

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ К ПУБЛИЧНОМУ ВЫСТУПЛЕНИЮ ЮНЫХ МУЗЫКАНТОВ

Шагай Ю.Г.

Музыкальное искусство – это среда, которая формирует все лучшие качества человека.

Современные дети испытывают потребность в хорошей музыке, в хорошем общении, в хорошей среде. Музыка делает человека не только более образованным, более культурным, но и более счастливым. Музыка не только учит слушать, но и слышать, не только смотреть, но и видеть, а видя и слыша, человек начинает чувствовать окружающий мир! Счастье человека зависит от того, какие эмоции он испытывает, какими глазами он смотрит на мир, в каком мире он живет. Получая базовое музыкальное образование, ребенок поет, играет, сочиняет и слушает музыку.

Культурная среда ДМШ, музыкальных студий, музыкальных кружков помогает ребенку в этом становлении. Главная цель занятий во всех этих учреждениях – музицирование перед слушателями. Дети любят выступать в концертах, но это не всегда проходит успешно.

Многие великие музыканты рассказывают о том, какие проблемы возникают у них и у их учеников во время публичных выступлений, как они готовятся к концертам, чем занимаются накануне и в день выступления. Но говорят они об этом со своих звездных высот [1; 2; 3]. Мы же работаем с самыми обычными детьми.

Рассмотрим проблемы, связанные с публичными выступлениями, и наш опыт решения некоторых из них.

Публичные выступления являются обязательным завершением работы над музыкальными произведениями, которые проходят в форме контрольных уроков, академических концертов, зачетов, конкурсов. Таков порядок обучения в ДМШ. Для преподавателя выступление ученика на публике – это возможность показать свой профессионализм: насколько хорошо он сумел научить ученика навыкам владения инструментом, как развил его творческое воображение, раскрыл его природные возможности. Это момент истины – радостный и тревожный, вершина той пирамиды, которую он складывает из урока в урок, из года в год, раскрывая ребенку волшебный мир музыки. А для ученика, прежде всего, это волнение, страх, то есть состояние стресса, и, как следствие, – тусклая, неинтересная игра, допускающая текстовые ошибки, иногда приводящая к полному провалу. Сценическому волнению подвержены все без исключения: и малыши, для которых выступление скорее занимательное, чем волнующее событие, и имеющие опыт публичных выступлений ученики средних и старших классов.

Психологическое состояние исполнителя, готовящегося выйти на сцену, можно сравнить с состоянием спортсмена перед стартом. Как правило, данное состояние проявляется в одной из трех основных форм: «творческий подъем», «предстартовая лихорадка» и «апатия». «Творческий подъем» характеризуется быстротой реакции, обострением внимания, повышением уровня адаптивных возможностей. «Предстартовая лихорадка» приносит исполнителю ощущение тревоги и беспокойства. Тормозные процессы в коре головного мозга не могут сдержать возбуждение, поведение становится суетливым, внимание рассеивается, эмоциональное напряжение быстро возрастает и часто неадекватно ситуации. Состояние «апатии» сопровождается ощущением вялости, нежеланием действовать. Реакции замедляются, тормозные процессы в коре головного мозга превалируют над процессами возбуждения.

Попытка хоть немного классифицировать формы психологического состояния исполнителей не может вместить всю гамму ощущений, которые испытывает юный музыкант, выходящий на сцену. Так, один исполнитель смертельно боится ошибиться, забыть текст, другой – смущен обстановкой концертного зала, ему не по себе от устремленных на него глаз, кому-то все надоело, и он мечтает поскорее уйти домой, а некоторые музыканты испытывают состояние радости и с нетерпением ждут общения с публикой. Кому-то необходима эмоциональная встряска, а кому-то – покой, одни употребляют валерьянку, другие не пользуются ничем. Некоторые стараются все внимание сосредоточить на предстоящем выступлении, другие думают о чем-то своем, не связанном с концертом. Наконец, один привык перед выступлением много разгрызаться, а другому это вовсе не нужно, он боится устать и бережет силы.

