

УДК 159.9 [78:37]

Димченко С. С.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ УЧАСНИКІВ АНСАМБЛЮ УДАРНИХ ІНСТРУМЕНТІВ ДО КОНЦЕРТНОГО ВИСТУПУ

У статті розглядаються основні завдання розвитку фахового виховання, які є головними факторами виконавської майстерності студента. У логічній послідовності автор аналізує цікаві підходи до розв'язання багатьох питань співпраці педагога та студента в класі ударних інструментів.

Ключові слова: фахове виховання, музичне мислення, виконавська майстерність, професійне спілкування.

В статті рассматриваются задачи и пути эффективного музыкального воспитания студента класса ударных инструментов. В логической последовательности автор анализирует проблемы творческого процесса совместной работы преподавателя и студента на занятиях по специнструменту.

Ключевые слова: музыкальное воспитание, музыкальное мышление, исполнительское мастерство, профессиональное общение.

The main tasks of the development of the musical education of students are represented in this article. The interesting approaches to solving problem of cooperation of teacher and student are analyzed here.

Key words: musical education, musical thinking, performer's skills, professional communication.

Психологічні аспекти майстерності є актуальними для виконавської практики музикантів-інструменталістів, їх необхідно враховувати в процесі підготовки фахівців у музичних закладах, що сприятиме вдосконаленню педагогічного процесу на виконавських кафедрах, а отже, зростанню рівня української виконавської культури [3, с. 3].

Музика – особливий вид мистецтва, який впливає на емоційну сферу людини. Вираження емоцій засобами музики має давню традицію. Згідно з Аристотелем, музика відтворює рух; будь-який рух несе в собі енергію, яка має етичні властивості. Подібне прагне подібного, тому людина отримуватиме насолоду від музики такою мірою, якою музика відповідає її характеру, настрою у певний момент. Аристотель, Платон, піфагорійці вважали музику засобом урівноваження психічного стану людини. Музикант – інструменталіст може донести емоційний зміст виконуваного твору до слухача засобами адекватної виконавської техніки. Він передає емоційний зміст твору не тільки технічними засобами гри, а й мімікою, позами, рухами тощо.

Отже, робота професійного музиканта являє собою один з найбільш складних видів людської діяльності, що вимагає багаторічної щоденної праці, нерідко фізичної й психологічно виснажливої. Навантаження постійно зростають, оскільки збільшується конкуренція серед молодих музикантів, при цьому рівень виконавства безупинно зростає. І сьогодні переможцем нерідко стає той, хто виявився витривалим, працездатним, зібраним, міцним фізично і морально.

Свій внесок у розвиток зазначеної тематики зробили такі вчені: Л. Гаккель, В. Апатський, В. Білоус, М. Давидов, Г. Костюк, Г. Нейгауз, А. Прохоров, Т. Сирятинська, Ю. Цигареллі та інші. Проте ця проблема є не повністю вивченою, тому потребує подальшого дослідження. За визначенням відомого російського музикознавця професора Л.Е. Гаккеля в першому томі «Музичної енциклопедії», «Ансамбль – це група виконавців, які виступають спільно. До ансамблю належать невеликі за кількістю виконавців гурти, у яких кожен партію виконує один музикант». Також він дає визначення ансамблевому виконавству: «Мистецтво ансамблевого виконавства засноване на вмінні виконавця розмірювати свою художню індивідуальність, свій виконавський стиль, технічні прийоми з індивідуальністю, стилем, прийомами виконання партнерів, що забезпечує злагодженість та чітке виконання в цілому» [1, с. 170-171].

Ансамбль для виконавців – це спільна дія у народженні музичного твору, однакове бачення кінцевого результату та узгоджені між виконавцями шляхи досягнення та реалізації поставлених завдань. Саме в цьому поєднанні багатьох складових кожного індивідуума, а саме: творчого, технологічного, психічного, інтелектуального тощо, і полягає складність підготовки учасників ансамблю до концертного виступу [15].

