**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА – ЗАЛОГ УСПЕШНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ**

*Шрейнер Валентина Григорьевна*

*преподаватель МБУ ДО «ДШИ им. Н. Рушевой»*

*г. Кызыл, Республика Тыва*

Музыкально одаренный ребенок– это ребенок, который выделяется яркими, очевидными способностями. Наиболее эффективными видами деятельности, в которых дети могут проявить свои способности, является пение, так как каждый человек наделен от природы голосом. Почти все ребята, приходя в школу, хотят петь, поэтому очень важно не упустить этот момент, дать проявить их способности в пении музыкальной игре, импровизации. Задача преподавателя увидеть способности и создать условия для их успешного развития. Каждый педагог использует в своей работе комплекс апробированных методик и приемов работы. Освоив навыки игры на инструменте, ребенок переходит к следующему этапу – этапу в самореализации в выступлениях на зачетах, академических концертах, экзаменах, конкурсах и т.д. Юный музыкант должен представить свой опыт публике, и тут педагоги могут столкнуться еще с одной проблемой, требующей от них знание психологии – боязнь ребенком публичного выступления. Вам повезло, если ваш воспитанник не только обладает хорошими данными, приобретенными навыками, но и эмоционален, артистичен, может перевоплотиться в заданный художественный образ и т. д. Но есть дети, которые боятся публичного выступления, они замкнуты в общении, у них наблюдается повышенная тревожность, они ранимы, а самооценка занижена. Страх сцены – патологическая боязнь выступать на сцене. Истинными источниками появления страха пред публичным выступлением являются социальные факторы: недостатки в воспитании, запугивания в детстве, негативное восприятие выступления в школе, негативное отношение учителей, негативная оценка деятельностью ребенка родителями и учителями. Нередко встречается, что ребенок с музыкальными способностями малоуспешен в учебной деятельности. Симптомами страха сцены являются сильное сердцебиение, потливость, дрожание голоса, тремор губ и конечностей, зажатость голосовых связок, подташнивание и др. Следовательно, не позволит ребенку успешно выступить. Необходимо научить юного музыканта бороться со своими страхами, т. к. этот опыт ему пригодится в дальнейшей жизни, станет ли он музыкантом или инженером. Страх публичного выступления может сыграть злую шутку даже с опытным музыкантом, а для начинающего может стать настоящей преградой. Задача педагога создать положительную психологическую установку в музыкально – исполнительской деятельности. Нельзя не согласиться с Л. А. Баренбойм, который пишет: «Если под влиянием волнения музыкант думает о том, «как бы не забыть», «как бы не ошибиться» и «как бы скорее уйти со сцены», разве может идти речь об исполнительском творчестве? При таком самочувствии исполнитель в лучшем случае внешне продемонстрирует то, чего он не чувствует, в худшем начисто провалит интерпретации музыкального произведения». Как бороться со страхом сцены? Как помочь ребенку стать успешным и раскрыть музыкальный талант в полной мере ? У каждого музыканта есть свои секреты преодоления страха сцены. Начнем с самых простых советов. Страх сцены был, есть и будет. Это признают даже концертирующие музыканты. Легкое волнение при выходе на сцену должно быть, так как при исполнении произведения мы пытаемся донести смысл чувств написанных композитором. Спросите ребенка, что его беспокоит? И, наверняка он ответит: - Что, если я ошибусь? - Достаточно ли я хорош на сцене? - Что если людям не понравится мое исполнение или я? и т.п. В начале занятий необходимо замотивировать ребенка: поговорить об известных пианистах, на кого бы он хотел быть похож и чем, познакомить с интересными биографиями, каким ребенок представляет себя на сцене и т.д. К этой мечте можно возвращаться перед каждым выступлением - каким стал теперь и чего ты достиг. С учащимися своего класса я практикую прослушивание конкурсов разного уровня с последующим обсуждением, анализом выступлений участников. Одним из лучших способов победить страх сцены является хорошая подготовка. Если человек уверен в том, что он знает, он будет меньше беспокоиться. Алгоритм подготовки: поиск музыкального материала, разучивание текста, технических приемов, работа над музыкальным образом. Можно записать исполнение с последующим прослушиванием, самоанализом ученика и анализом преподавателя, и продолжить работу над устранением недостатков. На занятиях также необходимо постоянно заниматься упражнениями по подготовке поведения на сцене. Испытывая страх сцены, человек испытывает влияние других. Способы уменьшения этого влияния состоят в необходимости поднять самооценку. Пусть ребенок вспомнит приятные моменты и успехи, которые были у него в жизни. Не нужно концентрировать внимание на негативе. Другое возможное решение проблем, связанных со страхом сцены, состоит в игнорировании возможности провала. Отрицательный результат всегда возможен, но это не оправдывает волнения о нем. Гораздо более продуктивно сосредоточить внимание на настоящем, а не на будущем. Для того, чтобы добиться этого, следует сосредоточиться на исполнении. Еще один способ побороть страх сцены – визуализация. Этот прием будет хорошо способствовать и развитию воображения ребенка. Представь, как ты будешь выступать, какой успех тебя ждет и аплодисменты после. В процессе визуализации необходимо увидеть результат работы в перспективе. Кроме того, хорошим методом является расходование избыточной энергии, которая появляется в результате распада адреналина: физические упражнения на разные группы мышц, мимическая гимнастика, математические вычисления, танцы. Следующим важным фактором является улыбка. Психологически улыбка снижает напряжение. Для избавления от негативных мыслей и концентрации на негативных эмоциях можно включить в работу положительные утверждения, которые должны быть сформулированы в настоящем времени: «я хорошо подготовлен», «слушатели меня любят», «все ждут моего выступления». Идеальным быть невозможно, в любом случае не вся аудитория будет довольна, надо научиться понимать и принимать это . Поэтому многое зависит от психологической установки юного исполнителя перед выступлением, от настроя, от самочувствия. Вышел на сцену – сосредоточься на себе и на музыке так, чтобы никакой отвлекающий фактор не мог повлиять на качество исполнения. Обучение игре на инструменте это очень индивидуальный процесс. Научите ребенка любить и наслаждаться звучанием инструмента. Он обязательно найдет своих слушателей – будь то родители или друзья. Способный человек достоин иметь своих поклонников, поэтому не нужно бояться, стесняться, нужно просто играть. Педагогу надо развивать не только специфическое дарование. Необходимо учитывать личность в целом, ее эмоциональные, интеллектуальные, художественные способности и социальные особенности развития. Когда ребенку помогают, то и проблем не бывает.

Список литературы

1.Баренбойм А. Музыкальная педагогика и исполнительство / Л.: Музыка, 1974.

2.Маркевич Д. Психологические факторы в фортепианном обучении. Ребенок за роялем. /Ред. Ян Достал – М.: Музыка, 1981. С. 21 – 32.

3.Савшинский С. Психологические установки при работе. Работа пианиста над музыкальным произведением. Изд. «Музыка» Москва – Ленинград 1964. – С. 171 – 183.

4.Щапов А. Творческая активность и самоконтроль. Некоторые вопросы фортепианной техники. /Ред. Д. М. Серов. – М.: Музыка, 1968. С. 242 – 244.