

## *Pedagogy. Psychology*

УДК 78.071-051:159.923

Барчі Б.В.,

*к.психол.н., ст. викладач кафедри психології Мукачівського державного університету, barchibeata@ukr.net*

Боднар Г.І.,

*викладач гри на народних інструментах Гуманітарно-педагогічного коледжу**Мукачівського державного університету,**Україна, м. Мукачево*

### ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СТАНОВЛЕННЯ МУЗИКАНТА: АНАЛІЗ СТРЕСОГЕННИХ ЧИННИКІВ

*Специфіка музично-артистичної діяльності пов'язана з багатьма факторами, єдність яких розкриває зміст інтерпретації музики. Однією з найсуттєвіших рис актуалізації ролі виконавця в світі музичного мистецтва було виокремлення суб'єкта виконавської творчості. Підготовка професійних музикантів у різних навчальних закладах віддавна відбувається завдяки спрямуванню усіх зусиль не лише на формування технічної майстерності. Метою дослідження є з'ясування стресогенних чинників у процесі становлення музиканта, та визначення їх місця серед психологічних аспектів майстерності у процесі підготовки фахівців спеціальних музичних відділів, що сприятиме вдосконаленню педагогічного процесу на виконавських кафедрах, а отже, зростанню рівня української виконавської культури.*

**Ключові слова:** *музикант, особистість, тривожність, емоційність, чуттєвість, психічне здоров'я.*

**Постановка проблеми.** На сучасному етапі розвитку суспільства вивчення впливу особистісних характеристик вибору професійної діяльності актуальне як у теоретичному, так і практичному аспекті. Дедалі очевиднішим є те, що професія впливає на особистісні диспозиційні риси. Науковцями доведено, що професійна природність формується в ході самої трудової діяльності. На найбільш високому рівні розвитку професійного досвіду можна помітити, наскільки тісно реалізація творчого потенціалу об'єднана з психологічним здоров'ям особистості музиканта.

В наш час спроба описати особистість музикантів та надання допомоги їх здоров'я в психологічному плані, так само як і в багатьох професіях творчого характеру, актуальним залишається питанням особливого характеру зайнятості, що в свою чергу вимагає від особистості не тільки гарних професійних знань і вмінь, але й властивих рис характеру і конкретних характеристик волі, що мали б можливість протидіяти стресу у професійній діяльності, напруженні та допомагали б зберігати психологічне здоров'я майбутнього музиканта.

Однобічний професійний розвиток недостатній для того, щоб стати успішним музикантом. У творчій, зокрема музичній, діяльності роль особистості досить важлива тому що виконуючи твори завжди «відкривається» окрема особистість того, хто створив їх. Це, в свою чергу, відрізняє мистецтво від інших видів діяльності роблячи його унікальним в своєму роді. Під час виконання твору на сцені кожен вихід є неповторним завдячуючи ролі особистості творця та музиканта-виконавця.

Однією з найактуальніших та важливих для музикантів виконуючи твір є проблема сценічного хвилювання. Дане питання занадто гостро позначається в період підготовки вчителів музики. Їх професійна

діяльність тісно пов'язана з сценічними виступами на сцені перед слухацькою аудиторією. З історії виконавської майстерності підтверджуваними є багато фактів, які свідчать про те, що досвідчений музикант-виконавець, якщо він не готовий до виконання твору, не є застрахованим від хвилювань на сцені. Варто пам'ятати, що рівень виконання музиканта залежить: 1) від його досвіду, 2) від майстерності, 3) від психічного стану суб'єкта до початку виконання, 3) від способу виконавця реагування на сценічну ситуацію. І варто пам'ятати, що сценічна ситуація завжди залишається підвищеним чинником стресогенного характеру для особистості виконавця.

В наш час багато музикантів-виконавців потребують супроводу до адекватної сценічної поведінки. Симптоматичне тремтіння рук та колін, в деяких випадках відмова слуху чи голосу виконавця, підсилення боязні вийти на сцену, невміння зосередитися на виконанні твору, є базовими синдромами хвилювання під час сценічного виконання. Все вище згадане вимагає серйозного вирішення, супроводу та корекції задля заміни такої поведінки на сцені та аналізу явищ які є придатними індивідуальним особливостям виконавців.

Беручи до уваги значні дослідження щодо проблеми хвилювання на сцені під час становлення фахівця у галузі музики, **метою** нашої статті є теоретичний розріз існуючих психологічних підходів щодо вирішення питання у підготовці сценічної діяльності особистості.

