

3. Сафонова В.В. Культуроведение в системе современного языкового образования / В.В. Сафонова // Иностранные языки в школе. – 2001. – № 3. – С. 18–20.

4. Тер-Минасова С.Г. Язык и межкультурная коммуникация : учебник / С.Г. Тер-Минасова. – М. : Изд-во МГУ им. М.В. Ломоносова, 2004. – 352 с.

КОТОВА Л.М., ПОГОРСЛОВА В.Г.

## СТАНОВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ В МУЗИКАНТІВ-ІНСТРУМЕНТАЛІСТІВ У ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ ДО СЦЕНІЧНИХ ВИСТУПІВ

Українське суспільство ставить перед вищою школою завдання підготовки висококваліфікованих фахівців мистецької спрямованості, серед яких вагома роль відводиться музикантам-інструменталістам. Його вирішення неможливе без розробки новітніх методик навчання, що базуються на сучасних психолого-педагогічних дослідженнях, втілення яких у практичну діяльність студентів вищих закладів музичної освіти забезпечить ширші можливості для професійної самореалізації. Із цих позицій особливої актуальності набуває проблема сприйняття, обробки, збереження й відтворення інструменталістами необхідної інформації. Питання ефективності гри під час виступів перед аудиторією є значущими для музичної педагогіки та психології. Вони хвилюють як професійних музикантів, так і початківців, оскільки зайве напруження під дією різноманітних стресових подразників призводить до несподіваних втрат художніх характеристик музичних творів, психологічного перевантаження, а інколи, і до відмови від виконавської діяльності.

У музичній педагогіці висвітлено ряд засобів поліпшення відтворення музичного матеріалу перед публікою, провідне місце серед яких відводиться розвитку навичок раціонального застосування властивостей уваги (І. Назаров, Г. Прокоф'єв, Д. Юник); якості запам'ятовування музичного матеріалу (О. Віцинський, Н. Перельман, Т. Юник); частоті виступів перед аудиторією (К. Ігумнов, В. Касімов, Ф. Ліпс); вихованню віри у власні можливості (Ю. Акімов, Л. Бочкар'єв, К. Кондрашин, В. Кузов'єв); досягненню достатнього рівня технічної майстерності (Ю. Бай, М. Давидов, Г. Ониськів, М. Різол, А. Щапов); навичкам саморегуляції (О. Матвеева, Ю. Цагареллі, Д. Юник). Проте в результаті аналізу праць вищезгаданих авторів можна стверджувати, що в дослідженнях з музичної дидактики відсутня інформація стосовно розвитку емоційної стійкості, яка, за дослідженнями Л. Аболіна, Л. Бучек, М. Дяченка, П. Зільбермана, А. Мірошина, є інтегральною властивістю особистості та займає особливе місце в регуляції психологічного стану під час будь-якої діяльності в емоційно напружених умовах.

Отже, наше звернення до обраної проблеми є цілком виправданим та актуальним.

**Мета статті** полягає у висвітленні науково обґрунтованих способів і прийомів підготовки музикантів-інструменталістів до виступів перед аудиторією засобами становлення емоційної стійкості. Вони були розроблені на основі:

– досліджень позитивного та негативного впливу трьох внутрішніх факторів на емоційну стійкість інструменталістів: рівня збудження; особливостей нервової системи; соціально-психологічних властивостей особистості та розвиненості інтелекту (Л. Бучек, Л. Бочкар'єв, Т. Землякова, Б. Леонт'єв, В. Небиліцин);

– доктрини позитивного та негативного впливу на емоційну стійкість таких зовнішніх факторів: емоціогенних умов, які підвищують чи знижують надійність відтворення засвоєної інформації через інтенсивність дії стресових подразників; рівня складності завдань, що позначається на злагодженості дій моторної сфери в режимі безперервної діяльності музикантів на естраді (В. Генковська, Л. Китаєв-Смик, А. Мірошин, Я. Рейковський) [4, с. 79].

Аналіз психолого-педагогічної літератури щодо змісту та структури емоційної стійкості особистості та результати експериментального дослідження дали змогу зробити такий висновок: методика підготовки інструменталістів до гри перед публікою включає п'ять етапів:

- 1) становлення емоційної стійкості під час роботи над творами;
- 2) розвиток емоційної стійкості в процесі репетиційного програвання репертуару напередодні виступу;
- 3) удосконалення емоційної стійкості в період підготовки до виходу на естраду;
- 4) застосування емоційної стійкості при виконанні музичних творів у емоціогенних умовах;
- 5) подальше поліпшення емоційної стійкості під час аналізу результативності гри.

