



# **АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ : ТЕОРІЯ, ДОСВІТ, ПРАКТИКА**

## **МАТЕРІАЛИ**

Всеукраїнської науково-практичної конференції  
(28-29 квітня 2022 р., м. Одеса, Україна)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Державний заклад  
ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО (м. Одеса)  
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ДИФЕРЕНЦІАЛЬНОЇ  
ПСИХОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНОГО  
ФАКУЛЬТЕТУ

# **АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ : ТЕОРІЯ, ДОСВІТ, ПРАКТИКА**

## **МАТЕРІАЛИ**

Всеукраїнської науково-практичної конференції  
28-29 квітня 2022 року

Одеса

ФОП Белий А.Є.  
2022

УДК 159.9: 37.015.3

ББК 88.4

А 43

Друкується згідно рішення Вченої ради Соціально-гуманітарного факультету Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (Протокол № 6 від 17.02.2022 р.)

**Актуальні проблеми психології особистості :**  
А 43 **теорія, досвіт, практика :** Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (28-29 квітня 2022 р.). / відп. ред. О. П. Саннікова. Одеса :ФОП Бєлий А.Є., 2022. 168 с.

ISBN 978-617-7757-40-4

#### **Редакційна колегія**

- Саннікова О. П. – *доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та диференціальної психології; відповідальний редактор;*
- Василенко І. В. – *кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та диференціальної психології;*
- Меленчук Н. І. – *кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри загальної та диференціальної психології;*
- Санніков О. І. – *доктор психологічних наук, професор кафедри теорії та методики практичної психології.*
- Кривдик В. Г. – *здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти.*

Матеріали збірника містять результати теоретико - емпіричних досліджень, що здобуті в процесі науково-дослідної роботи студентів, аспірантів та науковців, які навчаються і працюють у закладах освіти України.

Для студентів, аспірантів, молодих науковців, психологів, педагогів та широкого кола зацікавлених осіб.

За зміст та помилки, що можуть зустрічатися в тексті статей, несуть відповідальність автори.

ISBN 978-617-7757-40-4

© Університет Ушинського, 2022

## **ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ, ЩО ПЕРЕЖИВАЮТЬСЯ ВИКОНАВЦЯМИ**

**Саннікова А. О.**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри співу,  
Одеська державна музична академія імені А.В. Нежданової*

*У даному повідомленні надані результати дослідження джерел виникнення психологічних переживань, що випробовують виконавці в сценічній діяльності.*

**Ключові слова:** *психологічні труднощі, сценічна діяльність, причини сценічних труднощів.*

Однієї з актуальних завдань, що стоїть перед вищою школою, є підготовка конкурентоспроможного фахівця в будь-якій галузі знань і творчості. Відомо, що різноманіття проявів особистості професіонала ґрунтується на загальні для всіх, базальних факторах успішності будь-якої професійної діяльності. К. М. Гуревич до них відносив, насамперед, 1) обсяг і рівень професійних знань, 2) силу й стійкість професійної мотивації, і, нарешті, 3) професійно важливі й індивідуально-психологічні характеристики особистості професіонала, його переживання, властивості, психічні стани тощо (Гуревич, 1970). Останньому факторові на етапі підготовки фахівця приділяється менше уваги. Однак саме індивідуально - психологічні властивості особистості вокаліста (навіть прекрасно підготовленого в теоретичному й технічному аспектах), проявляючись у найтонших відтінках його виконавської майстерності, здатні не порушуючи ідеї, не тільки передати задум автора, композитора, але й внести в образ неповторне, емоційне, творче розуміння добутку, його прочитання, трактування й інтерпретацію.

Д. Б. Богоявленська відзначає, що «...інтерпретація добутку тісно пов'язана із внутрішнім світом виконавця, його світоглядом, думками, почуттями, ...усяка інтерпретація розкриває, у першу чергу, індивідуальність інтерпретатора» (Богоявленская, 2002, с. 182,183].

