

ПАРАДИГМА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ МУЗИКАНТІВ-ІНСТРУМЕНТАЛІСТІВ У ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ ДО СЦЕНІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Юник Дмитро Григорович, Юник Тетяна Іванівна, Котова Ліна Миколаївна.

Анотація. У статті висвітлено зміст та структуру емоційної стійкості музикантів-інструменталістів, яка в умовах прилюдних виступів забезпечує максимально якісне відтворення необхідної інформації завдяки збереженню сенсомоторної стійкості без виснаження енергетичних ресурсів організму. Обґрунтовано парадигму (сукупність загальнотеоретичних основ) розвитку означеного феномену. За провідну ідею цієї парадигми взято максимальне «занурення їх уваги» в процес інтерпретації музичних творів з уникненням усвідомленої фіксації власного самопочуття під час гри. Доведено, що сформована здатність довільно управляти власними емоціями завдяки знеціненню значущості негативної дії стресорів виступає основною детермінантою їх працездатності в емоціогенних умовах сценічних виступів.

Ключові слова: парадигма; емоційна стійкість; музиканти-інструменталісти; сценічні виступи; стресори; саморегуляція; сценічне самопочуття.

ПАРАДИГМА РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ МУЗЫКАНТОВ-ИНСТРУМЕНТАЛИСТОВ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ К СЦЕНИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Юнык Дмитрий Григорьевич, Юнык Татьяна Ивановна, Котова Лина Николаевна.

Аннотация. В статье раскрыта сущность эмоциональной устойчивости музыкантов-инструменталистов, которая в условиях публичных выступлений обеспечивает максимальную успешность воспроизведения необходимой информации благодаря сохранению сенсомоторной стойкости без истощения энергетических ресурсов организма. Обоснована парадигма (совокупность общетеоретических основ) развития данного феномена. В качестве основной идеи этой парадигмы взято максимальное «углубление внимания» исполнителей в процесс интерпретации музыкальных произведений с уклонением от осознанной фиксации своего самочувствия во время игры. Доказано, что сформированная способность управлять собственными эмоциями благодаря нивелированию значимости негативного действия стрессоров выступает основной детерминантой их работоспособности в эмоциогенных условиях сценических выступлений.

Ключевые слова: парадигма; эмоциональная устойчивость; музыканты-инструменталисты; сценические выступления; стрессоры; саморегуляция; сценическое самочувствие.

PARADIGM OF MUSICIAN'S-INSTRUMENTALIST'S EMOTIONAL STABILITY DEVELOPMENT IN THE PROCESS OF PREPARATION TO STAGE ACTIVITY

Yunyk Dmytro, Yunyk Tatiana, Kotova Lina.

Resume. The content and structure of musicians'-instrumentalists' emotional stability is shown in the article. In conditions of public performances it provides the highest quality reproduction of the necessary information by maintaining the stability of sensorimotor

stability without depletion of energy resources of the organism. Emotional stability of musicians-instrumentalists should be characterized by not stagnation of emotions, but stability of their action. It is also characterized by a complex dynamic structure that combines physiological, psychological, psychophysiological and socio-psychological levels of organization of the mental state of interpreters. The main components of emotional stability are: correspondence of emotional reactions to external and internal stimuli; the harmony of relationship between all features of the performing process in usual and stage conditions; emotional reactivity and ability to regulate stage behavior.

The paradigm (set of general theoretical foundations) of development of musicians'-instrumentalists' emotional stability is set out in the article. For the leading idea is taken the maximum "immersion of their attention" into the process of pieces' of music interpretation with the avoidance of conscious fixation of your own well-being during the playing. It is proven that formed ability to arbitrarily manage own emotions provides the devaluation of importance of the negative impact of stressors and it becomes the main determinant of development of the musicians'-instrumentalists' emotional stability.

The authors argue that all musicians-instrumentalists can achieve a high level of emotional stability regardless of the innate properties of strength-weakness of the nervous system. It requires an individual approach to the development of the designated properties. The qualitative interpretation of pieces of music without unnecessary tension in emotional conditions of stage performances is carried out on the basis of unity of energy and information mental processes.

