

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЕТКУЛЬСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»
(МБУ ДО «ЕТКУЛЬСКАЯ ДШИ»)**

ДОКЛАД

«Воля в деятельности музыканта»

Исполнитель:

Заведующий эстрадным отделением

МБУ ДО «Еткульская ДШИ»

Левицкий Богдан Геннадьевич

Еткуль, 2023 г.

В современном мире немаловажное место занимает вопрос влияния различных факторов на психическое состояние человека. Проблема сценического волнения – одна из наиболее важных, жизненно значимых для музыкантов-исполнителей. Очень ярко психическое состояние выражается и меняется у учащих музыкантов при публичном выступлении. Сталкиваясь с ней впервые в школьном возрасте, представители сценических специальностей не перестают испытывать ее актуальность вплоть до окончания своей карьеры.

Тему «эстрадного волнения» не минует ни один исследователь в области музыкальной педагогики, психологии. Формирование артистических способностей, в том числе эмоционально-регулятивных возможностей обладать собой в момент выступления и «побеждать» эстрадное беспокойство — одна из задач в развитии пригодности к исполнительской деятельности. Воля формируется с самого детства (ребенок начинает управлять своими движениями, дотягиваться до каких-либо предметов, познавать социальные порядки и нормы поведения в ходе взросления). В ходе обучения и взросления у ребенка складываются высшие психические функции – произвольное внимание, мышление, память.

Некоторые наши соотечественники оценивают волю как намеренный контроль своих действий и жизнедеятельности, который выражается в искусстве справляться с внутренними и внешними проблемами при реализации намеченных поступков.

Советский философ С.Л. Рубинштейн писал, что «Волевое действие — это сознательное, целенаправленное действие, посредством которого человек осуществляет поставленную перед ним цель, подчиняя свои импульсы сознательному контролю и изменяя окружающую действительность в соответствии со своим замыслом»

Удачное выступление артиста представляется итогом хорошей концертной готовности. Это положение подразумевает три наиглавнейших параметра – физическое, эмоциональное и умственное. Так же большое

значение имеет исполнение музыкального произведения на высоком уровне. Необходимо владеть важным методом – техникой саморегуляции. При ее нехватке выступление перед публикой нередко обречено на провал.

Любое выступление на публике связано, так или иначе с оцениванием другими людьми. В зависимости от характера мнения слушателей, эти слова могут оказать положительное или отрицательное влияние на исполнителя. Именно поэтому выход на сцену провоцирует ряд нежелательных эффектов, например, в виде психической напряженности. Это обстоятельство может пагубно повлиять на выступление, снизив устойчивость отработанных процессов внимания, памяти, мышления, двигательных реакций.

Музыкант не всегда способен выдержать и взять под контроль свою психологическую и физическую нагрузку. Среди артистов есть и счастливчики, у которых в силу врожденного темперамента состояние волнения вызывает, наоборот, особенный подъем (например, таким качеством обладали композиторы Ф. Лист, Н. Паганини). Умение правильно настроить организм на концертное выступление тесно связано с такими чертами личности, как вера в себя и оптимистичность. Большое значение имеет и желание исполнителя выступать перед публикой, делиться результатами своей работы, быть услышанным.

Хоть психологические трудности концертного исполнения бывают достаточно велики, все же существуют их способы решения, которыми должен владеть человек, чья профессия связана со сценой. Обычно успешное исполнение сопровождается хорошим настроением и самочувствием, желанием выступить перед публикой, боевой дух. Неудачное выступление провоцирует плохое физическое состояние и утомление организма, недосып или неправильное и несвоевременное питание. Очевидно, что даже ссора в семье оказывает отрицательное воздействие на исполнение материала.

Напряженность, мышечная скованность, заторможенность и погрешность реагирования, сомнение в себе – это популярный симптом, который описывает душевный «порядок» личности, выступающему перед

публикой. Важные требования накаляют, усиливают обстановку таких ситуаций.

Иногда музыканту нужно выступить на очень значимом и важном для будущего мероприятии. Вступительные экзамены в образовательное учреждение, участие в конкурсе или защита какой-либо научной работы – можно найти массу примеров аналогичных значительных ситуаций. В этих случаях любая ошибка или неприятность могут спровоцировать неблагоприятные последствия для исполнителя. Для того чтобы справиться со стрессом в таких условиях, не растерять проделанную работу, нужна твердая воля. Помимо волевого настроя нужна детальная подготовка, укорененная база профессионального опыта и знаний. Но все же одну из главных ролей играют волевые особенности человека. Даже при выполнении вышеупомянутых требований воля решает все.

Помехой для благоприятного концертного состояния могут стать сценическая взволнованность и апатия. В ходе первой причины эстрадное волнение может не выдержать усиливающийся процесс торможения. Такие последствия возникают из-за того, что у большей части людей сила нервного возбуждения сильнее, чем сила торможения. Движения тела сковываются, мышцы напрягаются, плечи могут приподняться, дыхание учащается и становится поверхностным. Очевидно, что человеку трудно находиться в подобном состоянии. Вследствие вышеупомянутых причин нервная система может начать слабеть и спустя время человек погружается в апатию. Это состояние можно охарактеризовать вялостью, замыканием в себе, сонливостью, упадком сил. Такое состояние может сложиться из-за длительного ожидания своего выхода на сцену у представителей любой профессии, чья деятельность связана с выступлением на публике.

При систематических концертах человек привыкает и адаптируется к стрессовой обстановке и может контролировать свои сценические переживания. Соответственно, когда исполнитель месяцами не выходит на сцену, то желаемая адаптация не наступает.

На образ действий и поведения музыканта так же влияет тип темперамента. Сангвиники склонны к оптимальному концертному состоянию, так как данный тип темперамента характеризуется подвижными и сбалансированными процессами. Холерики более предрасположены к лихорадочному состоянию при концертной обстановке, так как у них течение процесса возбуждения сильнее торможения. Люди с меланхоличным и флегматичным типом темперамента имеют склонность к апатии, потому что у них процессы «тормоза» имеют преимущество над возбуждением.

Анализируя состояния разных артистов, можно сделать вывод, что каждый человек по-разному описывает свой наилучший настрой при выходе на эстраду. Нужно рассматривать и запоминать чувства и действия, которые предшествуют успешному исполнению, и применять эти данные в последующих своих выступлениях.

Кроме того, что каждый музыкант за время сценической карьеры находится в поиске пути решения проблемы волнения на сцене, исходя из особенностей своих природных качеств и багажа знаний, эта информация представлена в мемуарной, педагогической и методической литературе. И здесь можно почерпнуть разнообразие мнений и приемов. Это свидетельствует о том, что единого «рецепта», который бы подходил для всех, к сожалению, нет, потому что каждый человек индивидуален и обладает рядом врожденных особенностей. Советский пианист и музыковед Григорий Михайлович Коган хорошо подчеркнул отличие в действиях исполнителей из-за различных типов нервной системы: «Есть два типа артистов. Одни, чтобы раскрыться по-настоящему, в полную меру, нуждаются в изначальном расположении, благожелательности, отзывчивости, одобрении слушателей; без этого они ссыхаются, вянут, как цветы без поливки: играют скованно, сухо, порой так плохо, что могут показаться чуть ли не бездарными. Таковы были Шопен, Скрябин, Софроницкий. Другим такая тепличная атмосфера отнюдь не необходима; недоверие, недружелюбие, даже враждебность аудитории их не только не

пугают, но скорее электризуют, подстегивают, вдохновляют; в подобной обстановке они даже особенно расцветают, бросаются в бой — и побеждают. Таковы были Лист, Шаляпин».