Необхідною умовою для становлення емоційної стійкості музикантів-інструменталістів у процесі їх підготовки до сценічної гри є мотивація, яка визначає та спрямовує мислення суб'єкта. У практиці навчання прийнято виділяти дві групи мотивів: зовнішні й внутрішні. При зовнішній мотивації досягнення результату не пов'язане з пізнанням матеріалу, бажанням самореалізації на естраді, зацікавленістю художньо-образним змістом музичного твору, а спрямоване на якість самої ситуації (отримання позитивної оцінки, овацій, скорішого закінчення виступу, схвалення викладача тощо). Така сама інформація може бути розучена і на основі внутрішньої мотивації, яка охоплює такі аспекти: розібратися, що являє собою обраний музичний твір, до якого періоду творчості композитора він належить, його формоутворення тощо. Проте слід зауважити, що значущість мотивів буває різною, і пізнавальні мотиви, актуалізовані в період вивчення інформації, можуть займати не головне місце, а другорядне. У цих випадках діяльність мотивована, насамперед, зовнішньо, але до неї можуть приєднатися й внутрішні мотиви. Внутрішня мотивація також може домінувати із самого початку роботи над музичним твором, хоча це не означає, що побічні, додаткові обставини, які утворюють зовнішню мотивацію, не можуть відігравати роль у процесі організації діяльності та під час розучування матеріалу. Важливим у цей період підготовки до гри перед публікою є визначення початково-вихідної мотивації, сила якої залежить від індивідуального розвитку, професійної майстерності, мети й бажаної результативності виступу. Необхідно враховувати, що більш сильна мотивація діяльності суб'єктів в емоціогенних умовах, у мить допущення ними помилки викликає високе емоційне збудження, тобто перевищує його порогову величину. Проте навіть така надмірна тривога не завжди "руйнує" злагодженість відтворення засвоєного матеріалу, оскільки її протиставленням може бути сила початково-вихідної мотивації. Саме вона є домінуючою при негативному впливі зовнішніх стресорів на емоційну стійкість індивідів. Наприклад, досить низька потреба ви-

кликає незначні порушення діяльності й пов'язані з ними негативні переживання сприяють пасивності суб'єктів; при середній силі початково-вихідної мотивації негативні емоції, які виникли на основі неякісного відтворення інформації, діють у цілому активуючи і мобілізують зусилля; велика сила потреби при негативних відчуттях викликає таке підвищення рівня збудження, яке може створити появу ознак дезорганізації. Сила початково-вихідної мотивації, яка спонукає до діяльності, залежить від ситуативних (мотиваційних подразників, оцінки можливого результату) та особистісних факторів, що визначають рівень постійної мотивації [6, с. 279]. Отже, за потребою сила початково-вихідної мотивації виконавців коректується в потрібному напрямі шляхом підвищення чи зниження значущості кінцевої форми звітності та уявних наслідків гри. Відповідна кожному музиканту початково-вихідна мотивація забезпечує натхненну працю, оскільки прагнення досягти високого рівня надійності гри при виконанні творів оптимальної складності в емоціогенних ситуаціях породжує бажання якісно засвоїти й опрацювати як текстові, так і здобув назву “дефіцит інформації”.

При оволодінні текстовими та виконавськими компонентами застосовується поетапний або цілісний тип роботи над музичними творами. Сутність поетапного типу роботи зводиться до:

- загального ознайомлення з твором на початковій стадії роботи над ним;
- довільного запам'ятовування матеріалу з визначенням оптимальної величини музичної інформації, призначеної для спеціального заучування методом повторення й образного уявлення;
- об'єднання засвоєного матеріалу в глобальні інформаційні одиниці завдяки ланцюговому зчепленню однотипних текстових та виконавських компонентів [7, с. 98].

Сутність методики цілісного типу роботи над музичною інформацією полягає в тому, що:

- процес роботи над творами, навіть умовно, не розчленовується на окремі етапи;
- запам'ятовування текстових компонентів проходить мимовільно в процесі опрацювання виконавських;
- спочатку засвоюються глобальні інформаційні одиниці, а лише після цього – локальні;
- з оволодінням кожним виконавським компонентом емоційно-образний зміст збагачується “новими” характерно-локальними рисами, отримуючи необхідну інформацію в “нововключеному” матеріалі для довільного запам'ятовування [8, с. 104].

Вибір типу роботи над творами не є самоціллю, а лише засобом якісного засвоєння музичної інформації.