Keywords: paradigm; emotional stability; musicians-instrumentalists; stage performances; stressors; self-regulation; well-being on stage.

Постановка проблеми у загальному вигляді... Потреба суспільства у розробці й застосуванні ефективних технологій підготовки музикантів-інструменталістів до сценічної діяльності викликана забезпеченням реальної, а не декларованої пріоритетності освіти у контексті вимог ХХІ століття, а також європейським принциповим підходом до їх комунікативної взаємодії зі слухачами. Відродження та розвиток української національної культури підвищують вимоги до підготовки кадрів мистецького фаху, серед яких значуще місце відводиться музикантам-інструменталістам. Успішність їх сценічної діяльності, окрім високоякісного оволодіння матеріалом музичних творів і досконалої технічної оснащеності, ґрунтується на досягнутій психологічній готовності, в структурі якої чільне місце належить емоційній стійкості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання порушеної проблеми... Процес підготовки музикантів-інструменталістів до сценічної діяльності був класичним предметом дослідження як зарубіжної, так і вітчизняної педагогіки, психології та мистецтвознавства. Вирішення обраної проблеми науковці пов'язували з:

- усвідомленим управлінням емоційним станом у період уявної побудови інтерпретаційної моделі музичних творів та її сценічної реалізації (Л. Бочкар'єв, А. Готсдінер, В. Москаленко, В. Петрушин та інші);

- довільною та мимовільною ліквідацією «дефіциту музичної інформації» (В. Бурназова, О. Гольденвейзер, Й. Гофман, В. Муцмаєр та інші);

- специфікою роботи різновидів пам'яті музикантів-інструменталістів (Л. Маккіннон, Г. Коган, Г. Ониськів, С. Савшинський та інші);

- опорою на побудову мелодико-інтонаційних ліній у художньо-естетичних стилях музичних творів (Б. Асаф'єв, Л. Гінзбург, А. Малінковська, О. Матвєєва та інші);

- наданням пріоритетного значення інтерпретаційному мисленню музикантів-інструменталістів (Л. Московчук, Г. Нейгауз, В. Самітов, І. Пясковський та інші) тощо.

Виділення ще не розв'язаних частин загальної проблеми... Аналіз літератури з досліджуваної проблеми, а також вивчення практичного досвіду сценічно-виконавської діяльності визначних музикантів-інструменталістів надали змогу констатувати: нерозв'язаними залишились питання цілеспрямованого розвитку їх емоційної стійкості до надмірної дії стресорів прилюдної інтерпретації музичних творів з урахуванням сучасних досягнень психолого-педагогічної науки. Реалії сьогодення потребують ґрунтовного розгляду означених питань.

Формулювання цілей статті... Мета даної статті полягає у висвітленні парадигми розвитку емоційної стійкості музикантів-інструменталістів, що в умовах негативної дії стресорів прилюдних виступів забезпечує реалізацію досягнутого рівня результативності гри.

Виклад основного матеріалу дослідження... У психологічній науці кінця ХХ – початку ХХІ століть простежується науковий розвиток різноманітних моделей та концепцій емоційної стійкості особистості. Означений феномен розглядався у напрямках:

- цілісної функціональної системи емоційної саморегуляції напруженої й одночасно продуктивної діяльності (Л. Аболін, О. Баранов, Л. Бучек та інші);
- стабільної спрямованості емоційних переживань на позитивне вирішення поставлених завдань (М. Дьяченко, В. Пономаренко, А. Черкашин та інші);
- єдності енергетичних та інформаційних характеристик психічних процесів (І. Бех, А. Мірошин, О. Чебикін та інші).

Відповідно до першого вищезначеного напрямку розгляду емоційної стійкості, дана властивість музикантів-інструменталістів характеризується цілісністю функціональної системи в досягненні певного ступеня корекції їх емоційних станів. До негативних факторів впливу на емоційну стійкість музикантів-інструменталістів слід віднести наявність сформованої саморегуляції їх власного самопочуття, що порушує оптимальну сценічну поведінку та автоматизовану злагожденість відтворення виконавських дій. Саморегуляція означеної сфери визначається самоконтролем, самооцінкою і самокорекцією музикантів-інструменталістів.