Метою статті є спроба визначити і проаналізувати психологічні чинники, від яких залежить не лише формування, а й самостійне удосконалення вже набутих навичок музичної майстерності, які дають можливість музиканту-виконавцю впливати на власну емоційну сферу, постійно контролювати її, застосовувати до виконання творчих завдань вроджений темперамент та вже набутий досвід. Це дозволить знаходити правильні шляхи і методи формування індивідуального стилю концертної діяльності музиканта та прийомів самовдосконалення.

Кожна людина – це індивідуальна, неповторна особистість. Нейротизм – це позначення внутрішньої психологічної нестійкості людини [10, с. 66].

На нашу думку, початковий період у підготовчій роботі студента до відповідального виступу дуже впливає на формування комплексу емоційних етапів і стійких психофізіологічних відчуттів, відтворених його організмом на концертній арені. І перший часовий відрізок, що відокремлює студента від зустрічі з публікою, чи то конкурсний виступ, чи давно запланований концерт, покликаний вирішити низку завдань, а саме:

- оцінка рівня нейротизму й реактивності власної нервової системи;
- побудова режиму й гігієни занять та виступів;
- післяконцертна оцінка попереднього виступу й робота над помилками;
- вибір механізмів і прийомів досягнення оптимального концертного стану.

Мета роботи на початковому етапі полягає у формуванні стійкості нервової системи до зовнішніх подразників (депресантів), що впливають на виконавця, досягнення оптимального концертного стану.

Щоб грамотно вибудувати роботу на початковому етапі, насамперед потрібно об'єктивно оцінити рівень нейротизму й реактивності нервової системи кожного з виконавців. Від цих факторів багато в чому залежать тимчасові рамки першого етапу підготовки й особливості використання прийомів саморегуляції психічних станів студентів.

М. Д. Левітов вказував, що одним із важливих показників рівня реактивності нервової системи є здатність до нагромадження й використання психічної енергії [7, с. 171-177]. Індивіди відрізняються один від одного чутливістю до навколишнього оточення. Однакові за своєю силою подразники викликають в одних людей більше, в інших – менше збудження. Сила реакції, з якою індивід відповідає на впливи зовнішнього середовища або зовнішніх подразників, прийнято називати реактивністю, що може бути високою і низькою. Між реакцією нервової системи на стимул існує зворотня залежність. Чим вище реактивність, тим меншої сили стимул, необхідний, щоб викликати реакцію. Тому студентів можна умовно розділити на низькорективних, які мають слабку реакцію на стимул, і на високорективних, які мають сильну реакцію на самий стимул.

Для того, щоб нервова система нормально функціонувала, їй потрібно перебувати в певному оптимальному режимі збудження.

Серед вітчизняних учених помітний вклад у вивчення психічних станів вніс К. А. Ушинський. У своїх працях він детально описує ситуативні відчуття, що (рос. «чувствования») переходять у чуттєві стани душі» [14].

С. Л. Рубінштейн вважав, що сукупність таких понять, як «психічний процес», «якість особистості», «переживання», «дія», достатні для опису феноменів психічної активності [11].

Фізіологічний аспект психічних станів вивчали І. М. Сеченов, В. М. Бехтерев, О. О. Ухтомський, І. П. Павлов та інші. Вони глибоко розкрили умовнорефлекторні механізми психічних станів і роль, яку відіграє у їх виникненні й перебігу динаміка нервових процесів.

Однією з причин, що розгортається на концертно-виконавській сцені, є те, що ті студенти, які мають більш тонко організовану нервову систему й відрізняються вразливістю, а отже, і нахненністю виконання, особливо болісно переживають стрес публічного виконання. Людей, що належать до так званого «слабкого» типу, І. П. Павлов називав «художнім» типом, тобто особливо схильним до творчого виду діяльності [3]. Однак саме цей тип виявляється найбільш вразливим в атмосфері концерту.

