

УДК 159.99:78

DOI <https://doi.org/10.24919/2308-4863/35-8-14>**Наталія ШЕТЕЛЯ,***orcid.org/0000-0001-8810-4805**кандидат психологічних наук, заслужений працівник культури України,  
директор**КЗВО «Ужгородський інститут культури і мистецтв» Закарпатської обласної ради  
(Ужгород, Україна) n.shetelia@uohk.com.cn***Тіберій ЧЕГІ,***orcid.org/0000-0002-0890-6048**кандидат психологічних наук, доцент,  
викладач кафедри мистецьких дисциплін**КЗВО «Ужгородський інститут культури і мистецтв» Закарпатської обласної ради  
(Ужгород, Україна) t-chehi@ust-hk.com.cn***Ангеліна ШЕСТАК,***orcid.org/0000-0002-9957-8165**студентка II курсу кафедри мистецьких дисциплін**КЗВО «Ужгородський інститут культури і мистецтв» Закарпатської обласної ради  
(Ужгород, Україна) shestak29@nuos.pro*

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ МУЗИКАНТІВ

У пропонованому науковому дослідженні висвітлено питання психологічних чинників підготовки майбутніх музикантів. Формування майбутніх діячів сучасної музичної культури у психологічному плані є вельми складним процесом, що потребує значних зусиль як із боку музичних педагогів, так і з боку самих студентів театральних вишів, що опановують професію музиканта. Психологічна підготовка майбутніх музичних виконавців є одним із головних чинників формування належного рівня їхньої сценічної майстерності та запорукою здатності майбутніх музикантів опановувати хвилювання під час сценічного виступу у процесі своєї професійної діяльності. Тому визначення чинників, що впливають на ефективність подібної підготовки, є вельми важливим із погляду підвищення якості процесу психологічної підготовки майбутніх музикантів та створення умов щодо їх подальшого якісного професійного розвитку.

Актуальність зазначеної тематики дослідження зумовлена важливістю якісної підготовки майбутніх фахівців музичного мистецтва у психологічному плані та наявністю великої кількості проблем у цій сфері. Методологія цієї наукової роботи має в основі поєднання системного аналізу питань психологічних чинників підготовки майбутніх працівників сфери музики з логічним компонуванням висновків, що були зроблені за результатами цього аналізу. Головними результатами пропонованого наукового дослідження варто вважати визначення основних чинників підвищення рівня психологічної стійкості майбутніх музичних виконавців. Перспективи подальших наукових досліджень у визначеному напрямі зумовлені складністю та важливістю питань психологічної підготовки музикантів до публічних виступів та необхідністю пошуку шляхів визначення основних віх психологічної підготовки музикантів різних стилів та жанрових напрямів. Прикладна цінність цієї наукової роботи полягає в можливості ефективного застосування у практичній сфері отриманих результатів із метою покращення якості підготовки музикантів та умов розвитку майстерності майбутніх музичних виконавців.

**Ключові слова:** музичне мистецтво, психологічна підготовка, майбутній музикант, сценічне хвилювання, підготовка музичного виконавця, публічний виступ.

**Nataliia SHETELIA,***orcid.org/0000-0001-8810-4805**Candidate of Psychological Sciences, Honored Worker of Ukraine Culture,  
Director**Municipal Establishment of Higher Education “Uzhhorod Institute of Culture and Arts”  
by Transcarpathian Regional Council  
(Uzhhorod, Ukraine) n.shetelia@uohk.com.cn*

**Tiberii CHEHI,**

*orcid.org/0000-0002-0890-6048*

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor;*

*Lecturer at the Department of Artistic Disciplines*

*Municipal Establishment of Higher Education "Uzhhorod Institute of Culture and Arts"*

*by Transcarpathian Regional Council*

*(Uzhhorod, Ukraine) t-chehi@ust-hk.com.cn*

**Anhelina SHESTAK,**

*orcid.org/0000-0002-9957-8165*

*2<sup>nd</sup> year Student at the Department of Artistic Disciplines*

*Municipal Establishment of Higher Education "Uzhhorod Institute of Culture and Arts"*