Виконавські негаразди музикантів-інструменталістів детермінуються наявністю самоконтролю за власним самопочуттям як у період підготовки до сценічної діяльності, так і в ході прилюдних виступів. Це породжується визначеністю атрибутів контролю, сформованістю уявних образів цих атрибутів чи порушенням роботи каналів прямого та зворотного зв'язку у мнемічній системі головного мозку. Успішність роботи каналів прямого та зворотного зв'язку залежить від швидкості проходження вихідних і вхідних потоків інформації, узгодженості між темпом надходження сигналів й пропускною спроможністю «операторів» музикантів-інструменталістів. Необхідний робочий рівень функціональної системи виконавців створюється заздалегідь до сценічної діяльності, тобто під час програмування інтерпретаційної моделі музичних творів. У процесі прилюдних виступів запрограмована швидкість надходження інформації, як правило, не зазнає значних змін. Втім, чим щільнішим у часовому відношенні стає сигнальний ряд, тим більша швидкість прийому інформації. Заниження такого темпу спричиняє появу «зайвих» думок, що негативно впливає на емоційну стійкість музикантів-інструменталістів.

Самооцінка власного самопочуття музикантів-інструменталістів у процесі сценічної діяльності також негативно впливає на їх емоційну стійкість. Вона може здійснюватися безпосередньо в ході самого інтерпретаційного процесу та по його завершенні. Самооцінка власного самопочуття здійснюється завдяки неусвідомленому

емоційному та усвідомленому логічному оцінюванню його атрибутів контролю. Обов'язкові внутрішні нормативні стандарти сценічного самопочуття музикантів-інструменталістів регулюються рівнем самооцінки не автоматично, а за умови об'єктивації самосвідомості через спрямовування уваги на відповідні атрибути контролю. Цей рівень залежить від адекватності самооцінки, яка ускладнюється відсутністю об'єктивних критеріїв визначення її ефективності та досить частим домінуванням емоційної сфери виконавців у процесі інтерпретації музичних творів. Адекватна самооцінка власного самопочуття музикантів-інструменталістів, а також власних творчих можливостей щодо успішного вирішення поставлених завдань слугує джерелом необхідної інформації, на основі якої прогнозується вірність подальших прийнятих рішень. Емоції музикантів-інструменталістів виступають провідним фактором в адекватності самооцінювання через спонукання організму до активності, котра характеризується як «диктатура артистизму» в процесі створення інтерпретаційної моделі музичних творів та її сценічної реалізації. Зайвий вплив емоційної сфери виконавців на процес самопізнання власного самопочуття призводить до хибної оцінки змісту предметної дійсності завдяки її спотвореній презентації у свідомості музикантів-інструменталістів. Внутрішня єдність емоцій та самооцінювання відображається в суті цих понять, де віддзеркалюються відношення до власного «я» лише з тією різницею, що в емоціях вона відбивається у формі суб'єктивних переживань, а в самооцінці – у формі сигналу, який окреслюється відповідним знаком (позитивним або негативним) ще до усвідомленого надання логічної оцінки якості атрибутів контролю. Емоції беруть участь у таких процесах, як:

- розмежування та інтеграція емоціогенних умов сценічної діяльності;
- реалізація упередженого планування прояву артистизму;
- створення автономності й оперативності сценічної діяльності;
- звернення раціонального рівня самоконтролю.

Вплив емоційної сфери музикантів-інструменталістів на адекватність самооцінювання власного самопочуття обумовлюється їх виконавським досвідом. У ньому звернуті інтегративні «успіхи – неуспіхи» здійсненої раніше сценічної діяльності. Роль «негативних» та «позитивних» емоцій в адекватності самооцінювання власного самопочуття музикантів-інструменталістів неоднозначна. Загалом, якщо перші відображають сигнали безладдя, збентеження та небезпеки, то другі – благополуччя. «Негативні» емоції будь-якого рівня інтенсивності викликаються сигналами про незадовільну оцінку власного самопочуття музикантів-інструменталістів до тих пір, поки ситуація не виправляється або їх значення не знецінюється. Поява «ефекту неадекватності» при оцінюванні власного самопочуття музикантів-інструменталістів негативно відображається на їхній емоційній стійкості. За таких обставин викликається невпевненість у власних творчих можливостях; створюються умови для виникнення негативних видів хвилювання; порушується самовладання на естраді; руйнується технічна злагодженість автоматизованого відтворення виконавських рухів та порушується реалізація заздалегідь створеної інтерпретаційної моделі музичних творів тощо.

