

Подолання сценічно-психологічного бар'єру в магістрантів у процесі їхньої вокальної підготовки

Кьон Наталя Георгіївна¹

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Одеса, Україна

E-mail: natkoehn@hotmail.com

ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-7978-8720>

Цуй Шилін²

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Одеса, Україна

E-mail: natkoehn@hotmail.com

У статті розглядаються питання підготовки майбутніх викладачів вокалу до виконавської діяльності. В центрі уваги – проблема психологічної готовності до прилюдного виконавства, яке суб'єктивно сприймається як стресова ситуація, що потребує психологічного, емоційного напруження, максимальної концентрації уваги й волевих зусиль. Зазначено особливо значущу роль психологічного стану для співака, зумовлену його відбиттям на фонаційно-співочих проявах, ступені емоційної яскравості, художній досконалості у створенні музичних образів.

Проаналізовано чинники незадовільного психологічного стану виконавців, яке визначається як сценічно-психологічний бар'єр; схарактеризовано особливості продуктивно-творчого й надмірного непродуктивного хвилювання, а також чинники їх прояву. Розглянуто три групи детермінант особистісно-психологічного стану майбутнього фахівця: функціональну; мотиваційно-характерологічну; операціональну.

Приділено увагу різновидам виконавської діяльності майбутнього викладача вокалу, які охоплюють виступи у звітно-академічних, конкурсних, концертно-просвітницьких, педагогічно-ілюстративних, студентсько-дозвіллевих формах, участь у яких суттєво відрізняється відповідальністю за якість здійсненого виступу та за його можливими наслідками.

Визначено значущість відповідності обраного для виступу репертуару актуальним можливостям співака, роль аутотренінгів, створення ситуацій успішності, ділових ігор та вокально-імпровізаційних діалогів для вдосконалення у студентів виконавсько-психологічного стану.

Ключові слова вокальне виконавство; майбутній викладач вокалу; сценічно-психологічний бар'єр, підготовка, магістранти, сценічна виконавська діяльність.

Вступ. Виконавська майстерність майбутнього викладача вокалу відіграє суттєву роль у його фаховій діяльності, адже прийом наслідування є чи не найголовнішим у методичному арсеналі вокальної педагогіки. Отже, від якості співу наставника значною мірою залежить і те, наскільки ефективним буде процес формування співацьких навичок у його студентів, майбутніх учителів музики. Натомість значна частка науковців і практиків визначає, що оволодіння фахівця навичками вокальної фонації та старанне розучування й підготовка співаком твору до виконання далеко не завжди гарантують успішність його прилюдного виконавства.

За свідченням викладачів, значна частка студентів у ситуації сценічного виступу співає значно гірше, чим на репетиціях. Причини цього вбачаються в тому, що спів перед слухачами посилює відповідальність вокаліста за якість своїх дій, особливо, якщо йдеться про їх оцінювання на іспиті або на конкурсі, тобто про спів, ступінь успішності якого буде мати певні наслідки. Ці міркування нерідко призводять до надмірного хвилювання співака – як у період, що передує виконавському процесу, так і безпосередньо під час виступу, що негативно відбивається на його якості.

Зазначимо, що більшість викладачів упевнені в тому, що вплинути на психологічний стан співака майже неможливо, а педагогічний арсенал позитивних впливів обмежується включенням

¹ кандидат педагогічних наук, приват-професор Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»

² аспірантка Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»

студента в більш активну виконавську діяльність. Отже, йдеться про доволі пасивну позицію, побудовану на сподіваннях на те, що звичка до сцени та прилюдних виступів буде сприяти поліпшенню ситуації.

Натомість психологи зазначають, що часті виступи за умов відсутності позитивних зрушень і задоволення від якості своєї діяльності, викликають загрозу зникнення інтересу до діяльності, професійного «вигорання», навіть депресії або хворобливого стану. Отже, активізація виконавської діяльності співака, яка не приводить до відчутних позитивних результатів, може відіграти скоріше негативний, ніж позитивний вплив на психологічний стан співака та його сценічно-виконавську діяльність.

