

бов совладания Р. Лазаруса и С. Фолкмана) // Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляева // Психологическая диагностика. – 2005. – № 3. – С. 57–76.

6. Моросанова В.И., Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека / В.И. Моросанова; Российская академия образования; Психологический институт. – М.: Наука, 2001. – С. 192–198.

7. Прохоров А.О. Функциональные структуры и средства саморегуляции психических состояний / А.О. Прохоров // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26. – № 2. – С. 68–80.

8. Рассказова Е.И., Гордеева Т.О., Осин Е.Н. Копинг-стратегии в структуре деятельности и саморегуляции: психометрические характеристики и возможности применения методики COPE / Е.И. Рассказова, Т.О. Гордеева, Е.Н. Осин // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2013. – Т. 10. – № 1 – С. 82–118.

Автор – **Спицына Камилла Рустамовна**, г. Королёв, ГБОУ ВО МО «Технологический университет имени дважды Героя Советского Союза, лётчика-космонавта А.А. Леонова», аспирант 2 курса, kamillaspitsyna@yandex.ru.

ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ В ПРОЦЕССЕ ЧТЕНИЯ С ЛИСТА МУЗЫКАЛЬНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ

MENTAL STATES IN THE PROCESS OF READING FROM A SHEET OF MUSICAL WORKS

Сулейманов Я.Р.

Suleimanov Ya.R.

Аннотация. Психические состояния в музыкально-исполнительской деятельности представляют собой разные уровни их проявления. *Психический уровень* реагирования связан с состоянием эмоциональных переживаний (создание образа музыкального произведения). *Физиологический уровень* реагирования связан с вегетатикой, включающей в себя соматику (психомоторику). На этом уровне музыканты-исполнители получают особое удовольствие от соприкосновения пальцев с клавиатурой музыкального инструмента. *Поведенческий уровень* связан с поведением (артистизмом), общением (коммуникативными эмоциональными состояниями), с деятельностью (мотивационно-волевыми и интеллектуальными (когнитивными) состояниями удивления, любопытства).

Ключевые слова: психофизиологические состояния, музыкальная деятельность, общение, переживание, чтение нот.

Abstract. Mental states in musical performance activity represent different levels of their manifestation. The mental level of response is associated with the state of emotional experiences (creating the image of a musical work). The physiological level of response is associated with vegetative, which includes somatics (psychomotor). At this level, performing musicians take special pleasure in touching the fingers with the keyboard of a musical instrument. The behavioral level is associated with behavior (artistry), communication (communicative emotional states), with activity (motivational-volitional and intellectual (cognitive) states of surprise, curiosity).

Keywords: psychophysiological states, musical activity, reading music.

Психические состояния тесно связаны с музыкально-исполнительской деятельностью. Поэтому, рассматривая психические состояния в процессе чтения музыкальных произведений по нотам, рассмотрим отдельно что из себя представляют психические состояния и музыкально-исполнительская деятельность. Начнем с последнего.

Музыкально-исполнительская деятельность состоит из разных форм. Так выделяют сольное исполнение выученного музыкального произведения, сольную импровизацию (связана с игрой на музыкальном инструменте какой-либо музыки, которую импровизатор заранее сочинил, как заученный отрывок стиха и воспроизвел). Следующей формой музыкально-исполнительской деятельности является игра в оркестре или ансамбле, затем идет аккомпанирование. Аккомпанирование предполагает оказание музыкальной помощи сольному исполнителю, певцу или музыканту-инструменталисту. И, наконец, последней формой музыкально-исполнительской деятельности является коллективная импровизация. Она осуществляется небольшим составом музыкантов. В этом случае мы будем иметь ввиду, ансамбль, или же, например, джазовый оркестр. Основой для всех форм деятельности являются: 1) умение читать с листа музыкальные произведения, 2) умение транспонировать с листа музыкальные произведения, 3) умение играть по слуху, 4) умение транспонировать по слуху [6].

Выделив разные формы музыкально-исполнительской деятельности, обратим внимание на умение читать с листа музыкальные произведения, как одну из основ для разных форм музыкально-исполнительской деятельности. И, соответственно, психические состояния, которые сопровождают эту деятельность [3, 4, 5].

Итак, умение читать с листа музыкальные произведения делится на этапы. Первый этап – предварительный просмотр произведения, второй – непосредственное исполнение [7, 8].

Теперь обратимся к психическим состояниям. Е.П. Ильин (2005), проанализировав разные позиции и точки зрения, понимает и определяет состояние

человека как его «целостную системную реакцию (на уровне организма и часто – личности) на внешние и внутренние воздействия, направленную на сохранение целостности организма и обеспечение его жизнедеятельности в конкретных условиях обитания» [1, с. 18–19].

Исходя из целостной системной реакции на уровне организма и личности, вытекает структура состояний. Вот как Е.П. Ильин описывает структуру психофизиологических состояний. *Психический уровень* реагирования связан с переживанием, с психическими процессами. *Физиологический уровень* реагирования связан с вегетатикой, включающей в себя соматику (психомоторику). *Поведенческий уровень* связан с поведением, общением, деятельностью [С. 21].

Итак, рассмотрим какие состояния проявляются у музыкантов-исполнителей на *психическом уровне* реагирования, который связан с переживанием, с психическими процессами. На первом этапе чтение с листа связано с восприятием нотного текста. Этот этап (предварительный просмотр произведения) связан с созданием идеального образа музыкального произведения (пьесы). При этом создание образа сопровождается пониманием и переживанием эмоциональных состояний и образов. На этом этапе мы можем видеть большое разнообразие переживаемых эмоциональных состояний, характерных для каждого музыкального произведения. Проблема обучения заключается в том, насколько глубоко и точно возможно погружение в переживаемые эмоциональные состояния.

