***«Психологические особенности подготовки юного музыканта пианиста к концертному выступлению»***

Успешные и не очень удачные выступления учащихся на концертах и зачётах подтолкнули многих педагогов к изучению данной темы. Публичные выступления – это форма музыкальной деятельности, которая является результатом напряженного творческого труда. Но даже самый опытный музыкант не застрахован от провала на сцене. Поэтому проблема сценического волнения – одна из наиболее актуальных для музыкантов-исполнителей. Анализ ошибок исполнения заставил обратить особое внимание на психологическую сторону вопроса. Для того чтобы удачно выступить на концерте, музыканту необходимо быть в состоянии оптимальной концертной готовности, которое по своим психологическим параметрам соответствует слагаемым компонентам физической, умственной и эмоциональной подготовки. Характер эстрадного волнения существенно зависит и от возраста, и от темперамента, и от обученности, и от воспитания. Большинство психологов сходятся в том, что впервые волнение дает о себе знать в возрасте 10-11 лет. Большинство учащихся младшего возраста ничего не знают об эстрадном волнении и чаще всего они выступают с удовольствием, их привлекает атмосфера праздничности и связанные с ней атрибуты - сцена, выход к публике, аплодисменты и т.д. К основным причинам сценического волнения можно отнести следующее: 1) Чувство ответственности исполнителя за свое выступление, когда навеваются мысли: «Что обо мне скажут?», «Какая будет у меня оценка?»; 2) Боязнь музыканта забыть текст. Произведение должно быть выучено не на 100, а на 150%, это принесет уверенность в себе; 3) Одной из причин является склад нервной системы и характер человека. Один ребенок ничего не боится, другой трясется как осиновый лист, третий впадает в прострацию, четвертый не может совладать с чрезмерным возбуждением. 4) 4-я причина – это уверенность движений. Если движения рук и пальцев вдруг становятся менее уверенными, то это сразу отражается на звучании и эмоциональном тонусе игры, эти движения приобретаются и закладываются на подготовительном этапе изучения программы; 5) Также волнение может иметь и физические причины, например, холодные руки; 6) Любая форма волнения обостряется усталостью. Нельзя, особенно в период подготовки к концерту допускать состояния утомления – как физического, так и эмоционального. Н. Перельман утверждал: «Настоящий музыкант отдыхает не от музыки, а для музыки»; 7) Также одной из причин может быть внушённая мысль о возможном провале. Полезная критика – это одно, разрушающая критика — это совершенно иное. Даже случайное замечание друга о возможном провале может привести к нему, если музыкант не подготовлен к такого рода разговорам и не умеет их игнорировать. Пред концертное и концертное состояние имеет довольно четкую периодичность со своими психологическими особенностями и позволяет выделить в них пять фаз. Первая фаза - длительное пред концертное состояние. Она наступает, как только становится известна дата выступления; Вторая фаза - непосредственно пред концертное состояние. У некоторых изменяется давление, повышается температура, ощущается недомогание, либо выявляется волнение - подъем, сопровождающийся легкой эйфорией, нетерпеливым желанием скорее выйти на сцену. Это наиболее желательное состояние. Бывает волнение - паника, связанная с сильным перевозбуждением, которое внешне проявляется в суетливости движений, отсутствии сосредоточенности, когда руки потеют и тревожность вырастает до страха. Отрицательных результатов можно ожидать и от волнения – апатии, т.е. угнетенного и подавленного состояния, когда в сознании настойчиво звучит мысль - скорее бы все это кончилось. Но вот наступает время выхода на сцену. Это самая короткая Третья фаза волнения. Она проходит как в тумане и редко остается в памяти выступающего. Возможность такого состояния педагогу необходимо предусмотреть. Для этого желательно прорепетировать с учеником выход к инструменту, расположение стула и т.д. Четвертая фаза - начало исполнения. Здесь важно внутренне подготовиться к исполнению, сосредоточиться и пропеть про себя начало пьесы. Именно темп и звучность - наиболее уязвимые стороны для начинающего музыканта. Очень большое значение имеет после концертное состояние - Пятая фаза. Иногда она недооценивается многими педагогами. Между тем, переживание продолжается ещё довольно долго. Это радостный подъем после удачного выступления, чувство усталости, недовольство собой и т.д. - в этих случаях особенно важна спокойная уверенность педагога, поддержка друзей, родителей. На сцене сказывается и то, как построена программа выступления, какова сложность произведений, особенности времяпрепровождения в преддверии концерта, и предварительная «обыгранность» программы. Большое значение имеет правильный выбор программы. Надо быть осторожными с произведениями, недоступными ученику с технической или эмоциональной стороны. Для первого выступления малышам надо выбрать пьесу нетрудную, чтобы закрепить положительные эмоции от концерта. Даже когда программа выступления кажется идеально выученной, каждый музыкант хочет на всякий случай застраховаться от ошибок. Для обнаружения возможных ошибок некоторые авторы предлагают приемы: 1. Завязать на глазах повязку. В медленном темпе, уверенно, с установкой на безошибочную игру сыграть произведение. Проследить, чтобы нигде не возникло мышечных зажимов и дыхание оставалось ровным. 