*by Transcarpathian Regional Council*

*(Uzhhorod, Ukraine) shestak29@nuos.pro*

## PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PREPARATION OF FUTURE MUSICIANS

*The proposed research highlights the issues of psychological factors in the training of future musicians. The formation of future figures of modern musical culture in psychological terms is a very complex process that requires considerable effort on the part of both music teachers and students of theatre universities, mastering the profession of musician. Psychological training of future musicians is one of the main factors in forming the appropriate level of their stage skills and the key to the ability of future musicians to master the excitement during the stage performance in the course of their professional activities. Therefore, determining the factors that affect the effectiveness of such training is very important in terms of improving the quality of the process of psychological training of future musicians and creating conditions for their further quality professional development.*

*The relevance of this research topic is due to the importance of quality training of future professionals in the field of music in psychological terms and the presence of a large number of problems in this area. The methodology of this scientific work is based on a combination of systematic analysis of the psychological factors of training future employees in the field of music with the logical composition of the conclusions drawn from the results of this analysis. The determination of the main factors that increase the level of psychological stability of future musicians should be considered the main result of the proposed research. Prospects for further research in a particular direction are due to the complexity and importance of psychological training of musicians for public performances and the necessity to find ways to determine the main milestones of psychological training of musicians of different styles and genres. The applied value of this scientific work is the possibility of effective application in practice of the results obtained in order to improve the quality of training of musicians and the conditions for the development of skills of future musicians.*

**Key words:** *musical art, psychological training, future musician, stage excitement, preparation of a musical performer, public performance.*

**Постановка проблеми.** Визначальний вплив середовища, обставин буття в становленні особистості – аксіоми філософії та педагогіки. «Культурний потенціал середовища істотно визначає загальну культуру особистості, яка, безперечно, органічно пов'язана і з професійною культурою. Певним чином моделюючи середовище, ми можемо мати значний і ефективний вплив на свідомість людини, задаючи їй певну стилістику поведінки і відносин, впроваджуючи в її свідомість відповідні соціальні стандарти й норми, формуючи в ній через середовище поведінкові установки та звички» (Переславцева, 2018: 95). Освітнє середовище – це система впливів та умов формування особистості за заданим зразком, а також можливостей для її розвитку, що містяться в соціальному й у просторовому й предметному оточенні. При цьому важливо мати на увазі, що цей «зразок» має соціально зумовлений характер (Переславцева, 2018: 95).

У професійній освіті майбутніх музикантів можна виділити інваріантну й варіативну складові частини. Інваріантна складова частина має на увазі підготовку, загальну для всіх музикантів, що не залежить від їх стильової спрямованості. Варіативна складова частина відображає особливості підготовки з урахуванням стильової спрямованості. Реалізувати цей складник можна на рівні освітнього середовища навчального закладу.

Охарактеризуємо модель освітнього середовища вишу, в якому здобувають професійну освіту майбутні музиканти. До моделі, націленої на розвиток особистості майбутнього фахівця, належать соціальний, просторово-предметний та організаційно-технологічний компоненти, зона перетину яких утворює «зону розвивальних можливостей». У цій зоні й здійснюється формування інформаційної культури майбутнього музиканта (Переславцева, 2018: 95).

У пропонованому контексті на перший план виходить питання сценічного відчуття майбутнього музиканта. Загалом проблема сценічного творчого самопочуття перед концертним виступом є однією з актуальних та хвилює багатьох музикантів-виконавців. Підготовка майбутнього музиканта-виконавця до сцени має починатися вже в початковий період навчання в умовах дитячих музичних шкіл; у подальшому основна робота в цьому плані лягає на плечі самого виконавця та його педагога в коледжі.

Практика показує, що професійні артисти з усією серйозністю підходять до вивчення сукупностей зовнішніх й внутрішніх умов, що впливають на публічні виступи. Такий самий підхід має формуватися, відповідно, і в роботі зі студентами, починаючи з першого року навчання. Виховання емоційної стійкості до концертного виступу передбачає як загальні для всіх виконавців принципи підготовки, так і суто індивідуальні способи виховання навичок. Отже, подальше вдосконалення виконавської майстерності музикантів пов'язане, зокрема, з вихованням творчого сценічного самопочуття.