**Виклад основного матеріалу.** Діяльність виконавця, вимагає від особистості значної фізичної міцності та витривалості, гарного здоров'я та хорошої працездатності. Система взаємин у колективах творчої діяльності вимагає необхідною умовою особистості рівень її моральної стійкості, здатність відстояти себе за позицію лідера, та позиціонувати рівень пріоритетності своєї

ролі. Якщо людина талановита і досвідчена, але в водночас зі слабкою силою волею то її часто звинувачують та залишають позаду. Їй дають характеристику низького професіонала. Особливо небезпечними є публічні сценічні виступи для психологічного здоров'я музикантів-виконавців.

До особливого хворобливого стану у виконавців-музикантів виступи перед публікою часто призводять до серйозних переживань особистості б а іноді це призводить до стресу. Насправді сценічне хвилювання містить певні ознаки стресових станів і можуть проявлятися відповідною поведінкою організму як вербально так і невербально. Головними особливими психологічними характеристиками музиканта-виконавця, не враховуючи музичну обдарованість, мають бути: емоційна чутливість, вміння до багатообразного асоціативного ряду, швидкість переключення психічних процесів. Важливими також залишаються велика сила волі, можливість швидко діяти та протидіяти стресогенним чинникам, довготривала концентрація уваги та самоорганізація у виконанні. Беручи до уваги діалектичну єдність потенціалу та процес музичальності, як одну із сторін індивіда, музична діяльність є процесом, що зумовлює рух особистості, розкриває її потенціал.

Дослідження Е.Кемпа [7,8], Д.Коффмана [6], Н.В.Рожественської, О.А.Блінової, Б.А.Бараша, Д.К.Кірнарської, Г.Н.Ципіна, А.Л.Готсдинера, Л.Л.Бочкарьова, А.Б.Гольденвейзера, Е.Г.Гуренко, В.І.Петрушина присвячені проблемі специфічності особистості музиканта [1,2,3]. У працях Г.Г.Нейгауза, С.І.Савшинського, Ю.А.Цагареллі тощо розглянуто окремі види музичної діяльності (роботи).

Відомий піаніст, композитор і педагог Л.Наумов наголошував на важливій ролі психологічної підготовки молодих виконавців. На його думку, молодим виконавцям варто надавати допомогу перед виходом на сцену як у професійно-виконавському плані, так і у психологічному. Беручи до уваги його спостереження, самоконтроль студентської молоді є нерозвиненим. Більшість з них знає, як вийти на сцену і правильно сісти. Вміють заспокоїти себе внутрішніми прийомми, хоч і не завжди знають, як потрібно поводитися під час виконання програми з декількох творів, що потрібно робити в під час пауз і в перервах у грі. На сцені важливим є і одяг виконавця, що може діяти або заспокійливим чинником, або навпаки виводити з рівноваги. Щоб зіграти на сцені, музиканту-виконавцю потрібно бути в стані ідеальної готовності.

Важливі аспекти проблеми адекватної сценічної поведінки розглядалися такими дослідниками, як Д.Благой, Г.Васадзе, І.Дубровина, О.Денисова, А.Прихожан, Л.Бочкарьов та ін. [3]. Дана проблема породжена безпосередньою практикою виконавця. Серед музикантів-професіоналів це питання розглядають з кінця 17-го століття, але і зараз залишається досить актуальним і вартим для дослідження.

На музично-виконавську діяльність великий вплив має психологічна установка, як несвідома психічна складова, яка лежить в основі творчої активності музиканта-виконавця. Ця несвідома установка є

готовністю нахилу суб'єкта до дії очікуючи задовільні умови у певній ситуації. Досить часто ця установка може створюватися в процесі досвіду роботи на сцені. У музично-виконавській діяльності психологічна установка мобілізує творчі здібності особистості, хоча досить часто вони не усвідомлюється самим музикантом. Це може відбуватися навіть тоді, коли музикант не планує майбутній концертний виступ. Повсякденні клопоти, пережиті перед сценічним виступом можуть проявити себе у вигляді головного завдання, а саме мобілізації душевних сил перед майбутнім виконанням концертної програми.

У музикознавчій літературі (Л.Бочкарьов, Г.Коган, К.Кондрашин, Л.Маккіннон, Г.Нейгауз) емоційний стан музикантів-виконавців пов'язується з проблемою їхнього фізіологічного збудження в період інтерпретації музичних творів у ситуаціях стресу [3].

При збудженні та хвилюванні перед концертним виступом виділяють три види психічного стану: легкий разом із середнім; сильний; апатичний. Легку та середнє збудження перед естрадною грою характеризується позитивними емоціями та почуттями виконавця. Сильний описується підвищеною активністю рухів та роздратованістю. Стан пригнічення й байдужості до змісту й мети власної виконавської діяльності може бути спричинений передконцертною апатією.