Отже, виникає запитання, чи існують можливості підготовки співака до сценічного виконавства таким чином, щоб він позбувся надмірного хвилювання й досяг оптимального рівня виконавсько-психологічної надійності. Недостатнє висвітлення цієї проблеми в науково-методичних публікаціях свідчить про необхідність та актуальність досліджень у цьому напрямі.

Мета та завдання дослідження. Мета статті – аналіз типових причин психологічної неготовності магістрантів до вокально-виконавської діяльності та обґрунтування методів подолання виконавсько-психологічних бар'єрів у процесі їхньої підготовки до майбутньої фахової діяльності.

Результати дослідження. Огляд літературних джерел та виклад основного матеріалу. Питання психологічної підготовки майбутніх музикантів до виконавської діяльності розглядалось такими психологами, як: Л. Бочкарьов, О. Саннікова, О. Санніков, А. Федорова, Д. Юник, які пов'язують успішність її здійснення за рахунок підвищення психологічної надійності, завадостійкості та виконавської надійності співака, вдосконалення його здатності до емоційно-вольової саморегуляції.

Ця проблематика також є предметом обговорень і дискусій видатних музикантів і педагогів, серед яких – Л. Баренбойм, Г. Коган, Г. Нейгауз, С. Рахманінов, С. Савшинський, К. Мартінсон та ін. У їхніх працях містяться цінні поради з психологічної підготовки виконавця до концертного виступу, але, на жаль, ці рекомендації не систематизовано і не дають достатньо повного уявлення про методи подолання типових для співаків-початківців проблем психологічного характеру.

У розгляді зазначеного питання звернімося до досліджень психологів, які аналізують першоджерела психологічних станів особистості, зокрема – причини прояву підвищеної тривожності та характер їх впливу на якість діяльності особистості.

А. Федорова характеризує стан підвищеної тривожності як результат реакції організму на загрозову ситуацію та активізацію захисних механізмів особистості. Природу цього механізму дослідниця вбачає в тому, що на психофізіологічному рівні для свідомості індивіда суб'єктивно немає різниці між фізичною і психологічною небезпекою. Отже, якщо виконавець з тих чи тих причин оцінює сценічний виступ як загрозовий для себе, як ситуацію, в якій він переходить із зони комфорту до зони підвищеної невизначеності й відповідальності, в нього виникає «захисна реакція» у вигляді тривожності, яка, у свою чергу, виключає можливість заподіяння додаткових механізмів психологічного перенапруження – активізації уваги, мобілізації внутрішньої енергії, тобто – дій, шкідливих «з погляду організму» (Федорова, 1984).

Однією з таких ситуацій для більшості співаків і стає прилюдний виступ, особливо – якщо він здійснюється в умовах прискіпливого оцінювання (іспит, конкурс) або в присутності людини, думка якої для виконавця має високу суб'єктивну цінність.

Аналізуючи досвід спортсменів під час змагань, А. Алексєєв акцентує на тому, що суттєву роль у виникненні негативних переживань у період, що їм передує, та безпосередньо у процесі дій відіграють раніше пережиті невдачі, в результаті чого в суб'єкта діяльності виникає передчуття їх повторення в очікуваному змаганні (Алексєєв, 1969). Аналогічним є становище і в галузі музичного виконавства.

Усталена форма таких переживань та їх закріплення в підсвідомості співака визначаються О. Санніковою як синдром «сценічного бар'єру», під яким розуміється негативно забарвлені інтелектуальні, соматичні емоційні та поведінкові прояви, що виражаються в гальмуванні, опорі, обмеженні і, в результаті, у виникненні таких суб'єктивно непереборних перешкод, що блокують сценічну діяльність, заважають досягненню успіху і долаються тільки в процесі певної психологічної роботи» (Саннікова, 2014: 22).