Самокорекція власного самопочуття музикантів-інструменталістів здійснюється неусвідомленою (емоційною) чи усвідомленою (логічною) зміною оцінених атрибутів контролю. Її можна охарактеризувати як систему спеціальних психологічних заходів, спрямованих на виправлення недоліків під час сценічної діяльності. Самокорекції властивий двовекторний замкнутий процес постійного обліку узгодження отриманих ознак атрибутів контролю з уявними взірцями, в результаті чого здійснюється їх видозмінення. Якщо коректуванню підлягають уявні взірці цих атрибутів (перший вектор), то видозмінення програми реалізації артистичної поведінки музикантів-

інструменталістів (другий вектор) стає наслідком пертурбації моделей вторинних перцептивних образів.

Слід зазначити, що ефективність роботи означених складників саморегуляції власного самопочуття музикантів-інструменталістів (самоконтролю, самооцінки і самокорекції) безпосередньо залежить від самонастройкі на максимальне «занурення їх уваги» в процес прилюдної інтерпретації музичних творів. Саме завдяки такій самонастройці вони можуть уникати зняття (фіксації) власного самопочуття під час сценічної діяльності, тобто зводити нанівець негативний вплив саморегуляції власного самопочуття на емоційну стійкість музикантів-інструменталістів. За відсутності самонастройкі на максимальне «занурення їх уваги» в інтерпретацію музичних творів чи недостатньої її сформованості генеруються побічні психічні процеси, спрямовані на подолання невизначеності, осмислення незапланованих ситуацій і побудову певних здогадок (гіпотез). За браком такої самонастройкі також створюються перешкоди у функціонуванні мнемічної системи при зіставленні отриманої інформації з ознаками уявних взірців.

Недостатнє «занурення уваги» музикантів-інструменталістів у процес прилюдної інтерпретації музичних творів залишає вільний простір в обсягу їх оперативної пам'яті, який миттєво може бути заповнений створеною інформацією діючих стресорів сценічної діяльності. За таких умов психофізіологічна сфера музикантів-інструменталістів змушена емоційно реагувати на отримані певні сигнали цих стресорів, що може спонукати їх до саморегуляції власного самопочуття. Актуалізація відповідних емоційних реакцій музикантів-інструменталістів на дію стресорів залежить від того, як оцінюються ці стресори або якого значення їм надається у мить оцінювання. Якщо стресори передають інформацію про властивості об'єктів чи подій і одночасно несуть зміни афективного характеру, то рівень емоціогенності ситуації підвищується. Оцінюючи таку ситуацію, визначається спроможність музикантів-інструменталістів до адекватної «відповіді» на дію цих стресорів. За умови сприйняття її зверхності над власними можливостями виникає «ефект дистресу», що порушує злагодженість відтворення виконавських дій. Втім, «вимоги» ставляться як емоціогенною ситуацією до музикантів-інструменталістів, так і, навпаки, інтерпретаторами до неї. Їх реальне чи потенційне незадоволення дезорганізовує сценічну поведінку музикантів-інструменталістів. Звичайно, емоціогенна ситуація залежить не лише від власної оцінки її значущості, а й від особистісного ставлення інтерпретаторів до стресорів. Серед музикантів-інструменталістів простежуються «інтерпретатори-репресори», що подавляють у собі важкі переживання стресорів, та «інтерпретатори-приховувачі», які усвідомлено ігнорують їх вплив на перебіг сценічної діяльності. Саме останні (приховувачі) відзначаються меншою схильністю до дистресу і більш високою емоційною стійкістю.