*Наукова психологічна й музикознавча література, особисті замітки педагогів, композиторів, музикантів, вокалістів і інших творчих виконавців, свідчать про визнання*

*необхідності глибокого аналізу не тільки музичного добутку, техніки його виконання, але й вивчення духовного багатства особистості виконавця.*

*Аналіз літератури свідчить про існування величезного різноманіття проявів індивідуально-психологічних якостей особистості вокаліста та їх переживань. Сценічні переживання, труднощі в нашій роботі розглядається як чуттєво-емоційні переживання та інтелектуальні прояви, які сприяють виникненню суб'єктивно непереборних перешкод, бар'єрів, які проявляється в гальмуванні, опорі, блокуванні сценічної діяльності.*

*В психологічній літературі існує думка про те, що переживання психологічного бар'єру може бути короткочасним психічним станом, що має своє змістовне наповнення, який з часом може також перетворитися у *стійку властивість* особистості, що виявляється у невпевненості у своїх можливостях (Саннікова О., 2003). Ця думка є для нас важливою, тому що підтримує наше розуміння сценічного бар'єру і як стану, і як властивості особистості.*

*Отже, вважаємо, що сценічний бар'єр як актуальний психічний стан («гостре», ситуативне переживання) проявляється у внутрішній реакції особистості на зовнішні об'єктивні обставини, що пов'язані із сценічною діяльністю.*

*При проявах цього переживання (сценічного бар'єру) досить часто, і в емоціогенних, і в емоційно нейтральних ситуаціях, цей актуальний стан переживання труднощів як транзитна та нестійка емоція може перетворитися у «хронічну» форму – поза ситуативне (над ситуативне) переживання, тобто, у *властивість особистості*. На цьому етапі нашого дослідження ми не розглядаємо питання співвідношення впливу соціальних чинників (сценічний досвід) і біологічних, темпераментальних (природних) у виникненні *стійкої схильності до бар'єрів, труднощів публічних виступів* (Саннікова О., 2003).*

*Відомо, що переживання сценічних бар'єрів супроводжується проявами певного спектру властивостей особистості, серед яких визначені такі, як депресивність, роздратованість, невірніоваженість, сором'язливість, емоційна лабільність, тощо, що актуально для творчих професій. В наших попередніх дослідженнях було встановлено, що особи, які схильні до переживань*

бар'єрів публічних виступів, виявляють труднощі в соціальних контактах, нерішучість і невпевненість в собі (Саннікова А., 2011). Такі особи уникають ризикованих ситуацій, несподівані події зустрічають із занепокоєнням, від будь-яких змін чекають тільки прикростей. У спілкуванні вони сором'язливі, сковані, прагнуть не виділятися і ні в що не втручати. Великих компаній уникають, віддають перевагу вузькому колу старих, перевірених друзів. Такі особи тривожні, збудливі у поєднанні із швидким виснаженням і стомлюваністю. Провідною особливістю є зниження порогів збудливості, підвищена чутливість. Крім того, представники цієї групи характеризуються нестійкістю емоційного стану, що проявляється в частих коливаннях настрою, недостатньої саморегуляції, занурені у фантазії, що у принципі, характерно для нашої вибірки. Такі люди мають тонку духовну організацію, артистичність, художнє сприйняття оточення. У той же час, представники даної групи мають погану саморегуляцію психічних станів, нестійкий емоційний стан, частенько не здатні до роботи, що вимагає відомої напруги, більш високого рівня контролю за діями, вольових зусиль, концентрації, зібраності. Ситуації із високою мірою невизначеності переносять погано, легко впадають у відчай. Гостро переживаючи свій неуспіх, можуть разом із реакціями самозвинувачення демонструвати ворожість по відношенню до навколишніх осіб (Романова, 2011).

Слід зазначити, що сценічна діяльність представників творчих професій (музикантів, акторів, співаків і т.п.) – це результат і сенс їх професії. На сцені виявляється і рівень професійної підготовки, і професійні здібності, і емоційна стійкість, і уміння володіти ситуацією і собою, і т.п. Специфіка професійної діяльності виконавців вимагає від них регулярного знаходження на сцені, що пов'язано з певною психічною напругою. Особливість психічних станів, що переживаються акторами, співаками, тощо, поза сумнівом, обумовлено багатьма чинниками, серед яких, і напружений спосіб життя, і постійна, вимотуюча праця, і конкуренція, властива професіям, пов'язаним з публічними виступами і т.п. Важлива відмітити, що специфіка сценічної діяльності полягає в тому, що саме сцена є тим простором, який акумулює чинники успішності професійної діяльності: здібності, знання, навички, уміння; силу і стійкість професійної мотивації і в той же час надає можливість проявити індивідуально-психологічні особливості суб'єкта виконавської діяльності.

Так, В. І. Петрушин вважає, що сценічна діяльність виконавців тісно пов'язана з ситуацією оцінки з боку інших людей, які можуть підвищити або знизити їх самооцінку. Це, на думку автора, викликає

зростання психічної напруженості, яка спочатку підвищує, а потім поступово знижує стійкість і продуктивність таких психічних процесів, як увага, пам'ять, сприйняття, мислення, рухових реакцій (Петрушин, 2006). Гленн Вільсон також приводить одне з істотних джерел стресу, що має чисто фізичну і фізіологічну природу. Автор вважає, що методом підвищеної уваги і джерел ризику у інструменталістів є їх руки, пальці, плечі; у співаків – зв'язки; у танцюристів - підтримка хорошої форми, обмеження ваги (Вільсон, 2001).

