

УДК 371.134:78(07)

Владислав Гусак

**ОСОБЛИВОСТІ ВИЯВЛЕННЯ СЦЕНІЧНОГО ХВИЛЮВАННЯ
У ПРОЦЕСІ ІНСТРУМЕНТАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ
МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ МУЗИКИ**

У статті висвітлено сутність і якісні ознаки виявлення сценічного хвилювання у музично-виконавському мистецтві. Автор досліджує стадії і різновиди онтогенетичного розвитку даного психічного феномену у процесі інструментальної підготовки майбутніх учителів музики. Окреслюються позитивні і негативні наслідки активізації сценічного хвилювання та психологічні аспекти формування стану готовності студента-інструменталіста до концертного виступу.

Ключові слова: сценічне хвилювання, хвилювання-підйом, хвилювання-паніка, хвилювання-апатія, зосередженість, увага, стан роздвоєння.

Vladyslav Husak

**PECULIARITIES OF STAGE AGITATION EXPOSURE IN THE
PROCESS OF PREPARING FUTURE MUSIC TEACHERS
FOR PLAYING MUSICAL INSTRUMENT**

The article deals with the essence and qualitative characteristics of stage agitation exposure in music playing. The author investigates stages and kinds of ontogenetic development of the mentioned phenomena in the process of playing a musical instrument of future music teachers. Positive and negative incomes of formation of stage agitation and physical aspects of formation student's readiness to sponsors are revealed in the article.

Key words: stage agitation, agitation rise, agitation panic, agitation apathy, concentration, attention.

Владислав Гусак

**ОСОБЕННОСТИ ВЫЯВЛЕНИЯ СЦЕНИЧЕСКОГО ВОЛНЕНИЯ
В ПРОЦЕССЕ ИНСТРУМЕНТАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ
БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ МУЗЫКИ**

В статье освещена сущность и качественные признаки выявления сценического волнения в музыкально-исполнительском искусстве. Автор исследует стадии и разновидности онтогенетического развития данного психического феномену в процессе инструментальной подготовки будущих учителей музыки. Очерчиваются положительные и отрицательные следствия активизации сценического волнения и психологические аспекты формирования стану готовности студента-инструменталиста к концертному выступлению.

Ключевые слова: сценическое волнение, волнение-подъем, волнение-паніка, волнение-апатія, сосредоточенность, внимание, стан раздвоєния.

Постановка проблеми. Проблема подолання негативних наслідків активізації сценічного хвилювання постійно знаходиться у полі зору сучасної

музично-педагогічної і музично-психологічної наукової думки. Даний феномен як невід'ємний природній «супутник» публічного естрадного виступу, є істинною напастю концертного життя і джерелом гірких розчарувань багатьох обдарованих музикантів. Це відчуття заважає їм виявити свій талант перед публікою та взагалі повноцінному художньому виконанню (С. Савшинський, А. Стоянов).

Більшість науковців негативні ознаки, форми і результати дії сценічного естрадного хвилювання пов'язують із безперервною роботою пам'яті – «страхом (боязню) забути чи заплутатися» (А. Рубінштейн, О. Гольденвейзер, С. Савшинський та ін.); скутістю, сухістю і формальністю гри, запинаннями, зупинками і пропусками цілих епізодів (О. Алексєєв); перенапруженням м'язів, фальшивими нотами, неточною інтонацією, відчуттям неповноцінності і позором публічного провалу (Л. Маккіннон); боязню естради (Л. Ауер, Г. Коган); нервозністю у вигляді недостатньої технічної впевненості (І. Гофман, П. Казальс); напруженнями, квапливістю, неточністю попадання, неритмічністю, уповільненням або прискоренням темпу – «загнав твір» (Ф. Бузоні, О. Ніколаєв, Л. Розман та ін.); порушенням зосередженості уваги (О. Віцинський); відсутністю здатності управляти своїми сценічними емоціями (Л. Бочкар'єв). Ось чому англійська дослідниця Л. Маккіннон ототожнює поняття «хвилювання» з недостатньою впевненістю у собі і страхом перед майбутнім [7, 135].

