

НАУКОВИЙ АЛЬМАНАХ МИСТЕЦТВА ТА ОСВІТИ
Міжнародна науково-практична онлайн-конференція
«Мистецька освіта: виклики та перспективи»

збірник наукових праць. Вінниця: ТОВ «Меркьюрі-Поділля». (1), 2021. С. 22-27
<https://dspace.vspu.edu.ua/bitstreams/eddc33d4-68c4-4965-ae43-3062ac985058/download>

7. Швець І. Б. Удосконалення процесу фахової підготовки вчителів музичного мистецтва. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*: зб. наук. пр. 2015. Вип.43. С. 505-509.

8. Elliott, D. J. (1995). *Music matters: A new philosophy of music education*. New York, NY: Oxford University Press.

9. Lasauskienė, J., & Rauduvaitė, A. (2013). Designing music teacher competences in the European Qualifications Framework. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 83, 180–184.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.035>.

10. Dumchak, I., Kachmar, O., Mochalova, N., Oleksandrenko, K., & Sidorova, I. (2024). Socio-cultural factors influencing students' learning experience: a crosscultural study. *Revista Eduweb*, 18(3), 264-275. <https://doi.org/10.46502/issn.1856-7576/2024.18.03.20>

11. Skoryk, T., Dorohan, I., Demchyk, K., Sidorova, I., & Strebkova, D. (2024). International exchanges and cooperation in art education in Ukraine: challenges and opportunities. *Multidisciplinary Reviews*, 6: 2023 spe 001. Retrived from: <https://malque.pub/ojs/index.php/mr/article/view/1768>.

DOI:

**ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ЗДОБУВАЧІВ
МИСТЕЦЬКОЇ ОСВІТИ ДО ПУБЛІЧНИХ ВИСТУПІВ**

Шпортій М.А., викладач

Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського

***Анотація.** У статті розкрито сутність психологічної готовності здобувачів мистецької освіти до публічних виступів. Проаналізовано психологічні чинники, що впливають на формування сценічної впевненості, подолання хвилювання, розвиток саморегуляції та емоційної стійкості. Визначено структурні компоненти психологічної готовності – мотиваційний, емоційно-вольовий, когнітивний та діяльнісний. Обґрунтовано педагогічні умови розвитку психологічної готовності: створення позитивного навчально-творчого середовища, поступове ускладнення виконавських завдань, використання тренінгових та релаксаційних методик, формування навичок саморефлексії.*

НАУКОВИЙ АЛЬМАНАХ МИСТЕЦТВА ТА ОСВІТИ
Міжнародна науково-практична онлайн-конференція
«Мистецька освіта: виклики та перспективи»

Ключові слова: психологічна готовність, мистецька освіта, публічний виступ, емоційна стійкість, саморегуляція.

Abstract. The article reveals the essence of psychological readiness of art education students for public performances. It analyzes psychological factors influencing the development of stage confidence, overcoming anxiety, and forming self-regulation and emotional stability. The structural components of psychological readiness are defined: motivational, emotional-volitional, cognitive, and activity-based. The pedagogical conditions for developing psychological readiness are substantiated: creating a positive educational and creative environment, gradual complication of performance tasks, using training and relaxation techniques, and forming self-reflection skills.

Keywords: psychological readiness, art education, public performance, emotional stability, self-regulation.

Публічні виступи є невід'ємною складовою професійної діяльності фахівців у галузі мистецтва. Для майбутніх музикантів, акторів, педагогів-мистецтвознавців уміння виступати перед аудиторією має не лише технічний, а й глибокий психологічний вимір. Від рівня сформованості психологічної готовності залежить не лише якість виконавства, а й професійне самоствердження особистості. Проблема сценічного хвилювання, невпевненості, емоційної нестабільності є однією з найактуальніших у сучасній мистецькій педагогіці.

Психологічна готовність трактується в науковій літературі як стан внутрішньої мобілізації особистості, спрямованої на успішне виконання діяльності в певних умовах [3]. У контексті мистецької освіти вона поєднує емоційно-вольові, інтелектуальні та мотиваційні процеси, які забезпечують гармонійне самовираження виконавця на сцені. З цією метою науковці досліджують ефективні методологічні орієнтири для організації навчального процесу майбутніх фахівців у галузі мистецької освіти та визначають ефективні умови для розвитку творчого потенціалу студентів [4].

До основних складових психологічної готовності здобувачів мистецької освіти належать: мотиваційний компонент – усвідомлення значення публічного виступу, прагнення до творчої самореалізації; емоційно-вольовий компонент – здатність контролювати емоційні стани, долати хвилювання, підтримувати концентрацію; когнітивний компонент – знання про психологічні механізми сценічної поведінки, прийоми саморегуляції; діяльнісний компонент – практичні навички управління поведінкою під час виступу [6].

Психологічні фактори впливу на сценічну готовність виявляються в процесі занять зі здобувачами у вокальному класі. Основними складовими психологічної готовності є: індивідуально-психологічні особливості (тип темпераменту, рівень самооцінки, емоційна чутливість); досвід публічних виступів – чим частіше здобувач виступає, тим нижчий рівень тривожності; соціально-психологічний клімат у навчальному колективі; педагогічна підтримка викладача, який формує позитивну мотивацію та впевненість у власних силах.