Враховуючи те, що майбутній викладач фахово-виконавських дисциплін має демонструвати свою майстерність не тільки в умовах сценічного виступу, а й у повсякденній роботі із своїми вихованцями, сформованість у нього незадовільного психологічного стану, пов'язаного з виконавством, визначає як сценічно-психологічний бар'єр виконавця. Ознаками його прояву стають усталене негативно-тривожне передчуття фахівця перед кожним виступом, прояв непродуктивного

хвилювання в ситуаціях, які потребують демонстрації оптимального рівня власної виконавської майстерності у різних формах вокально-виконавської діяльності, зокрема – на заняттях з педагогічної практики, де викладач має надавати своїм вихованцям приклади звучання тих чи тих фрагментів твору тощо.

Додамо, що особливо помітно впливає характер психологічного стану музиканта на виконавську діяльність саме вокалістів, адже тривожність і знервованість особистості відбиваються насамперед на диханні та стані м'язово-співочого апарату і тим самим спричиняє руйнівний вплив на вже напрацьовані вокально-виконавські навички (особливо – якщо вони ще недостатньо міцні), а з цим – і на емоційність, виразність, змістовність виконання.

Отже, у процесі підготовки майбутніх викладачів вокалу необхідно враховувати типові та індивідуалізовані чинники прояву негативних станів у співаків та застосовувати спеціальні методи упередження в них підвищеної тривожності, формування виконавсько-психологічного бар'єру і тим самим сприяти їхній психологічній підготовці як до власної співочої діяльності, так і до застосування засобів їх уникнення в роботі із своїми майбутніми вихованцями.

У розгляді чинників, які зумовлюють виникнення виконавсько-психологічного бар'єру та пошуку способів їх подолання, виходимо з концепції Б. Ананьєва, який виділив три групи детермінант особистісно-психологічних станів майбутнього фахівця:

- функціональні, зумовлені особливостями темпераменту, нервової системи особистості;
- мотиваційно-характерологічні, пов'язані з ціннісними орієнтирами, мотивами діяльності, рівнем домагань особистості, її індивідуальними властивостями та поведінковими рисами;
- операціональні, які проявляються у здатності засвоювати та самостійно застосовувати засвоєні знання, навички, накопичений досвід.

Аналізу чинників першого роду присвячені дослідження М. Блинової, Л. Бочкарьова, В. Міщанчук, Д. Юника. О. Саннікова та інших дослідників. Більшість фахівців уважають, що «... емоційгенні чинники-стреси завжди переломлюються через призму особистісних властивостей – екстремальна ситуація, що стає особливою для одних, та досить звичайною для інших. З цього приводу Г. Прокоф'єв писав, що «...формувати виконавця означає формувати вміння і особистісні якості, необхідні для людини, діяльність якої передбачає неодноразові виступи на естраді» (Прокоф'єв, 1956: 244).

Втім, за даними А. Федорової, надзвичайно цікавого висновку дійшли психологи стосовно того, що загальна тривожність особистості і сценічна тривожність далеко не завжди корелюють. Отже, причини виникнення у студентів сценічного бар'єру потрібно шукати передусім не у їхньому типі нервової системи, темпераменті та загальному психологічному стані, а в особливостях ставлення співака до виконавського процесу, його вмінні володіти своїми думками і емоціями під час виконавства, здійснювати емоційно-вольову саморегуляцію, та в якості його мистецько-художньої, загально-музичної та вокально-фонаційної навченості (Федорова, 1984).

Важливою умовою упередження прояву вокально-виконавського психологічного бар'єру науковці вважають досягнення гармонії інтуїції і розуму, почуттів і самоконтролю, здатність до концентрації та розподілу уваги між співочими діями, емоційним перевтіленням та спостереженням за своїми діями, здатність яку психологи пов'язують з високим станом розвитку інтелекту та емоційно-регулятивних здатностей особистості. Не менш важливо для виконавця утримувати в уяві прикінцеву мету – відтворення замислу автора у власній інтерпретації та здійснення художнього впливу на слухачів.