Все сказане лише частина чинників, що викликають напруженість емоційно-вольової сфери особистості виконавця, які обумовлюють високу вірогідність зривів, стресів, криз і таке інше, що, у свою чергу, може приводити не тільки до порушень психофізіологічних процесів організму, але і до порушень професійної діяльності. Саме тому, для успішної сценічної діяльності виконавців необхідне своєчасне виявлення джерел, першопричин психологічних труднощів, що виникають на сцені. У проведеному нами раніше дослідженні встановлено, що однією з психологічних труднощів, напруг на сцені є подолання страхів, пов'язаних з виступами. Були виявлені такі причини страхів, як: недолік знань, умінь і навичок; визначені, негативні для даної діяльності, риси вдачі; професійна непридатність; несприятливі фізіологічні і психологічні стани – емоційні, інтелектуальні, вольові; особливість емоційних і когнітивних процесів; певні індивідуально-типові особливості темпераменту (Санникова А., 2009).

Традиційно в психології умовно виділяють зовнішні і внутрішні джерела психологічних труднощів. До зовнішніх джерел можна віднести саму ситуацію виступу на сцені: репетиція, концерт, спектакль, іспит, конкурс і т.д. Об'єктивно екстремальність ситуації залежить від ступеню її складності (іспит, конкурс). Даної точки зору дотримуються такі дослідники як Глен Вільсон (2001), В. І. Петрушин (2006), Е.С. Романова (2011) і ін. Існує ряд авторів, які проводять аналогію між сценічною діяльністю виконавців, їх станом перед виходом на сцену і на самій сцені і станом спортсменів перед змаганнями і на змаганнях (Алексеев, 1985).

Суб'єктивно екстремальність ситуації залежить від ступеню її значущості для виконавця, від ступеню його відповідальності за результат виступу, що визначає рівень її стресогеності.

Для емпіричного дослідження джерел виникнення психологічних труднощів в сценічній діяльності виконавців проводилося анкетування, яке було спрямоване на отримання інформації про специфіку професій, пов'язаних з сценічною діяльністю, про їх складнощі та труднощі, з якими виконавці

стикаються в своїй професійній діяльності. У вибірку досліджуваних увійшли викладачі і концертмейстери кафедри сольного співу Одеської державної Музичної академії імені А. У. Нежданової, яких ми залучали в якості експертів (Кулагін, 1984). За допомогою анкети було опитано 15 викладачів консерваторії та виконавців, що мають досвід сценічної діяльності і які продовжують дану діяльність і понині. Досліджувані відповідали на питання з погляду їх професії в цілому, тобто і як викладачі, і як музиканти, співаки, і як концертні виконавці, враховуючи всю багатогранність своєї роботи.

Серед основних причин бар'єрів, труднощів, які випробовують представники цих творчих професій, виділені наступні:

1. *Необхідність завжди під час виступу на сцені бути в стані емоційної готовності* до творчої діяльності; здатність витримати конкуренцію, уміння мобілізувати свої внутрішні резерви; зібратися, під час виступів, незалежно від чинників, що діють на емоційний стан виконавця (депресія, поганий настрій, хвороба, хвороба когось з близьких людей, погане самопочуття). Випробовувані приводили випадки, коли в сім'ях оперних співаків, акторів в день спектаклю траплялася яка-небудь біда, вони одержували погані вісті, переживали психологічну травму. Але все одно, їм доводилося виходити на сцену і грати або співати свою роль, яка була наповнена зовсім іншим емоційним змістом.

2. Однією з психологічних труднощів виконавської діяльності експерти називають *страх припустити помилку* під час виступу. Якщо на репетиціях у концертного виконавця є можливість «переспівати» або «переграти», тобто виправити технічний аспект музичного твору у разі допущеної помилки, то під час концерту виконавцю дається тільки один шанс «винести» матеріал, що був підготовлений, в кращому вигляді.

