padedančių kvoti su stresu. Juk neigiamas muzikos poveikis nebūtinai turi pasireikšti paauglio elgesyje: klausydamas dainų jis išgyvena savižudybę ir mirtį savo vidiniame pasaulyje. Po tokių išgyvenimų klausantis savižudiškų dainų, paauglys išgyvena katarsį. Po jo, jausmai ir emocijos palengvėja ir taip susidaro kovos mechanizmas su realiais savižudiškais veiksmais (Mulder, Ter Bogt, Raaijmakers, 2007). Tai gali tvirtina Lacourse et. al. (2001, cituoja Mulder et. al., 2007), kurie teigia, kad merginos laisvalaikiu klausiančios sunkiojo metalo muziką sumažina savo savižudybės riziką ir todėl ši muzika tampa kaip viena iš kovos su stresu mechanizmo dalimi. Panašiai mano ir Weinstein (1991) ir Arnet (1996) (cituoja Mulder et. al., 2007), kurie atlikę metalo muzikos subkultūros tyrinėjimus, pastebėjo, kad pasipriešinimas visuomenei, išreiškiamas per muziką, iš suaugusių lūpų leidžia paaugliui ją naudoti kaip kovos su stresu įrankį. Arba pasirinktas muzikos stilius jiems padeda atsitraukti nuo negatyvių minčių, nepageidaujamų jausmų ir emocijų (Schwartz, 2004).

Nors, kita vertus, kaip teigia Baker ir Bor (2008), nepaisant to, kad daugelis muzikos stilių siejasi su narkotikų vartojimu, antisocialiniu elgesiu ir polinkiu į savižudybę, pasirinktas muzikos stilius, vis dėlto, tik atspindi paauglių psichinę būseną. Tokiu atveju, tai gali būti ženklas, kad paaugliui reikia skubios psichologinės pagalbos, nes jis taip parodo, kad išgyvena sunkų ir gyvybiškai svarbų savo gyvenimo periodą (Scheel ir Westefeld, 1999).

Apibendrinant šiuos tris modelius, ir daugelį aiškinimų, koks yra muziko ir paauglio santykis, galima išskirti tris perspektyvas. Psichologinę/koreliacinę perspektyvą (paauglys → muzika) (Miranda ir Claes, 2007), kai paauglys renkasi muziką pagal tai jo pasirinktas muzikos stilius atspindi jo nuostatas, vertybes ir asmenybės savybes. Taip pat, kaip teigia Schwartz (2004) bei Schwartz ir Foutz (2003), muzikos stiliaus pasirinkimas atspindi ne tik kokios yra paauglio vertybės,

bet ir kokius konfliktus bei raidos problemas išgyvena paauglys. Webb (1994) (cituoja Dickens, 1998), paremdamas šią perspektyvą, prideda, kad pasirinkdami tam tikrą muzikos stilių paaugliai taip pat išreiškia savo emocijas. Taigi, ši perspektyva teigia, kad muzikos stilius jokių būdu negali skatinti paauglių savižudiškumo. Tiesiog pats paauglys yra linkęs į tokius išgyvenimus ir turi palankias savižudybei nuostatas, kurias jis išreiškia pasirinkdamas tam tikrą muzikos stilių. Tą paremia ir North ir Hargreaves (2005), kurie teigia, kad probleminė muzika ne sukuria, bet labiau atspindi savižudiškas idėjas. Nepaisant to, galima teigti ir atvirkščiai, nes koreliacija dar neparodo priežasties pasekmės ryšio, tiesiog nustato santykio kryptį, kuri reikalinga bent jau minimaliam prognozavimui.

Atvirkštiniu variantu, kai pati muzika sukelia visus aptartus reiškinius, ir paauglys yra pasyviai veikiamas muzikos, perspektyva vadinama kognityvinė/eksperimentinė (muzika → paauglys) (Miranda ir Claes, 2007).

Galų gale, žvelgiant eklektiniu požiūriu, kuris teigia, kad egzistuoja interaktyvus poveikio perspektyva (muzika ↔ paauglys) (Miranda ir Claes, 2007), galima teigti, kad tiek muzikos pasirinkimas, tiek paauglio savybės yra tokiame santykiuje, kai vienas kitą veikia. Iš vienos pusės paauglys renkasi muziką, kuri jį atspindi, ir tuo pat metu muzika veikia paauglį, palaikydama jau esamas charakteristikas ar padėdama joms keistis.

Taigi, kaip galima pastebėti, muzikos pasirinkimas ne visada yra tiesiogiai atsakingas už tai, kad paaugliai yra linkę į depresiją ir pasižymi suicidinėmis tendencijomis. Šių fenomenų sąsajos su muzika yra sudėtinio ir sudėtingo mechanizmo pasekmė. Šame mechanizme dalyvauja biologija, tiesioginis muzikos poveikis nuotaikai, aplinka kurioje paauglys auga ir bendrauja bei dalinasi savo gyvenimo patirtimi, mintimis ir idėjomis, bei iš kurios gauna tam tikrą patirtį, kurią internalizuoja, bei pačio paauglio charakteristikos. Galų gale ir pati muzika veikia skirtingai, priklausomai nuo to, kokios nuotaikos, psichologinio sutrikimo asmuo yra. Pavyzdžiui, depresiškoms mergaitėms, atvirkščiai nei sveikoms, sunkusis metalas nepablogina nuotaikos. Nors visai populiacijai šis ryšys yra neigiamas. Taip pat daugelio mokslininkų nuomone, sunkiojo metalo muzika siejasi su depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis. Kai tuo tarpu klasikinė muzika siejasi labiau su teigiamu poveikiu fiziologijai ir nuotaikai. Taip pat, ji yra siejama su teigiamomis paauglio savybėmis. Ir visai nesiejama su depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis.

## 5. Tyrimo tikslas, uždaviniai, hipotezės

*Tyrimo tikslas:* išsiaiškinti kaip gotikinio metalo ir klasikinės muzikos klausymasis siejasi su depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis, patikrinti klasikinės muzikos poveikį nuotaikai, bei palyginti kaip šis poveikis skiriasi depresiškiems, suicidiškiems ir šių problemų neturintiems paaugliams.

#### *Tyrimo uždaviniai:*

- Išsikelti hipotezes.
- Atlikti eksperimentą.
- Naudojantis atliktos apklausos duomenimis, statistiniais metodais patikrinti išsikeltas hipotezes.

- Gautus rezultatus paaiškinti, remiantis atlikta literatūros analize.
- Padaryti išvadas.
- Suformuluoti rekomendacijas tolimesniems tyrimams.

#### *Tyrimo hipotezės:*

1. Dažnas metalo muzikos klausymasis siejasi su didesniu paauglių depresiškumu, o klasikinės muzikos klausymasis siejasi su mažesniu paauglių depresiškumu.

2. Dažnas metalo muzikos klausymasis siejasi su didesnėmis paauglių suicidinėmis tendencijomis, o klasikinės muzikos klausymasis siejasi su mažesnėmis paauglių suicidinėmis tendencijomis.

3. Dažnas metalo muzikos klausymasis siejasi su negatyvia paauglių nuotaika, o klasikinės muzikos klausymasis siejasi su pozityvia paauglių nuotaika.

4. Klasikinė muzika daro teigiamą poveikį paauglių nuotakai.

### 6. Tiriamieji

Tiriamieji buvo 134 Kauno „Vyturio“ katalikiškos vidurinės mokyklos 8-12 klasės moksleiviai, kurių amžius pasiskirstęs tarp 13-19 metų. Iš jų 69 mergaitė ir 65 berniukai.

### 7. Tyrimo metodika

Depresiškumui vertinti buvo naudota Zung'o savižinos depresiškumo skalė, kurios validumas yra aukštas (Cronach'o alfa lygi 0,654) (Zung, 1965).

Požiūriui į savižudybę tikrinti buvo naudota ATTS (Attitudes towards suicide questionnaire/ Nuostatų savižudybių atžvilgiu klausimynas) (švedų kalba), autoriai: Salender Rendberg ir Jaobsson (2003), lietuviškos versijos dvi subskalės: priimančias savižudybę požiūris (Cronach'o alfa lygi 0,784) ir smerkiantis savižudybę požiūris (Cronach'o alfa lygi 0,655) (Skruibis, Gintilienė ir Labanauskaitė, 2008). Abiejų subskalių validumas aukštas.

Suicidinėms tendencijoms buvo tikrinamos su suicidiškumo skale iš klausimyno depresijos pokyčiams vertinti (Pranckevičienė, Goštautas, 2007). Jos teiginiai buvo modifikuoti laiko atžvilgiu ir vietoj dviejų savaičių, buvo klausama apie per pastarąjį mėnesį kylančias mintis apie mirtį, mintis, ketinimus ir bandymus nusižudyti. Šios skalės Cronbach'o alfa lygi 0,698 (aukštas validumas).



Nuotaikai per dvi savaites buvo naudojamas PANAS-X nuotaikos klausimynas (Watson ir Clark, 1994). Beveik visų skalių validumas labai aukštas: neigiamo emocingumo Cronbach'o alfa lygi 0,835; teigiamo emocingumo-0,731; pagrindinių neigiamų emocijų skalių: baimė-0,766; Priešiškumas-0,675; kaltė-0,767; Liūdesys-0,802; pagrindinių teigiamų emocijų skalių: linksmumas-0,826; pasitikėjimas-0,690; dėmesingumas- 0,638; kitų emocijų skalių: drovumas-0,722; nuovargis-0,761. O ramybės subskalės (Cronbach'o alfa lygi 0,478) ir nuostabos (Cronbach'o alfa lygi 0,413) validumas žemas, todėl šios skalės bus nenaudojamos statistinėje analizėje.

Muzikos poveikio nuotaikai matuoti buvo sudarytas klausimynas iš 12 klausimų, kurių vienoje pusėje buvo pažymėta neigiamą emociją atspindinti emocija, o kitoje skalės pusėje-teigiamą, pavyzdžiui, liūdna – linksma; prislėgta – pakili ir t.t.. Ir buvo prašoma pažymėti skaičių, kuris labiausiai atspindėtų jų emociją tarp šių porų, kai 1 buvo laikomas intensyviausia neigiama emocija, o 7 intensyviausia teigiama emocija. Šio klausimyno Cronbach'o alfa lygi 0,895 (aukštas validumas).

Taip pat, po dainos perklausos, buvo klausama kaip patiko muzika- patiko, nepatiko. Bei kaip dažnai tiriamasis klausio klasikinės muzikos ir gotikinio metalo muzikos: niekada, retai, kartais, dažnai ar nuolat. Taip pat buvo prašoma užpildyti sociodemografinių duomenų klausimus: klasė, amžius ir lytis.

Gale anketos buvo pateikti kontaktai: „Jaunimo linijos“ numeris, internetinės pagalbos adresas tiems, kuriems reikalinga emocinė psichologo pagalba.

## 8. Tyrimo procedūra

Prieš atliekant eksperimentą, mokiniai turėjo užpildyti anketą, kurioje buvo pateiktos Zung'o depresiškumo skalė, požiūrio į savižudybę ir suicidiškumo klausimai bei prašoma įvertinti savo nuotaiką pagal PANAS-X klausimyną. Atsakyti į klausimą kaip dažnai klausosi gotikinio metalo muzikos. Tada užpildyti nuotaikos klausimyną, sukurtą autoriaus. Vėliau prašoma paklausyti dainos- V.A.Mocartas- ištraukos iš variacijų fortepijonui „Ar aš jums nesakiau, Mama“, po kurios išklausymo, rėkėjo užpildyti tą patį nuotaikos klausimyną, kuris buvo pildytas prieš muzikos klausymąsi. Taip pat pažymėti kaip patiko daina ir kaip dažnai tiriamasis klausosi klasikinės muzikos. Gale visų klausimų buvo prašoma pažymėti savo lytį, amžių ir klasę.

Po to, kai visi mokiniai užpildė anketas ir atidavė tyrėjui, jiems dar papildomai buvo primenama, kad jei jiems ar jų draugams reikalinga psichologo pagalba, jei gali kreiptis į mokyklos psichologą, skambinti į „Jaunimo liniją“, arba ieškoti kitų psichologų kontaktų internete.

Bandant atsakyti į išsikeltus klausimus: kaip siejasi depresiškumas, suicidinės tendencijos bei nuotaika su skirtingais muzikos stiliais, statistinėje analizėje buvo naudojamas Stjudento t kriterijus

ir Kruskal-Wallis testas. Klasikinės – Mocarto – muzikos poveikiui įvertinti naudotas Stjudento t kriterijus.

Visi skaičiavimai buvo pakartoti vyrams ir moterims atskirai. Visiems skaičiavimams reikšmingumo lygmuo 0,05.

## 9. Tyrimo rezultatai

### 9.1. Depresiškumo sąsajos su skirtingais muzikos stiliaus pasirinkimu

Siekiant išsiaiškinti, kaip gotikinio metalo ir klasikinė - Mocarto – muzika siejasi su depresiškumu, kaip ir visiems kitiems kintamiesiems, buvo naudojami du rodikliai: kaip patiko klasikinė daina ir kaip dažnai tiriamieji klausosi klasikinės ir gotikinio metalo muzikos. Tam buvo sudarytos tokios grupės: klasikės muzikos daina patiko arba nepatiko, gotikinį metalą ir klasikinę muziką tiriamasis klausė nuolat, kartais ir niekada.

Taigi, kaip rodo duomenys, tiriamųjų, kuriems patiko klasikinė daina, depresiškumo vidurkis yra šiek tiek didesnis nei tų, kuriems daina nepatiko. Tačiau šis skirtumas nėra statistiškai reikšmingas ( $p=0,387$ ; Stjudento t, žr. 1 priede 1 lentelę). Tai rodo, kad depresiškumas nesisieja su dainos patikimumu.

Kaip rodo analizė, kurios metu buvo tikrinamos vyrų ir moterų depresiškumo ryšys su klasikinės dainos patikimu, rezultatai, depresiškumas ir klasikinės dainos patikimas tiek vyrų, tiek moterų imtims, statistiškai reikšmingai nesiskiria (atitinkamai  $p=0,267$  ir  $p=0,590$ ; Stjudento t, žr. 1 priede 2 lentelę).

Analizuojant duomenis, koks yra ryšys tarp depresiškumo ir muzikos stilių klausymo dažnumo, paaiškėjo, kad tiriamųjų depresiškumo lygis gotikinio metalo klausymo dažnumo grupėse statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,989$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 3 lentelę).

Statistiškai reikšmingo depresiškumo skirtumo nėra ir tarp klasikinės muzikos klausymo dažnumo ( $p=0,326$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 3 lentelę). Tokia pati analizė, atskirai vyrams ir moterims parodė, kad vyrų depresiškumas, gotikinio metalo klausymo dažnumo grupėse statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,977$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 4 lentelę). Moterų depresiškumas, šiose grupėse, taip pat statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,926$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 4 lentelę).