З іншого погляду, естрадна обстановка не завжди і не для всіх музикантів є стресовою, яка викликає сценічне хвилювання руйнівного характеру. Взагалі відсутність сценічного хвилювання ще більш небажана для виконавця, ніж присутність його у надмірних гіпертрофованих формах. Так, заслужена артистка Росії Н. Труль з цього приводу зазначає: «Якщо людина не хвилюється перед виходом на сцену – вона не артист і на сцені їй робити нічого» [9, 14]. Її думку продовжує професор Московської консерваторії П. Нерсєсян: «Хвилювання – це неодмінна умова для того, щоб людина сконцентрувала всі свої сили – фізичні і психічні; людина байдужа, яка ніколи

не хвилюється, нічого цікавого і значного на концертній естраді не створить» [9, 14]. Тому хвилювання перед концертом і під час гри сприяє яскравості виконання (О. Алексеев); мобілізує увагу, підстобує емоції і підвищує настрій (А. Стоянов); дозволяє досягнути високих творчих результатів (Л. Слуцька).

Варто зазначити, що у музичній педагогіці і психології існує багато контрастних, протилежних і досить суперечливих поглядів щодо специфіки виявлення сценічного естрадного хвилювання як різновиду емоційних станів (Л. Бочкар'єв). Згідно відомої психологічної закономірності погано не тільки «перехвилюватися», але і «недохвилюватися» до оптимуму, тому що ефективність виконання діяльності досягає свого максимуму лише при певному рівні емоційного напруження [3, 284]. Крім цього, музично-педагогічна наукова думка підкреслює важливість «не перегоріти» емоційно, психологічно і фізично раніше часу виходу на сцену.

Порушена ключова проблема, яка зумовлюється наявністю у музиканта покликання (права) до публічних виступів (Ф. Бузоні), пов'язана з дослідженням виконавських артистичних емоційно-регулятивних здібностей – естрадного самопочуття (Л. Баренбойм) і вивченням придатності до обраної професії – виконавської артистичної діяльності (Л. Бочкар'єв, Г. Коган, М. Лонг, Г. Прокоф'єв та ін.). Вона вважається також одним з найбільш розроблених розділів як загальної психології, педагогіки, філософії, психофізіології, так і теорії музично-виконавського мистецтва. Проте, це ніяк не заперечує актуальність нашого наукового дослідження.

Ретроспективний аналіз останніх досліджень і публікацій доводить актуальність і значущість висвітлення політональних аспектів виявлення феномену «сценічне хвилювання» у музично-педагогічній науковій спадщині. Ученими, зокрема, досліджено: питання сутності поняття «сценічне хвилювання» (Л. Маккіннон); ознаки, причини і наслідки виявлення сценічного хвилювання (Л. Бочкар'єв, Ф. Бузоні, І. Гофман, Г. Коган, С. Савшинський, А. Стоянов та ін.); види і різновидності естрадного хвилювання (Л. Баренбойм, Л. Бочкар'єв, Г. Коган, Л. Маккіннон, Г. Нейгауз, А. Орендліхерман, Г. Ципін

та ін.); етапи-фази хвилювання на сцені [10]; етапи психологічної підготовки до публічного виступу (Л. Бочкар'єв); специфіку публічного естрадного виконання і самопочуття (О. Алексєєв, Л. Баренбойм, І. Гофман, Г. Коган, Г. Нейгауз, А. Щапов та ін.); властивості артистизму (Я. Мільштейн, С. Савшинський, Б. Яворський та ін.); специфіку психологічних установ і методик підготовки учнів до відкритих виступів з метою нейтралізації впливу негативних ознак хвилювання (Л. Баренбойм, В. Гізекінг, А. Орендліхерман та ін.); індивідуальні підходи до проблеми підготовки публічного виступу (О. Алексєєв, О. Віцинський, Г. Нейгауз, С. Ріхтер та ін.); вікові особливості хвилювання (Л. Слуцька та ін.) тощо.