Досить часто зустріч із публікою викликає у виконавця особливий, дуже складний, захоплено-піднесений або пригнічений стан, що, за аналогією з переживаннями людини в інших ситуаціях, визначається як хвилювання або стрес. Як зазначають психологи, сценічне хвилювання має всі ознаки стресових станів (Піджоян, 2013: 173).

Про хвилювання, пов'язане з концертним виступом, свідчать значні вегетативні зміни: мобілізуюча діяльність ендокринної системи, що призводить до біохімічних зрушень у крові, часом суттєві відхилення в діяльності серцево-судинної та дихальної систем – частий пульс та аритмічне дихання, біоелектричні зміни в центральній нервовій системі тощо.

У зв'язку з цим психологічна готовність студента до виступу має не менше значення, ніж професійно-виконавська підготовка як така – на це вказує переважна більшість викладачів-музикантів. Вся робота, яка велася студентом над музичним твором у класі та вдома, проходить «випробування на міцність» саме в умовах публічного виступу (Піджоян, 2013: 174).

З цього погляду аналіз професійної підготовки майбутніх музикантів варто здійснювати з обов'язковим урахуванням рівня та якості їхньої психологічної підготовки. Якісно поставлене психологічне виховання майбутніх музичних виконавців забезпечує їхню психологічну стійкість безпосередньо під час сценічного виступу

та є надійною запорукою подальшого зростання їхньої сценічної майстерності.

**Аналіз досліджень.** Дослідження широкого кола питань психологічної підготовки майбутніх музичних виконавців має місце в наукових дослідженнях М. А. Олійник, К. В. Піджояна, Л. І. Переславцевої та багатьох інших вчених, що у своїх наукових роботах висвітлюють різноманітні чинники загального виховання майбутніх музикантів та підвищення рівня їхньої психологічної підготовки зокрема. Аналіз важливості та якості психологічної підготовки майбутніх музикантів займає важливе місце в роботах вищезазначених та інших авторів, що проводять різноманітні дослідження чинників психологічної підготовки студентів з метою визначення найбільш ефективних прийомів та методик спрямування цього процесу у контексті підвищення рівня психологічної стійкості майбутніх музичних виконавців, розвитку в них вміння опанувати хвилювання під час виступу та формування більш високого рівня виконавчої культури загалом. Різноманітність поглядів на вирішення поставленої проблеми сприятиме її належному розв'язанню, що зі свого боку здатне позитивно вплинути на рівень психологічної стійкості випускників театральних вузів.

**Мета статті** полягає у відображенні основних чинників формування психологічної стійкості майбутніх музичних виконавців.

**Виклад основного матеріалу.** Вважаємо звернення до наукового вивчення проблеми психолого-педагогічної підготовки музикантів до концертного виступу актуальним та закономірним, оскільки такий виступ є не тільки результатом роботи над конкретною виконавською програмою, а й показником якості виконавського рівня та загальної професійної підготовки. Для процесу психолого-педагогічної підготовки виконавців надзвичайно важливим є питання ієрархії її компонентів. Якщо на більш високому ієрархічному рівні знаходиться загальна професійна підготовленість, то підготовку концертних програм варто розглядати як засіб досягнення цієї мети. Якщо вище за ієрархією ставиться готовність концертної програми, процес психолого-педагогічної підготовки музичного виконавця має будуватися в напрямі якісного опрацювання певного набору таких програм, а загальну професійну підготовку необхідно розглядати як допоміжний засіб для цього (Олійник, 2018: 4).

Широка практика концертної діяльності, а також педагогічний досвід підготовки музикантів в освітніх установах різного рівня свідчать про

актуальність проблеми естрадного хвилювання, з якою стикаються практично всі виконавці, особливо початківці. Це пов'язано з тим, що розвиток артистичних здібностей (у тому числі емоційно-регулятивних) як здатності володіти собою в момент виступу й перемагати естрадне хвилювання, – це тривалий процес формування придатності музичного виконавця до професійної виконавської діяльності (Курганська, 2008: 58–60).