2. Игра с помехами и отвлекающими факторами для концентрации внимания. Включить, например, музыку, телевизор, на среднюю громкость и попытаться сыграть программу. Подобные упражнения требуют большого нервного напряжения, но воспитывают внимание и сосредоточенность. 3. В момент исполнения программы в трудном месте педагог или кто-то другой произносит психотравмирующее слово «ошибка», но музыкант при этом должен суметь не ошибиться. 4. Выполнить несколько прыжков или приседаний до большого учащения пульса и начинать играть программу. Несколько похожее состояние бывает в момент выхода на сцену. 5.Сделать несколько поворотов вокруг своей оси, до легкого головокружения, затем, собрав внимание, начать играть в полную силу с максимальным подъемом. 6. Перед выступлением работать над произведениями, чтобы погрузиться в звуковую материю: пропевать по нотам; пропевать про себя мысленно и т.д. 7. За несколько дней до выступления помочь юному музыканту представить себе то место, где он будет выступать, чтобы привыкнуть в своем воображении к тем условиям выступления. 8. Обыгрывать программу перед родителями, в кругу друзей, в детском саду, в классе и т.д. Стараться делать это как можно более часто и достичь того, чтобы, говоря словами Станиславского, «трудное стало привычным, привычное – легким, а легкое – приятным». В день концерта должна быть правильная психологическая установка на успешное выступление. Если нужно позаниматься в день концерта, то ограничить себя упражнениями, гаммами. Не играть в быстром темпе перед самым выходом на сцену. Не вести бессодержательных разговоров за кулисами, которые только рассеивают внимание, творческий настрой. Пред концертное самочувствие ученика в значительной мере зависит и от психологического состояния его педагога, который должен уметь вселять бодрость и энтузиазм в сердца своих учеников. Нет ничего более травмирующего, нежели вид собственного педагога, волнующегося и в то же время призывающего к спокойствию. Необходимо внушать ученику уверенность в своих силах. Нужно говорить: «У тебя хорошее настроение, у тебя хорошо выученная программа. Ты играешь с удовольствием, как настоящий артист. Зрители пришли на концерт ради той музыки, которую ты будешь исполнять, а не ради того, чтобы усмотреть недостатки твоего выступления. Будь благодарен слушателям за то, что они пришли на твоё выступление. Не бойся зрителя: он твой друг». Перед самым выходом надо научить ребёнка внутренне собираться, представлять себе темп, характер произведения, два-три раза глубоко вздохнуть, и смело выходить на сцену – побеждать. Вести себя необходимо естественно. Не разглядывать публику в зале. Немудрено где-то и «смазать» пассаж или «зацепить» не ту ноту. Важно научиться не придавать этому значения, чтобы мимолетная фальшь не перебила ход мыслей. Главное – сохранить течение музыки. Необходимо воспитывать у исполнителя умение «забыть» любой промах во время исполнения, иначе из-за незначительной помарки можно провалить все выступление. После выступления ученик ждёт оценки своей игры, прежде всего, от педагога. Надо обязательно его поддержать, найти, за что похвалить, даже если не всё получилось, дать почувствовать, что преподаватель рад его старанию, его успехам. Подробнее обсудить выступление лучше позднее на уроке, в спокойной обстановке. Проанализировать и удачи, и промахи, найти их причину, извлечь полезные уроки. Всё это воспитывает умение работать целенаправленно. В заключение хочется отметить, что вынос программы на сцену – это конечный итог кропотливой работы и универсальных рецептов для преодоления негативных форм сценического волнения не существует; каждый должен выбрать для себя свой собственный проверенный временем способ подготовки к концертному выступлению. Выбирая те или иные приемы, необходимо учитывать индивидуальные особенности учащегося. Но главное – дело не только в знании рецептов. Любой музыкант должен помнить о том, что на сцене он обязан забыть о страхе и все свои мысли направить к осмыслению музыки. Он должен показать наилучшее, на что он способен. Уже с детских лет ученик должен привыкать, что выступление – это серьёзное дело, за которое он несёт ответственность перед композитором, слушателем, педагогом и собой. И вместе с тем – выступление – праздник, самые лучшие минуты жизни. Сценическое выступление – это не только испытание нервной системы на прочность, но и радость от общения с публикой, творческое вдохновение и профессиональный рост. Чем больше выходишь на сцену – тем больше проявляется уверенность, ибо: сцена – лучшее лекарство от волнения. Хочется надеяться, что данный материал окажет помощь преподавателям фортепиано в осмыслении проблемы концертного волнения и преодолении страха у учащихся перед сценой.

Литература.

1. Алексеев А.Д. «История фортепианного искусства» Часть 1и 2 М.,1988
2. Баренбойм Л. «Музыкальная педагогика и исполнительство» Л., 1994
3. Гольденвейзер «Об исполнительстве» вып 1, М., 1965
4. Гофман И. «Фортепианная игра. Вопросы и ответы» Филадельфия, 1920