Так, Федір Шаляпін писав: «Я ні на хвилину не розстаюсь із своєю свідомістю на сцені. Ні на секунду не гублю здатність і звичку контролювати гармонію дій. Чи правильно стоїть нога? Чи в гармонії положення тіла з тим переживанням, яке я маю відобразити? Я бачу кожен крок, я чую кожен шепіт навколо себе...» (Шаляпін, 1959: 121).

Усе зазначене свідчить про необхідність синтезу інтуїції як основи безпосередності, творчої імпровізаційної активності зі свідомо-контрольованим ставленням вокаліста до виконавського процесу, що додає співаку цілеспрямованості у виконавській інтерпретації, впевненості й віри у свої можливості, здатності відчувати задоволення від опосередковано-творчого спілкування з авторами твору та сугестивно-виконавської комунікації зі слухачами.

Зрозуміло, що одним із важливих способів запобігання стану виконавсько-психологічного бар'єру в студентів є організація тренінгів з вдосконалення в них необхідних співаку емоційно-вольових та виконавських властивостей, зокрема – здатності до концентрації й розподілу слухової, сценічно-ситуативної уваги, оволодіння способами емоційного вживання, технологіями релаксації, самонавіювання, самопідтримки, які поєднуються з процесом фонації та вправами на дихання і

забезпечують вдосконалення навичок виразно-варіативного, художнього інтонування, включення у вокально-діалогові імпровізації (Мищанчук, 2015).

У визначенні головних чинників мотиваційно-характерологічного типу, що впливають на виконавський процес, маємо враховувати, що суб'єктно-мотиваційне обґрунтування всякого роду діяльності є різноманітним і неоднорідним. У класифікації мотивів, які впливають на процес вокально-педагогічної освіти майбутніх фахівців звернімося до їх розмежування, пропонованого М. Ярошевським, який класифікує мотиви за ознаками зовнішнього та внутрішнього типу по відношенню до змісту діяльності. До перших належать, наприклад, вимоги начального плану, мотиви професійного вдосконалення, пов'язані з бажанням отримати високу посаду, підвищити свій престиж, сподобатися комусь тощо. До внутрішніх мотивів відносять такі, які збігаються повністю або суттєвою часткою зі змістом та метою самої діяльності (Ярошевский, 1985). У цьому випадку це передусім захоплення музичним мистецтвом, потяг до інтерпретації творів та втілення їх художньо-образного змісту у власній вокальній діяльності, потреба у самовираженні через спів, у виконанні-спілкуванні зі слухачами, досягненні впливу на їхнє сприйняття й переживання у своєму виступі.

Спрямованість мотиваційної сфери виконавців відіграє вирішальну роль і на «передстартовому стані» співаків, на характері їхнього хвилювання. Перш за все, зауважимо, що в діяльності виконавця будь якого жанру, будь то актор, танцюрист чи музикант, хвилювання, пов'язане зі виступом, є майже неминучим, але його роль і характер можуть мати різні вектори впливу на виконавський процес. Так, в одних випадках хвилювання приводить до того, що співак не володіє собою, в нього з'являються знервованість, тремор, розгубленість, які суттєво заважають йому діяти в суб'єктивно-оптимальному режимі. В іншому випадку «передстартове» хвилювання спрацьовує як позитивний сигнал до включення додаткових механізмів, що сприяють концентрації уваги, зібраності й зосередженості на поточних завданнях, додають ясності мислення й уявлення, цілеспрямованості у плануванні, прогнозуванні та виконанні своїх дій.