Vyrų depresiškumas, klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupėje, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,276$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 4 lentelę). Taip ir moterų depresiškumas, šiose grupėse, statistiškai reikšmingai nesiskiria.

Gautus rezultatus galima interpretuoti taip, kad depresiškumas nepriklauso nuo to, kaip patinka girdėta klasikinės muzikos daina. Taip pat, depresiškumas nepriklauso ir nuo to, kaip dažnai klausomas gotikinis metalas ar klasikinė muzika. Taip pat šiuos rezultatus galima interpretuoti ir

taip, kad dainos ir muzikos stiliaus klausymo dažnis nepriklauso nuo depresiškumo. Ir šie rezultatai tinka ir vyrams ir moterims.

## **9.2. Suicidiškų tendencijų sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

### **9.2.1. Požiūrio priimančio savižudybę sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Siekiant išsiaiškinti, kaip požiūris į savižudybę siejasi su gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimu, duomenų statistinė analizė susideda iš dviejų dalių: priimančio ir smerkiančio požiūrio į savižudybę sąsajų su gotikinio metalo ir klasikinės muzikos klausymosi dažnio ir kasikinės muzikos dainos patikimo analizių.

Visų pirma, kalbant apie priimančią savižudybę požiūrį, statistinė analizė rodo, kad tiriamųjų, kuriems patiko klasikinės metalo daina, priimančio savižudybę požiūrio skalės vidurkis yra šiek tiek didesnis nei tų, kuriems daina nepatiko. Tačiau šis skirtumas nėra statistiškai reikšmingas ( $p=0,355$ ; Stjudento t, žr. 1 priede 5 lentelę). Tai rodo, kad priimantis savižudybę požiūris nesisieja su klasikinės dainos patikimumu.

Tokia pati analizė, pakartota vyrams rodo, kad tiriamųjų, kuriems klasikinė daina patiko ar nepatiko, priimantis savižudybę požiūris statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,389$ ; Stjudento t, žr. 1 priede 6 lentelę). Skirtumo tarp grupių nebuvimą rodo atlikti skaičiavimai ir moterų imčiai ( $p=0,066$ ; Stjudento t, žr. 1 priede 6 lentelę).

Analizuojant duomenis, kokie yra priimančio savižudybę požiūrio vidurkio skirtumai, muzikos stilių klausymo dažnumo grupėse, paaiškėjo, kad tiriamųjų priimantis savižudybę požiūris gotikinio metalo klausymo dažnumo grupėse statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,616$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 7 lentelę).

Statistiškai reikšmingo priimančio savižudybę požiūrio skalės vidurkio skirtumo nėra ir tarp klasikinės muzikos klausymo dažnumo ( $p=0,577$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 7 lentelę). Tokia pati analizė, atskirai vyrams ir moterims parodė, kad vyrų priimančio savižudybę požiūrio skalės vidurkis, gotikinio metalo klausymo dažnumo grupėse statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,753$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 8 lentelę). Moterims šio požiūrio vidurkiai, šiose grupėse, taip pat statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,234$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 8 lentelę).

Vyrų priimančio savižudybę požiūrio skalės vidurkiai, klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupėse, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,980$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 8 lentelę). Taip ir moterų priimantis savižudybę požiūris, šiose grupėse, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,526$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 8 lentelę).

Gautus rezultatus galima interpretuoti taip, kad priimantis savižudybę požiūris nepriklauso nuo to, kaip patinka girdėtos gotikinio metalo ir klasikinės muzikos dainos. Taip pat, priimantis savižudybę požiūris nepriklauso ir nuo to, kaip dažnai klausomas gotikinis metalas ar klasikinė

muzika. Arba šiuos rezultatus galima interpretuoti ir taip, kad dainos ir muzikos stiliaus klausymo dažnis nepriklauso nuo požiūrio priimančio savižudybę. Ir šie rezultatai tinka ir vyrams ir moterims.

### **9.2.2. Smerkiančio savižudybę požiūrio sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Kalbant apie klasikinės muzikos dainos patikimo grupių smerkiančio savižudybę požiūrio skalės vidurkių skirtumą, statistinės analizės rezultatai neparodė statistiškai reikšmingo vidurkių skirtumo ( $p=0,082$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 9 lentelę).

Kaip rodo analizės, kurios metu buvo tikrinamos vyrų ir moterų smerkiančio savižudybę požiūrio skirtumas klasikinės dainos patikimo grupėse, rezultatai parodė, kad smerkiančio savižudybę požiūris, šiose grupėse, statistiškai reikšmingai nesiskiria (atitinkamai  $p=0,123$  ir  $p=0,468$ ; Stjudento  $t$ , žr. 1 priede 10 lentelę).

Aiškinantis, koks yra ryšys tarp smerkiančio savižudybę požiūrio, gotikinio metalo ir klasikinės muzikos klausymosi dažnumo grupėse, paaiškėjo, kad tiriamųjų smerkiančio savižudybę požiūris, gotikinio metalo klausymo dažnumo grupėse, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,229$ ; Kruskal-Wallis testas, žr. 1 priede 11 lentelę). Statistiškai reikšmingo smerkiančio savižudybę požiūrio skirtumo nėra ir lyginant klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupes ( $p=0,891$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 11 lentelę).

Tokia pati analizė, atskirai vyrams ir moterims parodė, kad vyrų smerkiančio savižudybę požiūrio skalės vidurkiai, gotikinio metalo klausymo dažnumo grupėse, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,462$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 12 lentelę). Moterų smerkiančio savižudybę požiūrio skalės vidurkiai, šiose grupėse, taip pat, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,138$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 12 lentelę).

Vyrų smerkiantis savižudybę požiūris, klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupėse, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,689$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 12 lentelę). Taip pat, ir moterų smerkiančio savižudybę požiūrio vidurkiai, šiose grupėse, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,0599$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 12 lentelę).

Apibendrinant, galima pasakyti, kad priimtinas ir smerkiantis požiūris į savižudybę nesisieja su tuo, kurį muzikos stilių: gotikinį metalą ar klasikinę muziką- paauglys pasirenka klausyti. Taip pat, nuo požiūrio į savižudybę nepriklauso ar jiems patinka ar nepatinka klasikinės muzikos daina.

### **9.2.3. Suicidiškumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Analizuojant tiriamųjų, kuriems patiko klasikinės muzikos daina, suicidiškumą paaiškėjo, kad tarp tiriamųjų, kuriems patiko ir nepatiko šio stiliaus daina, nėra statistiškai reikšmingo suicidiškumo skirtumo ( $p=0,531$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 13 lentelę).

Kalbant apie vyrų ir moterų suicidiškumą, skirtingose klasikinės muzikos dainos patikimo grupėse, Stjudento  $t$  kriterijus rodo, kad tarp grupių statistiškai reikšmingo suicidiškumo skirtumo nėra tiek vyrams ( $p=0,247$ ), tiek moterims ( $p=0,483$ ) (žr. 1 priede 14 lentelę).

Gotikinio metalo muzikos klausymo dažnumo grupių suicidiškumas statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,622$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 15 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių tiriamųjų suicidiškumas taip pat nesiskiria statistiškai reikšmingai ( $p=0,981$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 15 lentelę).

Gotikinio metalo muzikos klausymo dažnumo grupių vyrų suicidiškumas statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,462$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 16 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių vyrų suicidiškumas taip pat nesiskiria statistiškai reikšmingai ( $p=0,688$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 16 lentelę).

Kalbant apie moterų imtį, gotikinės muzikos klausymo dažnumo grupių suicidiškumas, kaip ir vyrų, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,138$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 16 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo moterų suicidiškumas taip pat statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,310$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 16 lentelę).

Visi šie rezultatai rodo, kad suicidiškumas nepriklauso nei nuo klasikinės muzikos dainos patikimo ar nepatikimo, nei nuo to, kaip dažnai klausomas gotikinis metalas ar klasikinė muzika. Taip pat, galima teigti, kad pasirinkimas, kaip dažnai klausyti gotikinį metalą ar klasikinę muziką, nepriklauso nuo to, koks yra paauglio suicidiškumas. Tokios pačios tendencijos yra tiek vyrams tiek moterims.

### **9.3. Nuotaikos sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

#### **9.3.1. Neigiamos nuotaikos sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Tikrinant hipotezę, kad neigiamos emocijos priklauso nuo to, ar patinka klasikinė muzika, statistinė analizė parodė, kad nepaisant to, kaip patinka ar nepatinka klasikinės muzikos daina, neigiama nuotaika statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,806$ ; Stjudento t; žr. 1 priede 17 lentelę).

Kalbant apie vyrų ir moterų neigiamą nuotaiką, skirtingose klasikinės dainos patikimo grupėse, neigiama nuotaika statistiškai reikšmingai nesiskiria tiek vyrams ( $p=0,511$ ), tiek moterims ( $p=0,346$ ) (Stjudento t kriterijus; žr. 1 priede 18 lentelę).

Gotikinio metalo muzikos klausymo dažnumo grupių neigiama nuotaika statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,674$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 19 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių tiriamųjų neigiama nuotaika, taip pat, nesiskiria statistiškai reikšmingai ( $p=0,798$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 19 lentelę).

Gotikinio metalo muzikos klausymo dažnumo grupių vyrų neigiama nuotaika statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,759$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 20 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių vyrų neigiama nuotaika taip pat statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,848$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 20 lentelę).

Kalbant apie moterų imtį, gotikinės muzikos klausymo dažnumo grupių neigiama nuotaika, kaip ir vyrų, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,913$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 20

lentele). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo moterų neigiama nuotaika, taip pat, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,834$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 20 lentelę).

Visi šie rezultatai rodo, kad neigiama nuotaika nepriklauso nei nuo skirtingo stiliaus dainos patikimo ar nepatikimo, nei nuo to, kaip dažnai klausomas gotikinis metalas ar klasikinė muzika. Taip pat, galima teigti, kad pasirinkimas, kaip dažnai klausyti gotikinį metalą ar klasikinę muziką, nepriklauso nuo to, kokia yra paauglio neigiama nuotaika. Tokios pačios tendencijos yra tiek vyrams, tiek moterims.

### **9.3.2. Teigiamo emocingumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Tikrinant teiginį, kad teigiamos emocijos priklauso nuo to, ar patinka klasikinės muzikos daina, statistinė analizė parodė, kad nepaisant to, kaip patinka ar nepatinka klasikinės muzikos daina, teigiama nuotaika statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,131$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 21 lentelę).

Kalbant apie vyrų ir moterų teigiamą nuotaiką, skirtingose klasikinės muzikos dainos patikimo grupėse, Stjudento  $t$  kriterijus rodo, kad tarp grupių statistiškai reikšmingo skirtumo nėra tiek vyrų ( $p=0,984$ ), tiek moterų ( $p=0,086$ ) imčiai (žr. 1 priede 22 lentelę).

Gotikinio metalo muzikos klausymo dažnumo grupių teigiama nuotaika statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,662$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 23 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių tiriamųjų neigiama nuotaika taip pat nesiskiria statistiškai reikšmingai ( $p=0,790$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 23 lentelę).

Gotikinio metalo muzikos klausymo dažnumo grupių vyrų teigiama nuotaika statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,825$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 24 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių vyrų teigiama nuotaika, taip pat, nesiskiria statistiškai reikšmingai ( $p=0,225$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 24 lentelę).

Kalbant apie moterų imtį, gotikinės muzikos klausymo dažnumo grupių teigiama nuotaika, kaip ir vyrų, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,182$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 24 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo moterų teigiama nuotaika, taip pat, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,445$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 24 lentelę).

Visi šie rezultatai rodo, kad teigiama nuotaika nepriklauso nei nuo skirtingo stiliaus dainos patikimo ar nepatikimo, nei nuo to, kaip dažnai klausomas gotikinis metalas ar klasikinė muzika. Taip pat, galima teigti, kad pasirinkimas, kaip dažnai klausyti gotikinį metalą ar klasikinę muziką, nepriklauso nuo to, kokio intensyvumo yra paauglio teigiama nuotaika. Arba, kitaip tariant, nepaisant to, ar gotikinio metalo ar klasikinės muzikos daina patiko ar nepatiko, tai neidentifikuoja, kokio lygio yra teigiama nuotaika. Taip pat, vienokio ar kitokio muzikos žanro pasirinkimas, kaip dažnai jį klausyti, neidentifikuoja teigiamos nuotaikos. Arba, teigiama nuotaika neturi įtakos muzikos stiliaus klausymo dažnumui.

Tokios pačios tendencijos egzistuoja tiek vyrams, tiek moterims. Tiek kalbant apie neigiamą nuotaiką tiek apie teigiamą nuotaiką, kalbant bendrąja prasme. Tačiau tiek teigiamą, tiek neigiamą nuotaikas galima suskirstyti į smulkesnes nuotaikas. Į kurias, taip pat, verta atkreipti dėmesį, ir paanalizuoti detaliau.

### **9.3.3. Baimės sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Tikrinant teiginį, kad baimė priklauso nuo to, ar patinka klasikinės muzikos daina, statistinė analizė parodė, kad nepaisant to, kaip patinka ar nepatinka klasikinės muzikos daina, baimė statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,737$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 25 lentelę).

Kalbant apie vyrų ir moterų baimę, skirtingose klasikinės muzikos dainos patikimo grupėse, Stjudento  $t$  kriterijus rodo, kad tarp grupių statistiškai reikšmingo skirtumo nėra tiek vyrams ( $p=0,621$ ), tiek moterims ( $p=0,506$ ) (žr. 1 priede 26 lentelę).

Gotikinio metalo muzikos klausymo dažnumo grupių baimė statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,880$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 27 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių tiriamųjų baimė, taip pat, nesiskiria statistiškai reikšmingai ( $p=0,407$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 27 lentelę).

Gotikinio metalo muzikos klausymo dažnumo grupių vyrų baimės lygis statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,859$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 28 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių vyrų baimė, taip pat, nesiskiria statistiškai reikšmingai ( $p=0,544$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 28 lentelę).

Kalbant apie moterų imtį, gotikinės muzikos klausymo dažnumo grupių baimė, kaip ir vyrų, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,975$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 28 lentelę). Klasikinės muzikos klausymo dažnumo moterų baimė, taip pat, statistiškai reikšmingai nesiskiria ( $p=0,508$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 28 lentelę).