Поряд із цим, аналіз педагогічної літератури засвідчує, що поняття «хвилювання» – це емоційний стан, що виникає в ситуаціях небезпеки, неповної інформації, у відповідальних ситуаціях з невизначеними подіями. Хвилювання інформує суб'єкта щодо можливої небезпеки, спонукає його до активного пошуку й конкретизації цієї небезпеки [8, 476].

Мета статті – дослідити сутність і якісні ознаки виявлення сценічного хвилювання з погляду онтогенетичного розвитку у процесі інструментальної підготовки майбутніх учителів музики.

Виклад основного матеріалу. У концертному виступі як вирішальному моменті у творчому житті виконавця (О. Алексєєв) особливо виразно активізується індивідуальність і неповторність сценічного хвилювання музиканта-педагога. Відомо, що його джерелом є «захопленість музикою, яка виконується і непереборне прагнення до втілення творчого задуму» [3, 250]. Даний психічний стан у своєму розвитку для кожного студента-інструменталіста проходить онтогенетичний шлях із шести стадій (фаз) [10].

Перша стадія – *тривалий передконцертний стан* – не має чітких часових меж, тому що починається тоді, як тільки музиканту стає відомою дата публічного виступу. На важливість її активізації вказує П. Нерсєсьян: «Я спеціально викликаю хвилювання за день-два до важливого для мене виступу, тому що впевнений, що тільки на фоні позитивно забарвленого сценічного

хвилювання можливо домогтися високих результатів у виконавському мистецтві» [9, 12]. Дійсно, чим ближче день і час до виходу на сцену, тим інтенсивніше загострюються відчуття і емоції студентів-інструменталістів, їх вимогливість до себе. У залежності від якісного рівня підготовки і власних розрахунків та очікувань хвилювання періодично виникає з тією чи іншою силою. Однак, по мірі наближення до встановленої дати і нагадувань педагога думки про майбутній концерт усе частіше турбують виконавця: з'являється роздратованість, безсоння, помітна зміна настроїв. Усе це підсилюється у день концерту чи напередодні та стає хворобливо гострим.

Це – друга стадія, *безпосередній передконцертний стан*. У деяких музикантів змінюється тиск, мерзнуть і слабшають руки, підвищується температура, відчувається сильне нездужання, артист скаржиться, що захворів і виступати не має змоги. Однак, якщо педагог і сам студент-інструменталіст не подолає вказані негативні ознаки хвилювання внаслідок активізації відповідної психолого-педагогічної і професійної підготовки, цей емоційний і фізичний стан залишить глибокий слід у психіці і буде завжди супроводжувати музиканта у концертній діяльності.

У другій стадії цілком природно виявляються політональні барви і характер сценічного хвилювання та інтенсифікуються основні його види за термінологією психолога П. Якобсона. Це:

1. Хвилювання-підйом, яке має безперечний позитивний і стимулюючий характер та супроводжується легкою ейфорією, нестерпним бажанням скоріше вийти на сцену, прагненням до практичної реалізації творчих намірів, мисленневим плануванням свого виступу тощо. Вказаний вид характеризується оптимальним рівнем емоційного збудження і високим ступенем завадостійкості щодо несприятливо діючих зовнішніх і внутрішніх факторів [3, 284]. Хвилювання-підйом дозволяє студенту розкрити такі потенційні можливості, які у домашніх і класних умовах не можуть проявитися. На думку Л. Маккіннон, збудження як корисний вид хвилювання викликає підвищену витривалість і загостреність відчуттів. Останні дають можливість виконавцю

перевершити самого себе. Указаний стан натхнення виконавця, коли температура творчого накалу не є нормальною, науковець характеризує словом *Lampenfieber*, що означає «лампова лихоманка» [7, 123].