Отже, схвилюваність такого типу зумовлює досягнення виконавцем натхнення, а його виступу додає піднесеності, внутрішньої енергійності, сугестивності, які дозволяють йому здійснювати на сприйняття слухачів емоційно-психологічний, художній вплив. Тому не випадково такий різновид хвилювання К. Станіславський називав «хвилюванням в образі», на відміну від хвилювання поза образом, наприклад – за результатами свого виступу, за свій імідж, популярність тощо (Станіславский, 2008).

Науковці та музиканти-практики визначають, що домінування під час виступу на сцені стану натхнення подавляє у виконавців ті види збудження, які можуть викликати надмірне, непродуктивне естрадне хвилювання. Психологічними засадами цього явища стає те, що в силу властивості домінантного стану поєднувати, «підсумовувати» роздрібні подразники, у виконавця підвищуються інтенсивність і сконцентрованість уваги, більш яскравими стають прояви емоцій і це позитивно впливає на якість виконавського процесу. З цього погляду надзвичайно важливо навчити майбутнього співака концентрувати увагу не на своєму переживанні й бажанні отримати «зовнішню винагороду», а на глибокому й усвідомленому ставленні до процесу втілення художньо-образного змісту твору, формувати в нього здатність контролювати перебіг «музичних подій», динаміку розвитку створюваного художнього образу і тим самим досягати бажаної виразності й логічності його будови та яскравого емоційного впливу на слухачів.

Саме мотиви такого роду, як зазначив Л. Бочкар'єв, сприяють більш глибокому проникненню в авторський замисел творів, наполегливій роботі над ними, своєю майстерністю, стимулюють досягнення оптимального творчого естрадного самопочуття (Бочкарёв, 1997: 221).

У розгляді операціональних чинників, які сприяють психологічній надійності виконавця, виділимо, по-перше, здатність грамотно підходити до усвідомлення структури твору, яка базується на навичках його аналізу й запам'ятовування: адже тільки за цих умов у співака формується його міцне слухове уявлення та здатність до осмисленого виконання (Мищанчук, 2015).

Слід зважити на те, що виконавська діяльність студентів відбувається в різних умовах і ситуаціях, викарбовуючись у процесі отримання ними освіти і завдяки виступам у процесі звітних академічних заліків, просвітницьких та розважальних концертах, конкурсах, на заняттях зі своїми вихованцями з педагогічної практики. За різних обставин змінюється і ступінь психологічної напруги виконавця. У зв'язку з цим є сенс залучати студентів, у яких є проблеми зі станом психологічної готовності, до участі в студентській самодіяльності, виконавства на заняттях з музичного виховання та семінарах з історії музики з метою ілюстрації своєї доповіді, до виступів у концертах просвітницького характеру тощо.

Отже, підготовка майбутніх викладачів до прилюдної виконавської діяльності становить важливий компонент формування майбутнього музиканта-виконавця. Успішність його виступу на

сцені буде безпосередньо залежати від якості і надійності вивчених творів, їх відповідності актуальним можливостям виконавця, від усвідомлення ним сутності музично-виконавської діяльності як духовного спілкування із творцями музичних феноменів.

З метою забезпечення поступового й цілеспрямованого впливу на процес підготовки виконавця до прилюдного виконання певного репертуару, визначимо етапи роботи над ним та визначимо головні завдання, що виникають на кожному із них. На думку Л. Бочкарьова, першим настановним імпульсом стає визначення терміну запланованого виступу, який формує настанову музиканта на підготовку до нього (Бочкарёв, 1997: 220). Наступний момент – формування продуктивних мотивів і усвідомлення студентом необхідних кроків, які мають забезпечити успіх. Їх складником має стати визначення сильних сторін музичної і вокальної навченості та недоліків, яких необхідно позбавитися, щоб досягти впевненості й надійності у виконанні того чи того твору.

До чинників, які викликають занепокоєння вокаліста, його підвищену тривожність, відносять завищену складність репертуару, що вноситься на сцену, та, поряд з цим, – усвідомлення самим співаком того, що виконання останнього ще недосить забезпечене навичками, яких потребує впевнене, бездоганне й натхненне виконання.