Сам по собі концертний виступ для більшості музикантів є стресовою ситуацією, а конкурсне випробування – особливо. Музичне виконавство є одним із найскладніших видів інтелектуально-рухової діяльності людини. Наприклад, робота художника чи композитора, як правило, проходить у спокійних робочих умовах – вдома, або в майстерні, в кабінеті. Підсумок цієї роботи – готовий закінчений твір, що надається публіці, який завжди можна відкоригувати в разі виявлення будь-яких недоліків. У музиканта-виконавця вихід на сцену є підсумком всієї його передконцертної роботи, і змоги виправити будь-які невдалі фрагменти музичного твору немає. Все це загострює почуття відповідальності перед слухачем, що зі свого боку викликає естрадне хвилювання, «страх естради» і стресову ситуацію. У разі виступу на конкурсі хвилювання виконавця підсилює і той фактор, що його гру оцінює високопрофесійне журі, від оцінки якого залежить кінцева мета конкурсанта – прагнення отримати звання лауреата. Як зазначають багато вчених, «музикант на сцені знаходиться під подвійним гнітом стресових факторів підсумковості та публічності, тому будь-який сценічний виступ може розглядатися як підсумкова діяльність в екстремальних умовах» (Федорова, 2007: 186).

У музикознавчій літературі проблема психічного стану музикантів-виконавців вивчається багатьма авторами з погляду аналізу причин естрадного хвилювання. У методичній літературі описано два типи хвилювання: «хвилювання-підйом» та «хвилювання-паніка».

Сучасні психологи, що працюють у сфері мистецтва, розрізняють два типи стресу за ступенем позитивного впливу на здоров'я та функціонування організму:

1) еустрес – синдром, який сприяє підвищенню активності організму та збереження здоров'я (активізує діяльність, покращує роботу пам'яті, координацію, прискорює рух і тощо);

2) дистрес – шкідливий синдром виснаження захисних сил організму (дезорганізує, викликає рухову загальмованість, звужує сприйняття, розсіює увагу, погіршує роботу пам'яті).

Цілком очевидно, що в обох випадках другий тип хвилювання, стресу явно несприятливий для сценічної діяльності. І тим не менш він зустрічається досить часто та є серйозною проблемою музикантів-виконавців, що вимагає всебічного вивчення та пошуків вирішення цієї проблеми (Ципін, 2012: 149–168).

У музичній педагогіці утвердилася думка про те, що естрадне хвилювання обернено пропорційне ступеневі підготовки виконавця до публічного виступу. Серед поширених чинників непевності, а іноді й страху, виділяються ті, що зумовлені психічним станом, який призводить до інтелектуальної або м'язової скрутості, дискомфорту волі, втрати самовладання та до ризику провалу на сцені. Однак, як показує практика, трапляється, що добре підготовлена концертна програма зазнає краху від сценічної «лихоманки», невмінням керувати своїми емоціями на сцені, коли замість демонстрації своїх творчих досягнень у музиканта з'являється бажання скоріше дограти й піти зі сцени. Найчастіше попередні невдалі виступи можуть відкладатися в підсвідомості й бути причиною подальших «страхів» перед виступом.

Фахівці зі сценічної психології вважають, що в підготовці до сценічного виступу та під час виступу у сценічних умовах важливе значення має мотивація участі в музичному конкурсі або концертній програмі. Для одних учасників конкурсу домінуючими є «цільові» мотиви, наприклад, отримати премію, для інших – «процесуальні», наприклад, потреба в самому процесі підготовки складної конкурсної програми, можливість пройти випробування в екстремальних сценічних умовах.

Психічний стан виконавця в умовах публічного виступу буде істотно залежати від того, цільовий або процесуальний характер має домінуюча потреба.

Після виступу, концертного або конкурсного, дуже важливо провести аналіз свого виконання, самопочуття на сцені і допомогти молодому виконавцеві в цьому має його педагог. Важливо розуміти й те, що це концертний виступ – не останній етап виконавської діяльності, а лише своєрідний підсумок одного з них. Тому треба навчитися «опановувати себе» і хвилюватися лише тією мірою, якою вимагає твір композитора. Ретельність аналізу виступу визначить комплекс майбутніх творчих завдань, вирішення яких знизить ризик професійних зривів та втрат на сцені (Лезедова, 2010: 288).