У сценічній діяльності музикантів-інструменталістів простежується й інша форма саморегуляції власного самопочуття, за якої актуалізується спрямованість емоційного впливу на досягнення певної мети. Означена форма саморегуляції власного самопочуття інтерпретаторів під час сценічної діяльності залежить від генералізації та сумачії емоційних подразників. Емоційна сфера регулює адаптивну поведінку музикантів-виконавців, оскільки емоції оцінюють сприйняту на естраді інформацію (зовнішню і внутрішню), відчуття якої кодуються в формі суб'єктивних образів. Емоційна адаптація їх сценічної поведінки здійснюється через оцінювальну, ідеомоторну та синтезуючу функції. Оцінювальна функція сприяє емоційному відображенню емоціогенної ситуації завдяки глибині та якісній своєрідності переживань. Ідеомоторна функція емоцій упереджує результат виконавських дій в уяві та спровоковує себе у нього. За допомогою синтезуючої функції музиканти-

інструменталісти усвідомлюють ситуацію навіть за умови її невизначеності. У процесі сценічної інтерпретації музичних творів подібний подразник викликає ту ж емоцію, що й індивідуальний. Її сила може навіть збільшуватися завдяки сумарній, таким чином, впливати на власне самопочуття музикантів-інструменталістів у процесі сценічної діяльності. Сфера прояву їх емоційних реакцій залежить від того, наскільки широкою була генералізація емоцій. Вона (генералізація) здійснюється не лише за подібності ознак стимулів, але також на основі тих ознак, котрі з'являлися одночасно з джерелом емоції певного знаку чи модальності при попередніх виступах. Легкість утворення «умовних» емоцій є наслідком встановлення зв'язків з різними елементами раніше створених ситуацій, що надає сценічній поведінці інтерпретаторів невизначеності та непередбаченої дифузності.

За усвідомленої оцінки сприйнятої інформації від діючих стресорів сценічної діяльності емоційна значущість подібних ситуацій «зміщується», утворюючи видозмінену форму емоцій. Саме тому будь-який прилюдний виступ формує певний емоційний фон для музикантів-інструменталістів, що залежить від того, які емоції ними «оволодівали» в подібних умовах. Одним з визначальних факторів генералізації емоцій є інтенсивність індивідуального стресора. Чим вона більша, тим сильніша генералізація. Її межа залежить від схильності музикантів-інструменталістів до сприймання відповідного виду стресорів, хоча, в свою чергу, вона визначається просторовою та часовою віддаленістю від значущої для них ситуації. Підвищена схильність до сприймання певного виду стресорів простежується в емоційній реакції на них, значення яких має досить віддалену подібність. Саме тому виникнення у музикантів-інструменталістів сильних емоційних реакцій на слабку силу дії стресорів трактується для даних інтерпретаторів як симптом наявної емоціогенної ситуації. Процес генералізації емоцій у музикантів-інструменталістів не є статичним. Йому властива динамічність, котра залежить від інтенсивності емоцій, тобто: в одних умовах стресори нейтральні, в інших – здатні викликати досить сильну емоціогенну ситуацію. Саме це надає підстави виділити передконцертні та концертні емоції музикантів-інструменталістів, функції яких полягають у:

- підтримці потрібного рівня активності під час формування процесуальної мотивації, програм техніко-тактичних дій та їх реалізації;
- наданні емоційності музичним уявленням під час створення інтерпретаційної моделі музичних творів і її сценічної реалізації;
- посиленні динамізму передачі інформації слухачам засобами відповідної емоційно-виразної реакції.