Visi šie rezultatai rodo, kad baimė nepriklauso nei nuo klasikinės muzikos dainos patikimo ar nepatikimo, nei nuo to, kaip dažnai klausomas gotikinis metalas ar klasikinė muzika. Taip pat, galima teigti, kad pasirinkimas, kaip dažnai klausyti gotikinį metalą ar klasikinę muziką, nepriklauso nuo to, kokia yra paauglio baimė. Arba, kitaip tariant, nepaisant to, ar gotikinio metalo ar klasikinės muzikos daina patiko ar nepatiko, tai neidentifikuoja, kokio lygio yra baimė. Taip pat, vienokio ar kitokio muzikos žanro pasirinkimas, kaip dažnai jį klausyti, neidentifikuoja baimės lygio. Arba, baimė neturi įtakos muzikos stiliaus klausymo dažnumui.

Kaip galima pastebėti, aptarti dėsniai tinka ir vyrams ir moterims.

### **9.3.4. Priešiškumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Priešiškumas taip pat priklauso neigiamos nuotaikos kategorijai. Todėl, kaip ir ankstesniais atvejais buvo tikimasi, kad priešiškumas bus mažesnis, jei tiriamiesiems patiks klasikinės muzikos daina.

Atlikta statistinė analizė parodė, kad priešiškus statistiškai reikšmingai nesiskiria lyginant tiriamųjų priešiškus, kuriems patiko ir nepatiko klasikinė daina ( $p=0,326$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 29 lentelę). Tai rodo, kad nepriklausomai nuo to, ar patinka, ar nepatinka klasikinės muzikos daina, priešiškus nuo to nepriklauso. Arba dainos patikimas nepriklauso nuo priešiškusmo lygio.

Tikrinant tą pačią hipotezę, vyrų imtyje, paaiškėjo, kad klasikinės muzikos dainos patikimas nesisieja su tiriamųjų priešiškusmu ( $p=0,841$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 30 lentelę). Moterų imčiai, taip pat kaip vyrų, klasikinės muzikos dainos patikimas nesisieja su priešiškusmu ( $p=0,331$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 30 lentelę).

Tai rodo, kad nei bendrai populiacijai, nei vyrams ir moterims atskirai, priešiškus nėra susijęs su tuo, kaip daina patinka ar nepatinka.

Taip pat, bandant išsiaiškinti, kaip priešiškus siejasi su tuo, kaip dažnai klausomasi gotikinio metalo, buvo patikrinta hipotezė, kad priešiškus bus didesnis tų tiriamųjų, kurie dažnai klausosi gotikinio metalo muzikos. Ir mažesnis, jei jie šio muzikos žanro dainų visai neklausys. Kaip paaiškėjo, tiriamųjų priešiškus statistiškai reikšmingai nesiskiria gotikinio metalo klausymo dažnumo grupėse ( $p=0,631$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 31 lentelę).

Tai rodo, kad priešiškus nesisieja su tuo, kaip dažnai klausomasi gotikinio metalo. Priešinga šiai hipotezei buvo keliama klasikinės muzikos atveju. Buvo manoma, kad tų, kurie dažnai klausosi klasikinės muzikos, priešiškus bus mažesnis nei tų, kurie niekada neklausosi klasikinės muzikos. Atlikus statistinę analizę, ši hipotezė taip pat nepasitvirtino ( $p=0,674$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 31 lentelę). Tai rodo, kad ir šiuo atveju priešiškus nesisieja su tuo, kaip dažnai klausomasi klasikinės muzikos.

Tikrinant tas pačias hipotezes apie priešiškus, vyrų imtyje paaiškėjo, kad statistiškai reikšmingai priešiškus nesiskiria tarp gotikinio metalo klausymosi grupių ( $p=0,813$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 32 lentelę). Tokie patys rezultatai gauti ir klasikinės muzikos atveju ( $p=0,864$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 32 lentelę).

Tikrinant priešiškusmo sąsajas su gotikinio metalo klausymosi dažnumu moterų imtyje, paaiškėjo, kad čia, taip pat, nėra statistiškai reikšmingų priešiškusmo skirtumų ( $p=0,726$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 32 lentelę). Tokie patys rezultatai gauti ir klasikinės muzikos atveju ( $p=0,864$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 32 lentelę).

Taigi, kaip galima pastebėti, tiek gotikinio metalo tiek klasikinės muzikos atveju priešiškus nesiskiria nei visos imties, nei vyrų ir moterų imties atveju. Todėl galima manyti, kad priešiškus nėra susijęs su muzikos patikimu ar pasirinkimu, kokį stilių klausyti.

### **9.3.5. Kaltės sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Atlikus statistinę analizę, siekiant patikrinti kaip kaltė siejasi su muzikos stiliaus pasirinkimu ir patikimu, paaiškėjo, kad kaltė nesisieja su tuo, kaip patiko klasikinės muzikos ( $p=0,477$ ;



Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 33 lentelę). Tai rodo, kad nepriklausomai nuo to, ar patinka, ar nepatinka daina, kaltė su tuo nesisieja. Arba dainos patikimas nepriklauso nuo kaltės lygio.

Patikrinus šias sąsajas tarp vyrų, taip pat, nebuvo gautas joks statistiškai reikšmingas kaltės skirtumas, lyginat klasikinės muzikos dainos patikimo grupių kaltę ( $p=0,363$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 34 lentelę). Moterų imtyje, taip pat nepastebėtas statistiškai reikšmingas kaltės skirtumas, lyginant klasikinės muzikos dainos patikimo grupes ( $p=0,936$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 34 lentelę).

Taip pat, buvo patikrintas ir kaltės ryšys su tuo kaip dažnai klausomasi gotikinio metalo. Kaip parodė statistinė analizė, kaltė nepriklauso nuo to kaip dažnai yra klausomasi gotikinio metalo ( $p=0,175$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 35 lentelę). Taip pat nėra statistiškai reikšmingo ryšio ir su klasikinės muzikos klausymo dažnumu ( $p=0,772$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 35 lentelę).

Atlikus vyrų gotikinio metalo klausymo dažnumo grupių kaltės palyginimą, paaiškėjo, kad kaltė nesisieja su tuo, kaip dažnai yra klausomas gotikinis metalas ( $p=0,410$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 36 lentelę). Taip pat, jokio statistiškai reikšmingai kaltės skirtumo nėra ir lyginant klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių kaltę ( $p=0,464$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 36 lentelę).

Tokie patys rezultatai gauti ir moterų imčiai. Gotikinio metalo klausymo dažnumas nesisieja su kalte ( $p=0,443$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 36 lentelę). Lygiai taip pat ir su klasikine muzika ( $p=0,944$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 36 lentelę).

Visi šie rezultatai kartu, rodo, kad kaltė nesisieja su muzikos stiliaus (gotikinio metalo ir klasikinės muzikos) klausymo dažnumu ir klasikinės muzikos dainos patikimo atveju. Ir tai tinka tiek vyrams tiek moterims.

### **9.3.6. Liūdesio sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Atlikus statistinę analizę, siekiant patikrinti kaip liūdesys siejasi su muzikos stiliaus pasirinkimu ir patikimu, paaiškėjo, kad kaltė nesisieja su tuo, kaip patiko klasikinės muzikos daina ( $p=0,611$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 37 lentelę) liūdesį. Tai rodo, kad nepriklausomai nuo to, ar patinka, ar nepatinka daina, liūdesys su tuo nesisieja. Arba dainos patikimas nepriklauso nuo liūdesio lygio.

Patikrinus šias sąsajas tarp vyrų, taip pat, nebuvo gautas joks statistiškai reikšmingas liūdesio skirtumas, lyginat klasikinės muzikos dainos patikimo grupių kaltę ( $p=0,550$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 38 lentelę). Moterų imtyje, taip pat nepastebėtas statistiškai reikšmingas liūdesio skirtumas, lyginant klasikinės muzikos dainos patikimo grupes ( $p=0,229$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 38 lentelę).

Taip pat, buvo patikrintas ir liūdesio ryšys su tuo kaip dažnai klausomasi gotikinio metalo. Kaip parodė statistinė analizė, liūdesys nepriklauso nuo to, kaip dažnai yra klausomasi gotikinio metalo ( $p=0,348$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 39 lentelę). Taip pat, nėra statistiškai

reikšmingo liūdesio ryšio ir su klasikinės muzikos klausymo dažnumu ( $p=0,499$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 39 lentelę).

Atlikus vyrų gotikinio metalo klausymo dažnumo grupių liūdesio palyginimą, paaiškėjo, kad liūdesys nesisieja su tuo, kaip dažnai yra klausomas gotikinis metalas ( $p=0,155$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 40 lentelę). Taip pat jokio statistiškai reikšmingai liūdesio skirtumo nėra ir lyginant klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių liūdesį ( $p=0,377$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 40 lentelę).

Tokie patys rezultatai gauti ir moterų imčiai. Gotikinio metalo klausymo dažnumas nesisieja su liūdesiu ( $p=0,544$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 40 lentelę). Lygiai taip pat ir su klasikine muzika ( $p=0,847$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 40 lentelę). Visi šie rezultatai kartu, rodo, kad liūdesys nesisieja su muzikos stiliaus (gotikinio metalo ir klasikinės muzikos) klausymo dažnumu ir dainų patikimo atveju. Ir tai tinka tiek vyrams tiek moterims.

Taigi, kaip galima pastebėti ir apibendrinti visas nuotaikas, kurios yra laikomos neigiamomis, nesisieja su abiejų stilių- gotikinio metalo ir klasikinės dainų- patikimu ir klausymo dažnumu. Tokiu atveju, galima teigti, kad muzikos stiliaus klausymo pasirinkimas nepriklauso nuo to, kokia paauglio nuotaika. Tuo pačiu, nepriklauso ir dainos patikimas kalbant apie pastarąją savaitę buvusią nuotaiką. Todėl visi šie duomenys paneigia hipotezę, kad gotikinės muzikos pasirinkimas siejasi su neigiama nuotaika.

### **9.3.7. Linksmumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Giliau patikrinti hipotezei, kad klasikinės muzikos dainų patikimas ir šio muzikos dažnas klausymasis siejasi su teigiama nuotaika, buvo patikrintos taip pat ir sąsajos su pagrindinėmis teigiamomis nuotaikomis: linksmumu, pasitikėjimu ir dėmesingumu.

Taigi, atlikus statistinę analizę, siekiant patikrinti kaip linksmumas siejasi su muzikos stiliaus pasirinkimu ir patikimu, paaiškėjo, kad linksmumas nesisieja su tuo, kaip patiko klasikinės muzikos daina ( $p=0,096$ ; Studento  $t$ ; žr. 1 priede 41 lentelę). Tai rodo, kad nepriklausomai nuo to, ar patinka, ar nepatinka klasikinės muzikos daina, linksmumas su tuo nesisieja. Arba dainos patikimas nepriklauso nuo linksmumo lygio.

Patikrinus šias sąsajas tarp vyrų, taip pat nebuvo gautas joks statistiškai reikšmingas linksmumo skirtumas, lyginant klasikinės muzikos dainos patikimo grupėse ( $p=0,424$ ; Studento  $t$ ; žr. 1 priede 42 lentelę).

Moterų imtyje, lyginant klasikinės muzikos dainos patikimo grupių linksmumo lygį, pastebėtas statistiškai reikšmingas linksmumo skirtumas ( $p=0,010$ ; Studento  $t$ ; žr. 1 priede 42 lentelę). Rezultatai atskleidė tai, kad tų tiriamųjų, kurioms patiko klasikinė daina, linksma nuotaika yra daug intensyvesnio lygio, nei tų, kurioms klasikinė daina nepatiko.

Taip pat, buvo patikrintas ir linksmumo ryšys su tuo, kaip dažnai klausomasi gotikinio metalo muzikos. Kaip parodė statistinė analizė, linksmumas nepriklauso nuo to, kaip dažnai yra klausomasi gotikinio metalo muzika ( $p=0,833$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 43 lentelę). Taip pat, nėra statistiškai reikšmingo linksmumo ryšio su klasikinės muzikos klausymo dažnumu ( $p=0,640$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 43 lentelę).

Atlikus vyrų gotikinio metalo klausymo dažnumo grupių linksmumo palyginimą, paaiškėjo, kad linksmumas nesisieja su tuo, kaip dažnai yra klausomas gotikinis metalas ( $p=0,660$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 44 lentelę). Taip pat jokio statistiškai reikšmingai linksmumo skirtumo nėra ir lyginant klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių linksmumą ( $p=0,083$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 44 lentelę).

Tokie patys rezultatai gauti ir moterų imčiai. Gotikinio metalo klausymo dažnumas nesisieja su linksmumu ( $p=0,387$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 44 lentelę). Lygiai taip pat yra ir su klasikine muzika ( $p=0,115$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 44 lentelę).

Taigi, kaip galima pastebėti, visi šie rezultatai kartu, rodo, kad linksmumas nesisieja su muzikos stiliaus (gotikinio metalo ir klasikinės muzikos) klausymo dažnumu ir dainų patikimo atveju. Tačiau, nepaisant to, kad šie rezultatai tinka visai populiacijai ir vyrams atskirai, reikia pabrėžti, kad klasikinės dainos patikimas siejasi su didesniu moterų linksmumu.

### **9.3.8. Pasitikėjimo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Siekiant patikrinti, kaip pasitikėjimas siejasi su muzikos stiliaus pasirinkimu ir patikimu, paaiškėjo, kad pasitikėjimas nesisieja su tuo, kaip tiriamiesiems patiko klasikinės muzikos daina ( $p=0,565$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 45 lentelę). Tai gali rodyti, kad nepriklausomai nuo to, ar patinka, ar nepatinka daina, pasitikėjimas su tuo nesisieja. Arba dainos patikimas nepriklauso nuo pasitikėjimo lygio.

Patikrinus šias sąsajas tarp vyrų, taip pat, nebuvo gautas joks statistiškai reikšmingas pasitikėjimo skirtumas, lyginat klasikinės muzika dainos patikimo grupių pasitikėjimo lygi ( $p=0,963$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 46 lentelę). Moterų imtyje, taip pat, nepastebėtas statistiškai reikšmingas pasitikėjimo skirtumas, lyginant klasikinės muzikos dainos patikimo grupes ( $p=0,506$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 46 lentelę).

Taip pat, buvo patikrintas ir pasitikėjimo ryšys su tuo, kaip dažnai klausomasi gotikinio metalo. Kaip parodė statistinė analizė, pasitikėjimas nepriklauso nuo to, kaip dažnai yra klausomasi gotikinio metalo ( $p=0,099$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 47 lentelę) ir klasikinės muzikos ( $p=0,389$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 47 lentelę).

Atlikus vyrų gotikinio metalo klausymo dažnumo grupių pasitikėjimo palyginimą, paaiškėjo, kad pasitikėjimas nesisieja su tuo, kaip dažnai yra klausomas gotikinis metalas ( $p=0,709$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 48 lentelę). Taip pat jokio statistiškai reikšmingai pasitikėjimo skirtumo

nėra ir lyginant klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių pasitikėjimo lygį ( $p=0,302$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 48 lentelę).