Вкрай небажаною в процесі підготовки та здійснення концертно-виконавської діяльності є під-

вищена тривожність, яка в крайніх своїх проявах переростає у страх сцени й публічного виступу загалом, що, врешті-решт, зводить нанівець всю підготовчо-репетиційну роботу, призводячи до невдалого виступу на концерті. Крім того, є ризик, що страх сцени блокуватиме можливість успішного професійного розвитку музичного виконавця в області майбутньої педагогічної діяльності.

У концертно-виконавській діяльності виступ музиканта пов'язаний з артистичністю, необхідність якої досить очевидна для всіх. При роботі над музичним твором головною метою є опрацювання художніх деталей, але на концерті особливу вагу має також цілісна форма інтерпретації музичного твору, тому вимоги до якостей, які забезпечують різні аспекти сприйняття й виконання, однаково високі. Високі вимоги концертно-виконавська діяльність висуває і до психомоторики, атенційних властивостей (особливо до стійкості й розподілу уваги), а також до емоційно-вольових якостей виконавця (Олійник, 2018: 5).

Більшості учнів слід не перевтомлюватися в день виступу, не грати багато на інструменті, не здійснювати ніякої виснажливої роботи – психічної та фізичної. Якщо концерт увечері, перед ним бажано хоч трохи відпочити. Разом із тим не слід різко змінювати звичний режим, оскільки це може несприятливо відбитися на стані нервової системи (Мергалієв, 2013: 260–266).

Особливо складні завдання виникають перед виконавцем-учнем, коли йому доводиться готувати до виступу не один твір, а цілу концертну програму. Передусім важко досягти того, щоб вся вона одночасно перебувала в готовності до необхідного терміну. Часто деякі твори виявляються «сирими», недопрацьованими, до інших учень вже втратив інтерес та починає грати їх дедалі гірше. В результаті останні дні перед виступом протікають у вкрай знервованому стані – щось наспіх доучується, десь терміново ставляться «заплатки».

Щоб уникнути цього, варт так планувати роботу над програмою, щоб найскладніші її номери були підготовлені заздалегідь. Це стосується і творів поліфонічних, великої форми, віртуозного характеру. Їх корисно вивчити завчасно й дати їм, як кажуть, деякий час «полежати». Все має бути вивчено не на 4 й навіть не на 5, а на 5+! Цього вимагають справжні «сюрпризи» публічного виконання: капризи пам'яті, технічні зриви тощо. Того ж вимагає повна самовіддача творчості.

Виконання програми вимагає і стійкості уваги. Досягти цього допомагає невпинна робота над

внутрішньою логікою музичного розвитку, прагненням якомога яскравіше втілити чутний внутрішнім слухом звуковий образ. Стійкість уваги, подібна до фізичної витримки, також необхідної при виконанні програми, виробляється в процесі тренування не тільки на естраді, але й у період підготовки до виступу. Перед концертом важливо іноді програвати програму під час домашніх занять, серед друзів та знайомих. Виконавець має навчитися цілісно охоплювати програму. Треба «зліпити» її форму, відчутти взаємозв'язок творів, що до неї належать (Непрелюк, 2018: 43).

Безпосередньо перед виступом увагу учня не можна завантажувати багатьма зауваженнями, оскільки це зазвичай шкідливо відбивається на виконанні. Було б неправильним не робити зовсім ніяких вказівок – важливо, щоб учні точно знали, як їм треба працювати над тим чи іншим твором до самого дня виступу, інакше вони нерідко починають «псувати» вивчене. Останні зауваження перед виступом мають бути спрямовані на усунення найістотніших недоліків, переважно пов'язаних із трактуванням цілого, але іноді й окремих важливих деталей (Воротной, 2007: 92-97).

В учня треба виховувати впевненість, щоб він був достатньо підготовлений до виступу. Ця впевненість створюється не тільки відповідними словами педагога. Велику роль тут відіграють вдалі виконання програми перед виступом.