Згідно з другим вищезначеним напрямом розгляду емоційної стійкості особистості (стабільної спрямованості емоційних переживань на позитивне вирішення поставлених завдань), дану властивість музикантів-інструменталістів доцільно пов'язувати з інтеграцією її ознак, що відображають динамічні міжпроцесуальні взаємовідносини в їх психіці з позицій знаку та інтенсивності емоцій. Максимізація позитивного і мінімізація їх негативного впливу на результативність сценічної діяльності є вирішальною детермінантою прояву означеного феномену. Інтерпретація змісту емоційної стійкості музикантів-інструменталістів зводиться до їх здатності регулювати власні емоційні стани або до властивості організму бути емоційно стабільним, тобто мати незначні зрушення у величинах, які характеризують емоційні реакції у звичних та емоціогенних умовах сценічної діяльності. Відповідно до цього підходу, виокремлюються два різних поняття: «стійкість емоцій музикантів-інструменталістів» і «емоційна стійкість музикантів-інструменталістів». Перше поняття (стійкість емоцій музикантів-інструменталістів) означає статичність відчуття емоцій певного знаку й модальності, що практично суперечить сутності процесу творчості

(саме з цих позицій простежується відсутність потреби у ретельному розгляді змісту означеного поняття). Друге поняття (емоційна стійкість музикантів-інструменталістів) відображає здатність управляти власними емоціями для збереження високої працездатності без зайвого напруження в емоціогенних умовах.

Відповідно до третього вищезначеного напрямку розгляду емоційної стійкості (єдності енергетичних та інформаційних характеристик психічних процесів), дану властивість музикантів-інструменталістів доцільно пов'язувати з вродженими рисами темпераменту (збудженням, гальмуванням, рухливістю й лабільністю нервових процесів, рівнем тривожності чи невротизму, інтроверсією та екстраверсією), а також із регулятивними механізмами самоконтролю.

За нашими дослідженнями, у музикантів-інструменталістів слабкого типу нервової системи під час довгострокової одноманітної діяльності зниження працездатності відбувається раніше, ніж у індивідів сильного типу нервової системи. При цьому перші можуть реактивніше реагувати на тривале повторення монотонних стресорів, ніж останні. Їм, на відміну від музикантів-інструменталістів сильної нервової системи, недостатньо власних внутрішніх енергетичних ресурсів для підтримки функціонального тону в період дії сценічних стресорів (хоча першим властива більша перцептивна чуттєвість, ніж останнім).

Втім, слід визнати, що під час сценічної діяльності музиканти-інструменталісти з ідентичними вищезначеними вродженими рисами темпераменту можуть демонструвати різний рівень емоційної стійкості по відношенню до мотивів, що спонукають їх до активних дій, оскільки це залежить від сили мотивації. Чим вища сила мотивації щодо забезпечення успішної сценічної діяльності, тим негативніше вона відбивається на емоційній стійкості музикантів-інструменталістів, зокрема:

- за низької сили мотивації емоціогенні умови викликають незначні порушення у злагодженості відтворення виконавських дій і сприяють пасивності музикантів-інструменталістів;

- за середньої сили мотивації емоціогенні умови діють активуючи і призводять до мобілізації творчих зусиль музикантів-інструменталістів;

- за великої сили мотивації при наявності негативної оцінки результативності діяльності сценічні умови можуть дезорганізувати злагодженість відтворення виконавських дій.

Формування мотиваційної активності музикантів-інструменталістів доцільно проводити в два етапи, а саме:

1-й етап – інтелектуальне «вживання» у спеціально створені уявні емоціогенні умови сценічної діяльності;

2-й етап – активація мотивів мінімальними вольовими зусиллями в умовах реальної сценічної діяльності.

Узагальнюючи вищевикладений матеріал стосовно парадигми розвитку емоційної стійкості музикантів-інструменталістів у процесі підготовки до сценічної діяльності, можемо зробити **висновки**.

1. Емоційну стійкість музикантів-інструменталістів слід трактувати як властивість особистості, яка забезпечує максимально якісне відтворення необхідної інформації у звичних і сценічних умовах діяльності завдяки збереженню сенсомоторної стійкості без виснаження енергетичних ресурсів організму. Їй має бути притаманна не застійність емоцій, а стабільність їх дії, а також складна динамічна структура, що поєднує фізіологічний, психологічний, психофізіологічний та соціально-психологічний рівні організації психічного стану інтерпретаторів. До основних її складників варто віднести: відповідність емоційних реакцій на зовнішні та внутрішні подразники; гармонійність взаємозв'язку між усіма ознаками виконавського процесу в звичних та сценічних

умовах діяльності; емоційну реактивність та здатність до регулювання сценічної поведінки.