Tokie patys, statistiškai reikšmingo pasitikėjimo skirtumo nebuvimą, rodantys rezultatai gauti ir moterų imčiai, tikrinant hipotezę, kad moterų, pasitikėjimas yra didesnis, jei tiriamosios dažnai klauso klasikinės muzikos, negu retai tokią muziką klausančių ( $p=0,622$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 48 lentelę). O tikrinant, ar yra pasitikėjimo ryšys tarp to, kaip dažnai moterys klauso gotikinio metalo ir jų pasitikėjimo, Stjudento  $t$  kriterijus parodė, kad moterų pasitikėjimas yra didesnis tų, kurios dažnai klauso gotikinio metalo, nei tų, kurios jo neklauso visai ar klauso retai ( $p=0,035$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 48 lentelę).

Taigi, kaip galima pastebėti, pasitikėjimas nesisieja su muzikos stiliaus (gotikinio metalo ir klasikinės muzikos) klausymo dažnumu ir dainų patikimo atveju. Tačiau, tai netinka tik moterų atveju, nes jų pasitikėjimas savimi siejasis su tuo, kaip dažnai jos klausosi gotikinio metalo muzikos. Taip pat, reikia pabrėžti, kad šie rezultatai paneigia daugelio nuomonę, kad metalo muziką klausančios mergaitės yra mažiau savimi pasitikinčios.

### **9.3.9. Dėmesingumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Atlikus statistinę analizę, kaip dėmesingumas siejasi su muzikos stiliaus pasirinkimu ir patikimu, paaiškėjo, kad dėmesingumas nesisieja su tuo kaip patiko ar nepatiko klasikinės muzikos daina ( $p=0,533$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 49 lentelę). Tai rodo, kad nepriklausomai nuo to, ar patinka, ar nepatinka klasikinės muzikos daina, dėmesingumas su tuo nesisieja. Arba šios dainos patikimas nepriklauso nuo dėmesingumo lygio.

Patikrinus šias sąsajas tarp vyrų, taip pat, nebuvo gautas joks statistiškai reikšmingas dėmesingumo skirtumas, lyginat klasikinės muzikos dainos patikimo grupių dėmesingumą ( $p=0,412$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 50 lentelę). Moterų imtyje, taip pat, nepastebėtas statistiškai reikšmingas dėmesingumo skirtumas, lyginant klasikinės muzikos dainos patikimo grupių dėmesingumą ( $p=0,264$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 50 lentelę).

Taip pat, buvo patikrintas ir dėmesingumo ryšys su tuo, kaip dažnai klausomasi gotikinio metalo. Kaip parodė statistinė analizė, dėmesingumas nepriklauso nuo to, kaip dažnai yra klausomasi gotikinio metalo ( $p=0,852$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 51 lentelę). Taip pat, nėra statistiškai reikšmingo dėmesingumo ryšio su klasikinės muzikos klausymo dažnumu ( $p=0,613$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 51 lentelę).

Atlikus vyrų gotikinio metalo klausymo dažnumo grupių dėmesingumo palyginimą, paaiškėjo, kad dėmesingumas nesisieja su tuo, kaip dažnai yra klausomas gotikinis metalas ( $p=0,569$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 52 lentelę). Taip pat jokio statistiškai reikšmingai dėmesingumo skirtumo nėra ir lyginant klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių dėmesingumą ( $p=0,103$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 52 lentelę).

Tokie patys rezultatai gauti ir moterų imčiai. Gotikinio metalo klausymo dažnumas nesisieja su dėmesingumu ( $p=0,454$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 52 lentelę). Lygiai taip pat yra ir su klasikine muzika ( $p=0,709$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 52 lentelę).

Visi šie rezultatai kartu, rodo, kad dėmesingumas nesisieja su muzikos stiliaus (gotikinio metalo ir klasikinės muzikos) klausymo dažnumu ir klasikinės muzikos dainos patikimo atveju. Ir tai tinka tiek vyrams tiek moterims.

O apžvelgiant visus tyrinėtus teigiamos nuotaikos komponentus, galima apibendrintai pasakyti, kad muzikos stiliaus pasirinkimas ir dainų patikimas nesisieja nei su vienu iš teigiamos nuotaikos komponentu. Išskyrus moteris, kurių pasitikėjimas savimi priklauso nuo to, kaip dažnai klauso gotikinio metalo. Ir kuo dažniau jos jį klauso, tuo didesnė jų pasitikinti savimi nuotaika. Taip pat, kuo linksmesnė jų nuotaika, tuo labiau joms patinka klasikinė muzika.

Taigi, galima manyti, kad gauti rezultatai iš dalies patvirtina iškeltą hipotezę, kad klasikinė muzika siejasi su teigiama nuotaika, tačiau su išlyga, kad asmuo yra moteris. Ir paneigia nuomonę, kad gotikinis metalas labiau siejasi su moterų nepasitikėjimu savimi.

#### **9.3.10. Drovumo sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Gilinant į nuotaikos sąsajas su muzikos stilių patikimu ir pasirinkimu, taip pat buvo analizuotos ir papildomos nuotaikos ir muzikos stilių sąsajos, į analizę įtraukiant drovumą ir nuovargį.

Atlikus statistinę analizę, ieškant sąsajų su drovumu ir muzikos stiliaus pasirinkimu ir patikimu, paaiškėjo, kad drovumas nesisieja su tuo kaip patiko klasikinės muzikos daina ( $p=0,551$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 53 lentelę). Tai gali rodyti, kad nepriklausomai nuo to, ar patinka, ar nepatinka daina, drovumas su tuo nesisieja. Arba dainos patikimas nepriklauso nuo drovumo lygio.

Patikrinus šias sąsajas tarp vyrų, taip pat, nebuvo gautas joks statistiškai reikšmingas drovumo skirtumas, lyginat klasikinės muzikos dainos patikimo grupių drovumą ( $p=0,850$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 54 lentelę). Moterų imtyje, taip pat nepastebėtas statistiškai reikšmingas drovumo skirtumas, lyginant klasikinės muzikos dainos patikimo grupes ( $p=0,327$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 54 lentelę).

Taip pat, buvo patikrintas ir drovumo ryšys su tuo, kaip dažnai klausomasi gotikinio metalo. Kaip parodė statistinė analizė, drovumas nepriklauso nuo to, kaip dažnai yra klausomasi gotikinio metalo ( $p=0,874$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 55 lentelę). Taip pat nėra statistiškai reikšmingo drovumo ryšio su klasikinės muzikos klausymo dažnumu ( $p=0,964$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 55 lentelę).

Atlikus vyrų gotikinio metalo klausymo dažnumo grupių drovumo palyginimą, paaiškėjo, kad drovumas nesisieja su tuo, kaip dažnai yra klausomas gotikinis metalas ( $p=0,897$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 56 lentelę). Taip pat jokio statistiškai reikšmingai drovumo skirtumo nėra ir

lyginant klasikinės muzikos klausymo dažnumo grupių drovumą ( $p=0,829$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 56 lentelę).

Tokie patys rezultatai gauti ir moterų imčiai. Gotikinio metalo klausymo dažnumas nesisieja su drovumu ( $p=0,410$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 56 lentelę). Lygiai taip pat yra ir su klasikine muzika ( $p=0,952$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 56 lentelę).

Taigi, gauti rezultatai, rodo, kad drovumas nesisieja su muzikos stiliaus (gotikinio metalo ir klasikinės muzikos) klausymo dažnumu ir dainų patikimo atveju. Ir tai tinka tiek vyrams, tiek moterims.

### **9.3.11. Nuovargio sąsajos su muzikos stiliaus pasirinkimu**

Atlikus statistinę analizę, siekiant patikrinti kaip nuovargis siejasi su muzikos stiliaus pasirinkimu ir patikimu, paaiškėjo, kad jis nesisieja su tuo, kaip patiko klasikinės muzikos daina ( $p=0,208$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 57 lentelę). Tai rodo, kad nepriklausomai nuo to, ar patinka, ar nepatinka daina, nuovargis su tuo nesisieja. Arba dainos patikimas nepriklauso nuo nuovargio lygio.

Patikrinus šias sąsajas tarp vyrų, taip pat, nebuvo gautas joks statistiškai reikšmingas nuovargio skirtumas, lyginat klasikinės muzikos dainos patikimo grupių nuovargį ( $p=0,301$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 58 lentelę). Moterų imtyje, taip pat, nepastebėtas statistiškai reikšmingas nuovargio skirtumas, lyginant klasikinės muzikos dainos patikimo grupių nuovargio lygį ( $p=0,565$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priede 58 lentelę).

Taip pat, buvo patikrintas ir nuovargio ryšys su tuo, kaip dažnai klausomasi gotikinio metalo. Kaip parodė statistinė analizė, nuovargis nepriklauso nuo to, kaip dažnai yra klausomasi gotikinio metalo ( $p=0,767$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 59 lentelę). Tačiau Kruskal-Wallis testas, parodė, kad, kuo dažniau yra klausomasi klasikinės muzikos, tuo labiau pasireiškia nuovargis ( $p=0,035$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 59 lentelę). Arba atvirkščiai, kuo labiau paaugliai jaučiasi pavargę, tuo dažniau klausoma klasikinės muzikos. O nuovargio priežastys gali būti įvairios ir visai nesusijusios su muzikos stiliaus pasirinkimu. O pati muzika jiems labiau padeda atsipalaiduoti.

Atlikus vyrų gotikinio metalo klausymo dažnumo grupių nuovargio palyginimą, paaiškėjo, kad nuovargis nesisieja su tuo, kaip dažnai yra klausomas gotikinis metalas ( $p=0,313$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 60 lentelę). Tačiau Kruskal-Wallis testas, parodė, kad, kuo dažniau vyrai klausosi klasikinės muzikos, tuo labiau pasireiškia nuovargis ( $p=0,035$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 60 lentelę).

Moterų gotikinio metalo klausymo dažnumas nesisieja su nuovargiu ( $p=0,737$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 60 lentelę). Lygiai taip pat yra ir su klasikine muzika ( $p=0,266$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priede 60 lentelę).

Taigi, kaip galima pastebėti, nuovargis su gotikinio metalo dainos klausymosi dažnumu nesisieja. Tačiau klasikinės muzikos dažnas klausymasis siejasi su didesniu nuovargiu, nei retas šios

muzikos klausymasis. Ir, ypač, tai būdinga vyrams. Tai gali rodyti, kad klasikinę muziką dažniau klausantys paaugliai berniukai labiau pavargsta nuo pačios muzikos, arba jų nuovargis atsiranda iš aplinkos ir, klausydamiesi šio muzikos stiliaus dainų, jie ieško atsipalaidavimo ir naudoja šią muziką kaip relaksacinę priemonę. Todėl svarbu išsiaiškinti, kokį poveikį nuotaikai daro klasikinė muzika.

#### **9.4. Klasikinės muzikos poveikis nuotaikai**

Siekiant įvertinti, kokį poveikį nuotaikai daro muzika, buvo atliktas eksperimentingas, kuriame buvo daromas muzikinis poveikis nuotaikai. Apdorojus šio eksperimento duomenis statistiniais metodais, gauti rezultatai parodė, kad hipotezė apie tai, kad klasikinė muzika daro teigiamą poveikį nuotaikai yra teisinga ( $p < 0,0001$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priedas 61 lentelę). Vyrų ir moterų imtims šie rezultatai taip pat patvirtina išsikeltą hipotezę (atitinkamai  $p < 0,0001$  ir  $p = 0,004$ ; Stjudento  $t$ ; žr. 1 priedas 62 lentelę).

Taip pat, buvo patikrinta, kaip klasikinės muzikos poveikis skiriasi depresiškiems asmenims. Tiriamieji buvo suskirstyti į tris depresiškumo grupes: nedepresiški, vidutiniškai depresiški ir depresišk. Patikrinus klasikinės muzikos poveikio skirtumo sąsajas su šiomis grupėmis Kruskal-Wallis testu, paaiškėjo, kad bendrai populiacijai klasikinės muzikos poveikio skirtumo skirtingo depresiškumo asmenims nėra ( $p = 0,491$ ; žr. 1 priedas 63 lentelę).

Statistiškai reikšmingo muzikos poveikio nuotaikai skirtumo depresiškiems asmenims moterų imtyje, taip pat, nepastebėta ( $p = 0,308$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priedas 64 lentelę). Tačiau vyrams šis skirtumas yra statistiškai reikšmingas ( $p = 0,033$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priedas 64 lentelę). Kaip galima pastebėti iš vidurkių, depresiškiems vyrams klasikinė muzika ne tik kad nepagerina nuotaikos, kaip tikėtasi, bet ir pablogina (žr. 1 priedas 64 lentelę).

Tokiu pat principu buvo patikrintas ir klasikinės muzikos poveikio nuotaikai ryšys su priimančiu požiūriu į savižudybę. Trys priimančio požiūriu į savižudybę grupės: mažai priimama savižudybė, vidutiniškai priimama ir priimama savižudybė- statistiškai reikšmingai nesiskyrė patirtu klasikinės muzikos poveikiu nuotaikai ( $p = 0,965$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priedas 65 lentelę). Statistiškai reikšmingo skirtumo tarp šių grupių, taip pat, nepastebėta tiek vyrų ( $p = 0,251$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priedas 66 lentelę), tiek moterų imtims ( $p = 0,557$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priedas 66 lentelę).

Naudojantis Kruskal-Wallis testu, taip pat, buvo patikrintas ir smerkiančio požiūriu į savižudybę ryšys su klasikinės muzikos poveikiu nuotaikai. Sudarytos trys smerkiančio požiūriu į savižudybę grupės: mažai smerkiama savižudybė, vidutiniškai smerkiama savižudybė ir smerkiama savižudybė. Šių grupių klasikinės muzikos poveikis nuotaikai skirtumas nėra statistiškai reikšmingas ( $p = 0,270$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priedas 67 lentelę). Taip pat, statistiškai reikšmingo klasikinės muzikos poveikio nuotaikai skirtumo, lyginant smerkiamo požiūriu į savižudybę vyrų

grupės, nerasta ( $p=800$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priedas 68 lentelę). Taip pat, ir moterų imčiai ( $p=0,182$ ; Kruskal-Wallis testas; žr. 1 priedas 68 lentelę).

Taigi, kaip galima pastebėti, dauguma gautų rezultatų rodo, kad nei skirtingo muzikos stiliaus: klasikinės muzikos- dainos patikimas nei gotikinio metalo ir klasikinės muzikos dažnas klausymas nesisieja su depresiškumu, bei suicidinėmis tendencijomis: požiūriu priimančiu savižudybę ir mažai smerkiančiu savižudybę, bei suicidiniais ketinimais. Taip pat, nebuvo rasta su nuotaika: teigiamos (teigiama nuotaika, linksmumas, pasitikėjimas ir dėmesingumas), neigiamos (neigiama nuotaika, baimė, priešiškus, kaltė ir liūdesys) nuotaikos ir drovumo sąsajų su klasikinės muzikos dainos patikimu ir gotikinio metalo ar klasikinės muzikos dažnu klausymusi.

