

https://doi.org/10.31516/2410-5325.061.07

УДК 784.9.091:378.147.091.212](045)

**О. В. Єрошенко**, кандидат мистецтвознавства, доцент, Харківська державна академія культури, м. Харків

elvero1110@gmail.com

https://orcid.org/0000-0001-8197-0807

## **КОНЦЕРТНИЙ ВИСТУП ЯК ЗАСІБ ВОКАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТА-АКТОРА**

Розглянуто психологічні аспекти публічного виконання вокального твору в процесі навчання студентів спеціалізації «акторське мистецтво драматичного театру і кіно». Відзначені вітчизняні та зарубіжні дослідження останнього десятиріччя, присвячені проблематиці психології художньої творчості в різних видах мистецтва та питанням вокального виконавства у сфері драматичного мистецтва. Проаналізовано психологічний стан сценічного хвилювання співака, залежність рівня хвилювання від типу нервової системи індивідуума, виявлення дії закону домінанти (згідно з О. Ухтомським) і «орієнтовного» рефлексу (згідно з І. Павловим) під час концертного виступу. Наведені найрезультативніші способи подолання сценічного хвилювання, що застосовуються в педагогічній практиці в процесі вокальної підготовки студентів-акторів.

**Ключові слова:** концертний виступ, сценічне хвилювання, вокальна підготовка, студент-актор.

**Е. В. Ерошенко**, кандидат искусствоведения, доцент, Харьковская государственная академия культуры, г. Харьков

## **КОНЦЕРТНОЕ ВЫСТУПЛЕНИЕ КАК СПОСОБ ВОКАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТА-АКТЕРА**

Рассмотрены психологические аспекты публичного исполнения вокального произведения в процессе обучения студентов специализации «актерское искусство драматического театра и кино». Отмечены отечественные и зарубежные исследования последнего десятилетия, посвященные проблематике психологии художественного творчества в разных видах искусства и вопросам вокального исполнительства в сфере драматического искусства. Проанализировано психологическое состояние сценического волнения певца, зависимость уровня волнения от типа нервной системы индивидуума, проявление действия закона доминанты (по А. Ухтомскому) и «ориентировочного» рефлекса (по И. Павлову) в процессе концертного выступления. Приведены наиболее результативные способы преодоления сценического волнения, которые применяются в педагогической практике в процессе вокальной подготовки студентов-актеров.

**Ключевые слова:** концертное выступление, сценическое волнение, вокальная подготовка, студент-актер.

**O. V. Yeroshenko**, Candidate of Art Criticism, Associate Professor, Kharkiv State Academy of Culture, Kharkiv

## **THE CONCERT PERFORMANCE AS THE WAY OF VOCAL TRAINING OF THE STUDENT-ACTOR**

**The purpose of this article** is to highlight the value of a concert performance as an important modus of vocal training of the student-actor.

**Research methodology.** General scientific methods are used in this article: cognitive, analytical, psychological and comparative methods; special attention is paid to the music and psychological methods.

**Results.** Mastering student-actors art of singing is based on the general level of their endowments in the music and artistic sector. The public performance as one of the types of vocal training contains rather high requirements to the performer, especially in the psychological aspect. At the same time the successful scenic performance provides considerable rise, first of all, in the art performing professional area. Forming the correct singing mindset, the preservation of a state «vocal and creative tranquility» have a crucial role in the setting of scenic nervousness, during the concert performance. Against the backdrop of a scenic stage the singer has to show the abilities concerning overcoming enormous nervousness. The basic in the solution for this problem is the following: systematic training and improvement of the vocal and artistic equipment of the student; a detailed preliminary work on the subject matter of the vocal work; the concentration on a music artistic image; good training of singing of the vocal work; first-hand practical experience of concert performances acquired by the student. During the concert performance the vocal skills acquired by the student and music artistry of the performance of works are shown, on the one hand; on the other hand — the experience of public music and artistic activities is acquired. Thus, the concert performance as a component of vocal training of students-actors, first, is an essential key for the successful mastering of vocal and performing skills, secondly, it provides a practical experience of a public vocal performance to future experts of theatre sector that considerably expands the possibilities of professional realization for the students.