Зазначені вище чинники мають велике значення у процесі психологічної підготовки майбутніх музикантів та виховання в них достатнього рівня впевненості перед сценічним виступом. Впевненість музичного виконавця у своїй професійній компетенції є характерною ознакою високого рівня його сценічної майстерності та належним чином спрямованої психологічної підготовки.

**Висновки.** Хвилювання музиканта перед сценічним виступом є нормальним явищем та властиве абсолютно усім без винятку виконавцям. Хвилювання може бути різним. Всіма знана «схвилюваність», «піднесеність» перед виступом та під час нього є не тільки природною, але й бажаною, корисною, благотворною. Крім «хвилювання-підйому», існує ще інший вид естрадного хвилювання – «хвилювання-паніка», що є справжнім бичем більшості учнів, та й багатьох зрілих артистів. Під впливом такого хвилювання нерідко зводиться нанівець мало не вся підготовча робота, любовно й ретельно виконана учнем та викладачем. Виконавець втрачає контроль над грою, його рухи стискаються, пам'ять зраджує, він кам'яніє, «маже», плутає, забуває в найнесподіваніших місцях, відмінно вивчений твір пере-

творюється на провал. Ніякого задоволення таке виконання нікому не приносить. Результат такого «виконання» – сильна психічна травма.

В учня треба виховувати впевненість, що він достатньо підготовлений до виступу. Ця впевненість створюється не тільки відповідними словами педагога, велику роль тут відіграють вдалі, часто виконувані програми перед виступом. Відомо, що навіть найдосвідченіші виконавці після довгої перерви в концертній роботі, як правило, хвилюються значно більше, ніж у період систематичних виступів. Разом із тим і найбільш боязкі учні, якщо їм доводиться грати часто, починають почуватися на естраді значно впевненіше. Таким чином, справа полягає насамперед у тому, щоб забезпечити учневі можливість часто виступати перед публікою. Обмежуватися в цьому плані позитивними виступами на академічних концертах та іспитах в музичному навчальному закладі, зрозуміло, не можна. Необхідно, щоб учні систематично грали в шефських концертах, на вечорах у школах тощо. Але і цього замало. Важливо, щоб педагог дав їм змогу якомога частіше грати в класі, використовуючи для цього не тільки твори, що знаходяться в роботі, але й пройдені раніше. При цьому педагог має поступово привчати учня відразу включатися в

образ твору, викликати в собі потрібну емоційну налаштованість, досягати повної зосередженості в процесі гри.

Для розвитку виконавських навичок корисно іноді починати урок із того твору, який учень може зіграти у порівняно закінченому вигляді. Слухаючи виконання такого твору, корисно відійти в інший кінець класу – це й учня більше налаштує на концертний лад, і педагогу дасть змогу краще охопити виконання загалом.

Форми естрадного хвилювання постійно зустрічаються в учнівському виконанні. Педагог має вести з ними систематичну та наполегливу боротьбу, чуйно застосовуючи певні прийоми відповідно до індивідуальності кожного учня, а також уважно і вдумливо аналізуючи причини кожної невдачі, що його спіткала.