На думку В. М. Апатського, оптимальному концертному стану протистоять такі два несприятливі для виступу стани, як естрадна лихоманка й апатія [2]. У першому випадку наростаюче хвилювання перестає врівноважуватися процесом гальмування. Це відбувається через те, що в більшості людей сила збудження нервової системи сильніша від сили гальмування. Сильне хвилювання проявляється в напружених рухах, тремтінні рук і ніг, квапливій мові з проковтуванням слів і окремих складів, а також в акцентованій міміці й жестикуляції. Рухи стають напруженими, плечі злегка піднятими, подих прискореним і поверховим. Шкіра на обличчі починає покриватися червонуватими плямами, долоні стають вологими. Зрозуміло, що довго перебувати в такому стані людина не може. Нервова система починає виснажуватися, й після якогось часу організм входить у стан апатії, байдужості. У такому стані людина стає млявою, замикається в собі, може з'явитися сонливість. Рухи стають незграбними, пропадає координація, мова вповільнюється, стає тихою, маловиразною, з довгими паузами. Студент відчуває нездужання й слабкість. Так буває в результаті довгого очікування черговості виступу не тільки в музикантів, але й у початківців спортсменів, акторів, артистів цирку.

Початковим періодом підготовки до відповідального виступу або конкурсу може служити момент, коли студент вивчив програму цілком і стабільно виконує її напам'ять. Доцільним буде сказати, що вивчити програму необхідно не пізніше, ніж за місяць до призначеної дати концерту, оскільки музичний матеріал повинен вкорінитися у рефлекторних відчуттях і власному слуховому сприйнятті.

Якими б не були психологічні складності публічного виконання, вони можуть бути з успіхом усунуті, якщо студент буде володіти відповідними прийомами й способами їх подолання.

Як правило, вдалі виступи супроводжуються підняттям настрою, бажанням грати добре, виникненням відчуття бойового запалу, відсутністю стомлення, нормальним фізичним здоров'ям.

Невдалим виступам передують загальне стомлення й перевтома, погане харчування, відсутність режиму роботи й відпочинку, погана фізична підготовка, зниження настрою.

Г.Г. Нейгауз наводить слова А. Корто про те, що найважливіше для музиканта, що концертує, здійснює турне – це міцний сон і здоровий шлунок. Для самого Г.Г. Нейгауза найважливішою передумовою вдалого концерту був попередній відпочинок, бадьорий стан здоров'я [8, с. 128-130].

Важливий момент на початку щоденних занять – це розігрування. Воно необхідне не тільки для розминки м'язів, що беруть участь у грі, але, насамперед, для психічного апарату студента окремо і учасників ансамблю в цілому.

К.С. Станіславський відзначив, що будь-яку складну роботу, хоч як би людина звикла до неї, ніколи не можна починати стрімко. Це потрібно робити з деякою поступовістю [13, с. 3-5]. У процесі розігрування організм входить у стан «бойової готовності» – підвищується частота пульсу, ритм подиху, чутливість аналізаторів, швидкість протікання розумових процесів.

Корисно мати щоденні плани роботи, а також здійснювати планування професійного росту на тиждень, на місяць, на рік вперед, починаючи від найближчих цілей, до далеких і ставити перед собою все нові й нові завдання.

Проблема кількості щоденного часу занять пов'язана з тим, що гра на духових та ударних інструментах вимагає від виконавців неабияких фізичних зусиль роботи м'язів рук, губного апарату, м'язів дихання [4].

Спираючись на концепцію А.О. Прохорова, вироблення ігрових рефлексів можливе тільки при працездатному стані нервових клітин. При настанні в них гальмуючих процесів формування рефлексів ускладнюється. Тому робота повинна припинятися для відпочинку організму. Відповідно до законів фізіології, після відпочинку працездатність нервових клітин зростає й тому рівень досягнень помітно підвищується, навіть без видимих зусиль [9].

Усе це, так чи інакше, впливає на виконання й вимагає постійної корекції, миттєвого пристосування до обставин, що змінюються. Хто завжди готовий до подібних змін, у кого добре розвинена швидкість реакції, спритна фантазія, тому не страшні ніякі випадковості. Навпаки, вони можуть активізувати уяву, стати джерелом творчих здобутків.