**Novelty.** The paper is the first attempt for the issue of using a concert performance as a way of vocal training of the student-actor; the most productive ways of overcoming onstage nervousness of the vocalist at the singing concert practice of the actor are highlighted.

**The practical significance.** The article contains the information which is useful to Ukrainian vocal teachers concerning the development of vocal and scenic skills of students-actors in higher educational institutions.

**Keywords:** *concert performance, onstage nervousness, vocal training, student-actor.*

**Постановка проблеми.** Співацька підготовка у ВНЗ майбутніх фахівців драматичної сцени та кіно поєднує декілька ключових складових, які має опанувати студент-актор під час навчання. Головним завданням, що вирішується у вокальному класі, є загальний вокально-музичний розвиток студента, що в результаті надає можливості майбутньому

акторові гідно виконувати творчі сценічні вимоги, пов'язані зі співом. Отже, першочерговий напрям вокально-педагогічної роботи зі студентом-актором — постановка голосу (відповідно до притаманної кожному окремому студенту манери співу), методика якої базується на загальних принципах використання дихання, резонаторів, артикуляційного апарату. Водночас важливе значення мають такі аспекти вокального навчання: усвідомлення студентом принципів роботи голосового апарату під час співу, ґрунтовне опанування питань вокальної гігієни, ознайомлення з різноманітними вокально-виконавськими стилями й засвоєння їх характерних ознак та набуття навичок сценічного виконання вокального твору.

Опанування студентами спеціалізації «акторське мистецтво драматичного театру і кіно» майстерності публічного вокального виконання — це тривалий процес, пов'язаний зі ступенем їх загальної музичної та акторської обдарованості. На основі того, що безпосередньою метою під час навчання співу майбутніх акторів є формування вокально-технічних і художньо-виконавських навичок у галузі вокального виконавства для їх подальшої кваліфікованої професійної діяльності, публічної апріорі, — концертний виступ, як один із видів вокальної підготовки, є необхідною умовою фахового розвитку студентів-акторів.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Проблематика виконавської діяльності в мистецькій сфері посідає чільне місце в наукових доробках учених різних галузей знань: психології, медицини, педагогіки, мистецтвознавства. Одним з визначених питань цієї проблематики є концертне виконавство, де традиційно превалює музична сфера. За останній період психологічні й педагогічні аспекти проблеми концертного виконавства музикантів (інструменталістів, вокалістів) зацікавлювали сучасних українських (В. Білоус, 2005; С. Гмиріна, 2017; І. Єргієв, 2016; Г. Зуб, 2012; Л. Лабінцева, 2010, 2014; Т. Сирятська, 2008 та ін.) і зарубіжних (О. Белан, 2006; Л. Бочкарьов, 2008; О. Ванскова, 2015; В. Григор'єв, 2006; В. Комаров, 2010; С. Корлякова, 2006, 2008, 2013; Ю. Литвиненко, 2010; Ю. Цагареллі, 2008; Г. Ципін, 2004, 2011, (РФ); Т. Фролова, 2013 (Білорусь); Д. Мергалієв, 2013 (Казахстан)) науковців.

Водночас від початку ХХІ ст. в доробках дослідників значну увагу приділено вивченню широкої проблематики театральної творчості, зокрема й питанню публічного виконавства. Так, психологічні та педагогічні аспекти цієї сфери посідають гідне місце в наукових працях видатного сучасного російського вченого, академіка Європейської академії інформатизації, професора, завідувача лабораторії педагогіки та психології творчості (РАТИ-ГИТИС), доктора медичних і психологічних