2. Розвиток емоційної стійкості музикантів-інструменталістів необхідно розпочинати з формування вмінь максимального «занурення їх уваги» у процес інтерпретації музичних творів і уникнення усвідомленої фіксації власного самопочуття під час гри. Наявність самоконтролю за власним самопочуттям безпосередньо у процесі гри знижує емоційну стійкість музикантів-інструменталістів. Недостатнє «занурення їх уваги» у процес інтерпретації музичних творів залишає вільний простір в обсягу оперативної пам'яті, який миттєво може «заповнюватись» створеною інформацією діючих стресорів, що змушує психофізіологічну сферу музикантів-інструменталістів неусвідомлено реагувати на отримані певні сигнали від цих стресорів і спрямовувати увагу на атрибути контролю власного самопочуття.

3. Ефективними методами і прийомами розвитку емоційної стійкості музикантів-інструменталістів є максимізація і мінімізація залежності результативності власної сценічної діяльності від позитивного чи негативного впливу стресорів на неї. Сформована здатність усвідомлено управляти власними емоціями завдяки знеціненню значущості негативної дії стресорів виступає основною детермінантою їх працездатності в емоціогенних умовах сценічних виступів.

4. Розвиток емоційної стійкості музикантів-інструменталістів необхідно здійснювати на основі єдності енергетичних та інформаційних психічних процесів. Всі музиканти-інструменталісти можуть досягти високого рівня емоційної стійкості незалежно від вроджених властивостей сили-слабкості нервової системи за умови індивідуального підходу до розвитку означеної властивості.

Перспективи подальших пошуків у напрямі дослідження. Звичайно викладена інформація не претендує на вичерпне розкриття даної проблеми. Вона може слугувати основою для подальшого висвітлення сукупності загальнотеоретичних основ розвитку емоційної стійкості музикантів-інструменталістів у процесі підготовки до сценічної діяльності, адже поза увагою залишились питання впливу сценічних умов на процес розвитку означеного феномену тощо.

Список використаних джерел

1. Аболин Л. М. Эмоциональная устойчивость в напряженной деятельности, её психологические механизмы и пути повышения: автореф. дисс. на соискание учёного степені доктора психол. наук : спец. 19.00.01 "Общая психология" / Л. М. Аболин. – М., 1990. – 43 с.
2. Баранов А. А. Стрессоустойчивость в структуре личности и деятельности учителей высокого и низкого профессионального мастерства: дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Баранов Александр Аркадьевич. – СПб., 1995. – 217 с.
3. Бех І. Д. Виховання особистості : підруч. [для студ. вищ. навч. закл.] / Іван Дмитрович Бех. – К.: Либідь, 2008. – 838, [2] с.
4. Бочкарёв Л. Л. Психологические механизмы музыкального переживания: дисс. доктора психол. наук : 19.00.01 / Бочкарёв Леонид Львович. – К., 1989. – 433 с.
5. Бучек Л. І. Аналіз емоційної стійкості як прояву особливостей саморегуляції особистості: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Бучек Лариса Іванівна. – К., 1993. – 110 с.
6. Дьяченко М. И. О подходах к изучению эмоциональной устойчивости / М. И. Дьяченко, В. А. Пономаренко // Вопросы психологии. – 1990. – № 1. – С. 106-112.
7. Мирошин А. В. Эмоционально-волевая устойчивость и её формирование у студентов (на материале педагогического вуза): дисс. ... канд. психол. наук :

- 19.00.07 / Мирошин Анатолий Владимирович. – М., 1988. – 260 с.
8. Хуторской А. В. Дидактическая эвристика: теория и технология креативного обучения : [монография] / Андрей Викторович Хуторской. – М.: МГУ, 2003. – 416 с.
 9. Чебыкин А. Я. Особенности эмоциональной устойчивости спортсменов и психологические средства её формирования: дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Чебыкин Алексей Яковлевич. – М., 1979. – 151 с.
 10. Черкашин А. І. Формування емоційної стійкості фахівця пожежної охорони до впливу стрес-факторів підвищеної інтенсивності : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 “Загальна психологія, історія психології” / А. І. Черкашин. – Х., 1995. – 25 с.