На ранньому етапі, як і на наступних етапах розвитку учня, успіх викладача значною мірою визначається живим, гарячим, зацікавленим ставленням до справи. Педагогу необхідно невпинно вдосконалювати свою майстерність, оновлювати методи роботи, шукати для кожного учня найкращі шляхи розкриття його індивідуальності. Лише таке творче ставлення педагога до завдань, що стоять перед ним, гідне великої справи – музичного виховання молодих виконавців.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Воротной М. В. Методические рекомендации С.И. Савшинського в области психологии исполнительского творчества. *Вести Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена*. 2007. № 8. С. 92–97.
2. Курганская О. Г. К проблеме сценического волнения и методов его преодоления. *Культурная жизнь Юга России*. 2008. № 1 (26). С. 58–60.
3. Лезедова Н. В. О психологической подготовке музыканта-исполнителя к конкурсному испытанию. *Царско-сельские чтения*. 2010. № 10. С. 286–288.
4. Мергалиев Д. М. Психологическая подготовка студентов-исполнителей к концертному выступлению. *Труды Санкт-Петербургского государственного института культуры*. 2013. № 7. С. 260–266.
5. Непрелюк Л. Б. Психологические аспекты подготовки музыканта к публичному выступлению. *Наука, образование и культура*. 2018. № 4. С. 42–47.
6. Олейник М. А. Психолого-педагогические условия подготовки студента-вокалиста к концертному выступлению. *Известия Волгоградского государственного педагогического университета*. 2018. № 6. С. 4–8.
7. Переславцева Л. И. Формирование информационной культуры будущего педагога-музыканта. *Ярославский педагогический вестник*. 2018. № 1. С. 95–101.
8. Пиджоян К. В. Пути преодоления сценического волнения студентов колледжа искусств. *Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения*. 2013. № 2. С. 173–177.
9. Федорова А. Г. К вопросу о преодолении сценического стресса. *Музыкальная психология и психотерапия*. 2007. № 3. С. 185–187.
10. Цыпин Г. Н. Психология сценического волнения. *Развитие личности*. 2012. № 3. С. 149–168.

#### REFERENCES

1. Fedorova A. G. K voprosu o preodolenii stsenicheskogo stressa [To the question of overcoming stage stress]. *Muzikal'naya psikhologiya i psikhoterapiya*, 2007, Nr 3, pp. 185–187 [in Russian].
2. Kurganskaya O. G. K probleme stsenicheskogo volneniya i metodov yego preodoleniya [To the problem of stage excitement and methods of overcoming it]. *Kulturnaya zhizn Yuga Rossii*, 2008, Nr 1 (26), pp. 58–60 [in Russian].
3. Lezedova N. V. O psikhologicheskoy podgotovke muzykanta-ispolnitelya k konkursnomu ispytaniyu [About psychological preparation of the musician-performer for competitive test]. *Tsarskoselskiye chteniya*, 2010, Nr 10, pp. 286–288 [in Russian].

4. Mergaliyev D. M. Psikhologicheskaya podgotovka studentov-ispolniteley k kontsertnomu vystupleniyu [Psychological preparation of performing students for a concert performance]. *Trudy Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta kultury*, 2013, Nr 7, pp. 260–266 [in Russian].
5. Neprelyuk L. B. Psikhologicheskiye aspekty podgotovki muzykanta k publichnomu vystupleniyu [Psychological aspects of preparing a musician for a public performance]. *Nauka, obrazovaniye i kultura*, 2018, Nr 4, pp. 42–47 [in Russian].
6. Oleynik M. A. Psikhologo-pedagogicheskiye usloviya podgotovki studenta-vokalista k kontsertnomu vystupleniyu [Psychological and pedagogical conditions of preparation of a student-vocalist for a concert performance]. *Izvestiya Volgogradskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*, 2018, Nr 6, pp. 4–8 [in Russian].
7. Pereslavytseva L. I. Formirovaniye informatsionnoy kultury budushchego pedagoga-muzykanta [Formation of information culture of the future teacher-musician]. *Yaroslavskiy pedagogicheskiy vestnik*, 2018, Nr 1, pp. 95–101 [in Russian].
8. Pidzhoyan K. V. Puti preodoleniya stsenicheskogo volneniya studentov kolledzha iskusstv [Ways to overcome the stage excitement of students of the College of Arts]. *Psikhologiya i pedagogika: metodika i problemy prakticheskogo primeneniya*, 2013, Nr 2, pp. 173–177 [in Russian].
9. Tsy-pin G. N. Psikhologiya stsenicheskogo volneniya [Psychology of stage excitement]. *Razvitiye lichnosti*, 2012, Nr 3, pp. 149–168 [in Russian].
10. Vorotnoy M. V. Metodicheskiye rekomendatsii S. I. Savshinskogo v oblasti psikhologii ispolnitelskogo tvorchestva [Methodical recommendations of S. I. Savshinsky in the field of psychology of performing arts]. *Vesti Rossiyskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A. I. Gertsena*, 2007, Nr 8, pp. 92–97 [in Russian].