наук О. Гройсмана: «Основи психології художньої творчості» (2003), «Психологія успішності професійного навчання та творчої діяльності актора» (2007) тощо. Висвітленню загальних принципів психології художнього виконавства в різних видах мистецтва, зокрема питанню психологічного стану «страху сцени» й створенню оптимальних умов для виступу, присвячена ґрунтовна праця доктора філософії Г. Д. Вільсона «Психологія артистичної діяльності. Таланти і шанувальники» (2001, Велика Британія). Цінним для розгляду означеної в розвідці теми є дослідження О. Юрченко «Способи психологічної саморегуляції функціональних станів професіонала в процесі підготовки й реалізації публічного виступу» (2007, РФ) проблеми емоційного стану акторів драматичного театру і музикантів-виконавців під час виступів. Працюючи над розробленням питань цього спрямування, українська дослідниця А. Саннікова в наукових розвідках детально вивчає сценічні переживання як один з видів психологічних бар'єрів у творчій діяльності виконавців (співаків, музикантів, акторів) (2013–2017).

Відзначимо, що за останнє десятиріччя питання вокально-виконавської проблематики у сфері драматичного мистецтва розглядалися в розвідках вітчизняних (Г. Бень, 2009–2016; Л. Гринь, 2009–2014; Г. Локарева, 2014; С. Сгібнєва, 2009) і зарубіжних (В. Богатирьов, 2006–2011; Г. Давидова, 2012 (РФ)) науковців. Утім, публічний вокальний виступ драматичного актора потребує ґрунтовного наукового вирішення, особливо з'ясування ролі сценічного виступу в музично-співацькому навчанні майбутнього фахівця драматичного мистецтва. Це зумовлює актуальність статті, мета якої — висвітлити значення концертного виступу як важливого модусу вокальної підготовки студента-актора.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Одним із найважливіших показників під час концертного виступу студента є вияв співочої виразності в поєднанні з вправним застосуванням опанованої за період навчання вокальної техніки (кантилени, дикції, динаміки звука тощо), засвоєння співацького дихання, застосування «опертого» звучання голосу в умовах публічного виконання твору. Зазначимо, що напрацювання вокально-технічних навичок — не самоціль, а необхідний засіб для художньо-переконливого втілення вокально-сценічного образу твору.

Артистична виразність під час співу тісно пов'язана з умінням вокаліста формувати правильну співацьку установку, що визначається як «стан, необхідний для початку співу, підготовленість усього організму співака до фонації» (Юцевич, 1988, с. 135). Поряд із зовнішніми складовими (постановою корпусу, голови, рота, м'язової свободи), співацька

установка містить внутрішню психолого-фізіологічну готовність до співу, де важливий фактор — наявність у виконавця «вокально-творчого спокою» (поняття ввів до вокальної педагогіки український співак і викладач М. Микиша), тобто «<...> психологічно зрівноваженого стану співака, який формує передумови для максимального прояву всіх творчих сил і можливостей в процесі художнього виконання твору» (Юцевич, 1988, с. 32–33).

Необхідність набуття навичок створення співацької установки, досягнення та збереження під час фонації «вокально-творчого спокою» для студента-вокаліста є очевидними та беззаперечними і зазвичай займають достатній проміжок часу у вокальному навчанні. Визначальну роль ці фактори відіграють під час концертного виступу співака, у психологічних умовах сценічного хвилювання, яке, як доводить практика, може призвести до втрати деякої частини напрацьованих вокально-технічних і художньо-виконавських навичок, найчастіше в музиканта-початківця. Тому за участі в концертній програмі студент-актор набуває власного практичного досвіду щодо серйозної ролі цих спеціальних співацьких факторів для повноцінного художнього вокального виступу перед аудиторією.