2. Хвилювання-паніка, яке пов'язане з незвичною обстановкою, «боязною провалу», сильним емоційним і фізичним збудженням та нервовою роздратованістю музиканта. Зовнішні ознаки вказаного виду – підвищена рухова активність, напруження миміки, метушливість рухів, швидка гучна мова, пітливість пальців, відсутність зосередженості, сонливість, перескакування думок з одного об'єкту на інший, трансформація тривожності у страх (Л. Баренбойм, Л. Бочкар'єв, Г. Коган, А. Стоянов та ін.). Ось чому Л. Маккіннон указаний вид хвилювання називає *le trac* (фран. – страх). Хвилювання від страху перед публікою «призводить до повного паралічу усіх творчих сил» [7, 123] та «убиває виконавську творчість» [1, 57].

3. Хвилювання-апатія – пригнічений і подавлений психічний стан музиканта, за яким ціль і зміст виступу фокусуються на периферію свідомості, а мислення детерміноване однією думкою – «скоріше б усе закінчилося» [5, 90]. Стан передконцертної апатії характеризується «заниженою збудженістю, яка виявляється в ослабленні психічних процесів, розвивається астеничне відчуття, небажання виступати в концерті [3, 284].

Та ось наступає *час виходу студента-інструменталіста на концертну естраду*. Це сама коротка і гостра, третя стадія онтогенетичного розвитку сценічного хвилювання. Музикант залишається один на один з публікою і педагог уже нічим не може йому допомогти. Ось як іронічно описує її відомий французький диригент Шарль Мюнш: «Чесно кажучи, не можу сказати, щоб я диригував оркестром, тому що цілком був поглинений думкою про те, як справитися зі страхом, що паралізував мене. По естраді я йшов з таким відчуттям, ніби пробирався скрізь густу пелену туману. Ноги не відчували масу тіла. Закону тяжіння для мене, здавалося, не існувало. Я плинув по нереальному, як сон, світу, який аж ніяк не був розовим, і диригував як автомат. Аудиторія, яка співчувала, помилково прийняла мою паніку за

натхнення» [10].

Указана третя стадія проходить немов «у тумані» і рідко залишається у пам'яті виступаючого, але її важливість важко переоцінити. Саме на цьому наголошує Г. Коган: «Головний момент – це коли ти вийшов на естраду і ще не почав грати. Якщо у цей момент оволодіти собою – на естраді вже ніякого страху не буде. А я губив усе ось у ці секунди, тому що коли виходиш з артистичної і опиняєшся перед залом, публікою, інструментом з думкою про те, що зараз потрібно грати, то чомусь починає здаватися, що час помчав ускач. Губиш відчуття нормального часу. У музиці взагалі час відчувається по-іншому: звучить твір п'ять хвилин, а внутрішньо відчуваєш, що грав пів години. Напроти, у момент початку здається, що не співавеш зібратися думками. Я поставив собі задачу: оволодіти цим передігровим відрізком часу, для чого придумав ряд пристосувань. Перше полягало у тому, що я примушував себе згадувати за порядком опуси творів... Пізніше я замінив це іншим пристосуванням... Коли аплодисменти згасають, я виймаю з карману футляр, знімаю пенсне і спокійно кладу у футляр. Цих рухів стає цілком достатньо, щоб оволодіти собою у передігровий період» [3, 247-248].