У структурі механізму емоційної регуляції провідна роль належить емоціям, які спонукають до участі в регуляції цілісних актів діяльності й окремих виконавських рухів. Саме спонукальні відчуття справляють відповідний вплив на регулювальні функції емоцій “впевненості – сумніву” та емоцій “оцінки результатів”. Проте останні, володіючи відносною самостійністю, можуть відповідною мірою модулювати спонукування до змін по лінії зворотного зв'язку. Взаємовплив емоцій “впевненості – сумніву” й емоцій “оцінки результатів” простежується в

тому, що перші зумовлюють міру вираження останніх у конкретній виконавській дії. Зумовленість впевненості позначається на неузгодженості бажаних і реальних результатів. Емоції “оцінки результатів”, у свою чергу, викликають зрушення впевненості в наступних діях у бік зменшення при демонструванні неякісної діяльності та збільшення – при успішній [1, с. 30].

Враховуючи вищезазначене, оволодіння музичним матеріалом на початковій стадії роботи над творами здійснюється на основі емоційної оцінки проміжних та кінцевих результатів діяльності. Аналіз гри після кожного повторення інформації дає змогу відшукати недоліки й встановити їх причини. Ліквідація останніх забезпечує досконалість запам'ятовування й виконання як окремо взятих фрагментів, так і твору в цілому. У музикантів-інструменталістів активізуються прагнення якісно засвоїти текстові та виконавські компоненти завдяки аналізу проміжних результатів діяльності. Для цього слід дотримуватися таких рекомендацій:

- сприймати якість реального відтворення музичної інформації та зіставляти з бажаною (ідеальною), яка “існує” в уяві інструменталіста;
- на основі інтелектуального аналізу вищезгаданого надавати емоційну оцінку реальним результатам без зупинки процесу опрацювання музичного матеріалу відповідного фрагмента твору;
- у разі незадоволення результативністю відшукати засоби для досягнення необхідного результату і з повторним програванням цього ж епізоду ліквідувати недоліки;
- досягти бажаної якості гри і таким чином перевести негативні емоції в позитивні;
- закріпити домінування стеничних емоцій і отримати моральне задоволення від кожного одноактного “зняття” проміжного результату.

Спочатку емоційний аналіз кінцевих результатів здійснюється після гри невеликих за обсягом епізодів, а згодом – фрагменти поступово збільшуються до цілісного виконання музичного твору. Проте з автоматизацією рухів “зняття” проміжних результатів поступово зменшуються, а залишаються тільки кінцеві. Якщо нівелювання емоційного аналізу якості відтворення засвоєного матеріалу під час гри ускладнюється, тобто мимовільно все ж таки “знімаються” проміжні результати, то необхідно:

- максимально активізувати емоційно-естетичне переживання музики;
- сприймати тільки вдало відтворену інформацію;
- безупинно рухати думку за зміною довільно засвоєних текстових чи виконавських компонентів на мить їх відтворення, “утримуючись” за мелодико-ритмічну лінію в гнучкому інтонаційно-фразовому розвитку.

Сприйняття тільки якісно відтвореної інформації під час мимовільного “зняття” проміжних результатів потрібне для збереження та домінування стеничних емоцій. Динамічна мінливість почуттів, що створюється при захопленні емоційно-образним змістом, сприяє відхиленню думок від аналізу проміжних результатів через безупинну зміну об'єктів уваги. Будь-яка зупинка думки (короткочасна чи тривала) в процесі відтворення музичного матеріалу, який проходить у режимі безперервної діяльності, викликає “аварійну” ситуацію.

Вищеперелічені вказівки виконуються тільки завдяки розвитку таких волевих якостей, як цілеспрямованість, сміливість, витримка. Саме остання забезпечує

гальмування, а в разі необхідності й нівелювання негативних почуттів, що заважають здійсненню прийнятого рішення та порушують традиційне самовладання майбутніх учителів музики під час гри. Розвиток цих якостей та вольових психічних станів сприяє становленню емоційної стійкості виконавців, оскільки постійна активність, оптимізм і мобілізаційна готовність стають нормами та звичками їх поведінки.

На основі експериментальних досліджень Л. Китаєв-Смик виділив дві групи індивідів щодо їх емоційно-рухової активності при стресовій ситуації. Перша група схильна до активної емоційної реакції під час діяльності в зазначених умовах, що сприяє правильному вибору арсеналу запланованої поведінки. Проте нераціональна активація емоційно-рухових реакцій може супроводжуватися втратою окремих необхідних дій і призводити навіть до дезорганізації діяльності. При цьому неправильно використовуються сліди пам'яті й знижується контроль за власними діями. Для суб'єктів другої групи – характерне зниження емоційно-рухової активності, зменшення спонукальної ролі вольових процесів. У ситуаціях, які вимагають прискореної реакції, індивіди цієї групи виявляють пасивну, апатичну поведінку. Тому в особистості виникає потреба заздалегідь до емоціогенних умов виробити такий психофізіологічний стан, який забезпечить адекватну реакцію організму на дію подразників і тим самим сприятиме прояву емоційної стійкості в стресових обставинах [3, с. 58].