Під час публічного вокального виконання співакові часто заважає хвилювання. Хвилювання — підвищений рівень емоційного збудження, пов'язаний зі ставленням людини до майбутніх подій. Існує неминучий зв'язок між типом вищої нервової діяльності людини й естрадним хвилюванням, що виявляється в більшому передстартовому емоційному збудженні в осіб збудливого типу порівняно з особами гальмівного типу. Як відомо, людей зі слабкою нервовою системою академік І. П. Павлов (1922 р.) долучив до «художнього типу». Пізніше, через кілька десятиліть, у лабораторії видатного радянського психолога Б. М. Теплова, де досліджували психофізіологію індивідуальних відмінностей людини, виявлено, що слабка нервова система, порівняно із сильною, характеризується більшою чутливістю. Індивідууми, для котрих характерна слабкість нервово-психічної організації, зазвичай компенсують її посиленою самодисципліною та самоконтролем.

Причини, які достеменно пояснювали б механізм хвилювання, що перешкоджає творчості, остаточно не виявлені. Однак хвилювання під час виступу властиве будь-якому співакові, від початківця до видатного вокаліста. Рівень сценічного хвилювання буває різним, й інколи суттєво заважає самому виступу. Звичайно, думки про майбутній виступ викликають збудження, яке посилюється з наближенням часу концерту, у деяких випадках супроводжується нервовим тремтінням, почервонінням чи зблідненням обличчя, пітливістю, сухістю в роті

тощо. Безпосередньо перед початком концерту хвилювання може зростати від споглядання навколишнього оточення — глядачів, яскравого освітлення тощо.

Як відомо, у фізіологічній нормі психічні процеси збудження та гальмування в корі головного мозку взаємно врівноважуються, але в разі патологічного хвилювання може превалювати той чи інший процес, частіше – збудження: тремор кінцівок, тремтіння голосу, прискорене виконання музичного темпу твору, зашвидке промовляння слів тощо. Якщо ж переважатиме процес гальмування, то під час співу виявлятимуться такі ознаки: загальна скутість, уповільнення музичного темпу, повільне вимовляння слів, іноді забування вербального тексту, зрідка можуть початися спазми горла, коли виконавець не буде спроможний промовити ані звука. Надзвичайно рідко гальмування переходить у стан позамежного, або захисного, гальмування, тоді може викликати несприйняття інших подразників, тобто ступор. Художнім прикладом такого патологічного хвилювання є епізод з кінофільму «Музична історія» (1940), де головну роль співака-початківця виконав усесвітньовідомий радянський тенор С. Лемешев.

У більшості випадків хвилювання в співаків-початківців, котрі не мають достатнього сценічного досвіду, негативно позначається на якості виконуваного твору, здебільшого через детонування, помилки в ритмі, неправильне співацьке дихання тощо. Зосередженість співака на основному виді діяльності – вокальному виконанні – сприяє опануванню ним співацького апарату та повній координації м'язових рухів, необхідних для здійснення процесу фонації. Саме так проявляється дія закону домінанти (згідно з О. Ухтомським), відповідно до якого під час основного виду діяльності всі інші види діяльності підпорядковані їй. Вокальні педагоги використовують у практиці той фізіологічний факт, що домінанта утворюється в процесі навчання та тренування співака, і чим більше тренований вокаліст, тим легше й швидше в нього виникає домінанта (Егоров, 1962, с. 145–147).

Поряд з психологічним аспектом публічного виступу виконавця наявний і навчально-прикладний (який особливо відзначав М. Римський-Корсаков): сценічне хвилювання тим сильніше, чим гірше вивчено твір. Зазначимо, що в цьому разі для вокаліста надзвичайно важливим є так звана «вспіваність» твору, тобто напрацьованість до автоматизму вокально-технічних прийомів, які використовуються під час виконання конкретного вокального твору. Як зазначає сучасна дослідниця музично-педагогічної психології, доцент ПДГПУ Н. Морозова, «<...> головними причинами, які визначають рівень хвилювання, є значимість виступу (екзамену, тесту тощо) і компетентність виконавця

(студента, іспитника, здобувача). При цьому рівень хвилювання прямо пропорційний значимості виступу та зворотно пропорційний компетентності виконавця: рівень хвилювання тим вищий, чим вища значимість і нижча компетентність виконавця та його впевненість у собі» (Морозова, 2013, с. 66).