References

1. Abolin L. M. (1990). *Emotional stability in strenuous activity, its psychological mechanisms and ways of increase*. Extended abstract of PhD thesis: General psychology. Moskov. [in Russian].
2. Baranov A. A. (1995). *Stress-resistance in the structure of the personality and activity of teachers of high and low professional skill*. PhD dissertation: Pedagogical psychology. SPb. [in Russian].
3. Bekh I. D. (2008). *Individual education: textbook*. Kyiv: Lybid. [in Ukrainian].
4. Bochkarev L. L. (1989). *Psychological mechanisms of music experience*. PhD dissertation: General psychology, psychology of personality, history of psychology. Kyiv. [in Ukrainian].
5. Buchek L. I. (1993). *Analysis of emotional stability as a manifestation of peculiarities of self-regulation of personality*. PhD dissertation: General psychology, history of psychology. Kyiv. [in Ukrainian].
6. Dyachenko M. I., Ponamarenko V.A. (1990). *About approaches to the study of emotional stability*. *Voprosy psikhologii*, 1, 106 – 112. [in Russian].
7. Miroshin A. V. (1988). *Emotional-strong-willed stability and its formation in students (on the material of pedagogical high school)*. PhD dissertation: Pedagogical psychology. Moskov. [in Russian].
8. Khutorskoy A. V. (2003). *Didactic heuristics: theory and technology of creative learning: monograph*. Moskov: MGU. [in Russian].
9. Chebykin A. Ya. (1979). *Features of emotional stability of sportsmen and psychological means of its formation..* PhD dissertation: General psychology. Moskov. [in Russian].
10. Cherkashin A. I. (1995). *Formation of emotional stability of a specialist of fire protection to the influence of stress-factors of increased intensity*. PhD dissertation: General psychology, history of psychology. Kharkiv. [in Ukrainian].

Юник Дмитро Григорович, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри теорії та історії музичного виконавства, d.yunyk@gmail.com; Національна музична академія України імені П. І. Чайковського, вул. Архітектора Городецького, 1-3/11, Київ 01001, Україна. Юнык Дмитрий Григорьевич, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и истории музыкального исполнительства; Национальная музыкальная академия Украины имени П.И. Чайковского, ул. Архитектора Городецкого 1-3/11, Киев 01001, Украина. Yunyk Dmytro, doctor of pedagogical sciences, professor, professor of the department of theory and history of musical performance, d.yunyk@gmail.com; Petro Tchaikovsky National Music Academy of Ukrain., street of Architect of Gorodetsky 1-3 / 11, Kiev 01001, Ukraine.

Юник Тетяна Іванівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри кіно-телемистецтва, tyunyk@gmail.com; Київський національний університет культури і мистецтв, вул. Є. Коновальця, 36, Київ 01133, Україна. Юнык Татьяна Ивановна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры кино-телеискусства; Киевский национальный университет культуры и искусств, ул. Коновальца, 36, Киев 01133, Украина. Yunyk Tatyana Ivanovna, Ph.D., (Pedagogy), assistant professor, assistant professor of the Department of film- television arts, tyunyk@gmail.com; Kyiv National University of Culture and Arts, ul. Konovaltsa, 36, Kiev 01133, Ukraine.

Котова Ліна Миколаївна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри інструментального виконавства та музичного мистецтва естради, kotova.lina70@ukr.net; Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, вулиця Гетьманська, 20, Мелітополь, Запорізька область, 72300, Україна. Котова Лина Николаевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры инструментального исполнительства и музыкального искусства эстрады; Мелитопольский государственный педагогический университет имени Богдана Хмельницкого, улица Гетманская, 20, Мелитополь, Запорожская область, 72300, Украина. Kotova Lina Mykolayivna, Ph.D., (Pedagogy), assistant professor, assistant professor of Melitopol State Pedagogical University named after Bohdan Khmelnytsky, kotova.lina70@ukr.net, Hetmanska Street, 20, Melitopol, Zaporozhye region, 72300, Ukraine.