Преодоление сценического волнения у учащихся ДМШ

Преподаватель по классу

специального фортепиано

МБУ ДО «ДМШ №1 им.Э.Бакирова»

ЕМР РТ Новикова Т.Н.

Сценическое волнение весьма многолико в своих проявлениях: оно воодушевляет и тем самым позволяет раскрыть глубоко скрытые потенциальные возможности ученика, но больше всего оно беспокоит исполнителей и педагогов своим угнетающим воздействием и слабой управляемостью. Волнуются все, или, по крайней мере подавляющее большинство музыкантов. Такие признания можно найти в высказываниях многих выдающихся исполнителей. Но, как показывает практика, сценическое волнение может проявляться у человека по разному. У одних исполнителей сценическое волнение, которое контролируется, может стать толчком для вдохновения, а у других, которые уделяют внимание страху, может вызывать скованность всего тела, что мешает сконцентрироваться на сцене.  Волнуется каждый по-своему.

Нигде так выразительно не проявляются индивидуальные различия у учащихся, как в концертной обстановке. В музыкальную школу дети приходят с разными возможностями, интеллектом, и у каждого ребенка, который посещает музыкальную школу, есть желание научиться играть на инструменте, быть успешным. Говоря ученику о предстоящем зачете, экзамене или концерте - реакция у детей разная. Кто-то реагирует испытывая страх, тревогу, другие принимают такую информацию с восторгом, что они имеют такую возможность попасть на сцену и в очередной раз проверить уровень своей готовности. Чаще всего учащиеся младших классов выступают с удовольствием. Их привлекает в концертном выступлении - сцена, выход к публике, атмосфера праздника, аплодисменты, положительные переживания всеобщего внимания, поздравления и т.д. На таких детей можно положиться, они относятся к выступлениям со всей ответственностью, на сцене держатся уверенно, свободно, не потеряв музыкально – художественного содержания в произведениях. Как правило - такие дети - трудолюбивы, работоспособны, с хорошими музыкальными данными и имеют хорошую поддержку не только со стороны педагога, но и родителей, которым нужно отдать должное, что они заинтересованы посещать с детьми концерты, быть на родительских собраниях. В подростковом возрасте начинают проявляться симптомы сценического волнения, они более чувствительны к мнению своих сверстников, педагогов и знакомых слушателей. Характер эстрадного волнения зависит не только от возраста, но и от темперамента, и от воспитания, как семейного, так и в стенах учебного заведения. Ребенок, любящий сцену может испытывать страх, когда есть ощущения неподготовленности, неуверенности в себе, своих силах, излишнюю застенчивость, боязнь реакции окружающих, или испытанного ранее шока перед комиссией. Предстоящее выступление и само исполнение перед публикой создают такую психологическую перегрузку, которая равна стрессовой. Значит, педагогу предоставляется благоприятная возможность лучше изучить психологические особенности своих учащихся и проверить их в экстремальных условиях, оказывая им моральную и психологическую помощь.

Важно уметь помочь юному музыканту совладать с причиной сценического волнения. Неплохой эффект дают приемы самовнушения. Нужно внушить ученику уверенность в своих силах. Это лучший метод борьбы со сценобоязнью. Одна из первопричин сценического волнения – это боязнь забыть текст. Волнуются - потому что боятся забыть, и забывают именно потому, что чрезмерно волнуются. Мысли путаются, ослабевает слуховой контроль и контроль за движением рук и пальцев. Теряется самообладание, ученик допускает неточности, не свойственные ему при обычном исполнении. И все-таки основная проблема заключается в умении и способности ученика сосредоточиться на исполняемом произведении. Одним из лучших способов победить сценическое волнение является хорошая подготовка. И чтобы концертное исполнение было удачным – для этого необходима длительная, кропотливая подготовка над изучением произведения. Необходимо поставить перед ребенком цель и задачи, вдохновляя его к их выполнению. Важно первоначально проводить работу над произведением детально, частями, разделяя мелодию на мотивы, на отдельно взятые звуки, пассажи, разделяя произведение на мелкие отрывки. Педагог должен стремиться разбудить в ученике воображение, создать настроение, заинтересовать понятными и яркими образами, научить понимать, ощущать и переживать музыку различного характера – веселую, грустную, торжественную, танцевальную, напевную и т.д. Так создаются условия для естественной концентрации внимания ребенка и появление у него , так называемой, «слуховой наблюдательности». Полезно использовать в работе с детьми яркие и разнообразные мелодии и ритмы народной музыки, а также пьесы, близкие детям по музыкальным образам и настроениям. Важно создать условия для развития ярких музыкальных впечатлений, то есть для работы над художественным образом и вызвать в ученике желание самому исполнить и донести настроение, смысл музыки – все то, что его воодушевляло в произведении. Пробудить у ребенка музыкальные ощущения, настроения, чтобы его внимание было поглощено правильно взятым тоном, сосредоточен на характере, звуковом окрасе, пульсе движения, представить содержание, образ, уметь передать его, чтобы слушатели прочувствовали стиль, эпоху, замысел композитора. Только проникнув в авторскую поэтическую идею и домыслив авторскую запись, музыкант-исполнитель сумеет сродниться с авторским замыслом и – если он владеет средствами воплощения – передать его с таким темпераментом, убедительностью и непринужденностью, как будто он излагает свои идеи, свои чувства, свои мысли. Исполнительство – большое творчество и подлинное искусство. Музыканту, как и актеру, необходимо «поверить чужому вымыслу и искренне зажить им», «вложить в чужой текст свой подтекст», «пропустить через себя весь материал», переработать его в себе, оживить и дополнить своим воображением. Проникнуться авторской мыслью и чувством, внутренне согласиться с композитором. В процессе освоения его замысла артист создает в воображении свой образ. «Приняв правду за правду, все то, что он создал в воображниии, прочувствовав необходимость того, что он делает, играющий начинает говорить от своего имени, начинает исполнять. «Нельзя творить то, чему сам не веришь, что считаешь неправдой» Нельзя убедить другого в том, в чем не убежден сам. Важнейшая задача – получать от музыки удовольствие и радость. Если ребенок будет уверен в том, что произведение выучено хорошо, он будет меньше беспокоиться. Только на этой основе можно развить концентрацию внимания.

Вместо того, чтобы публику считать «своим врагом», надо смириться с тем, что даже если допущены ошибки, то слушатели на стороне исполнителя. Пианист Стивен Осборн придерживался мнения, которое кажется абсолютно противоположным: он относился к боязни сцены, как к «другу», которого нужно почитать. «Не нужно бороться с волнением - нужно уметь извлекать из него выгоду»

**Список литературы:**

1. Цыпин Г.М. «Музыкант и его работа» издательство «Советский композитор» (1988)
2. Тимакин Е.М. Методическое пособие «Воспитание пианиста» издание 2 «Советский композитор» (1989)
3. Баренбойм Л.А. «Музыкальная педагогика и исполнительство» издательство «Музыка» Ленинградское отделение (1974)