В специальном исследовании выявлены интересные закономерности по эмоциональным состояниям музыкантов-инструменталистов [2]. «Сравнение выраженности свойств эмоциональности у мужчин и женщин показывает наличие различий. У мужчин в процессе становления профессионального мастерства значимых изменений не происходит, что позволяет говорить об их большей эмоциональной стабильности. У женщин изменения наблюдаются по эмоциональной возбудимости. У более профессиональных музыкантов эмоциональная возбудимость выше по сравнению с начинающими музыкантами. Кроме этого, у женщин постепенно усиливается состояние эмоциональной неустойчивости и выраженность состояния эмоции печали. У мужчин наблюдается обратная картина: выраженность эмоции печали уменьшается, а эмоциональная устойчивость увеличивается. Состояние интенсивности проявления эмоций ярче выражена у женщин, чем у мужчин» [С. 45–46].

На физиологическом уровне реагирование связано с психомоторикой. Это двигательная реализация образа музыкального произведения (связанного со 2 этапом). Здесь требования предъявляются к состоянию исполнительского аппарата (психомоторике). Исполнители нередко отмечают повышенное психоэмоциональное состояние, когда сама игра протекает как по маслу. Пальцы

работают безошибочно и безотказно, как будто они играли это произведение уже давно. Исполнители получают особое удовольствие от соприкосновения пальцев с клавиатурой своего инструмента.

Поведенческий уровень будет связан с поведением, общением и деятельностью. Поведение в условиях концертного выступления связано с артистизмом музыканта-исполнителя. Это своего рода игра, исполнение роли. Как говорил выдающийся бас Федор Шаляпин на сцене два Шаляпина – один поет, а другой контролирует. Тот, который контролирует, подсказывает «Прибавь слезу, убавь слезу». Это сложное, неоднозначное состояние связано с высоким уровнем саморегуляции музыканта-исполнителя.

Общение в музыкально-исполнительской деятельности связано с взаимодействием между музыкантами. Например, в ансамбле, оркестре при разных формах исполнительской деятельности музыканты испытывают коммуникативные эмоциональные состояния. Начинающие музыканты испытывают высокую степень удовлетворения от совместного музицирования, так как игра вместе получается лучше (звучание оркестра завораживает).

Говоря о деятельности в целом, и чтении нот с листа музыкальных произведений, то состояния будут характеризоваться тем, насколько успешным был процесс игры. Рождение нового, ранее не слышанного, наполненного эмоцией радости, состоянием восхищения, несомненно позитивно влияют на исполнителя. Здесь проявляются мотивационно-волевые состояния, как появившаяся потребность в игре, встреча с музыкой. Здесь же проявляются интеллектуальные (когнитивные) состояния: удивление, как прилив мыслей и неожиданных представлений, и потому приятными. Нередко проявляется и любопытство как состояние познания чего-то нового необычного в музыкальном произведении.

Таким образом, психические состояния музыкантов-исполнителей проявляются на разных уровнях. *Психический уровень* реагирования связан с состоянием эмоциональных переживаний, связанных с созданием образа музыкального произведения, психическими процессами. *Физиологический уровень* реагирования связан с вегетатикой, включающей в себя соматику (психомоторику). На этом уровне музыканты-исполнители получают особое удовольствие от соприкосновения пальцев с клавиатурой музыкального инструмента. *Поведенческий уровень* связан с поведением (артистизмом, проявляемым в условиях концертного выступления, общением (игрой в ансамбле, оркестре, что вызывает коммуникативные эмоциональные состояния, с деятельностью (мотивационно-волевыми и интеллектуальными (когнитивными) состояниями удивления, любопытства).

Литература

1. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека / Е.П. Ильин. – СПб. Питер, 2005. – 412 с.
2. Ильин Е.П., Сулейманов Р.Ф. Эмоциональные особенности музыкантов-инструменталистов в процессе становления их профессионального мастерства / Е.П. Ильин, Р.Ф. Сулейманов // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.В. Герцена 6(14): Психолого-педагогические науки (психология, педагогика, теория и методика обучения): Научный журнал. – СПб. 2006. – С. 42–50.
3. Сулейманов Р.Ф. Исследование деятельности субъектов учебного процесса с помощью прибора «Активациометр» / Р.Ф. Сулейманов. – Казань: Изд-во «Таглитат» Института экономики, управления и права, 2002. – 40 с.
4. Сулейманов Р.Ф. Как научиться читать с листа музыкальные произведения / Р.Ф. Сулейманов. – Казань: Изд-во «Таглитат» Института экономики, управления и права, 1997. – 108 с.
5. Сулейманов Р.Ф. Психологическая диагностика музыкального слуха / Р.Ф. Сулейманов. – М.: Музыка и время. – 2005. – № 3. – С. 50–52.
6. Сулейманов Р.Ф. Психологические основы профессионального мастерства музыканта-инструменталиста / Р.Ф. Сулейманов. – СПб, 2003. – 170 с.
7. Сулейманов Р.Ф. Психологические особенности чтения с листа музыкальных произведений музыкантами-инструменталистами. Автореферат дис. ...кандидата психологических наук. – СПб, 1995.
8. Цагарелли Ю.А., Сулейманов Р.Ф. Формирование умения чтения с листа музыкальных произведений / Ю.А. Цагарелли, Р.Ф. Сулейманов. – Казань: Изд-во «Таглитат» Института экономики, управления и права, 1990. – 44 с.

Автор – **Сулейманов Ярослав Рамилович**, г. Казань, преподаватель МБУДО Детской школы искусств Приволжского района, s612399@yandex.ru.