Четверта стадія онтогенетичного розвитку сценічного хвилювання – *початок виконання*. У цей період важливо внутрішньо активізувати дві фази ситуативної психологічної підготовки (настроювання) виконавця до гри. Для першої характерна «загальна зосередженість уваги, мобілізація свідомості у зв'язку з установкою на майбутню діяльність. Виконавець може уявити форму, структуру, характер, найбільш важливі фрагмента твору. Завдяки тренувальній функції уявлень створюється необхідний емоційний фон як передумова формування стану творчого натхнення. У другій фазі свідомість направлена на визначення моменту остаточної готовності до початку виконання» [3, 248]. Студент-інструменталіст повинен мисленнево почати п'єсу – визначити пульсуючу одиницю темпу, уявити характер атаки звуку, туше і динамічний нюанс перших нот, бажано проспівати про себе внутрішнім слухом початок музичного твору. Саме вибір темпу, емоційний фон як передумова формування

стану творчого натхнення, логіка смислового мікроструктурного інтонування і якість звучання – найбільш вразливі аспекти початку виконавського втілення музичного твору. На актуальності проходження вказаної фази наголошує О. Віцинський: «Нерідко після невдалого виступу можливо почути: «Ой, коли б можна було заграти ще раз!» Ось і слід починати виконання з другого разу, перший же – «виконати» про себе» [4, 190-191].

Указані види сценічного хвилювання особливо яскраво виявляються у п'ятій стадії розвитку досліджуваного феномену. Вона пов'язана з переходом від передконцертного стану до «робочого», з «домінантною діяльністю» (С. Савшинський) – реальним «живим» виконанням на естраді і контактом-спілкуванням з публікою, з адаптацією студента до умов сцени і публічного виконання. Це пояснюється тим, що перевірити себе можливо лише на естраді (Я. Мільштейн), а власне публічна гра дає нам точну оцінку наших здібностей і недоліків і тим самим вказує шлях до вдосконалення (І. Гофман).

Так, хвилювання-підйом, що характеризується відомою схвильованістю і «піднесенням» під час виступу не тільки природне, але й бажане, корисне і благотворне. Окрилені дії указанного виду спасають виконання від буденності, сприяють виникненню артистичного підйому – великого художнього впливу на публіку і відчуття, ніби «ти сьогодні «в ударі», все у тебе «само» виходить, гра переймається особливою виразністю, кожен нюанс «попадає» у глядача і слухача» [5, 90]. Слід зазначити, що стан піднесення настає не з перших нот, а після самих важких речей у програмі, відносно яких більше всього хвилюєшся: «Уся справа полягає у тому, щоб до цього грати добре, а після цього грати вже не важко» [3, 250].

Хвилювання-паніка під час виступу є справнім «бичем» більшості студентів-інструменталістів і навіть багатьох зрілих артистів-виконавців. Його прояви – дезорганізація і напруження «апарату переживання» та «апарату втілення» (Л. Баренбойм); поверхневність і нерівність дихання, гнітюче відчуття невпевненості (А. Стоянов). Більш красномовно вказаний вид хвилювання описує Г. Коган: «Під впливом такого хвилювання нерідко іде нанівець ледве

не вся підготовча робота, яка старанно пророблена виконавцем. Гра позбавляється управління, виконавця «несе», як тріску по хвилям, його рухи стискаються, пам'ять зраджує, він маже, плутає, забуває у самих несподіваних місцях; прекрасно вивчена річ перетворюється у паплюжне місиво. Зрозуміло, ніякого задоволення таке виконання нікому не доставляє... Звичайний результат подібного «виконання» – жорстока психологічна травма, зростаюча раз від разу боязнь естради, що призводить у ряді випадків до вимушеної відмови обдарованих людей від артистичної діяльності» [5, 90].

Ось чому велике значення для усвідомлення результатів і наслідків сценічного хвилювання має *післяконцертний психофізіологічний стан* музиканта – своєрідна шоста стадія онтогенетичного розвитку досліджуваного феномену. На жаль, вона недооцінюється чи навіть ігнорується багатьма педагогами. Тим часом, «учень і після виступу довго ще продовжує жити ним одним, без кінця переживаючи заново, у найдрібніших деталях, як це було...» [5, 93]. Її якісні ознаки – радісний емоційний підйом після вдалого виступу, відчуття втоми, незадоволення собою чи запізнене бажання «ось тепер я зіграв би по-справжньому». У подібних психологічних ситуаціях для студентів надзвичайно важлива адекватна оцінка і підтримка педагога, розуміння друзів.