У літературі можна знайти такі види хвилювання музикантів-виконавців як хвилювання-підйом, хвилювання-паніка, хвилювання-апатія. Хвилювання-підйом характеризується якісною активізацією пам'яті. Панічне хвилювання й хвилювання-апатія є одними з причин утворення перенапруження психічних сил музикантів-виконавців і призводить до зростання страху та тривожності, порушується контроль над виконавським процесом і завдається стійкість психічної травми (А.Бірмак, Л.Готсдинер, Г.Коган, Г.П.Овсянкина) [5].

Допущення текстових чи технічних помилок під час виступу може бути наслідком надмірного стресового емоційного стану особистості. При сильному збудженні хвилювання зростає і не врівноважується процесом гальмування. А це призводить до можливості забування тексту музикантами-виконавцями; до невірності емоційного стану, до допущення помилок у тексті чи техніці; до порушення метро-ритмічної структури виконання (прискорення, уповільнення, недотримання). А як результат може відбутися і втрата цілісності виконання музичного твору або відтворення матеріалу зі значними технічними помилками.

Професійна готовність індивідів може позитивного чи негативного впливати на хвилювання. Складниками професійної готовності є: якість вивчення музичного матеріалу, оснащеність технікою, емоційність, волюва характеристика, інтелектуальність, досвід і частота попередніх виступів.

У психолого-педагогічній літературі виділяють п'ять фаз самопочуття відповідно до успішного виконання поставлених завдань під час сценічного виконання. Важливим є врахування стресогенних чинників на кожному з етапів та проведення відповідної роботи з корекції психічного стану та подолання психологічної напруги музиканта-виконавця.

**Довготривалий передконцертний стан.** Перша фаза не має чітких часових меж. Вона розпочинається тоді, коли отримується інформації про дату концерту. Хвилювання періодично виникає з різною силою залежно від попередньої підготовки виконавця до виступу і може зростати з часом його наближення, посилюватися в день сценічного виступу.

**Безпосередньо передконцертний стан.** Друга фаза проявляється у характері естрадного хвилювання (хвилювання-підйом, хвилювання-паніка, хвилювання-апатія). Хвилювання-підйом характеризується незначною ейфорією, виконавець бажає чим швидше вийти на сцену, уявно планує своє майбутнє виконання твору. Надмірне збудження спричиняється хвилюванням-панікою, виконавець метушливий зі своїми рухами та характеризується браком зосередженості уваги. Чим швидше закінчити свій виступ зумовлюється хвилюванням-апатією, тобто станом пригніченості. Відтворити зміст музичного твору у такому стані стає майже неможливо.

**Вихід з артистичної кімнати на естраду** є третьою фазою сценічного хвилювання. Вона короткочасна. Артисти, які грають вперше на великих концертах або ж досить тривалий час не грали на сцені особливо гостро переживають дану фазу.

**Початок сценічної діяльності.** Важливим для четвертої фази є внутрішньо підготувати себе до гри. Рекомендується розпочати виконання своєї програми заздалегідь запланованими й відпрацьованими прийомами. Виступ на сцені закінчиться успіхом, якщо музичний матеріал буде добре вивчений. Варто звернути увагу на перед концертні репетиції щоб закріпити основні одиниці гри та правила поведінки перед аудиторією.

**Післяконцертний стан.** Супроводжує музиканта-виконавця досить довго в часі, так як переживання, що були насичені емоційним виступом, не можуть закінчитися відразу після публічного виступу на сцені. Музиканти-виконавці відчують радісний підйом після гарного виступу і одночас надмірну втому. Інколи присутнє стійке невдоволення власним виконанням твору. У практиці музичного навчання період після концертного стану недостатньо враховується, але саме він відіграє велике значення на рефлексію музиканта-виконавця.

**Висновки та перспективи.** Підводячи підсумки даного теоретичного дослідження особливостей особистості музиканта-виконавця, а також специфічний вид діяльності музикантів, потрібно враховувати той факт, що особистість музиканта-виконавця відрізняється від представників інших професій. Чутливість до музичного твору, тривожний стан, невпевненість у собі та своїх можливостях, рівень романтизму, властивість емоційності та вміння самокритики є тим, що допомагає музикантам-виконавцям створити та виконати твори на сцені.

Більш вразливими та схильними до проблем з психологічним здоров'ям робить музикантів-виконавців невідповідність до сценічної роботи. І саме тому,

проблема психологічного супроводу музикантів-виконавців до творчої діяльності потребує розв'язання комплексно. Так як в психолого-педагогічній науці описані лише поодинокі праці, на тему формування «виконавської надійності», «сценічної витримки» а також бажаного виду «естрадного хвилювання». Варто вказати, що усі ці характеристики впливають на результативність діяльності музикантів-виконавців, але не можуть повністю забезпечити досягнення високого рівня інтерпретації музичних творів під час виступів на сцені.