Додамо, що цей недолік негативно впливає і на якість заподіяння тих виконавських навичок, які начебто й сформовані, але недостатньо автоматизовані, тому за умов стресової ситуації співак губить їх та повертається до старих недоліків, властивих у минулому. Цей феномен науковці визначають як «роз-автоматизацію», як порушення рефлексійно-координаційних зв'язків (Бернштейн, 1990).

Вирішальним у доборі репертуару, який вноситься на прилюдне виконавство, на погляд, має стати впевненість у сформованості технічно-складних виконавських навичок, потрібних для виконання того чи того твору. Зазначимо, що їх формування бажано здійснювати не на матеріалі твору, а у спеціально створених вправах, відповідним чином дібраних вокалізах. У такий спосіб має формуватися базова основа певних виконавських навичок, наприклад – утримання високої вокальної позиції у стрибках мелодії вниз на широкий інтервал, здатність до їх варіативного виконання – у різній теситурі, динаміці, різних темпах, що забезпечить надалі впевнене виконання аналогічних елементів у художньому творі та скоротить час на його технічну підготовку і дозволить концентруватися на завдання художньо-виконавського порядку.

Наступну підготовчу фазу пов'язуємо із процесом освоєння тексту твору, в якому важливо забезпечити єдність аналітично-інтелектуального, слухового, фонаційно-технологічного та інтерпретаційно-творчого компонентів його озвучення. Їх поєднання базується на синтезі інтуїції як основи емоційно-особистісного стану та свідомо-контрольованих дій, які стають серцевиною перебігу виконавського процесу.

З цього випливає значущість формування в студентів здатності до аналізу й свідомого засвоєння тексту твору у всіх його структурних компонентах: вербальних, мелодико-інтонаційних, синтаксичних, композиційних тощо. Адже механічна пам'ять, на яку покладається більшість вокалістів, ненадійна і може у будь-яку мить, особливо – у стресовій (сценічній) ситуації, підвести виконавця. Усвідомлення структури твору допомагає і уточненню його емоційно-сміслової інтерпретації, втіленню його художньо-образного змісту в динаміці розвитку та потребує від студентів внутрішньої активності й самостійності мислення, здатності до пошуково-творчої діяльності. За таких умов у виконавця поступово складається й поглиблюється власний інтерпретаційний інваріант твору, виникає його «суб'єктивно-емоційна програма» (за В. Ражниковим), формується вміння утримувати цілісно-симультанний образ музичного феномену, втілювати у співі глибокі художні емоції та досягати послідовно-динамічного розвитку музичного образу (Ражников, 1975).

Доречно буде акцентувати увагу на тому, що саме усвідомлене ставлення виконавця до музичного тексту становить основу і його впевненого запам'ятовування та безпомилкового виконання. Не випадково М. Римський-Корсаков уважав чи не найголовнішою причиною невпевненості виконавця «механічне», не осмислене володіння музичним текстом.

Значущість єдності інтелектуальної та емоційної сфер виконавця, їх спрямованості на виконання творчого завдання підкреслював і К. Станіславський. На його думку, у виконавському процесі найважливішу роль відіграють інтелект, здатність до самоаналізу, контроль за тим, щоб художня емоція не підмінялась афектованим збудженням або повсякденним, побутовим «переживанням за себе», що заважає успішному виконанню творчого завдання (Станіславський, 2008).

Остання фаза – репетиційна, сутність якої полягає у перевірці стану готовності твору, наданні його виконанню комунікативної спрямованості. З цього погляду, надзвичайно важливо під час репетицій стимулювати уяву співака, спонукати його, з одного боку, до яскравого й контрольованого

виконання твору, з іншого боку – до відчуття наповненої слухачами зали, співу як звертання до них, особистої сповіді автора та самого виконавця.