Викладачу ніколи не слід одразу після виступу детально обговорювати зі студентами виконання концертної програми. Краще наступного дня у спокійній обстановці разом розібрати «що і чому було виконано добре чи невдало», які причини помилок, дати критичну оцінку виконаній роботі і похвалити учнів.

Власне, студент-інструменталіст не повинен кидати річ, якщо вона не вийшла на концерті, а продовжувати працювати над нею і грати її до тих пір, поки вона не стане виходити (Я. Мільштейн). Так, видатний американський піаніст І. Гофман пропонує після публічного виконання п'єси двічі грати її вдома повільно і старанно з метою збереження чистоти. Л. Маккіннон вважає, що музикант після невдачі зобов'язаний мобілізуватися і «перевірити свої внутрішні ресурси, намагаючись відверто відповісти на наступні питання: «Чи не чекав я провалу, коли виходив на естраду? Чи не був я стомлений у той

вечір? Чи не був я зайнятий собою, замість того, щоб думати про музику?» Коли причина невдачі розкрита, подію треба розглядати як корисний з точки зору майбутньої діяльності досвід. Якщо це засвоїти, то всі страхи розвіються...» [7, 127].

Активізація четвертої і п'ятої стадій онтогенетичного розвитку сценічного хвилювання великою мірою залежить від якісного рівня ситуативної психологічної підготовки, яка віддзеркалює психологічні аспекти формування стану готовності студента-інструменталіста до концертного виступу. Вона пов'язана зі станом «творчого натхнення» (Б. Теплов) і «станом роздвоєння» (К. Станіславський) виконавця на естраді [3, 252-255]. Сутність психологічної підготовки полягає у «максимальній зосередженості уваги на музичному творі, у визначенні моменту повної готовності до початку виконання. Етап зосередженості характеризується витисненням із свідомості усіх побічних подразників, не пов'язаних з майбутньою діяльністю, і є однією з умов «входження в образ»...» [3, 247]. Так, О. Іохелес підкреслює: «Основна моя вимога до себе, коли я виходжу грати на концерті – максимальна зосередженість. Коли я граю, саме головне – ні про що інше не думати» [4, 199]. Його думку продовжує французький піаніст Ж. Февріє: «... ніколи не потрібно на естраді думати, що комусь щось можливо доказати – з цього нічого не вийде. Єдине – потрібно відволікатися від утилітарного: холодні руки, добре заграти пасаж, а єдиний спосіб відволіктися від цього – музика» [3, 252].

Указана проблематика активізації зосередженості спонукала таких науковців, як Л. Бочкарьова, Г. Когана, А. Орендліхерман, А. Стоянова, Г. Ципіна та ін. виділити два різновиди хвилювання, які неминуче виникають під час публічного виступу: «Хвилювання «в образі» – це такий стан, коли виконавець схвилюваний почуттями і думками того, кого грає, коли він хвилюється від того, що... переживає печаль «Меланхолічної серенади» Чайковського... Хвилювання ж «поза образом» має місце тоді, коли виконавець хвилюється за себе, за те враження, яке він справить на глядачів або слухачів, за те, як вийде у нього... такий-то пасаж» [5, 107].

Саме проти останнього, так званого «акторського» хвилювання, виступав відомий театральний діяч К. Станіславський: «Необхідно залишити штамп «творче хвилювання». Такої органічної дії не існує» [2]. З погляду вченого, творча фантазія артиста, щоб бути дієвою, перш за все повинна мати одну, завжди невід'ємну якість кожної творчості – спокій: «Творчий спокій є умовою життя в образі – а значить і хвилювання у ньому. З іншого боку, «хвилювання в образі», як вища форма зосередженості на тому, що виконується, є кращим засобом відвернути виконавця від панічних думок про себе, влити в його душу творчий спокій» [2].