Для того чтобы помочь юному исполнителю справиться с теми или иными негативными ощущениями перед выходом на сцену, необходимо формировать у него состояние творческого подъема, воспитывая следующие потребности: потребность приобщиться к прекрасному, участвуя в исполнительском процессе, потребность в творческом общении с публикой и потребность в самовыражении, в желании запечатлеть, сохранить, донести до слушателей свое особое видение мира. Увле-

ченность исполнительским процессом, творческими задачами, художественными образами помогает юному артисту направить свое волнение в нужное русло. Тем исполнителям, которые не могут сосредоточиться на творческих задачах и озабочены тем, к каким последствиям приведет возможная ошибка, как они выглядят, какое впечатление производят на слушателей, можно посоветовать воспользоваться методом внушения, внушить себе желание как можно скорее выступить перед публикой: «Я очень хочу играть, я сыграю хорошо, и мое исполнение понравится слушателям». И если это повторять достаточно часто вслух и про себя, то страх перед выступлением постепенно будет уступать место чувству уверенности. Кроме того, замечено, что чем больше исполнительский опыт, чем чаще музыкант выходит на сцену, тем реже страдает он от негативных форм волнения.

Подготовку к выступлению педагоги должны начинать с подбора программы. Очень многие преподаватели боятся легкого, хотя и по классу подобранного репертуара. А ведь среди «Жизненных правил для музыканта» Роберта Шумана есть одно замечательное правило: «Старайся играть легкие пьесы красиво и легко. Это лучше, чем посредственно исполнять трудные» [4]. На практике иногда бывает, что ученик играет с большим трудом, не справляясь с пьесой ни технически, ни музыкально. В этом случае правильнее будет, проанализировав способности и возможности ученика, выбрать для него посильную программу. Это даст возможность ребенку почувствовать себя сильнее, артистичнее и музыкальнее, утвердит в нем формулу «Я могу!». А это уже движение вверх.

Подобрав программу, преподавателю не следует форсировать события и торопить ученика. Детям не свойственна торопливость в познании чего-то нового. Медленно, маленькими шажками дети учатся ходить. В течение двух-трех лет начинают говорить. Не спеша, по слогам учатся читать. Старательно выводя крючочки и палочки, учатся писать. И не надо их торопить.

Полагаясь на опыт работы в музыкальной школе, можно сказать, что для 99% учеников (а это дети со средними музыкальными способностями, которые не собираются быть профессиональными музыкантами) золотое правило «Тише едешь – дальше будешь» ра-

ботаает на все 100%, как в текущем моменте, так и в перспективе. Взяв в работу какое-либо произведение и показав, как оно будет звучать в готовом виде, следует приступить к сложному процессу разбора и разучивания текста. Но уже на этом этапе ученик должен пытаться делать динамику, интонацию, настроение, выполняя при этом два условия: не спешить и не ошибаться. В зависимости от темперамента кому-то из учеников это дается легко, кому-то трудно. Но все дети знают, что количество допускаемых ими ошибок (звуковысотных, штриховых, аппликатурных, интонационных) напрямую зависит от выбранного темпа. На уроке следует обязательно находить для каждого произведения комфортный темп, в котором получается все без напряжения, легко и естественно. Как садовник, выращивая дерево, не тянет его за ветки вверх, чтобы росло поскорее, не расправляет лепестки цветка – он раскроется сам, когда придет время, – просто поливает, подкармливает и ждет, так и мы не сдерживаем и не форсируем, а просто «растим» исполняемое произведение.

Хорошо усвоив и осознав текст, ученику следует научиться начинать его с любого места, так, на всякий случай. А то, что должно прозвучать в готовом виде, – это праздник, который не бывает каждый день. Поэтому до самого выступления обязательно нужно играть по нотам в среднем или медленном темпе, в зависимости от ситуации. Основные психологические процессы, возникающие в момент исполнения музыкального сочинения, – внимание, воля, слуховые представления, оптимальный уровень эмоционального возбуждения, гибкость психологической адаптации, художественное истолкование сочинения. Большинство психологов считают волю и внимание необходимыми условиями для успешного осуществления какой-либо деятельности. Исполнительская деятельность относится к числу волевых актов. Исполнительская воля позволяет снимать импульсивность во время выступления, достигать органического единства эмоционального и рационального.