Суттєву роль відіграють також психофізіологічні механізми: правильне дихання, концентрація уваги, зняття м'язової напруги. Вони допомагають регулювати внутрішній стан виконавця та забезпечують гармонію між емоціями й виразністю.

Ефективність підготовки до публічних виступів зумовлюється реалізацією певних педагогічних умов:

- створення безпечного творчого середовища: атмосфера довіри, підтримки, відкритого обговорення переживань;
- поступове ускладнення виконавських завдань: початок з невеликих аудиторій, перехід до конкурсів і концертів;
- використання тренінгів сценічної впевненості; психологічні вправи, дихальні практики, методика «позитивного налаштування»;
- рефлексивна діяльність, як включає аналіз власних виступів, усвідомлення сильних і слабких сторін;
- міжпредметна інтеграція; поєднання психології, педагогіки та мистецьких дисциплін в освітньому процесі.

Особливо важливими є практичні аспекти розвитку психологічної готовності. У практиці підготовки здобувачів мистецької освіти ефективними є такі форми роботи: рольові ігри та імпровізації (імітація концертної ситуації); аутотренінг і релаксаційні вправи (методика І. Шульца, дихальні техніки); психологічні тренінги самопрезентації; перегляд і аналіз відеозаписів власних виступів; індивідуальні консультації з викладачем або психологом.

Виключно цінним є психологічне налаштування під час особливих виступів. Мова йде про благодійні концерти, зокрема в реабілітаційних центрах, військових шпиталях [2]. Тут важливо витримати емоційну

рівновагу та внутрішню готовність. Разом з тим, передати настрій твору, показати всі свої вміння і артистизм.

З метою формування артистичного комунікативного вміння володіння власним емоційним станом під час сценічного виступу майбутнім учителям музики на заняттях із спецкурсу можна запропонувати поради Д.Корнеги, спрямовані на розвиток впевненості у собі. Автор наголошує на важливості досконалої підготовки, мисленнєвому налаштуванню на успіх, заглибленні в тематику виступу. Останню пораду у галузі музично-педагогічній діяльності ми розуміємо як занурення в зміст музичного твору, ідентифікацію себе з його образом і передачу його слухачам. При цьому психолог підкреслює, що слід не звертати увагу на негативні подразники, роздуми про можливі помилки під час виступу тощо [1, 146].

Результатом цілеспрямованої педагогічної роботи є формування у здобувачів сценічної впевненості, емоційної рівноваги та внутрішньої готовності до творчої реалізації.

Отже, психологічна готовність здобувачів мистецької освіти до публічних виступів є багатокomпонентним утворенням, що охоплює мотиваційні, емоційні, когнітивні та поведінкові аспекти. Її розвиток вимагає системного підходу, який поєднує психолого-педагогічну підтримку, поступове ускладнення завдань і практичне тренування сценічних навичок. Сформована психологічна готовність сприяє професійному становленню, розкриттю творчого потенціалу та збереженню емоційного благополуччя здобувача.

Список використаних джерел:

1. Василевська-Скупа Л.П. Формування комунікативної компетентності майбутніх учителів музичного мистецтва : [монографія]. 2014. Вінниця : ТОВ фірма «Планер», 208 с.
2. Грінченко, Т. Д., Зузяк, Т. П., & Сідорова, І. С. (2024). Трансформація мистецької освіти в умовах воєнного стану (на прикладі факультету мистецтв і художньо-освітніх технологій ВДПУ імені М. Коцюбинського). Науковий часопис УДУ імені Михайла Драгоманова. Серія 14. Теорія і методика мистецької освіти, 31, 161-168.
3. Ковальова Г. Психологічні аспекти сценічної діяльності музиканта. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. 240 с.
4. Сідорова, І. С., Мартиновська, О. О. Підготовка фахівців мистецької освіти: аналіз сучасних дослідницьких підходів. 2024. URL: <https://dspace.vspu.edu.ua/bitstreams/f76bbe3e-5b58-4b05-95f3-0b2f87917647/download>

НАУКОВИЙ АЛЬМАНАХ МИСТЕЦТВА ТА ОСВІТИ
Міжнародна науково-практична онлайн-конференція
«Мистецька освіта: виклики та перспективи»

5. Чайковська І. Психологічна підготовка музикантів до виступу. Львів: Видавництво ЛНМА, 2019. 85 с.

6. Юник Д.Г. Структурно-функціональна модель виконавської надійності музикантів у концертно-сценічній діяльності. Часопис Національної музичної академії України ім. П. І. Чайковського. 2022. № 3-4. С.56-60.

7. Liudmyla Vasylevska-Skupa, Liudmyla Onofriichyk, Olena Teplova, Kateryna Kushnir, Iryna Shvets Harmonizing the mind: Exploring the psychological impact of vocal therapy on music university students. *Convergências - Revista de Investigação e Ensino das Artes*, VOL XVII (34), 2024. 123-138.