Ми погоджуємося з науковими поглядами Л. Бочкарьова, за якими «стан роздвоєння» є виявленням високорозвинених емоційно-регулятивних здатностей музиканта: «Для артиста у момент творчості необхідний повний спокій» (П. Чайковський); «Якщо у той час, коли я граю на естраді, я сам схвилюваний, я на слухачів не дію» (Ан. Рубінштейн); «хвилювання «в образі» цілком сумісне з «творчим спокоєм» поза образом» [3, 255; 5, 106-111]. Психологічним механізмом стану роздвоєння є здатність управляти грою та емоційним тонусом (А. Щапов) – уміння мобілізувати і багатопланово симультанно розподіляти увагу між полімодальними уявленнями, «живою» ігровою дією і сприйманнями на основі функції стеження, контролю і корекцій виконавського процесу: «Шлях до розподілення уваги лежить через виховання культури зосередженості: щоб навчитися бачити багато, необхідно спочатку навчитися добре бачити одне» [5, 80]. Так, відома французька піаністка М. Лонг, торкаючись суті хвороби страху, зазначає: «Артист на естраді є роздвоєною істотою. Все іде добре, доки ви відчуваєте, що ваш «двійник» вам підпорядковується. Це досить цікаве... відчуття» [6, 37].

Висновок. Отже, проблема онтогенетичного розвитку сценічного хвилювання – одна з найбільш актуальних і життєво важливих для музикантів-виконавців, починаючи з підліткового віку та закінчуючи завершальними етапами кар'єри. Досліджуваний феномен а ргіогі не може мати однозначної трактовки, психофізіологічної природи і практичного вирішення як у музичній

педагогіці, психології, так і теорії музично-виконавського мистецтва. Якісні ознаки виявлення сценічного емоційного хвилювання більш комплексно перевіряються тільки під час «живого» публічного виступу студента-інструменталіста. Головна задача педагога ВНЗ – не тільки «діагностування», але й трансформація негативного психологічного модусу хвилювання у дієздатний душевний стан (емоційний стимул), який допомагає виконавцю досягнути максимального творчого оптимуму на естраді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Баренбойм, Л. Вопросы фортепианной педагогики и исполнительства / Лев Аронович Баренбойм. – Изд. 2-е, дополн. – Л. : Советский композитор, 1979. – 341 с.
2. Беседы К. С. Станиславского [Электронный ресурс] / Константин Сергеевич Станиславский // Под общ. ред. Ю.С. Калашникова. – М. : Всероссийское театральное общество, 1947. – Режим доступа: http://az.lib.ru/s/stanislawskij_k_
3. Бочкарев, Л. Л. Психология музыкальной деятельности / Леонид Львович Бочкарев. – М. : Ин-т психологии РАН, 1997. – 351с.
4. Вицинский, А. В. Психологический анализ процесса работы над музыкальным произведением / А. В. Вицинский // Музыкальная психология : хрестоматия / сост. М. С. Старчеус. – М., 1992. – С. 186–202.
5. Коган, Г. М. У врат мастерства : психол. предпосылки успешности пианистической работы / Григорий Михайлович Коган. – М. : Сов. композитор, 1977. – 341 с.
6. Лонг, М. За роялем с Габриелем Форе / Маргерит Лонг // Исполнительское искусство зарубежных стран. – М. : Музыка, 1981. – Вып. 9. – С. 1-37.
7. Маккиннон, Л. Игра наизусть / Лилиас Маккиннон ; пер. с англ., вступ. статья Ф. Соколова. – Л. : Музыка, 1967. – 144 с.
8. Педагогічний словник / за ред. дійсн. чл. АПН України М. Д. Ярмаченка. – К. : Педагогічна думка, 2001. – 514 с.
9. Слуцкая, Л. О некоторых аспектах профессиональной работы педагога-пианиста / Лариса Слуцкая // Академические чтения. – М. : Музыкальное просвещение, 2003. – № 8. – С. 1-17.
10. Эстрадное волнение [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.violamusik.me