Оцінка попереднього програвання й робота над помилками також входить у систему підготовки до концертного виступу.

Отже, виступ відбувся. Він міг бути успішним або неуспішним, але кожного разу необхідно проаналізувати його й зробити корисні висновки для підготовки до наступних виступів. На особливу увагу заслуговують недоліки виконання, з'ясування вихідних причин зривів. Осмислення причин помилок перший крок до їхнього усунення. Перше питання, що вимагає ясної відповіді, стосується психологічного настрою виконавців. Тут варто з'ясувати характер хвилювання: згадати, коли вдалося позбутися зайвої напруги; яким був емоційний стан до виступу, у момент виконання й у паузах між п'єсами; що дратувало й відволікало; чи вдалося встановити психологічний контакт з аудиторією.

Для того, щоб вдало виступити в концерті, зіграти на іспиті чи заліку, студентові необхідно досягти оптимальної концертної готовності. Оптимальний концертний стан за психологічними параметрами відповідає тому, що спортсмени називають «оптимальний бойовий стан». Подібних поглядів дотримувався Г.С. Костюк. Він зазначав, що логічно розглядати подібний стан за трьома найважливішими параметрами: фізичному, емоційному, розумовому [6].

При хорошому фізичному самопочутті, коли виникає відчуття здоров'я у всьому організмі, тіло здається сильним, гнучким, слухняним. Фізична підготовка студента може містити в собі такі види спорту, як біг, плавання тощо. Не рекомендуються вправи, пов'язані з силовими напруженнями рук, плечей, оскільки надмірна напруга м'язів формує м'язові затиски. Гарна фізична підготовка, що дає відчуття здоров'я, сили, витривалості й гарний настрій прокладають шлях до гарного емоційного стану під час публічного виступу, позитивно позначаються на протіканні розумових процесів, пов'язаних із концентрацією уваги, мислення й пам'яті, настільки необхідних і під час виступу. Відомо, що багато визначних виконавців могли, виходячи на сцену при поганому фізичному самопочутті, виступати добре. Сучасники відзначали такі сили й можливості у Рахманінова, Гілельса, Караяна. Виходячи на естраду, ці виконавці у фізичному плані починали себе почувати краще. Концертний стрес активізує захисні сили організму музиканта, відпускає його недуги. Але для молодих виконавців підтримка гарної фізичної форми є актуальною умовою зростання професійної майстерності.

Емоційний компонент оптимального концертного стану складається з відчуттів емоційного підйому, радісного передчуття майбутнього виступу, бажання грати для інших людей і приносити їм радість.

Одним з найважливіших показників оптимального емоційного стану перед виступом на сцені є частота серцевих скорочень, що кожний музикант повинен відчувати під час вдалих і невдалих виступів. Користуючись методом психоемоційної регуляції, можна знижувати або підвищувати частоту пульсу, приводячи його до оптимальних для цього музиканта показників.

Розумовий компонент оптимального концертного стану складається з ясності й швидкості мислення, здатності чітко представляти програму музично-ігрових рухів, втілюваних слухових образів. Метою є досягнення єдності розумових уявлень і технічного апарату студента. Це здійснюється за допомогою цілеспрямованої виконавської волі та контролюючої уваги щодо дії психічних процесів (мислення, пам'яті, уяви). Вольове зосередження уваги дозволяє студентові перенести все, що було зроблено в розумовому плані в процесі попередньої роботи, у зовнішній план, тобто показати свою роботу слухачам.

М. А. Давидов наголошує на тому, що існує низка базових положень, дотримання яких допомагає розвитку мотивованої концентрованої уваги (вмінню зосередитися не на три, а на п'ять, десять хвилин і т.ін.) і збільшенню його тимчасового обсягу (розширення обсягу уваги вкрай важливий показник навчання виконавству). Уміння зосереджувати увагу й довгостроково втримувати її на певному об'єкті – такий же важливий компонент оптимального концертного стану, як і підтримка фізичної форми та вміння регулювати частоту серцевих скорочень [5, с. 67-68].