Tačiau ne viskas, kas aptarta bendrai tinka moterims. Štai, pavyzdžiui, moterims, kurios buvo per pastarąsias dvi savaites linksmesnės nuotaikos, labiau patiko klasikinės muzikos daina, kurią reikėjo išklaudyti eksperimento metu. Taip pat, moterys, kurios dažnai klauso gotikinio metalo, yra labiau savimi pasitikinčios nei tos, kurios šio metalo klauso ne dažnai, ar visai jo neklauso.

Vyrai šiuo atveju išsiskyrė tik nuovargio klausimu. Tie vyrai, kurie dažnai klausosi klasikinės muzikos, per pastarąsias dvi savaites jautė didesnę nuovargį, nei tie, kurie šios muzikos klausosi rečiau ar visai neklauso tokios muzikos.

Ir galiausiai, klasikinės muzikos poveikis nuotaikai yra statistiškai reikšmingai teigiamas. Ir šis bendras muzikos poveikis galioja vyrams ir moterims. Įdomu tai, kad nepaisant to, kad bendrai populiacijai ir moterims atskirai, klasikinės muzikos poveikis nuotaikai nėra statistiškai reikšmingai besiskiriantis, lyginant tris depresiškumo grupes, vyrams, pasižymintiems depresija, klasikinės muzikos poveikis nuotaikai yra visai netikėtas, nes jis nuotaiką ne pagerina, bet netgi pablogina.

## 10. Rezultatų aptarimas

Taigi, gauti rezultatai yra gana netikėti ir paneigiantys beveik visas išsikeltas hipotezes. Tai gana netikėta, kadangi daugelis tyrimų teigė, kad sunkiojo metalo muzika siejasi su depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis. Daugelyje straipsnių šis muzikos stilius siejosi su daugeliu suicidiškumo faktorių: delinkventinis elgesys, narkotikų vartojimas, akademiniai sunkumai, sunkumai šeimoje ir t.t. Tačiau gauti rezultatai, pasirodė, kad Lietuvoje situacija yra visiškai skirtinga, nei kitose šalyse. Tai galima paaiškinti šio tyrimo duomenimis. Pavyzdžiui mergaitės, kurios dažnai klauso gotikinio metalo, arba apskritai metalo, nes dažnai paaugliai klausydami vienokios ar kitokio stiliaus klausosi platesnio rato muzikos, nei vien tik siauro vieno žanro, yra labiau linkusios savimi pasitikėti, nei tos, kurios tokios muzikos neklauso. Tai atskleidžia, kad Lietuvos paauglių populiacijoje, metalas turi visai kitokią reikšmę, nei kitose šalyse, pavyzdžiui Nyderlanduose (Shelfhout, Delsing, ter Bogt ir Meeus, 2008). Taip pat, čia reikšmę turi ir kartu skirtumai. Kaip pavyzdžiui, daugelis tyrimų sunkųjį metalą susiejančių su depresiškumu ir suicidiškumu yra atlikti seniau. O šiuolaikiniai paaugliai, auga kitokiose socioekonominėse,



istorinėse, politinėse aplinkose. Aplinka, kokia buvo prieš penkis metus yra pasikeitusi, tėvų ir aplinkinių orientacija įvairiais klausimais, tuo pačiu ir muzikos atžvilgiu yra pasikeitusi. Visuomenė keičiasi labai greitai, modernėjant jai, modernėja ir muzika, bei jos panaudojimas bei tikslas. Anksčiau, rokas, vėliau metalas buvę masiniai pasipriešinimo visuomenės normoms ginklai, kardinali savo idėjų išraiška, šiuo metu, tėra tiesiog saviraiškos priemone. Buvusią metalo muzikos paskirtį, šiuo metu perėmė repo muzika. Todėl galima manyti, kad požiūris į metalo muziką, kaip į žalojančią psichiką arba glaudžiai susijusią su depresiškumu ar suicidinėmis tendencijomis, reikalauja naujo požiūri į ją.

Tą patvirtina ir *Recours, Aussaguel ir Trujillo (2009)* Prancūzijoje atliktas tyrimas, kurio duomenys yra labai panašūs į šio tyrimo rezultatus. Šie mokslininkai teigia, kad metalo muzikos fanų baimės ir depresijos lygis yra netgi mažesnis nei bendros populiacijos. Ir jau seniai pripažintas požiūris, kad metalo muzika siejasi su įvairiomis psichologinėmis problemomis, autorių yra paneigiamas, nes tik mažiau nei 5 procentai visų metalo fanų turi patologinių simptomų. Didesnį baimės ir depresijos lygį turi tik tie metalo fanai, kurie studijuoja literatūrą ir/ar meną, nei tie kurie mokosi tiksluosius mokslus. Taip pat, ir tie, kurie rašo metalo muzikos eiles, kurie labiau linkę į alkoholizmą ir linkę keisti savo kūno formas, žalojant save. Tačiau alkoholizmas, nėra vien tik metalo gerbėjų problema. Galų gale, alkoholizmas atsiranda dėl daugelio priežasčių, nepriklausomai nuo to, kokią muziką asmuo klauso.

Tokios pačios nuomonės yra ir *Lacourse (2001)* (cituoja *Baker ir Bor, 2008*), kurie teigia, kad sunkiojo metalo klausymasis nekoreliuoja su suicidiškumu. Ir labiau siejasi su pozityviu poveikiu nuotaikai. *Rustad ir kt. (2003)* savo tyrimu, taip pat, atskleidė, kad pati muzika nepadidina savižudybės rizikos, bet daro įtaką suvokiant savižudybę. Tą patį teigia ir *Ballard ir Coates (1995)* (cituoja *Baker ir Bor, 2008*): savižudybės rizika neveikia baimės, savigarbos ir suicidinių idėjų. Taigi, šio tyrimo rezultatai glaudžiai siejasi su šiais tyrimais ir turi tam tikrą pagrindą.

Taip pat, žiūrint į muzikos stiliaus pasirinkimą iš subkultūros pozicijos, galima daryti prielaidą, kad sunkųjį metalą klausantys paaugliai, dalyvavę šiame tyrime, nėra įsitraukę į subkultūros judėjimus. Todėl jie nejaučia negatyvios aplinkos poveikio, ir tyrinėti fenomenai nėra įtakojami neigiama linkme. Tačiau netgi, jeigu ir yra save priskiriantys subkultūrai, galbūt, subkultūra veikia kaip socialinės paramos tinklas (*King ir Merchant, 2008* cituoja *Cohen ir Wills, 1985*). Kuris yra, tarsi, apsaugos priemonė, sauganti nuo negatyvių psichikos darinių, nes paauglys jaučiasi prisitaikęs tam tikroje aplinkoje, jaučiasi priimtas, jo savigarba didėja, jis jaučiasi išklaudyta ir turinti bendraminčių. Tokiu atveju metalo muzika tampa tokiu pačiu veiksmingu „buferiu“, kaip ir klasikinė muzika.

O kalbant apie klasikinę muziką, kuri siejama tik su teigiamu poveikiu nuotaikai, kuri yra rekomenduojama terapijos, atsipalaidavimo tikslams. Kuri nesiejama su depresija ir suicidinėmis

tendencijomis, šio tyrimo duomenimis, taip pat, išlieka nesusijusi su depresiškumu ir suicidinėmis tendencijomis. Jos dažnai klausantys paaugliai, taip pat, kaip ir nesiklausantys ar retai klausantys, nepasižymi išskirtinu depresiškumu ar suicidinėmis tendencijomis. Taip pat ir jos klausančių paauglių nuotaika nesiskiria nuo tų, kurie jos neklauso ar klauso rečiau

Tačiau verta paminėti faktą, kad moterims, kurioms patinka klasikinė muzika, yra linksmesnės nei tos, kurioms jina nepatinka. Arba, perfrazuojant, galim sakyti, kad toms, kurios yra linksmesnės nuotaikos, klasikinė muzika patinka labiau. Toks ryšys, patvirtina nuomonę, kad muzikos patikimas ir pasirinkimas klausyti, siejasi su nuotaika. Tačiau šiuo atveju tik paauglėms merginoms ir tik su linksma nuotaika siejant ją su klasikine muzika.

Taip pat, įdomūs rezultatai, yra kalbant, apie paauglių apskritai ir, ypač, berniukų nuovargio ir klasikinės muzikos klausymosi sąsajas. Kaip atskleidė statistinės analizės rezultatai, paaugliai, kurie dažnai klausosi klasikinės muzikos, jaučiasi labiau pavargę, nei tie, kurie šios muzikos nesiklauso ar klausosi retai. Tai galima interpretuoti taip, kad klasikinė muzika sukelia didesnę nuovargį. Tačiau, remiantis daugelio tyrimų patirtimi, galbūt, ši sąsaja gali reikšti, kad didesnę nuovargį jaučiantys paaugliai, siekdami atsipalaiduoti, klausosi klasikinės muzikos. Taip pat, reikia nepamiršti ir tam tikrų, su klasikine muzika susijusių faktorių, kaip pavyzdžiui, muzikos mokykla. Jei paauglys, papildomai lanko šią mokyklą, jis automatiškai priverstas klausytis šios muzikos, ir netgi, saugant savo klausą (Miranda ir Claes, 2007), jis turi vengti, pavyzdžiui, triukšmingos sunkiojo metalo muzikos. Nuo papildomo mokymosi krūvio, paauglys gali jausti didesnę nuovargį.

Toliau, kalbant apie klasikinės muzikos, poveikį nuotaikai, kuris buvo matuojamas šiame eksperimentiniame tyrime, galima tvirtinti, kad klasikinė muzika, daro teigiamą poveikį nuotaikai, kadagi po to, kai tiriamieji išklusė klasikinės muzikos dainos, tiriamųjų nuotaika pagerėjo.

Tačiau, įdomus faktas tas, kad muzikos terapijoje, klasikinė muzika vertinama kaip padedanti depresiškiems žmonėms sveikti ir pagerinti nuotaiką, šio tyrimo duomenimis depresiškiems berniukams, nuotaikos ne tik kad nepagerino, bet ir pablogino.

Šie, netikėti rezultatai, atskleidžia ne tik klasikinės muzikos, bet ir linksmos muzikos, apskritai, tendencijas depresiškiems žmonėms. Kaip teigia Gibson ir kt, (2000) (cituoja Miranda ir Claes, 2007), liūdnas dainas klausančios merginos, kai joms sunku jaučia pasitenkinimą, kai tuo tarpu berniukams ši muzika neteikia džiaugsmo. Taigi, šio tyrimo rezultatai atskleidžia, kad depresiški paaugliai berniukai, yra jautresni linksmos muzikos, o gal tiesiog klasikinės muzikos poveikiu, kuris juos labiau liūdina, nei džiugina.

Taigi, šie rezultatai, taip pat, patvirtina nuomonę, kad paaugliai renkasi tokią muziką, kuri atitinka jų emocijas, bent jau tam, kad savęs dar labiau nenuliūdintų. O palaikytų savo esamą nuotaikos lygį. Nors vis vien, klasikinės muzikos poveikis, išskyrus depresiškiems paaugliams berniukams, daro teigiamą poveikį nuotaikai.

Remiantis tuo, kad nuotaika yra glaudžiai susijusi su depresiškumu, galima pagrįstai teigti, kad klasikinės muzikos klausymas neleidžia atsirasti depresiškoms nuotaikoms. Aišku, išskyrus depresiškus berniukus. Jei nekyla depresiška nuotaika, apsaugoma nuo suicidinių minčių. Einant tokia grandine toliau, galima teigti, kad klasikinės muzikos klausymasis neleidžia kilti ir suicidinėms tendencijomis.

## V. IŠVADOS

1. Dažnas metalo ir klasikinės muzikos klausymasis nesisieja su paauglių depresiškumu.
2. Dažnas metalo muzikos ir klasikinės muzikos klausymasis nesiejasi su paauglių suicidinėmis tendencijomis.
3. Dažnas metalo muzikos klausymasis siejasi su paauglių mergaičių pasitikėjimu savimi, o klasikinės muzikos klausymasis siejasi su didesniu paauglių, ypač, berniukų nuovargiu ir mergaičių linksma nuotaika.
4. Klasikinė muzika daro teigiamą poveikį nuotaikai, tiek vyrams tiek moterims, tačiau klasikinė muzika daro neigiamą efektą depresiškų paauglių berniukų nuotaikai.

## VI. REKOMENDACIJOS

Kadangi tyrimo duomenys yra pakankamai glausti ir reikalaujantys papildomų tyrinėjimų daugelyje sričių, įtraukiant daugiau kintamųjų, šis tyrimas leidžia kritiškiau pažvelgti į muziką ir jau nusistovėjusią nuomonę apie ją.

Visiems, tiek pedagogams, tiek tėvams ir mokslininkams, vertėtų atsisakyti vienareikšmiško neigiamo nusistatymo prieš metalo muziką ir perdėtai neaukštinti klasikinės muzikos. Platesnis ir visapusiškas požiūris į vienokią ir kitokią muziką, gali leisti suprasti paauglio sunkumų priežastis. Ir dėl kylančių problemų, nekaltinti vienos muzikos. Kadangi viso tyrimo metu buvo pastebima tendencija, kad pati muzika nebūtinai daro neigiamą poveikį, vertėtų atkreipti dėmesį į paauglio aplinką, kurioje jis yra, į santykius su tėvais ir bendraamžiais.

Kalbant apie klasikinę muziką, kaip ir daugelis tyrimų, šis tyrimas leidžia naudoti ją, kaip geresnės muzikos katalizatorių. Tačiau tai reiktų daryti atsargiai ir atsakingai, nes šios muzikos poveikis nėra vien tik teigiamas. Ir be papildomų intervencijų, tokių, kurias daro muzikos terapeutas, negali būti naudojama kaip vaistas, gydantis depresiją, ypačingai, paauglių berniukų.