Тому для подолання сценічного хвилювання надто важливо систематично тренуватися та вдосконалювати вокальну та артистичну техніку під час навчання студента, підвищувати впевненість у творчих силах, художню переконливість виконання.

Публічна реалізація вокального твору створює умови, за яких виконавець має найбільшою мірою виявити вміння щодо подолання естрадного хвилювання. Зазвичай малодосвідчений співак, виходячи на сцену, болісно розмірковує над тим, чи звучатиме його голос, де, у якому місці сцени та як необхідно йому стати, чи не забуде текст, який він має вигляд тощо. Концентрація уваги виконавця на цих питаннях викликає гальмування напрацьованих навичок (умовних рефлексів) у співі. У зв'язку із цим співак не показує під час виступу навіть половини того, що здавалося належним чином засвоєно в класі. Надмірне хвилювання, зумовлене сценою, порушує звичну, нормальну співацьку функцію.

Сутність аналогічних явищ ґрунтовно вивчена сучасною фізіологією: потрапляючи в незвичні обставини, людина виявляє так званий «орієнтовний» рефлекс, або, як його називав академік І. П. Павлов, рефлекс «що таке». Зовнішні незвичні обставини привертають увагу індивідуума, гальмуючи необхідні прояви вищої нервової діяльності, тобто орієнтовний рефлекс заважає нормальному проходженню співацького процесу. Насамперед порушуються найтонші координації, тобто нещодавно знайдені вокально-технічні досягнення, як найменше закріплені рефлекси, зникають. За умови сильнішого гальмування може порушитися й голосоведення. Надмірне втручання «орієнтовного» рефлексу призводить до зниження тону, порушення пам'яті, тремтіння кінцівок тощо. Відбувається розлад між поведінкою співака й необхідним творчим самопочуттям. Маємо зауважити, що орієнтовний рефлекс згасає, але для цього необхідно якомога частіше виступати й за різних обставин. Завдяки впливу гальмуючих подразників поступово зменшиться до мінімуму.

Окрім збільшення кількості виступів на сцені, існує ще один перевірений спосіб щодо зменшення гальмуючого впливу орієнтовного рефлексу та створення ліпшого самопочуття під час публічного виконання. Це ґрунтовна праця над змістом вокального твору, що в результаті надасть співакові той «запас» емоцій, який під час виступу не

тільки допоможе переконливо художньо передати твір, але й дозволить виконавцеві відволіктися від впливу зали. Якщо співак, використовуючи матеріал попередньої роботи над сюжетом твору, зуміє на сцені «ввійти в образ», його нервова система іншим чином реагуватиме на аудиторію, яскраве світло, театральні підмостки тощо. Співакові необхідно якнайповніше засвоїти художній образ вокального твору, відчути й зуміти зосередити на ньому свою увагу. У такому разі доречними є деякі прийоми системи К. Станіславського, зокрема прийом концентрації уваги на предметі творчості, «звуження кола уваги». Такий прийом дозволяє «вимкнути» з поля активної уваги виконавця глядацький зал, тобто зосередитися на предметі творчості. Під час репетиційної роботи, знайшовши та поступово закріпивши певні уявлення про художній образ вокального твору, співак зможе на сцені відтворити й передати відповідні інтонації. Тому завдяки значній попередній роботі публічне виконання набуває належного емоційного забарвлення, що водночас створює зручні умови для якнайповнішого емоційного охоплення слухачів змістом виконуваного твору.