### *Література*

1. Бараш Б.А. Психопрофілактическая помощь студентам вуза // Сб. научных трудов Ленинградского науч.-исслед. психоневролог. ин-та. - Л., 1983. - Т. 103. - С. 49-59.
2. Блинова О.А. Методика личностно-ориентированной коррекции профессионального развития средствами музыки: автореф. ... канд. психол. наук. - М., 2002. - 184 с.
3. Бочкарев Л.А. Психология музыкальной деятельности. - М.: Ин-т психологии РАН, 1997. - 352 с.
4. Готсдинер А.А. Музыкальная психология. - М.: МЭП «NB Магистр», 1993. - 193 с.
5. Овсянкіна Т.П. Музыкальная психология. - М.: Союз художников, 2007. - 240 с.
6. Coffman Don D. An exploration of personality traits in older adult amateur musicians. *Research and Issues in Music Education (RIEME)* [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [http://findarticles.com/p/articles/mi\\_6954/is\\_1\\_5/ai\\_n28518487/](http://findarticles.com/p/articles/mi_6954/is_1_5/ai_n28518487/)
7. Kemp A.E. *The Musical Temperament Psychology and Personality of Musician*. - Oxford: Oxford University Press, 1996. - 256 p.
8. Kemp A.E. *The personality structure of the musician. I. Identifying a profile of traits for the performer* // *Psychology of Music*. - 1981. - Vol. 9 (1). - P. 3-14.

### *References*

1. Barash B.A. *Psichoprofilakticheskaja pomoshh' studentam vuza* // *Sb. nauchnyh trudov Leningradskogo nauch.-issled. psihonevrolog. in-ta.* - L., 1983. - T. 103. - S. 49-59.
2. Blinova O.A. *Metodika lichnostno-orientirovannoj korrėkicii professional'nogo razvitija sredstvami muzyki: avtoref. ... kand. psihol. nauk.* - M., 2002. - 184 s.
3. Bochkarev L.A. *Psihologija muzykal'noj dejatel'nosti*. - M.: *Int psihologii RAN*, 1997. - 352 s.
4. Gotsdiner A.L. *Muzykal'naja psihologija*. - M.: *MIP «NB Magistr»*, 1993. - 193 s.
5. Ovsjankina G.P. *Muzykal'naja psihologija*. - M.: *Sojuz hudozhnikov*, 2007. - 240 s.
6. Coffman Don D. *An exploration of personality traits in older adult amateur musicians. Research and Issues in Music Education (RIEME)* [Elektronnyj resurs]. — Retrieved from: [http://findarticles.com/p/articles/mi\\_6954/is\\_1\\_5/ai\\_n28518487/](http://findarticles.com/p/articles/mi_6954/is_1_5/ai_n28518487/)
7. Kemp A.E. *The Musical Temperament Psychology and Personality of Musician*. - Oxford: Oxford University Press, 1996. - 256 p.
8. Kemp A.E. *The personality structure of the musician. I. Identifying a profile of traits for the performer* // *Psychology of Music*. - 1981. - Vol. 9 (1). - P. 3-14.

**Barchi B.V.,**

*Candidate of Psychological Sciences, senior lecturer of Psychology chair, Mukachevo State University, barchibeata@ukr.net*

**Bodnar H.I.,**

*folk instrument teacher Humanitary and pedagogical college of Mukachevo state university,*

*Ukraine, Mukachevo*

**PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE MUSICIAN DEVELOPMENT:  
ANALYSIS OF STRESSEGEN FACTORS**

*The specificity of musical and artistic activity is widely connected with many factors, the unity of which reveals the content of the interpretation of music. One of the most significant features of artist role actualization in the world of musical art is the isolation of the subject's performing art. The training of professional musicians in various educational institutions has long been due to the focus of all efforts not only on the formation of technical skills. The purpose of the study is to find out the stress factors in the process of becoming a musician, and determine their place among the psychological aspects of skill in the process of training specialists in special musical departments, which will improve the pedagogical process in the performance chairs, and, consequently, increase the level of Ukrainian performing culture.*

**Key words:** *musician, personality, anxiety, emotionality, sensuality, mental health.*





# МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: [www.msu.edu.ua](http://www.msu.edu.ua)

E-mail: [info@msu.edu.ua](mailto:info@msu.edu.ua), [pr@mail.msu.edu.ua](mailto:pr@mail.msu.edu.ua)

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>