## VII. LITERATŪROS SĄRAŠAS

1. Aldridge D. (1994). An overview of music therapy research. *Complementary therapies in medicine*, 2; 204-216.
2. Avers L., Mathur A. ir Deepak K. (2007). Music therapy in pediatrics. *Clinical Pediatrics*, 46(7); 575-579.
3. Baker F., Bor W. (2008). Can music preference indicate mental health status in young people. *Australian psychiatry*, 16 (4), 284-288.
4. Baker F. A., Gleadhill L. M. ir Dingle G. A. (2007). Music therapy and emotional exploration: exposing substance abuse clients to the experiences of nondrug-induced emotions. *Arts in Psychotherapy*, 34(4), 321-33.
5. Ballard M. E. (1995). The immediate effects of homicidal, suicidal, and nonviolent heavy metal and rap songs on the moods of college students. *Youth and society*, 27(2), 148-168.
6. Becknell M. E. ir kt. (2008). Effects of listening to heavy metal music on college women: a pilot study. *College student journal*, 42(1).
7. Bodner E. ir kt. (2007). Finding words for emotions: the reactions of patients with major depressive disorder towards various musical excerpts. *The arts in psychotherapy*, 34; 14-150.
8. Boudner E. ir kt. (2007). Finding words for emotions: the reactions of patients with major depressive disorder towards various musical excerpts. *Arts in psychotherapy*, 34(2); 142-150.
9. Brown B. H. (1987). Adolescent suicide: an educators guide. Pranešimas, skaitytas *Washington Country board of education*, Hagerstone: MD.
10. Burge M., Goldbalt C., Lester D. (2002). Music preferences and suicidality: a comment on Stack. *Death studies*, 26 (6), 501-504.
11. Canbeyli R. (2010). Sensomotor modulation of mood and depression: an integrative review. *Behavioral brain research*, 207; 249-264.
12. Cassity H. D., Henley T. B. ir Markley R. P. (2002). The Mozart effect: musical phenomenon or musical preference? A more ecologically valid reconsideration. *Journal of industrial psychology*, 34(1); 13-17.
13. Chan M. F., Chan E. A., Mok E. ir Kwan Tse F. Y. (2009). Effect of music on depression levels and psychological responses in community-based older adults. *International journal of mental health nursing*, 18(4); 285-294.
14. Chang M. Y., Chen C. H. ir Huang K. F. (2008). Effects of music therapy on psychological health of women during pregnancy. *Journal of clinical nursing*, 17; 2580-2587.
15. Choi A., Lee A. S. ir Lim H. (2008). Effects of group music intervention on depression, anxiety, and relationship in psychiatric patients: a pilot study. *The journal of alternative and complementary medicine*, 14(5); 567-570.

16. Darnley- Smith R., Patey H. M. (2003). *Music therapy*. London, Thousand Oaks, New Delhi: SAGE Publocation. 156 p.
17. Delsing M. J. M. H., Ter Bogt T. F. M., Engels R. C. M., Meens W. H. J. (2008). Adolescents' music preferences and personality characteristics. *European journal of personality*, 22, 109-130.
18. Derouin A., Bravendre T. (2004). Living on the edge: the current phenomenon of self-mutilation in adolescents. *The American journal of maternal child nursing*, 29 (1), 12-8.
19. Dickens E. (1998). Correlating teenage exposure to rock/ rap themes with associated behaviors and thought patterns. *Magistro tezès*, Teikio university, Salen.
20. Elkins R. (2001a). Music and physiology. *Nutrition health review: the consumer's medical journal*, 81.
21. Elkins R. (2001b). Music in holistic therapy for depression. *Nutrition health review: the consumer's medical journal*, 81.
22. Erkkilä J. ir kt. (2008). The effect of improvisational music on therapy on the treatment of depression: protocol for a randomized controlled trial. *BMC psychiatry*, 8(50); 1-9.
23. Field T. ir kt. (1998). Music shifts frontal EEG in depressed adolescents. *Adolescence*, 33(129).
24. Gerra G. et. al. (1998). Neuroendocrine responses of healthy volunteers to ,techno-music': relationships with personality traits and emotional state. *International journal of psychology*, 28(1), 99-111.
25. Gladding S. T., Newsome D., Binkley E. ir Henderson D. A. (2008). The lyrics of hurting and healing: finding words that are revealing. *Journal of creativity in mental health*, 3(3); 212-219.
26. Greenwood D. N. ir Long C. R. (2009). Mood specific media use and emotion regulation: patterns and individual differences. *Personality and individual differences*, 46; 616-621.
27. Hendren R. L., Strasburger V. C. (1993), Rock music and music video. *Adolescent medicine* 4(3), 577-588.
28. Hendricks C. B. ir kt. (1999). Using music techniques to treat adolescent depression. *Journal of humanistic counseling, education and development*, 38(1); 39-49.
29. Johnson L. (1994). Surviving Satanism: overcoming self -destructive behavior in rural adolescents. *Youth studies Australia*, 13 (3).
30. Jones n. A. ir Field T. (1999). Massage and music therapies attenuate frontal EEG asymmetry in depressed adolescents. *Adolescence*, 34(135); 529-534.
31. Kallinen K. ir Ravaja N. (2004). The role of personality in emotional responses to music: verbal, electro cortical and cardiovascular measures. *Journal of new music research*, 33 (4); 399-409.

32. Kelton G. M. ir Shank J. C. (1998). Adolescent injury and death: the plagues of accident, self-infliction and violence. *Primary care, 25 (1)*, 163-179.
33. Kemper k. J. ir Danhauer S. C. (2005). Music as therapy. *Southern medical journal, 98(3)*; 282-288.
34. King C. A. ir Merchant C. R. (2008). Social and interpersonal factors relating to adolescent suicidality: a review of the literature. *Archives of suicide research, 12*, 181-196.
35. Labbe E., Schmidt ir Babin J. (2007). Coping with stress: the effectiveness of different types of music. *Appl psychophysiology biofeedback, 32*; 163-168.
36. Lacourse E., Claes M., Villeneuve M. (2001). Heavy metal and adolescent suicidal risk. *Journal of youth and adolescence, 30 (3)*, 321-332.
37. Le roux F. H., Bouic, P. J. D. ir Bester M. M. (2007). The effect of Bach's magnificat on on Emotions, immune, and endocrine parameters during physiotherapy treatment with infectious lung conditions. *Journal of music therapy, 44(2)*; 156-168.
38. Lester D., Whipple M. (1996). Music preference, depression, suicidal preoccupation and prsepersonality: commenton Stack and Gundlach' papers. *Suicide and life treatment behavior, 26 (1)*, 68-70.
39. *Lietuvių kalbos žodynas* (1981). XII tomas. Vilnius: Mokslas.
40. *Lietuviškoji tarybinė enciklopedija* (1983). X tomas. Vilnius. 640.
41. Lingham J. ir Theorell T. (2009). Self-selected "favorite" stimulative and sedative music listening - how does familiar and preferred music listening affect the body? *Nordic journal of music therapy, 18(2)*; 150-166.
42. MacCraty R., Barrios- Cholin B., Atkinson M., Tmasino D. (1998). The effects of different types of music on mood, tension and mental clarity. *Alternative therapies in health and medicine, 4(1)*, 74-84.
43. Macone D. irk t. (2006). Music and physical activity in psychological well-being. *Perceptual and motor skills, 103(1)*; 285-295.
44. Mailiūnas R. (2009). Ar "Emo" tikrai žudo vaikus? Aplankyta: 2009 m. kovo 4 d. <http://www.straupsniai.lt/subkulturos/puslapis/12409>
45. Martin G., Clarke M., Pearce C. (1993). Adolescent suicide: music preference as an indicator of vulnerability. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent psychiatry, 32 (3)*, 530-533.
46. Martinez J. (2009). Is music therapy? *Nephrology nursing journal, 36(3)*; 329-330.
47. Miranda D. ir Claes M. (2007). Music preferences and depression in adolescence. *International journal of adolescence and youth, 13*, 258-309.



48. Myskaja A. ir Nord P. G. (2008). "The day the music died" a pilot study on music and depression in a nursing home. *Nordic journal of music therapy*, 17(1); 30-40.
49. Mulder J., Ter Bogt T. F. M., Raaijmakers Q., Vollebergh W. (2007). Music taste groups and problem behavior. *Journal of youth and adolescence*, 36, 313-324.
50. Newman I., et. al. (1990 m. balandis). Drug, suicide and rock and roll. Pranešimas, skaitytas *The annual meeting of the Ohio academy of science*, Dayton: OAS.
51. North A. C., Hargreaves D. J. (2005). Brief report: labeling effects on the perceived deleterious consequences of pop music listening. *Journal of adolescence*, 28, 433-440.
52. Peterson R. J., Safer M. A. ir Jobes D. A. (2008). The impact of suicidal rock music lyrics on youth: an investigation of individual differences. *Architels of suicide researches*, 12 (2), 161-169.
53. Pranckevičienė A., Goštautas A. (2007). Klausimyno depresijos pokyčiams vertinti kūrimas ir taikymas stacionarinio gydymo sąlygomis. *Medicinos teorija ir praktika*, 13(1), 80-90.
54. Ramanauskaitė E. (1999). Slengo kultūra. *Darbai ir dienos*, 11(20), 225-273.
55. Recours R., Aussaguel F. ir Trujillo N. (2009). Metal music and mental health in France. *Culture, medicine and psychiatry*, 33(3), 473-788.
56. Roberts K., Dimstdale J., East P., Friedman L. (1998). Adolescents emotional responses to music and its relationship to risk- taking behaviors. *Journal of adolescent health*, 22(1), 49-54.
57. Rosner R., Kruse J. ir Hagl M. (2010). A meta-analysis of interventions for bereaved children and adolescents. *Death studies*, 34; 99-136.
58. Rottenberg J. (2005). Mood and emotion in major depression. *American psychological society*, 14(3); 167-171.
59. Rozin A. ir Rozin P. (2008). Feelings and the enjoyment of music. *Behavior and brain sciences*, 31(5); 593-594.
60. Rustad R. A., Small . E., Jobes D. A., Safer M. A., Peterson R. J. (2003). The impact of rock video and music with suicidal content on thoughts and altitudes about suicide. *Suicide abžnd life threatment behavior*, 33 (2), 120-131.
61. Rutledge C. M., Rimer D. ir Scott M. (2008). Vulnerable Goth teens: the role of schools in this psychosocial high-risk culture. *Journal of school health*, 78 (9), 459-464.
62. Scheel K.R. ir Westefeld J.S. (1999). Heavy metal and adolescent suicidality: an empirical investigation. *Adolescence*, 34 (134), 253-273.
63. Schellenberg E. G. (2005). Music and Cognitive abilities. *American psychology society*, 14(6); 317-321.
64. Schwartz K. D. (2004). Music preferences, personality style, and developmental issues of adolescents. *Journal of youth ministry*, 3 (1), 47-64.

65. Schwartz K. D., Fouts G. T. (2003). Music preferences, personality style, and developmental issues of adolescents. *Journal of youth and adolescents*, 32 (3), 205-213.
66. Singer S. I., Levine M., Jou A. (1993). Heavy metal music preference, delinquent friends, social control and delinquency. *Journal of research in crime and delinquency*, 30 (3), 317-329.
67. Smith J. C. ir Joye C. A. (2004). Mozart versus new age music: relaxation states, stress and ABC relaxation theory. *Journal of music therapy*, 41(3); 215-224.
68. Stack S. (1998). Heavy metal, religiosity and suicide acceptability. *Suicide and life treatment behavior*, 28 (4), 388-394.
69. Stack S. (2002a). Bluse fans and suicide acceptability. *Death studies*, 24 (3), 223-231.
70. Stack S. ir Gundlach J. (1992). The effect of country music on suicide. *Social forces*, 71(1), 211-218.
71. Stack S., Gundlach J., Reeves J.L. (1994). The heavy metal subculture and suicide. *Suicide and life-threatening behavior*, 24 (1), 15-24.
72. Stack S., Krysinska K. ir Lester D. (2007). Gloomy Sunday: did the "Hungarian suicide song" really create a suicide epidemic? *Omega*, 56 (4), 349-358.
73. Stack S. (2002b). Opera subculture and suicide for honor. *Death studies*, 26, 431-437.
74. *Tarptautinių žodžių žodynas* (2001). CD Žodynas. Fotonija.
75. Tervo J. (2001). Music therapy for adolescents. *Clinical child psychology and psychiatry*, 6 (1); 79-91.
76. Thaut M. H. ir t. (2009). Neurologic music therapy improves executive function and emotional adjustment in traumatic brain injury rehabilitation. *Annals of the New York academy of sciences*, 1169; 404-416.
77. Thompson W. F., Scellenberg E. G., Husain G. (2001). Arousal, mood and the Mozart effect. *American psychological society*, 12(3), 248-251.
78. Tyson E. H. (2006). Rap-music altitude and perception scale: a validation study. *Research on Social work practice*, 16 (2), 211-223.
79. Trappe H. J. (2009). Musik und gesundheit. Welche musik hilft welchem patienten-welche eher nicht? *Deutsche medizinische wochenschrift*, 134(51-52); 2601-2606.
80. VE (2003). Pasigydyk... muzikos garsais. Aplankyta: 2009 04 12, <http://www.ve.lt/?rub=1065924821&data=2003-04-01&id=1049123168>.
81. Wanamaker C. E., Reznikoff M. (1989). Effects of aggressive and non aggressive rock songs on projective and structured test. *Journal of psychology*, 123 (6), 561-570.
82. Wass H. et. al. (1991). Adolescents and destructive theme in rock music: a follow-up. *Omega: journal of death and dying*, 23 (3), 199-206.

83. Watson D. ir Clark L. A. (1994). The PANAS-X. The manual for the Positive and negative affect schedule – expanded form. The university of Iowa.

**PRIEDAS 1**

**Rezultatų lentelės**

1 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių depresiškumo palyginimas.

Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Daina patiko	49	36,88	6,486	0,869	0,387
Daina nepatiko	63	35,76	7,048		

2 lentelė. Klasikinės dainos patikimo grupių depresiškumo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	26	34,27	7,236	-1123	0,267
	Daina nepatiko	31	36,26	5,893		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	37	36,81	6,814	-0,544	0,590
	Daina nepatiko	18	37,94	7,456		

3 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių depresiškumo palyginimas.

Muzikos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	15	56,80	36,07±6,756	0,022	2	0,989
	Retai	48	56,54	36,38±7,103			
	Niekada	50	57,50	36,06±6,638			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	8	53,88	35,38±6,323	2,242	2	0,326
	Retai	44	62,19	37,41±7,434			
	Niekada	60	52,68	35,52±6,350			

4 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių depresiškumo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Dainos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	29,38	35,25±5,994	0,046	2	0,977
		Retai	29	29,09	35,21±6,422			
		Niekada	21	30,12	35,33±7,172			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	2	38,75	38,50±3,536	0,945	2	0,276
		Retai	21	30,00	36,05±8,447			
		Niekada	34	27,81	34,74±5,293			
<b>Moterys</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	7	28,64	37,00±7,916	0,153	2	0,926
		Retai	19	28,97	38,16±7,876			
		Niekada	29	27,21	36,59±6,299			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	6	21,75	34,33±6,947	2,572	2	0,276
		Retai	23	31,78	38,65±6,307			
		Niekada	26	26,10	36,54±7,501			

5 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių priimančio savižudybę požiūrio palyginimas.

<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
Daina patiko	57	17,72	8,235	0,929	0,355
Daina nepatiko	69	16,42	7,273		

6 lentelė. Klasikinės dainos patikimo grupių priimančio savižudybę požiūrio palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	26	19,58	7,793	0,869	0,389
	Daina nepatiko	33	17,67	9,082		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	43	14,51	6,292	-1,888	0,066
	Daina nepatiko	24	17,79	7,095		

7 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių priimančio savižudybę požiūrio palyginimas.