Кожний студент по-різному описує свій найкращий концертний стан, знаходячи для цього власні визначення відчуттів, що виникли. Проаналізувавши й запам'ятавши відчуття, які передували вдалому виступу, студент може потім свідомо відтворювати такий же стан перед наступними виступами. Для цих цілей застосовується психорегулююче тренування, проведене на тлі зміненого стану свідомості.

Загалом, музиканти легко і швидко збуджуються, їхнє емоційне життя багатше, ніж у фахівців інших професій, вони більш вразливо реагують на життєві реалії. Тим часом виконавець мусить щоденно працювати над удосконаленням чи хоча б над підтриманням рівня своєї майстерності. Часто він змушений виконувати цю роботу навіть тоді, коли його нервова система перебуває не в найкращій формі. Йому дуже шкодить хвилювання. Наші дослідження дозволили охарактеризувати цей стан і, що дуже важливо, показати, коли хвилювання може впливати позитивно, а також висловити поради, як боротися з його негативними наслідками.

Можна висловити такі практичні поради музикантам-виконавцям:

- сприймай своє хвилювання, воно може мобілізувати до кращого виконання;
- працюй системно, але не механічно, пам'ятаючи, що недотримання системності обертається сильним хвилюванням;
- виконуючи вправи, якнайчастіше уявляй ситуацію публічного виступу, включаючи красу, урочистість власного концертного вбрання;
- переконуй себе, що вправи ефективно вплинуть на результати;
- повір у власні можливості;
- переконуй себе, що можеш добре грати, але не сподівайся, що краще, ніж завжди; відкинь думку, що допустиш помилку чи зіграєш погано;
- не бійся помилок, вони властиві навіть найкращим виконавцям;
- слухай свою гру і грай, щоб тобі подобалося, грай більше для себе, ніж для слухачів;
- оволодіння основними способами релаксації, це дозволить контролювати напруження м'язів та знайти найкращий для себе спосіб підготовки до виступу;
- не довіряй пам'яті лише одного виду, під час вправ використовуй різні види пам'яті;
- пам'ятай, що важкі фрагменти твору за допомогою вправ можуть стати легкими;
- перевіряй якість вивчення твору;
- вивчай (тренуй) твір в уяві;
- знаходь у виконанні твору радість, не бійся виявляти свої почуття, емоції;
- не вважай слухачів своїми супротивниками, вони на твоєму боці, своєю грою ти приносиш їм приємність;
- не перебільшуй значення невдалого виступу (програній бій – це не програна війна);
- перед виступом не розігруйся довго на творі, який будеш виконувати;
- розраховуй час так, щоб твір, який виконуватимеш публічно, міг «відлежатися»;
- вдавайся до різних форм поведінки, які відволікають увагу від стресових ситуацій (наприклад, прогулянки, фізичні вправи, зустрічі з друзями, тощо);
- запрошуй на свої виступи людей, які надають тобі почуття впевненості;
- грай там, де тільки можливо, тренуй свою гру в різноманітних умовах [3].

Наведені поради не вичерпують усіх можливих способів забезпечення виконавської майстерності. Збагачення власного досвіду (життєвого і виконавського) дасть можливість виробити індивідуальні способи.

Відомо, що музичне виконавство – це своєрідна творчість, вона тим колоритніша, чим вищий рівень майстерності музиканта, як технічної, так і художньої. Художня майстерність музиканта-інструменталіста – це не тільки атрибут професії, а й специфіка його психічної структури. Щоб досягти найвищої музичної майстерності, слід докласти максимальних зусиль, не стільки фізичних, скільки психічних [12].

Для самозвіту перед виступом можна відповісти на такі питання:

– що Ви відчували, думали й робили напередодні вашого вдалого виступу й перед самим виходом на сцену?

– чи вмієте Ви цілеспрямовано створювати для себе оптимальний концертний стан?

– за допомогою яких прийомів Ви цього досягаєте?

– хто з інших людей допомагає Вам досягти найкращого концертного стану?

– за який час до початку виступу Ви відчуваєте настання оптимального концертного стану?