Преподавателю очень важно определить исполнительские возможности своих учеников. За несколько дней до выступления необходимо проводить репетицию с многократным проигрыванием всей программы, от трех до пяти раз, что позволяет педагогу услышать,

какое исполнение будет наиболее удачным. И уже исходя из этого, в день выступления разыграть ученика перед выходом на сцену.

Хорошим тренингом по преодолению сценического волнения является большое количество «маленьких» публичных выступлений, где публикой могут быть мамы, папы, дедушки, бабушки, друзья, просто случайные люди и т.д. В процессе подготовки к концертному исполнению большую помощь может оказать моделирование состояния, близкого к сценическому.

Известна история знаменитой пианистки Маргерит Лонг, которая репетировала свое концертное выступление в присутствии детских кукол. Она рассадил их по комнате. Войдя, поздоровалась с ними и затем исполнила всю программу. Постепенно она привыкла находиться в ситуации присутствия публики и на реальных концертах играла блестяще [5]. Эффективность таких выступлений для воспитания исполнительской воли и преодоления сценического волнения очень высока. Подытоживая вышесказанное, можно с уверенностью сказать, что «универсальных» рецептов для преодоления негативных форм сценического волнения не существует. Выбирая те или иные приемы психологической подготовки, необходимо учитывать индивидуальные особенности психики юного музыканта. Ученику, не верящему в свои возможности и панически боящемуся ошибок, нужно постараться внушить мысль, что одна удачно сыгранная музыкальная фраза важнее десятка случайных ошибок. Если хоть что-то в выступлении получилось хорошо, то исполнителю можно простить многие «грехи», потому что творческие удачи и есть то главное, ради чего исполнитель вышел к слушателям.

Учащимся, которые жалуются, что перед выходом на сцену теряют интерес к выступлению, можно посоветовать беречь свои физические и духовные силы, разумно чередовать творческую работу и отдых, чтобы оптимальный уровень творческого возбуждения возник именно к началу выступления.

Стресс, вне всякого сомнения, является основным критерием, определяющим низкое качество выступления ученика на сцене. Предложенная в данной статье подготовка к концертным выступлениям дает хорошие результаты в целом – дети играют без срывов, грубых ошибок, остановок, ровно и стабиль-

но. Маленькие музыканты за инструментом демонстрируют не только приобретенные навыки и умения, но выражают свое отношение к музыке, к исполняемому произведению, свою индивидуальность, накапливают положительный опыт публичных выступлений.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1 Алексеев А.Д. Методика преподавания фортепиано. – М.: Государственное музыкальное издательство, 1961. – 272 с.

2 Тимакин Е.М. Воспитание пианиста: методическое пособие. – М.: Советский композитор, 1989. – 144 с.

3 Хохрякова Г. Возможно ли обучение без мучения? Методическое пособие. – Новосибирск: 1998. – 62 с.

4 Шуман Р.А. «Жизненные правила для музыканта». Сайт: <http://shumann.net.ru/rules.htm>

5 Лонг М. «Le piano de Margerite Long» («Фортепиано Маргерит Лонг», 1958. <http://www.belcanto.ru/long.html>

6 Новицкий В.В. Патофизиология: учебное пособие. – Томск: ТМЛ-Пресс, 2003. – 438 с.

7 Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей // Избранные труды: В 2 т. – М.: Педагогика, 1985.

8 Готсдинер А.Л. Музыкальная психология. – М., 1983.

Түйін

«Жас музыканттардың көпшілік алдында өнер көрсетудегі кейбір дайындық аспектісі» мақаласында, автор оқушылардың сахнада орындаушылық қабілетін шыңдау жөніндегі кейбір сұрақтарға жауап іздеген. Мұғалім өзінің тәжірибесі барысында музыка мектебіндегі оқушылармен жұмыс жасай отырып, олардың емтихандарға, тыңдауларға, концерттерге дайындалу нәтижесін жинақтап қорытады. Сонымен қатар, сахналық қобалжу себептерін және оны болдырмау мәселелерін талқылайды.

Conclusion

The point of the article “Stage fever and the ways of its’ overcoming” is methods of public performance training of young musicians. The teacher generalizes his experience in training of music school pupils for performance at the exams, concerts and casting sessions. The author considers the reasons of the stage fever and the ways of