Muzikos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	17	65,09	17,29±8,342	0,970	2	0,616
	Retai	57	67,77	17,88±8,388			
	Niekada	54	60,86	15,96±6,779			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	7	50,29	14,57±7,435	1,100	2	0,577
	Retai	52	62,92	16,69±7,264			
	Niekada	67	65,33	17,51±8,128			

8 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių priimančio savižudybę požiūrio palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Dainos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Vyrai</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	9	29,00	18,00±10,595	0,567	2	0,753
		Retai	31	30,02	18,19±8,491			
		Niekada	21	33,31	19,29±7,894			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	2	29,25	19,50±13,435	0,041	2	0,980
		Retai	21	30,60	18,71±8,137			
		Niekada	36	29,69	18,33±8,786			
<b>Moterys</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	38,06	16,50±5,425	2,903	2	0,234
		Retai	26	37,69	17,20±8,415			
		Niekada	33	29,89	13,59±5,032			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	5	25,40	12,60±4,561	1,286	2	0,526
		Retai	31	33,52	15,32±6,384			
		Niekada	31	35,87	16,55±7,316			

9 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių smerkiančio savižudybę požiūrio palyginimas.

Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Daina patiko	57	25,61	5,338	1,750	0,082
Daina nepatiko	72	23,76	6,668		

10 lentelė. Klasikinės dainos patikimo grupių smerkiančio savižudybę požiūrio palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Vyrai	Daina patiko	29	23,76	7,090	-1,564	0,123
	Daina nepatiko	33	26,09	4,516		
Moterys	Daina patiko	43	23,77	6,454	-0,732	0,468
	Daina nepatiko	24	24,96	6,342		

11 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių smerkiančio savižudybę požiūrio palyginimas.

Muzikos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Gotikinis metalas	Dažnai	17	52,26	22,71±6,049	2,945	2	0,229
	Retai	58	65,91	24,81±6,001			
	Niekada	56	70,27	25,18±6,439			
Klasikinė muzika	Dažnai	8	61,94	23,75±6,735	0,231	2	0,891
	Retai	54	63,63	24,30±6,675			
	Niekada	67	66,47	4,91±5,728			

12 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių smerkiančio savižudybę požiūrio palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Dainos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Vyrai	Gotikinis metalas	Dažnai	9	26,33	23,89±4,197	1,546	2	0,462
		Retai	33	34,79	26,00±5,321			
		Niekada	22	31,59	24,32±7,390			
	Klasikinė muzika	Dažnai	2	42,25	24,96±6,355	0,746	2	0,689
		Retai	24	31,40	24,96±6,355			
		Niekada	36	30,97	24,83±5,829			
Moters	Gotikinis metalas	Dažnai	8	25,81	21,38±7,726	3,963	2	0,138
		Retai	25	30,58	23,24±6,578			
		Niekada	34	38,44	25,74±5,791			
	Klasikinė muzika	Dažnai	6	28,58	23,77±6,981	1,026	2	0,599
		Retai	30	32,72	23,77±6,981			
		Niekada	31	36,29	25,00±5,704			

13 lentelė. Klasikinės dainos patikimo grupių suicidiškumo palyginimas.

Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Daina patiko	58	0,600	1,025	-0,629	0,531
Daina nepatiko	73	0,730	1,205		

14 lentelė. Klasikinės dainos patikimo grupių suicidiškumo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Vyrai	Daina patiko	29	0,83	1,490	1,171	0,247
	Daina nepatiko	34	0,44	1,050		
Moters	Daina patiko	44	0,66	0,987	-0,707	0,483
	Daina nepatiko	24	0,83	0,963		



15 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių suicidiškumo palyginimas.

Muzikos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Gotikinis metalas	Dažnai	17	73,71	0,88±1,317	0,950	2	0,622
	Retai	60	64,87	0,63±1,193			
	Niekada	56	67,25	0,62±0,983			
Klasikinė muzika	Dažnai	8	61,94	0,38±0,744	0,231	2	0,981
	Retai	54	63,63	0,64±1,174			
	Niekada	67	66,47	0,74±1,128			

16 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių suicidiškumo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Dainos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Vyrai	Gotikinis metalas	Dažnai	9	39,78	1,22±1,716	2,508	2	0,285
		Retai	34	31,12	0,47±1,212			
		Niekada	22	33,14	0,55±1,101			
	Klasikinė muzika	Dažnai	2	23,50	0,00±0,000	0,747	2	0,688
		Retai	24	32,58	0,67±1,404			
		Niekada	37	32,08	0,62±1,233			
Moterys	Gotikinis metalas	Dažnai	8	32,75	0,50±0,535	0,295	2	0,863
		Retai	26	35,94	0,85±1,156			
		Niekada	34	33,81	0,68±0,912			
	Klasikinė muzika	Dažnai	6	30,33	0,50±0,837	2,345	2	0,310
		Retai	31	31,69	0,61±0,989			
		Niekada	31	38,11	0,87±0,991			

17 lentelė. Klasikinės dainos patikimo grupių neigiamos nuotaikos palyginimas.

Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Daina patiko	55	18,95	7,402	0,247	0,806
Daina nepatiko	72	18,64	6,276		

18 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių neigiamos nuotaikos palyginimas, vyrams ir moterims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	28	19,71	7,458	0,661	0,511
	Daina nepatiko	33	18,45	7,370		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	44	17,95	5,374	-0,957	0,346
	Daina nepatiko	22	19,68	7,562		

19 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių neigiamos nuotaikos palyginimas.

<b>Muzikos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	17	70,50	19,00±5,568	0,788	2	0,674
	Retai	57	62,08	18,42±7,139			
	Niekada	55	66,33	18,82±6,842			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	8	68,13	18,50±4,567	0,451	2	0,798
	Retai	53	65,92	19,23±7,127			
	Niekada	66	61,95	18,44±6,739			

20 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių neigiamos nuotaikos palyginimas, vyrams ir moterų imčiai atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Dainos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	9	35,28	19,33±6,671	0,551	2	0,759
		Retai	32	30,50	18,75±8,443			
		Niekada	22	32,84	18,97±7,299			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	2	30,00	17,00±4,243	0,330	2	0,848
		Retai	23	32,67	20,22±8,702			
		Niekada	36	29,99	18,39±6,600			
<b>Moterys</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	35,81	18,63±4,438	0,182	2	0,913
		Retai	25	32,54	18,00±5,148			
		Niekada	33	33,67	18,59±6,254			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	6	37,42	19,00±4,940	0,362	2	0,834
		Retai	30	33,83	18,47±5,680			
		Niekada	30	32,38	18,50±7,016			

21 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių teigiamos nuotaikos palyginimas..

<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
Daina patiko	71	29,94	6,210	-1,520	0,131
Daina nepatiko	55	28,11	7,089		

22 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių teigiamos nuotaikos palyginimas, vyrams ir moterims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	27	28,15	6,395	-0,020	0,984
	Daina nepatiko	33	28,18	6,502		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	44	31,05	5,898	1,746	0,086
	Daina nepatiko	22	28,00	8,047		

23 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių teigiamos nuotaikos palyginimas.

Muzikos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	17	69,12	29,82±7,593	0,824	2	0,662
	Retai	58	61,37	28,57±6,492			
	Niekada	53	66,44	29,60±6,398			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	8	72,00	29,87±7,318	0,471	2	0,790
	Retai	54	62,62	29,00±6,378			

24 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių teigiamos nuotaikos palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Dainos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Vyrai</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	9	29,94	26,56±6,464	0,386	2	0,825
		Retai	32	32,88	28,69±6,125			
		Niekada	21	30,07	27,95±6,674			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	2	10,25	20,00±7,071	2,984	2	0,225
		Retai	23	29,96	28,00±6,829			
		Niekada	35	32,01	28,74±5,928			
<b>Moterys</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	42,81	33,50±7,407	3,413	2	0,182
		Retai	26	29,08	28,42±7,038			
		Niekada	32	34,77	30,69±6,072			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	6	42,92	33,17±3,601	1,621	2	0,445
		Retai	31	32,16	29,74±6,028			
		Niekada	29	32,98	29,69±7,956			

25 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių baimės palyginimas.

Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Daina patiko	58	11,72	4,360	0,336	0,737
Daina nepatiko	73	11,48	3,841		

26 lentelė. Klasikinės muzikos dainų patikimo grupių baimės palyginimas, vyrams ir moterims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	29	12,34	4,506	0,497	0,621
	Daina nepatiko	34	11,79	4,227		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	44	10,91	3,262	-0,672	0,506
	Daina nepatiko	24	11,63	4,633		

27 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių baimės palyginimas.

<b>Muzikos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	17	64,79	11,47±4,502	0,255	2	0,880
	Retai	60	65,83	11,43±4,010			
	Niekada	56	68,93	11,61±4,080			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	8	80,44	12,50±3,207	1,799	2	0,407
	Retai	55	67,87	11,80±4,089			
	Niekada	68	62,79	11,31±4,158			

28 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių baimės palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Dainos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	9	32,22	12,44±6,023	0,303	2	0,859
		Retai	34	32,04	11,76±4,418			
		Niekada	22	34,80	11,86±3,616			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	2	43,25	14,50±4,950	1,219	2	0,544
		Retai	24	33,54	12,54±4,634			
		Niekada	7	30,39	11,59±4,146			
<b>Moterys</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	34,25	10,38±1,506	0,052	2	0,975
		Retai	26	33,88	11,00±3,441			
		Niekada	34	35,03	11,44±4,398			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	6	42,25	11,83±2,714	1,353	2	0,508
		Retai	31	35,18	11,23±3,584			
		Niekada	31	32,32	10,97±4,215			

29 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių priešiško palyginimas.

<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
Daina patiko	55	12,20	4,075	0,987	0,326
Daina nepatiko	72	11,51	3,611		

30 lentelė. Klasikinės dainos patikimo grupių priešiško palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	28	12,00	4,018	-0,202	0,841
	Daina nepatiko	33	12,21	4,181		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	44	11,20	3,338	-0,986	0,331
	Daina nepatiko	22	12,18	4,008		

31 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių priešiško palyginimas.

Muzikos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Gotikinis metalas	Dažnai	17	70,15	12,24±3,750	0,921	2	0,631
	Retai	57	61,67	11,42±3,585			
	Niekada	55	66,86	11,95±4,093			
Klasikinė muzika	Dažnai	8	74,81	12,75±3,919	0,788	2	0,674
	Retai	53	64,06	11,56±3,478			
	Niekada	66	62,64	11,98±4,231			

32 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių priešiško palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Dainos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Vyrai	Gotikinis metalas	Dažnai	9	34,67	12,44±3,972	0,414	2	0,813
		Retai	32	30,66	11,72±3,887			
		Niekada	22	32,86	12,23±4,503			
	Klasikinė muzika	Dažnai	2	49,25	16,50±4,950	0,291	2	0,864
		Retai	23	33,26	12,91±5,071			
		Niekada	36	28,54	11,36±3,081			
Moterys	Gotikinis metalas	Dažnai	8	36,19	12,0±3,742	0,640	2	0,726
		Retai	25	31,18	11,04±3,195			
		Niekada	33	34,61	11,76±3,857			
	Klasikinė muzika	Dažnai	6	35,67	11,50±3,017	0,291	2	0,864
		Retai	30	32,17	11,27±3,373			
		Niekada	30	34,40	11,80±3,943			

33 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių kaltės palyginimas.

Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Daina patiko	57	9,74	3,993	-0,713	0,477
Daina nepatiko	70	10,26	4,211		

34 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių kaltės palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	27	10,59	5,337	0,918	0,363
	Daina nepatiko	33	9,45	3,985		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	43	10,05	3,373	-0,081	0,936
	Daina nepatiko	24	10,13	4,057		

35 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių kaltės palyginimas.

<b>Muzikos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	16	81,16	11,06±3,296	3,490	2	0,175
	Retai	58	62,19	9,84±4,388			
	Niekada	55	63,26	9,82±3,991			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	8	73,00	10,25±2,715	0,519	2	0,772
	Retai	53	63,42	10,06±4,439			
	Niekada	66	63,37	9,97±4,015			



36 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių kaltės palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Dainos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	39,19	11,13±4,155	1,783	2	0,410
		Retai	32	30,91	9,75±4,945			
		Niekada	22	29,57	9,64±4,315			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	2	44,50	11,50±0,707	1,534	2	0,464
		Retai	23	31,17	10,22±5,435			
		Niekada	35	44,50	9,71±4,233			
<b>Moterys</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	42,19	11,00±2,449	1,629	2	0,443
		Retai	26	33,02	9,96±3,682			
		Niekada	33	32,79	9,94±3,824			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	6	34,17	9,83±3,061	0,115	2	0,944
		Retai	30	33,13	9,93±3,591			
		Niekada	31	34,81	10,26±3,803			

37 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių liūdesio palyginimas.

<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
Daina patiko	57	10,65	3,948	0,510	0,611
Daina nepatiko	71	10,29	4,084		

38 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių liūdesio palyginimas, vyrų ir moterų imčiai atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	29	10,83	4,599	0,602	0,550
	Daina nepatiko	34	10,21	3,391		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	44	9,93	3,71	-1,224	0,229
	Daina nepatiko	23	11,30	4,656		

39 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių liūdesio palyginimas.

Muzikos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	17	78,03	11,35±4,076	2,114	2	0,348
	Retai	60	62,95	10,17±3,915			
	Niekada	56	67,99	10,45±4,027			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	8	72,69	10,38±1,923	1,391	2	0,499
	Retai	24	68,98	10,78±4,196			
	Niekada	68	61,89	10,19±4,068			

40 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių liūdesio palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Dainos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Vyrai</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	9	37,78	11,00±3,742	3,724	2	0,155
		Retai	34	28,71	10,00±4,163			
		Niekada	22	37,68	10,95±3,658			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	2	45,25	10,50±0,707	1,951	2	0,377
		Retai	24	34,25	11,13±4,562			
		Niekada	37	29,82	10,03±3,648			
<b>Moterys</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	40,88	11,75±4,652	1,219	2	0,544
		Retai	26	35,15	10,38±3,634			
		Niekada	34	32,50	10,12±4,269			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	6	35,58	10,00±2,098	0,332	2	0,847
		Retai	30	35,20	10,0±3,937			
		Niekada	31	32,53	10,39±4,53			

41 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių linksmumo palyginimas.

Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Daina patiko	56	25,75	5,772	-1,676	0,096
Daina nepatiko	71	27,51	5,981		

42 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių linksmumo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	27	24,93	5,857	-0,806	0,424
	Daina nepatiko	33	26,15	5,864		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	44	29,09	5,544	2,690	<b>0,010</b>
	Daina nepatiko	23	25,17	5,718		

43 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių linksmumo palyginimas.

