

60 questions pour mesurer votre performance musicale

Voici une série de questions pour vous éclairer dans votre cheminement musical et vous aider à faire un bilan.

Vous trouverez les blocs de questions par sujets.

Remplissez le questionnaire afin d'avoir un portrait en détail de votre situation.

Vous pourrez déceler les points faibles et difficultés afin de mieux les surmonter.

Le but de ce questionnaire est de vous aider à réussir, à connaître le succès que vous désirez connaître et à atteindre vos buts.

Matériel :

1. Votre matériel est-il fonctionnel?
2. Faites-vous réparer votre instrument minimum une fois par année?
3. Vos accessoires sont-ils confortables et bien adaptés à vous? (courroies, instrument, lutrin etc.)
4. Sax / clarinette : votre bec vous convient-il?
5. Sax / clarinette : l'ouverture de votre bec est-elle jumelée avec une anche d'épaisseur appropriée?
6. Vous sentez-vous bien avec l'ensemble de votre matériel?
7. Y a-t-il un élément de votre équipement avec lequel vous ne vous sentez pas à l'aise?
8. Avez-vous un métronome qui résonne assez fort?
9. Si vous hésitez ou ne voulez pas vous servir d'un accessoire, demandez-vous pourquoi. Vous vous privez d'un outil qui pourrait vous aider. Rappelez-vous que toute partie d'un équipement peut être remplacée et convenir à vos besoins.

10. Avez-vous un handicap physique qui nécessiterait de faire modifier votre instrument par votre réparateur? Si oui, contactez votre réparateur d'instrument et discutez avec lui de votre problème. Il pourra vous conseiller selon votre situation.

11. Avez-vous toujours le même équipement ou vous changez constamment une ou plusieurs composantes de votre équipement? (Les changements trop fréquents sont déconseillés car vous devez vous réadapter à l'ensemble de votre équipement à chaque fois, même si un seul élément est changé).

Réchauffement :

12. Vous réchauffez-vous au début de chaque pratique?
13. Le faites-vous de façon adéquate?
14. Le faites-vous assez longtemps?
15. Travaillez-vous de façon efficace (notes longues en gammes diatoniques/chromatiques sur toute l'étendue de l'instrument, exercices d'intonation avec l'accordeur, exercices de nuances etc.)?
16. Travaillez-vous régulièrement avec un accordeur?
17. Savez-vous comment bien vous en servir?

Planification des pratiques :

18. Avez-vous fait l'inventaire de toutes vos plages horaires disponibles pour pratiquer dans la semaine?
19. Avez-vous repéré les plages horaires où vous avez la meilleure concentration?
20. Avez-vous mis vos pratiques individuelles à votre agenda cette semaine?

21. Si vous devez porter des lunettes, avez-vous la bonne paire près de vous lors de vos pratiques?
22. Avez-vous consulté un spécialiste de la vue dans la dernière année? N'oubliez pas, votre vision peut influencer votre apprentissage.
23. Savez-vous exactement ce que vous devez travailler et pratiquer dans la semaine?
24. Faites-vous ce qui est recommandé?
25. Vous êtes-vous fixé des buts à court, moyen et long terme?
26. Mettez-vous le temps de pratique suffisant pour atteindre vos buts?
27. Avez-vous pratiqué cette semaine?
28. Pratiquez-vous plusieurs fois par semaine?
29. Utilisez-vous la méthode du fractionnement du temps dans la journée?(**consulter le document téléchargeable *26 trucs pour planifier une pratique individuelle* sur le site www.mariejoseepoulin.ca)
30. Inscrivez-vous vos temps de pratique dans votre carnet de devoir ou journal afin d'établir vos statistiques personnelles (temps de pratique cumulé)?
31. Travaillez-vous régulièrement avec un métronome?
32. Savez-vous comment travailler de façon productive avec un métronome?
33. Êtes-vous pleinement concentré lors de vos pratiques?
34. Vos méthodes de travail sont-elles efficaces?
35. Mesurez-vous votre amélioration?
36. Appliquez-vous des méthodes de travail différentes selon le type de problème que vous rencontrez? (fortement conseillé)

Compréhension de la partition :

37. Comprenez-vous tous les paramètres de votre partition? (chiffre indicateur, tonalité, reprises, forme, motifs, articulations etc.)

38. Pouvez-vous faire la synthèse des principales informations sur votre partition?
39. Pouvez-vous identifier les motifs principaux et les variations?
40. Cours en groupe : pouvez-vous identifier le rôle que vous avez à jouer? (mélodie, coussin harmonique, contrechant, etc.)
41. Comprenez-vous tous vos doigtés?
42. Y a-t-il quelque chose que vous ne comprenez pas? Si oui, qu'est-ce que c'est?

Obstacles et échecs :

43. Analysez-vous vos failles régulièrement?
44. Avez-vous bien identifié le problème à résoudre?
45. Vos méthodes étaient-elles adéquates?
46. Avez-vous persisté assez longtemps dans l'application de votre solution?
47. Avez-vous essayé d'autres solutions?
48. Y a-t-il un autre problème en lien avec le problème principal? (consulter le document à télécharger *Grille des problèmes techniques et humains* sur le site www.mariejoseepoulin.ca).
49. Dans votre vie, vous a-t-on déjà dit que vous ne pouviez pas apprendre, que vous n'étiez pas intelligent, trop lent, pas assez talentueux etc.? (Tout le monde peut réussir. Peu importe ce qui a été dit à votre sujet, ici et maintenant, vous aussi, vous pouvez réussir!)
50. Êtes-vous disposé à vous voir autrement, à vous voir réussir?
51. Vous êtes-vous engagé pleinement dans votre réussite?
52. Avez-vous parlé de vos objectifs avec au moins une autre personne? (fortement recommandé)
53. Faites-vous un suivi régulier auprès de cette personne pour la tenir au courant de vos développements? (fortement recommandé)

Voir plus grand :

54. Que pensez-vous de votre apprentissage musical?
55. Que pensez-vous de vous, en tant que musicien et en tant qu'être humain?
56. Vous visualisez-vous en train de réussir?
57. Vous donnez-vous la permission de réussir tout ce que vous entreprenez?
58. Célébrez-vous vos petits et grands succès?
59. Avez-vous l'habitude de trouver des sources d'inspiration et d'imiter ces modèles? (personnes inspirantes, musiciens, gens qui réussissent dans n'importe quel domaine, qui ont développé une qualité ou une caractéristique en particulier etc.)
60. Vous laissez-vous transporter par l'Inspiration et la gratitude sur une base quotidienne?