Як зазначає Л. Бочкар'єв, особливого значення в цей період набуває усвідомлення ситуації, в якій має відбуватися відповідальне виконання: адже саме з цим фактом пов'язується міра відповідальності, психологічного напруження співака. Тому перед особливо важливими виступами викладачі нерідко організують «проміжні» випробовування, що дозволяє зняти напругу «першого виконання», перевірити ступінь готовності вокаліста до «винесення на публіку» твору, виявити можливі недоліки й проблеми та доопрацювати їх. Позитивний вплив на стан виконавця мають здійснювати їх залучення до спеціальних тренінгів на самонавіювання, до ділових ігор – «виступу» в уявній залі, участь у спеціально організованих прослуховуваннях перед студентською аудиторією (Бочкар'єв, 1997).

Враховуючи те, що на стан виконавця впливають величина зали, її акустичні особливості, доцільно тренувати виконання співаком програми у різних обставинах, навчати його у психологічно складних (передусім – конкурсних) ситуаціях застосовувати рекомендований К. Станіславським прийом «сценічної самотності», зосередження на творчому процесі, а не на ситуативних обставинах (Станіславський, 2008).

Висновки. Отже, підготовка магістрантів до виконавської діяльності має включати в себе спонукання до свідомого вивчення тесту твору, формування у співаків його цілісного та диференційованого уявлення, здатності до поєднання інтуїції та самоконтролю, сприяти вдосконаленню загально-психологічних та специфічно-музичних властивостей – мислення, творчої уяви, певної імпровізаційності засобів співочої виразності, здатності до емоційно-вольової саморегуляції і сугестивно-художнього впливу на слухачів, на засадах чого уможливорюються натхнення й художньо досконале виконавство, майстерність духовного спілкування із слухачами.

Подальшого дослідження заслуговують проблеми індивідуалізації методики упередження у співаків виконавсько-психологічного бар'єру та вдосконалення в них здатності творчого самоволодіння під час сценічного виступу.

Література

- Алексеев А. В. Из опыта обучения спортсменов психорегулирующей тренировке. *Некоторые вопросы практики спортивной психологии*. Москва. 1969, 41-56.
- Бернштейн Н. А. Физиология движений и активности. Москва, Наука. 1990, 494.
- Бочкар'єв Л. Л. Психология музыкальной деятельности. Москва, Институт психологи РАН. 1997. 456 с.
- Кён Н. Г. Стилистическое сольфеджио. Одесса. 2005, 173 с.
- Міщанчук В. М. Методика використання сугестивних технологій у музично-виконавській підготовці майбутніх учителів музики : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ. 2015, 20.
- Прокоф'єв Г. П. Формирование музыканта-исполнителя. Москва, 1956. 298.
- Ражников В. Резервы музыкальной педагогики. Москва. 1975. 37.
- Саннікова О. П. Сценічні бар'єри: диференціально-психологічний підхід. [Монографія]. Одеса. 2014, 236.
- Станіславський К. С. Работа актера над собой. Артисты. Режиссер. Театр. Москва. 2008. 490.
- Федорова А. Интуиция в музыкально-исполнительской деятельности. *Вопросы психологии*. 1984, №4, 101-104.
- Шалаяпин Ф. И. Литературное наследство: В 2-х т. Москва, Искусство, 1959, Т. 1. 768.
- Ярошевский М. Г. История психологии. 3-е изд. Москва, Мысль. 1985, 575.