<b>Muzikos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	17	64,62	26,29±8,305	0,365	2	0,833
	Retai	58	63,01	26,55±5,688			
	Niekada	54	67,26	27,22±5,265			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	8	75,31	27,87±7,338	0,892	2	0,640
	Retai	54	64,31	26,72±6,196			
	Niekada	65	75,31	26,60±5,604			

44 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių linksmumo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Dainos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	9	27,61	24,22±7,379	0,830	2	0,660
		Retai	32	33,33	26,28±5,419			
		Niekada	21	30,38	25,00±5,666			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	2	4,50	16,50±3,534	4,973	2	0,083
		Retai	23	29,67	25,30±6,540			
		Niekada	35	32,53	26,31±5,075			
<b>Moterys</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	40,13	28,63±9,149	1,898	2	0,387
		Retai	16	30,33	26,88±6,08			
		Niekada	8	35,41	28,64±4,533			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	6	49,33	31,67±1,966	4,324	2	0,115
		Retai	31	33,65	27,77±5,812			
		Niekada	30	31,30	26,93±6,236			

45 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių pasitikėjimo palyginimas.

<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
Daina patiko	56	16,61	4,438	-0,577	0,565
Daina nepatiko	72	17,07	4,576		

46 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių pasitikėjimo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	28	16,64	4,968	-0,047	0,963
	Daina nepatiko	33	16,70	3,804		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	44	17,34	4,345	0,671	0,506
	Daina nepatiko	23	16,48	5,308		

47 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių pasitikėjimo palyginimas.

Muzikos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	17	74,18	17,94±4,465	4,621	2	0,099
	Retai	58	57,68	16,00±4,389			
	Niekada	55	71,06	17,53±4,358			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	8	49,56	17,26±4,355	1,887	2	0,389
	Retai	54	62,86	16,55±4,739			
	Niekada	66	67,65	15,13±4,086			

48 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių pasitikėjimo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Dainos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Vyrai</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	9	30,17	16,11±3,855	0,687	2	0,709
		Retai	32	30,73	16,38±4,233			
		Niekada	22	34,59	17,18±4,666			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	2	13,00	12,00±4,243	2,394	2	0,302
		Retai	23	30,15	16,39±5,106			
		Niekada	36	32,54	17,11±3,725			
<b>Moterys</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	46,19	20,00±4,408	6,727	2	<b>0,035</b>
		Retai	26	27,29	15,54±4,615			
		Niekada	33	36,33	17,76±4,198			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	6	28,92	16,17±3,817	0,949	2	0,622
		Retai	31	32,77	16,84±4,525			
		Niekada	30	36,28	17,43±5,070			

49 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių dėmesingumo palyginimas.

Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Daina patiko	56	11,73	3,154	-0,625	0,533
Daina nepatiko	73	12,07	2,864		

50 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių dėmesingumo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	29	11,00	2,988	-0,826	0,412
	Daina nepatiko	33	11,64	3,070		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	44	12,77	2,578	1,134	0,264
	Daina nepatiko	23	11,87	3,334		

51 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių dėmesingumo palyginimas..

<b>Muzikos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	17	64,09	11,71±3,118	0,321	2	0,852
	Retai	59	64,51	11,81±3,071			
	Niekada	55	68,19	12,11±2,846			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	8	62,69	11,50±3,381	0,980	2	0,613
	Retai	54	68,81	12,20±2,770			
	Niekada	67	62,20	11,75±3,130			

52 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių dėmesingumo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Dainos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	9	26,44	10,11±2,472	1,129	2	0,569
		Retai	33	33,52	11,61±3,112			
		Niekada	22	33,45	11,55±2,972			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	2	5,00	7,00±1,414	4,544	2	0,103
		Retai	23	32,43	11,52±2,952			
		Niekada	37	32,35	11,4±3,006			
<b>Moterys</b>	<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	8	41,69	13,50±2,878	1,580	2	0,454
		Retai	26	31,87	12,08±3,058			
		Niekada	33	33,82	12,48±2,740			
	<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	6	37,58	13,00±2,191	0,688	2	0,709
		Retai	31	35,31	12,71±2,559			
		Niekada	30	31,93	12,10±3,294			

53 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių drovumo palyginimas.

<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
Daina patiko	57	7,79	3,189	0,598	0,551
Daina nepatiko	72	7,47	2,727		

54 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių drovumo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	28	7,82	2,982	0,189	0,850
	Daina nepatiko	33	7,67	3,397		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	44	7,25	2,562	-0,992	0,327
	Daina nepatiko	24	7,96	2,941		

55 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių drovumo palyginimas.

Muzikos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Gotikinis metalas	Dažnai	17	61,97	7,35±3,181	0,269	2	0,874
	Retai	58	67,34	7,74±3,204			
	Niekada	56	65,83	7,43±2,614			
Klasikinė muzika	Dažnai	8	64,9	7,38±2,446	0,074	2	0,964
	Retai	54	66,04	7,65±2,863			
	Niekada	67	34,20	7,61±3,075			

56 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių drovumo palyginimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Dainos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Vyrai	Gotikinis metalas	Dažnai	9	33,28	8,11±3,951	0,217	2	0,897
		Retai	32	30,95	7,56±3,491			
		Niekada	22	33,00	7,50±2,502			
	Klasikinė muzika	Dažnai	2	33,75	8,50±4,950	0,376	2	0,829
		Retai	23	32,54	7,87±3,050			
		Niekada	36	29,86	7,61±3,289			
Moterys	Gotikinis metalas	Dažnai	8	27,81	6,50±1,927	1,781	2	0,410
		Retai	26	37,87	7,96±2,863			
		Niekada	34	33,50	7,38±2,719			
	Klasikinė muzika	Dažnai	6	32,58	7,00±1,673	0,099	2	0,952
		Retai	31	34,21	7,48±2,755			
		Niekada	31	35,16	7,61±2,860			

57 lentelė. Klasikinės muzikos dainos patikimo grupių nuovargio palyginimas.

Klasikinės dainos patikimas	N	Vidurkis	Standartinis nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Daina patiko	58	11,62	3,145	-1,265	0,208
Daina nepatiko	72	12,39	3,777		



58 lentelė. Klasikinės dainos patikimo grupių nuovargio palyginimas, vyrams ir moterims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Klasikinės dainos patikimas</b>	<b>N</b>	<b>Vidurkis</b>	<b>Standartinis nuokrypis</b>	<b>t</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyrai</b>	Daina patiko	28	12,43	4,086	1,044	0,301
	Daina nepatiko	34	11,41	3,456		
<b>Moterys</b>	Daina patiko	44	12,36	3,616	0,578	0,565
	Daina nepatiko	24	11,92	2,685		

59 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių nuovargio palyginimas.

<b>Muzikos stilius</b>	<b>Muzikos stiliaus klausymo dažnumas</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Gotikinis metalas</b>	Dažnai	17	72,64	12,41±4,048	0,532	2	0,767
	Retai	59	64,69	11,83±3,328			
	Niekada	56	66,64	12,07±3,592			
<b>Klasikinė muzika</b>	Dažnai	8	97,19	14,88±2,232	6,700	2	<b>0,035</b>
	Retai	55	60,46	11,65±3,658			
	Niekada	67	65,85	12,03±3,416			

60 lentelė. Gotikinio metalo ir klasikinės muzikos pasirinkimo dažnumo grupių nuovargio palyginimas, vyrams ir moterims atskirai.

Lytis	Dainos stilius	Muzikos stiliaus klausymo dažnumas	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Vyrai	Gotikinis metalas	Dažnai	9	39,67	13,33±3,640	2,326	2	0,313
		Retai	33	29,55	11,18±3,566			
		Niekada	22	34,00	12,05±4,006			
	Klasikinė muzika	Dažnai	2	57,00	17,50±2,121	6,699	2	<b>0,035</b>
		Retai	24	26,13	10,83±3,293			
		Niekada	36	33,67	12,25±3,828			
Moters	Gotikinis metalas	Dažnai	8	32,31	11,38±4,470	0,611	2	0,737
		Retai	26	36,85	12,65±2,856			
		Niekada	34	33,22	12,09±3,361			
	Klasikinė muzika	Dažnai	6	46,33	14,00±1,265	2,650	2	0,266
		Retai	31	34,66	12,29±3,849			
		Niekada	31	32,05	11,77±2,906			

61 lentelė. Klasikinės muzikos poveikio nuotaikai patikrinimas.

	N	Vidurkis	Stand. nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Nuotaika prieš poveikį	115	47,97	13,057	-6,304	<b>0,000</b>
Nuotaika po poveikio	115	58,60	12,475		

62 lentelė. Klasikinės muzikos poveikio nuotaikai patikrinimas, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis		N	Vidurkis	Stand. nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Vyrai	Nuotaika prieš poveikį	57	48,89	12,983	-2,922	<b>0,004</b>
	Nuotaika po poveikio		56,25	13,884		
Moteris	Nuotaika prieš poveikį	58	47,01	13,179	-6,183	<b>0,000</b>
	Nuotaika po poveikio		60,91	10,539		

63 lentelė. Nuotaikos pokyčio po klasikinės muzikos poveikio sąsajos su depresiškumo grupėmis.

Depresiškumo grupės	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Nedepresiškas	44	53,22	12,41±18,862	1,424	2	0,491
Vidutiniškai depresiškas	27	47,41	8,44±17,167			
Depresiškas	27	45,54	5,63±17,274			

64 lentelė. Nuotaikos pokyčio po klasikinės muzikos poveikio sąsajos su depresiškumu, vyrų ir moterų intims atskirai.

Lytis	Depresiškumo grupės	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
<b>Vyras</b>	Nedepresiškas	25	29,56	10,92±19,485	6,837	2	<b>0,033</b>
	Vidutiniškai depresiškas	16	29,00	10,50±17,068			
	Depresiškas	11	15,91	-7,00±17,035			
<b>Moteris</b>	Nedepresiškas	19	24,32	14,37±19,485	2,355	2	0,308
	Vidutiniškai depresiškas	11	18,27	5,45±17,683			
	Depresiškas	16	26,13	14,31±11,241			

65 lentelė. Nuotaikos pokyčio po klasikinės muzikos poveikio sąsajos su priimančiu savižudybę požiūriu.

Priimtino požiūrio į savižudybę grupės	N	Vid. rangas	Vidurkis ± st.nuokrypis	Chi-kvadratas	df	Reikšm. p (2-pusis)
Mažai priimtina savižudybė	45	55,63	11,18±17,634	0,072	2	0,965
Vidutiniškai priimtina savižudybė	38	57,55	10,47±18,683			
Priimtina savižudybė	29	56,47	9,09±19,066			

66 lentelė. Nuotaikos pokyčio po klasikinės muzikos poveikio sąsajos su priimančiu savižudybę požiūriu, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Priimtino požiūrio į savižudybę grupės</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyras</b>	Mažai priimtina savižudybė	18	22,72	2,22±11,660	2,762	2	0,251
	Vidutiniškai priimtina savižudybė	16	31,41	10,5±22,435			
	Priimtina savižudybė	20	28,68	8,50±21,05			
<b>Moteris</b>	Mažai priimtina savižudybė	27	31,70	17,15±18,569	1,172	2	0,557
	Vidutiniškai priimtina savižudybė	22	26,50	10,41±15,984			
	Priimtina savižudybė	29	3,,22	12,33±14458			

67 lentelė. Nuotaikos pokyčio po klasikinės muzikos poveikio sąsajos su smerkiančio savižudybę požiūriu.

<b>Smerkiančio požiūrio į savižudybę grupės</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
Mažai smerkiama savižudybė	21	67,29	13,67±20,677	2,621	2	0,270
Vidutiniškai smerkiama savižudybė	43	55,66	10,56±20,230			
Smerkiama savižudybė	49	53,77	9,43±15,300			

68 lentelė. Nuotaikos pokyčio po klasikinės muzikos poveikio sąsajos su smerkiančio savižudybę požiūriu, vyrų ir moterų imtims atskirai.

<b>Lytis</b>	<b>Smerkiančio požiūrio į savižudybę grupės</b>	<b>N</b>	<b>Vid. rangas</b>	<b>Vidurkis ± st.nuokrypis</b>	<b>Chi-kvadratas</b>	<b>df</b>	<b>Reikšm. p (2-pusis)</b>
<b>Vyras</b>	Mažai smerkiama savižudybė	10	30,80	8,90±26,793	0,447	2	0,800
	Vidutiniškai smerkiama savižudybė	22	26,86	5,68±20,594			
	Smerkiama savižudybė	24	29,04	8,04±13,153			
<b>Moteris</b>	Mažai smerkiama savižudybė	11	36,18	18,00±12,869	3,402	2	0,182
	Vidutiniškai smerkiama savižudybė	21	29,74	15,67±18,988			
	Smerkiama savižudybė	25	25,22	10,76±17,280			

69 lentelė. Nuotaikos pokyčio po klasikinės muzikos poveikio sąsajos su suicidiškumu.

Suicidinių tendencijų grupės	N	Vidurkis	Stand. nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Nesuicidiškas	71	8,99	17,404	-1,213	0,228
Suicidiškas	44	13,27	19,018		

70 lentelė. Nuotaikos pokyčio po klasikinės muzikos poveikio sąsajos su suicidiškumu, vyrų ir moterų imtims atskirai.

Lytis	Suicidinių tendencijų grupės	N	Vidurkis	Stand. nuokrypis	t	Reikšm. p (2-pusis)
Vyras	Nesuicidiškas	42	5,83	16,968	-0,894	0,382
	Suicidiškas	15	11,60	22,825		
Moteris	Nesuicidiškas	29	13,55	17,297	-0,130	0,897
	Suicidiškas	29	14,14	17,108		

## PRIEDAS 2

### Nuotaikos skalė

Skalėse, kuriose yra priešingos emocinės būsenos, pažymėkite tą skaičių, kuris Jūsų nuomone labiausiai atitinka **dabartinę Jūsų emocinę būseną**, paklausius dainos įrašo.

<b>Liūdna</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Linksmas</b>
<b>Prislėgta</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Pakili</b>
<b>Išsekusi</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Energinga</b>
<b>Pikta</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Rami</b>
<b>Įsitempusi</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Atsipalaidavusi</b>
<b>Apatiška</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Entuziastinga</b>
<b>Bijanti</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Pasitikinti</b>
<b>Tingi</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Aktyvi</b>
<b>Įbauginta</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Nuraminta</b>
<b>Nusiminusi</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Džiaugsminga</b>
<b>Mieguista</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Budri</b>
<b>Pasišlykštėjusi</b>	1	2	3	4	5	6	7	<b>Sužavėta</b>