3. Крім того, як вважають експерти, всі творчі люди схильні до зміни настроїв, сумнівів, до емоційних поривів і таке інше. Проте, щоб бути дійсно хорошим актором, або музикантом, як вважають експерти-викладачі, необхідно володіти *«емоційною чутливістю»*. На сцені, з одного боку, треба бути вільним від «особистих» емоцій, емоційно стійким,



зберігати здатність контролювати себе, володіти собою, володіти розвиненою силою волі і в той же час уміти переживати емоції, які пов'язані із сценічною роллю виконавця (актора, оперного співака), або із музичним твором.

4. *Необхідність враховувати особливості і функціональний стан свого організму*, наприклад, голосового апарату. Окрім професійних знань і умінь потрібно володіти «чуттям», інтуїцією, уявою і здатністю запам'ятовувати відчуття (м'язова пам'ять). У кожного вокаліста існують свої індивідуальні анатомо-фізіологічні особливості голосового апарату (зв'язки, будова щелепи, верхнього неба, язика, шії, тощо), тому процес навчання вокалу педагогом і процес співу у вокалістів ведуться «на слух», на «дотик», все залежить від особистого смаку, таланту і інтелекту викладача і студента-співака. Щось подібне існує і у музикантів-виконавців, танцюристів, акторів.

5. *До джерел труднощів* сценічної діяльності досліджувані-експерти відносять також *істотні обмеження* у всіх сферах життєдіяльності особистості виконавця, які пов'язані з вимогами професії: жорстка дисципліна, підтримка хорошої форми і міцного здоров'я, режим, здоровий і тривалий сон, здорова нервова система, тощо. Крім того, професії подібного типу вимагають, з одного боку, нелімітованого і нестабільного графіка робочого дня, з іншою – постійної напруги творчого потенціалу особистості. Інакше хронічна втома, зникнення мотивації, емоційне вигорання можуть привести до зниження ефективності професійної діяльності і навіть до професійної непридатності.

6. У якості джерела труднощів експерти називають також *особистісні особливості самих виконавців*, зокрема, такі загальні блоки психологічних властивостей, як: спеціальні музичні і вокальні завдатки і здібності (відповідно природні компоненти і придбана техніка, навички і уміння); загальну культуру, компетентність і професійні знання; інтелектуальні якості музикантів, вокалістів (творчий аналіз і синтез теорії і практики, критична переробка інформації, що поступає, і таке інше); вольові якості, які необхідні при подоланні перешкод і ухваленні рішення в ситуації невизначеності і професійного ризику; артистичні якості (зовнішні дані, артистизм, оригінальність, виразність, індивідуальність...); емоційні

властивості особистості, емпатію, інтуїцію і т. п.; схильність до взаємодії (уміння працювати з людьми, чути партнерів, педагогів); здібність до критичного самоаналізу.

7. Особлива увага приділяється таким якостям, як рефлексивність і імпульсивність. «*Рефлексивних осіб*», на думку експертів, відрізняє високий самоконтроль поведінки, постійне обдумування своєї поточної діяльності, систематичний аналіз того, що відбувається, високий ступінь розгорнутості процесів ухвалення рішення. Вони відрізняються схильністю до самоаналізу в конкретних життєвих і професійних ситуаціях, ретельністю планування деталей своєї поведінки на сцені, орієнтацією на майбутнє. В той же час, особи, не схильні до рефлексивності, тобто «*імпульсивні*», як правило, довго не замислюються над вибором своїх бажань, можливостей, дій; вони рідко прогнозують труднощі, які можуть виникати при досягненні мети; не продумують деталі діяльності, орієнтуючись на кінцеву мету; не схильні до аналізу своїх дій, мотивів, вчинків; рішення ухвалюють швидко, деколи не замислюючись; вважають за краще діяти, а не роздумувати над причинами своїх невдач; у безлічі ситуацій діють імпульсивно, керуючись першою думкою; ухвалюють необдумані рішення, часто не можуть передбачити, якої поведінки чекають від них люди, що їх оточують; рідко замислюються над тим, які думки і відчуття викликають у інших людей їх вчинки і дії.

8. На думку більшості експертів-викладачів, специфіка їх професії виявляється в деякій «*розпливчатості*» цілей їх діяльності: у подібних творчих спеціальностях не існує «конкретики», оцінки є вельми приблизними і суб'єктивними. У музичній, артистичній діяльності все є «справою смаку», все «заломлюється» через суб'єктивне бачення, суб'єктивне уявлення і внутрішнє «слухання» голосу кожного співака, артиста, музиканта. Немає однозначного розуміння, що є вірним, а що ні. Це може породжувати невпевненість в своїй правоті із-за специфічної розпливчатості критеріїв успішності (неточності, невизначеності) професійної діяльності, виникнення постійних сумнівів в тому, що робиш і як робиш.