Overcoming the stage-psychological barrier in the process of training masters in vocal

Koehn Natalya³

*State institution "South Ukrainian National Pedagogical University
named after K. D. Ushynsky", Odesa, Ukraine*

Cui Shiling⁴

*State institution "South Ukrainian National Pedagogical University
named after K. D. Ushynsky", Odesa, Ukraine*

³ Ph.D. in Pedagogy, Associate Professor at the State institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky"

⁴ Postgraduate student at the State institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky"

The article deals with the problem of future vocal teachers training in performance activity. The author has focused on the psychological readiness for public performance, which is subjectively perceived as a stressful situation requiring psychological, emotional strain, maximum concentration of attention and volitional effort. A significant role of the psychological state for the singer caused by his/her reflection on the phonation-singing aspects; the degree of emotional brightness, artistic perfection in the creation of musical images has been specified.

The author has analysed the works of musical psychologists and representatives of theatrical and musical arts in relation to the factors of the performers' unsatisfactory psychological state. Some features of productive and creative as well as excessive unproductive unrest alongside with its causes have been described. Three groups of determinants of the future professional's personal psychological state have been considered: functional; motivational-characterological and operational. A special attention was paid to the types of the future vocal coaches' performance activity such as performances in the form of academic reporting, contests, concerts and other educational events, pedagogical-illustrative methods as well as students' entertainment. The participation in these activities is significantly different in the extent of responsibility for the performance quality and its possible consequences.

It has been pointed out how significant it is to choose the repertoire for the performance in accordance with vocalist's real abilities, to hold auto trainings, to create «situations of success», role play and vocal-improvisation games in order to improve students' performing-psychological state.

Keywords: *vocal performance; future vocal teacher (coach); stage-psychological barriers, training, master students, stage-performing activity.*

References

- Alekseyev, A.V. (1969). Iz opyta obucheniya sportsmenov psikhoreguliruyushchey trenirovke [From the experience of training athletes in psycho-regulating training]. *Nekotoryye voprosy praktiki sportivnoy psikhologii – Some issues of practice are sports psychologists*. Moscow, 41-56 [in Russian].
- Bernshteyn, N.A. (1990). *Fiziologiya dvizheniy i aktivnost' [Physiology of movements and activity]*. Moscow, Nauka [in Russian].
- Bochkarov, L.L. (1997). *Psikhologiya muzykal'noy deyatelnosti [Psychology of musical activity]*. Moscow, Institut psikhologii RAN [in Russian].
- Fedorova, A. (1984) Intuitsiya v muzykal'no-ispolnitel'skoy deyatelnosti [Intuition in musical and performing activities]. *Voprosy psikhologii – Psychology Issues*, 4, 101-104 [in Russian].
- Koehn, N.G. (2005). *Stilisticheskoye sol'fedzhio [Stylistic solfeggio]*. Odessa [in Russian].
- Míshchanchuk, V.M. (2015). Metodika vikoristannya sugestivnikh tekhnologiy u muzichno-vikonavs'kíy pidgotovtsí maybutnikh uchiteliv muziki [Methodology of Victorian Sustainable Technologies at the Musical-Viconavian Training Maybutnih Musical Teachers]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
- Prokof'yev, G.P. (1956). *Formirovaniye muzykanta-ispolnitelya [Formation of a performing musician]*. Moscow [in Russian].
- Razhnikov, V. (1975). *Rezervy muzykal'noy pedagogiki [Formation of a performing musician]*. Moscow [in Russian].
- Sannikova, O.P. (2014). *Stsenichniy bar'eri: diferentsial'no-psikhologichniy pidkid. [Scenic Bar'eri: Differential Psychological Piddhid]*. Odesa [in Russian].
- Shalyapin, F.I. (1959). *Literaturnoye nasledstvo [Literary heritage] (Vol. 1)*. Moscow, Iskusstvo [in Russian].
- Stanislavskiy, K.S. (2008). *Rabota aktera nad soboy. Artistry. Rezhisser. Teatr. [The work of an actor over himself. Artists Directed by Theater]*. Moscow. Iskusstvo, (Vol.1) [in Russian].
- Yaroshevskiy, M.G. *Istoriya psikhologii [History psychologists]*. Moscow: Mysl' [in Russian].

Accepted: June 27, 2019