– чи є Ваш оптимальний концертний стан стійким? Від чого це залежить?

– можливо, що найкращий оптимальний концертний стан Ви випробували не на сцені, а граючи в класі або в дружньому колі. Опишіть цей стан;

– якщо Ви рідко випробовуєте оптимальний концертний стан або не випробовуєте його зовсім, помрійте, яким би цей стан міг бути?

Як засвідчує практика, оптимальний концертний стан найчастіше проявляється у тих студентів, які мають музично-виконавську обдарованість.

Підсумовуючи вищевикладений матеріал, можна зробити висновок, що зазначена проблема є великою за обсягом і потребує продовження вивчення психологічних процесів, пов'язаних із концертним виконанням і визначенням нових раціональних шляхів у досягненні стабільних і успішних виступів. Виконання у складі ансамблю ще більше загострює і ускладнює цю проблему, що пов'язана не з одним виконавцем, а з групою студентів, які мають індивідуальні темпераменти, свої індивідуальні здібності та індивідуальну реакцію у відповідальний момент. Складність роботи викладача полягає в тому, щоб враховувати все сказане й удосконалити виступ ансамблю.

Розглянути усі психологічні аспекти художньої майстерності музиканта-інструменталіста у межах статті неможливо, однак висвітлення окремих її аспектів сприятиме подальшому вдосконаленню методики формування музично-виконавської майстерності.

Список використаних джерел:

1. Ансамбль // Энциклопедический словарь / сост. Б.Штейнпресс и И.Ямпольский: [отв. Л.Е.Гаккель]. – М.: ГНИ БСЭ, 1953. – С. 170-171.
2. Апатский В.Н. Камерный ансамбль и воспитание оркестрового музыканта / В.Н. Апатский // Дослідження, досвід, спогади. – Вип. 6. – К., 2005. – С. 138-143.
3. Білоус В.П. Психологічні аспекти формування виконавської художньої майстерності / В.П.Білоус: навч.–метод.посібник. – К.: ДАККК. – М., 2009. – С. 3.
4. Григор'єв Г.М. Характеристика і класифікація духових та ударних інструментів та правила їх використання: методичний посібник / Г.М. Григор'єв. – К., 2007. – С. 25.
5. Давидов М.А. Теоретичні основи формування виконавської майстерності баяніста / М.А. Давидов. – К.: Музична Україна, 2004. – С. 67-68
6. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Г.С.Костюк; за ред. Л.М. Прокопенко. – К.: Рад. школа, 1989. – С. 403-409.
7. Левитов Н.Д. Проблема психических состояний / Н.Д.Левитов // Вопросы психологии. – М., 1971. – № 6. – С. 171-177.
8. Нейгауз Г.Г. Об искусстве фортепианной игры / Г.Г.Нейгауз // Записки педагога.– 5-е издание. – М.: Музыка. – 1988. – С. 128-130.
9. Прохоров А.О. Психические состояния и их проявления в учебном процессе / А.О. Прохоров. – Казань: Изд-во Казанского ун-та, 1991. – 165 с.
10. Психологічний словник / За ред. В.Г. Войтка. – К.: Вища школа, 1982. – С. 66.
11. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание / С.Л. Рубинштейн. – М.: Изд.-во АН СССР, 1957. – 328 с.
12. Сирятинська Т.І. Виконавська інтерпретація в аспекті психологічної особистості музиканта-артиста: автореф. дис. канд..мистецтвознавства / Т.І.Сирятинська. – Харків, 2008. – 17 с.
13. Станиславский К.С. Собрание сочинений в 9-ти томах / К.С.Станиславский. – Т. 3. – М.: Искусство, 1990. – С. 3-5.
14. Ушинский К.Д. Человек как предмет познания / К.Д.Ушинский // Пед. соч. в 6-ти том. – Т. 6. – М.: Педагогика, 1990. – 528 с.
15. Цагарелли Ю.М. Психология музыкально-исполнительской деятельности / Ю.М. Цагарелли. – С.-П.: Композитор, 2008. – 367 с.