Одним з важливих компонентів самовиховання вчителя до діяльності в напружених ситуаціях С. Єлканов вважав уміння управляти саме темпом психічних процесів. Автор наголошував, що потрібно фіксувати у своїй свідомості еталони швидкого й повільного темпів. Для цього ефективні вправи на порівняння, тобто “якщо свідомо чергувати швидкий і повільний темп рухів, то будуть вироблені й зафіксовані потрібні акцептори дій, своєрідні орієнтиривимірники, необхідні для здійснення тих чи інших дій у потрібному темпі...”. Доцільно відпрацьовувати плавні рухи незалежно від активного чи пасивного емоційного стану. Такі вправи формують темп психічної активності суб'єктів, виховують упевненість у своїх силах [2, с. 95].

Виробленню загального психофізіологічного стану організму, який забезпечує швидкість активації відповідних слідів у довгостроковій пам'яті в екстремальних умовах, сприяє наявність в особистості розвиненої здібності до рефлексивної діяльності. Управління своєю поведінкою досягається на основі високорозвиненого зворотного психічного зв'язку, його сутністю є усвідомлене суб'єктивно-психічне відображення динаміки широкого комплексу психофізіологічного стану, що базується на взаємодії екстероцептивної, пропріоцептивної та інтероцептивної аналізаторних систем. Завдяки рефлексивній діяльності покращується ефективність самоуправління (саморегуляції), оскільки індивіди відчувають й усвідомлюють механізми корекції своєї поведінки. Запам'ятавши внутрішній стан при засвоєнні матеріалу та виконанні відповідних дій, суб'єкти можуть довільно “викликати” ці відчуття під впливом стрес-факторів і, в кінцевому результаті, оптимізувати діяльність [5, с. 69].

Отже, спираючись на зазначені психолого-педагогічні дослідження, ми рекомендували інструменталістам (після завершення автоматизації рухів під час роботи над музичною інформацією) запам'ятовувати загальні психофізіологічні стани, котрі забезпечують успішність виконання кожного епізоду творів. Запам'ятовування проводиться з метою довільного відтворення таких станів у будь-яких умовах та формування навичок свідомого управління ними. Останнє здійс-

нюється завдяки вольовим якостям, тобто їх пріоритетності в загальній системі саморегуляції. Для цього інструменталістам слід дотримуватися таких настанов:

- декілька разів програвати перший фрагмент музичного твору і з кожним повторенням змінювати психофізіологічне напруження від мінімальної до максимальної;
- визначити та запам'ятати міру психофізіологічного напруження, при якій епізод виконується найкраще;
- за допомогою цього методу встановити оптимум психофізіологічного напруження для наступного фрагмента;
- об'єднати опановані епізоди з обов'язковим відтворенням оптимальної міри психофізіологічного напруження;
- так само фрагментами опрацювати весь музичний твір і при цілісному його виконанні свідомо управляти своїм психофізіологічним станом, зберігаючи його напруження в межах встановлених “оптимумів”.

Визначення та запам'ятовування оптимальних психофізіологічних станів проводиться послідовно при засвоєнні всієї програми.

На завершальній стадії першого етапу (становлення емоційної стійкості) підготовки до сценічної діяльності музиканти-інструменталісти повинні вміти:

- продемонструвати наявність усунення дефіциту інформації завдяки високій точності відтворення текстових і виконавських компонентів музичного твору;
- знижувати силу початково-вихідної мотивації при цілісному виконанні твору у звичних умовах, оскільки умовне допущення декількох погрешностей під час гри зменшує психічне напруження й підвищує емоційну стійкість;
- не піддавати емоційному аналізу якість відтворення інформації в період гри, а у випадку мимовільного “зняття” проміжних результатів сприймати тільки вдало зіграні текстові чи виконавські компоненти;
- захоплюватися художньо-образним змістом музичного твору, бо це сприяє домінуванню сценічних емоцій;
- нівелювати сприйняття похибок і помилок під час гри;
- свідомо управляти своїм психічним і фізичним станом як перед грою, так і в процесі відтворення матеріалу.