Різноманітні способи подолання хвилювання, якими зазвичай користуються виконавці-музиканти, наводить у статті «Психологічний аналіз естрадного хвилювання студентів-музикантів» (2006) доктор психологічних наук, професор С. Корлякова. До таких способів належать: ґрунтовна попередня підготовка; концентрація виконавця на художньому образі твору, музиці; сприйняття студентом публічного виступу як отримання задоволення, як свята, а не обов'язку; раціональна структура концертної програми; попередня «обіграність» програми; попереднє знання акустики залу, світла, звукоапаратури, музичного інструмента; зручність концертного взуття та одягу; приділення уваги своєму самопочуттю. При цьому доречними є будь-які психологічні засоби для заспокоєння: аутогенне тренування; релаксація; м'язові та дихальні вправи; уявний спів перед аудиторією; спогади про вдалий виступ; сон; прогулянка; свідомо відмова від думок, що тривожать; зменшення значення виступу; звичайний розпорядок дня, оскільки звичне заспокоює (Корлякова, 2006, с. 98). Зазначимо, що ці способи подолання публічного хвилювання не обмежуються тільки музичною сферою й мають достатньо широкий професійний спектр застосування.

Практика свідчить, що для більшості студентів-акторів найдоцільнішим засобом подолання сценічного хвилювання є налаштованість на виступ, як на свято, отримання насолоди, а не виконання навчального обов'язку. Водночас у нагоді стають традиційні засоби подолання співаками сценічного хвилювання, а саме: достатня «вспіваність» твору, зосередження на музично-художньому образі, попереднє знання



акустики залу (репетиції в концертному приміщенні) тощо. Утім, значимо, що найкращим засобом подолання хвилювання під час співу є напрацьований студентом власний практичний досвід концертних виступів.

Ефективними для вирішення порушеного в цій статті питання є, на нашу думку, деякі положення, висловлені в дослідженні О. Юрченко «Способи психологічної саморегуляції функціональних станів професіонала в процесі підготовки й реалізації публічного виступу» (2007, РФ). Так, О. Юрченко відзначає, що «<...> до переважних способів управління своїм станом у групі акторів потрапили способи, пов'язані з використанням професійних навичок, специфічних для цього виду професійної праці. Таким чином, деякі з елементів, що ввійшли до програми навчання акторів, виконують не тільки свою безпосередню функцію вирішення професійних завдань, але ще й стають досить ефективним способом регуляції власного стану. Серед пануючих способів регуляції ФС (функціонального стану) в групі музикантів також виокремлюються способи, пов'язані з професійними навичками, наприклад, прослуховування музики» (Юрченко, 2007, с. 20).

Водночас психолог О. Юрченко підкреслює доволі показовий факт щодо характерної стратегії вибору засобів саморегуляції в обстежуваній групі. Цей вибір, на її думку, «<...> спрямований не на зниження рівня прояву більш виражених компонентів, що наявні у ФС, а на їх компенсацію за допомогою пошуку прийомів, які врівноважують. Тому роздратованіші люди вважають кращими способи, зорієнтовані на заспокоєння й концентрацію уваги, а люди з високим рівнем позитивних емоцій відшукують способи, що дозволяють активізуватися через агресивну поведінку, яка створює “бойовий настрій”» (Юрченко, 2007, с. 23). Також у третьому розділі четвертої глави дослідження О. Юрченко розглядає можливості застосування методів психологічної саморегуляції на основі релаксаційних технік для вдосконалення системи способів регуляції функціональних станів на етапі підготовки до публічного виступу. Дослідниця визначає, що «<...> однократне застосування релаксаційних методик у формі сеансу нервово-м'язової релаксації позитивно впливає на поточний ФС як акторів, так і музикантів» (Юрченко, 2007, с. 23). Тому, на нашу думку, зазначені О. Юрченко різноманітні способи психологічної саморегуляції стану сценічного хвилювання під час публічного виступу акторів драматичного театру та музикантів-виконавців мають важливе практичне значення для виконавської концертної діяльності студента-актора й можуть успішно застосовуватися у вокальній педагогіці.