9. Крім того, відчуття високої відповідальності, страх нашкочити, регулярна боротьба з емоціями, постійне подолання себе, особливо коли довго щось не виходить;

уміння знайти підхід до кожної окремої творчої особистості, до кожної унікальної індивідуальності, де накопичений досвід може лише перешкодити розкриттю таланту, і інші подібні факти також «живлять» джерела психологічних труднощів виконавців.

10. *Джерелом труднощів* експерти називають і «людський чинник»: заздрість, інтриги, відсутність, деколи, чесності, принциповості у деяких представників сценічних професій і «вічні складнощі закулісного світу», властиві театру. Крім того, звичайно ж, указується і на низьку зарплату, і на постійну загрозу втрати роботи, і на високу конкуренцію.

Що стосується *недоліків, які хотілося б ліквідувати*, та більшість обстежених, перш за все, говорять про зниження рівня значущості музики і театру для сучасного глядача. За їх словами, в даний час публіка дуже змінилася. Суспільство не так цінує класичну музику, як раніше, причому з кожним роком байдужість до цього жанру наростає. Молода аудиторія, що виросла на популярних і нових напрямках музики, абсолютно не підготовлена сприймати класику, у людей інші очікування і розуміння мистецтва. Крім того, багато молодих людей приходять в творчу професію, орієнтуючись лише на блискучий результат, який видно саме на сцені, не маючи уявлень про дійсну, моральну, фізичну, енергетичну, психологічну ціну успіху, що відображається на рівні професіоналізму деяких молодих виконавців.

В цілому можна сказати, що аналіз відповідей, заснованих на багатушому досвіді (сплав теорії і практики), залучених до дослідження експертів–викладачів і виконавців, дозволив одержати дані, які можна використовувати не тільки в наукових цілях, але і в практиці психологічної допомоги виконавцям, що переживають психологічні бар'єри, труднощі в сценічній діяльності.

Таким чином, психологічні труднощі в сценічній діяльності можна розглядати: *по-перше*, як психологічний феномен, який виявляється і проявляється тільки в сценічній діяльності виконавця; *по-друге*, як об'єктивне явище, яке демонструє розбіжність цілей і результатів (невідповідність вибраної моделі власної поведінки реальної самопрезентації; невідповідність бажаних контактів з глядачами фактичною взаємодією з ними; невідповідність рівня власної до сценічної

підготовки реальному процесу виконавської діяльності); *потрете*, як суб'єктивне явище, яке виявляється в переживаннях різного роду, в основі яких незадоволені потреби, емоційний, мотиваційний і когнітивний дисонанси (інконгруентність).

### Література

1. Алексеев А.В. *Себя преодолеть!* – 3-е изд., перераб., доп. М. : Физкультура и спорт, 1985. 192 с.
2. Богоявленская Д.Б. *Психология творческих способностей*. М. : Academia, 2002. 317 с.
3. Гленн Вильсон. *Психология артистической деятельности. Таланты и поклонники; [Пер. с англ. А.И.Блейз]*. М.: Когито-центр, 2001. 384 с.
4. Гуревич К. М. *Профессиональная пригодность и основные свойства нервной системы*. М. : Наука, 1970. 211 с.
5. Кулагин Б.В. *Основы профессиональной психодиагностики*. Л. : Медицина, 1984. 216 с.
6. Петрушин В. И. *Музыкальная психология: учебное пособие для студентов и преподавателей*. М. : Академический проект, 2006. 400 с. (*Gaudeamus*).
7. Романова Е. С. *147 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы*. 3-е изд., перераб и доп. М. : Аспект-Пресс, 2011. 416 с.
8. Санникова А.А. *Характеристика страхов, сопровождающих публичное выступление*. *Наука і освіта. Спецвипуск «Теоретико-методологічні засади дослідження особистості»*. 2009. № 6. С. 91-95.
9. Санникова О. П. *Феноменология личности : Избранные психологические труды*. Одесса: СМІЛ, 2003. 256 с.
10. Саннікова А.О. *Психологическая характеристика личности, склонной к переживанию сценического барьера*. *Наука і освіта. Тематичний спецвипуск: «Когнітивні процеси та творчість»*. 2011. № 9/СV. С. 276-280.

### PSYCHOLOGICAL DIFFICULTIES IN STAGING ACTIVITY OF PERFORMERS

Sannykova A.

The results of research of sources of origin of the psychological difficulties experienced by performers in connection with their staging activity are expounded in this report.

**Keywords:** psychological difficulties, staging activity, reasons of staging difficulties.