Перевірка дієздатності розроблених методів становлення емоційної стійкості в період музично-інструментальної підготовки осіб, які брали участь в експерименті, до публічних виступів проходила в природних умовах навчального процесу. Відібраних піддослідних упорядковано до контрольної та експериментальної груп. З метою максимального вирівнювання потенційних можливостей між учасниками цих груп їх кваліфіковано по підгрупах, відповідно до часу проведення експерименту та з урахуванням таких особливостей:

- рівень виконавської надійності;
- курс (клас) навчання в навчальному закладі;
- професійна освіта;
- володіння відповідним музичним інструментом (акордеон, баян, фортепіано, скрипка);
- форма звітності (залік, іспит, державний іспит, конкурс).

Після закінчення цього етапу експериментального дослідження провели контрольні заміри результативності гри інструменталістів. Загальні показники ефективності відтворення музичного матеріалу піддослідними ЕГ порівняно з КГ були кращими на 3,2%.

**Висновки.** Таким чином, у ході проведеного дослідження було з'ясовано, що становлення емоційної стійкості під час підготовки музикантів-інструменталістів до виступів перед аудиторією включає в себе: визначення сили початково-вихідної мотивації та її корекцію до оптимальної міри з урахуванням індивідуальних особливостей, рівня виконавської майстерності, майбутньої форми звітності; ліквідацію дефіциту музичної інформації як один із засобів нівелювання небажаної дії внутрішніх стрес-факторів; емоційне оцінювання проміжних результатів діяльності завдяки аналізу та зіставленню якості реального й бажаного відтворення музичної інформації на початковій стадії роботи над творами і кінцевих – на завершальній; довільну саморегуляцію емоційної сфери та спрямування уваги на вдало відтворені текстові й виконавські компоненти з метою домінування стеничних емоцій.

#### **Література**

1. Аболин Л.М. Эмоциональная устойчивость в напряжённой деятельности, её психологические механизмы и пути повышения : автореф. дисс. на соискание учён. степени доктора психол. наук : спец. 19.00.01 “Общая психология” / Л.М. Аболин. – М., 1989. – 43 с.
2. Елканов С.Б. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя / С.Б. Елканов. – М. : Просвещение, 1989. – 189 с.
3. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса / Л.А. Китаев-Смык. – М. : Наука, 1983. – 367 с.
4. Котова Л. Методичні засади формування емоційної стійкості у музикантів-інструменталістів / Л. Котова // Теоретичні та практичні питання культурології : зб. наук. статей. – Мелітополь : Сана, 2008. – Вип. 25. – Ч. 2. – С. 78–81.
5. Мирошин А.В. Эмоционально-волевая устойчивость и её формирование у студентов (на материале педагогического вуза) : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / А.В. Мирошин. – М., 1988. – 260 с.
6. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций / Я. Рейковский ; [пер. с польск., вступ. ст. В.Н. Вилонаса]. – М. : Прогресс, 1979. – 391 с.
7. Юник Д.Г. Увага як фактор формування виконавської надійності баяніста у вузах музично-педагогічної спеціальності : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 / Д.Г. Юник. – К., 1993. – 202 с.
8. Юник Т.І. Вдосконалення методики запам'ятовування музичного тексту як засіб розвитку виконавської майстерності студентів-піаністів (на матеріалі педвузів) : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 / Т.І. Юник. – К., 1996. – 238 с.

КРАВЧЕНКО В.М.

## **ІНТЕНСИФІКАЦІЯ ПЕДАГОГІЧНОГО ПРОЦЕСУ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ ЯК ФАКТОР УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ**

У Законі України “Про освіту”, Національній доктрині розвитку освіти у XXI ст. перед вищими навчальними закладами поставлено завдання забезпечити підготовку кваліфікованих кадрів, здатних до творчої праці, професійного розвитку, освоєння й упровадження наукових та інформаційних технологій, конкурентоспроможних на ринку праці.

У навчально-виховній діяльності закладів вищої освіти України впродовж попередніх десятиріч увага була зосереджена на оволодінні студентами значною сумою знань на екстенсивних засадах організації навчального процесу. За таких умов було досить складно забезпечити належний рівень інтелектуального розвитку особистості, підготувати її до самостійної пізнавальної діяльності впродовж життя. Тому на сьогодні можливості організації екстенсивної освітньої діяльності вищих навчальних закладів вичерпали себе.

Процеси глобалізації в усіх сферах соціально-економічного буття спричинили низку суперечностей у вищій професійній освіті:

– між високими темпами розвитку інформаційного середовища, вільного доступу до навчальної інформації й використанням традиційних методів навчання;