**Висновки.** Опанування студентами-акторами мистецтва співу базується на загальному рівневі їх обдарування в музичній та артистичній сферах. Публічний виступ як один із видів вокальної підготовки висуває високі вимоги до виконавця, особливо щодо психологічного аспекту. Водночас удалий сценічний виступ зумовлює стан психологічного піднесення індивідуума, передусім у художньо-виконавській професійній сфері. Формування правильної співацької установки, збереження «вокально-творчого спокою» відіграють вирішальну роль в умовах сценічного хвилювання під час концертного виступу. На сцені співак має проявити вміння щодо поборення естрадного хвилювання. Основними факторами у вирішенні цього питання є: систематичне тренування й удосконалення вокальної та артистичної техніки студента; ґрунтовна попередня робота над змістом вокального твору; зосередження на музично-художньому образі; гарна «вспіваність» твору; налаштованість на виступ, як на свято, та отримання насолоди; набутий студентом власний практичний досвід концертних виступів.

Під час концертного виступу демонструються, з одного боку, набуті студентом вокальні вміння й музична художність виконання творів, з іншого – набувається досвід публічної музикально-артистичної діяльності. Таким чином, концертний виступ як складова співацької підготовки студентів-акторів є необхідним засобом для успішного напруження ними вокально-виконавських навичок і надає практичний досвід публічного вокального виступу майбутнім фахівцям театральної царини, що значно розширює можливості професійної реалізації.

Перспективи подальших наукових досліджень означеної проблематики пов'язані з ґрунтовним різноаспектним аналізом сценічного вокального виконавства, поглибленою розробкою проблематики вокальної підготовки майбутніх фахівців театрального мистецтва.

#### Список посилань

- Егоров, А. (1962). *Гигиена голоса и его физиологические основы*. Москва: Музгиз.
- Корлякова, С. Г. (2006). Психологический анализ эстрадного волнения студентов-музыкантов. *Вестник МГУКИ*, 3 (ч. 2), 95–99. Московский государственный университет культуры и искусств. Москва.
- Морозова, Н. В. (2013). Оптимизация концертного волнения юных музыкантов средствами учебной деятельности. *Музыкальное искусство и образование: Вестник кафедры ЮНЕСКО*, 4, 64–76. Взято из <http://cyberleninka.ru/article/n/optimizatsiya-kontserntnogo-volneniya-yunyh-muzykantov-sredstvami-uchebnoy-deyatelnosti>.

- Юрченко, О. В. (2007). *Способы психологической саморегуляции функциональных состояний профессионала в процессе подготовки и реализации публичного выступления (Автореф. дисс. на соискание науч. степени канд. психологич. наук: спец. 19.00.03. «Психология труда, инженерная психология, эргономика (психологические науки)»)*. Московский государственный университет имени М. В. Ломоносова. Москва. Взято из <http://www.psy.msu.ru/science/autoref/yurchenko.pdf>.
- Юцевич, Ю. (1988). *Словарь музыкальных терминов* (3-е изд., перераб., доп.). Киев: Музична Україна.

### References

- Egorov, A. (1962). *Hygiene of a voice and its physiological bases*. Moscow: Muzgiz. [In Russian].
- Korlyakova, S. G. (2006). Psychological analysis of variety nervousness of students-musicians. *MGUKI bulletin*, 3 (p. 2), 95–99. Moscow State University of culture and arts. Moscow. [In Russian].
- Morozova, N. V. (2013). Optimization of concert nervousness of young musicians means of educational activity. *Music art and education: Bulletin of UNESCO department*, 4, 64–76. Retrieved from <http://cyberleninka.ru/article/n/optimizatsiya-kontsertnogo-volneniya-yunyh-muzykantov-sredstvami-uchebnoy-deyatelnosti>. [In Russian].
- Yurchenko, O. V. (2007). *Ways of psychological self-control of functional conditions of the professional in the course of preparation and realization of a public performance (Author's abstract for the academic degree of Candidate of Psychological sciences: special 19.00.03. «Work psychology, engineering psychology, ergonomics (psychological sciences)»)*. Lomonosov Moscow State University. Moscow. Retrieved from <http://www.psy.msu.ru/science/autoref/yurchenko.pdf>. [In Russian].
- Yutsevich, Yu. (1988). *Dictionary of musical terms* (3rd edition processed, added). Kiev: Musical Ukraine. [In Russian].

*Надійшла до редколегії 27.04.2018 р.*