Уже в период обучения в детской музыкальной школе, ученик должен привыкать к тому, что выступление – это серьезное дело, за которое он несет ответственность перед слушателем, перед автором произведения, перед самим собой и перед своим педагогом, что вместе с тем это – праздник, лучшие минуты его жизни, когда он может получить громадное художественное удовлетворение.

Несмотря, что вся подготовка проходит под контролем педагога, концертное выступление, в большей степени, зависит от индивидуальных способностей музыканта.

 Рассматривая причины срывов, происходящих с исполнителем на сцене ( сознание ответственности, непривычная обстановка, боязнь провала – все это дезорганизует творческие способности), хочется подробнее остановиться на проблеме эстрадного волнения – проблеме внутреннего раскрепощения «на людях», умения освободиться от сковывающих пут нервной напряженности. Концертное волнение нужно рассматривать как разновидность эмоциональных состояний, которые зависят от личностных особенностей индивидуума. Есть две разновидности эстрадного волнения: «волнение – подъем» и «волнение-паника».

Одному волнение помогает блестяще справиться со своей творческой задачей, способствует большей яркости исполнения, лучшему контакту исполнителя со слушателем, то другому приходиться затрачивать массу лишней энергии на преодоление волнения и при этом исполнитель не всегда достигает желаемого результата, у многих волнение доходит до болезненного состояния. Чаще всего это проявляется в нарушении скоростной регулировки, теряется чувство темпа, нередко исполнителю кажется, что он играет очень тихо, что его не слышно, и он начинает играть на нюанс выше. Бывает обратное: гаснет темперамент, игра становится бесцветной, беззвучной. Самое страшное, если вдруг отказывает память. Иногда это сказывается не только на двигательной памяти, но и на музыкальной. В первом случае может выручить музыкальная, а во втором – двигательная. Если этого не случается, – неизбежна остановка. Нередко, волнение-паника приводит к срывам, что приводит к душевной травме исполнителя. Это состояние называют «эстрадной болезнью». Неудачное исполнение рождает неуверенность в себе, в своих силах и возможностях,  "боязнь» плохо сыграть, забыть текст, остановиться.

приучать ребенка к сцене нужно как можно раньше, с первых шагов обучения.

Возвращаясь к причинам концертного волнения, следует рассмотреть – непривычная обстановка.

Изменившаяся обстановка вызывает чувство дискомфорта и неуверенности. Поэтому перед концертом необходимо позаботиться о предварительных репетициях на сцене, так как каждый зал имеет свои акустические особенности.

Интересно наблюдение Янкелевича по поводу особенностей исполнения в зале: «для комнаты хороша маленькая картина, но на площади нужен плакат. Чтобы увлечь, заинтересовать аудиторию своим замыслом, надо четко, представить себе, какое впечатление вы хотите произвести. Быстрая техническая игра в зале не производит впечатления, она сливается, делается мелкой. В зале нужна крупная, выпуклая игра, обостренная... мощное звучание, четкость пассажей техники. для этого надо играть крупнее, выпуклее с фортепиано, но в несколько замедленном темпе, когда все контролируется. Тогда создается и ощущение спокойствия на эстраде. В то время как быстрая игра создает неустойчивость».

Я не исключаю этап проучивания произведения, но чтобы музыкальное произведение не превращалось в упражнение или этюд , требуется в конце занятия проигрывать его в темпе, словно на концерте, т.е. в присутствии воображаемых слушателей. Большое значение для ученика имеет выбор программы и технические способности. Но даже менее удачное выступление не должно вызывать отрицательную реакцию у педагога на ученика.

Поэтому, выбирать программу следует, руководствуясь индивидуальными психическими способностями и техническими возможностями ученика.

Еще один совет, который дает А.Алексеев – «самые трудные места начинать учить в первую очередь, так, чтобы они были подготовлены заблаговременно».Надо уметь мобилизовать всю свою энергию и вместе с тем умело ее расходовать. Для их «тренировки» полезно проигрывать всю программу целиком несколько раз подряд, при этом стараясь сохранить внимание, сосредоточенность и контроль за энергетическими затрат ами. Чаще всего исполнителя на сцене подводит память. Работа памяти сильнейшим образом зависит от индивидуальных особенностей: от развития слуха, чувства ритма, от развития техники и способности эмоциональных переживаний. ньше, с заучивания отдельных кусков, предварительно, анализируя, выявив более неудобные технически и гармонически эпизоды. Обычно пьесу учат наизусть на инструменте по нотам и без нот. Полезно также учить по нотам без инструмента. Некоторые педагоги и исполнители советуют учить без нот и без инструмента, например, во время прогулки, продумывая сочинение.

Полезно разобрать мелодическое и гармоническое строение пьесы, заучить не только звучание, но и сам текст, авторские указания и мелодико-гармоническую структуру, а также мышечные ощущения. Очень важно во время запоминания пьесы на память – не забывать о художественной стороне. Всякое усилие, направленное на запоминание, должно сочетаться с усилием, направленным на улучшение качества игры.

Работа памяти, в известной мере, зависит от эмоциональной значимости воспринимаемого материала. Не для кого не секрет, что материал, вызывающий интерес, запоминается легче и прочнее, чем тот, что заучивается неохотно. дело тут в том, что когда мы взволнованы, все наши чувства обострены, мы видим и слышим острее, а когда мы видим и слышим острее, то и запоминаем лучше.Очень полезной является игра в медленном темпе, причем не только тогда, когда произведение еще разучивается, но и тогда, когда оно уже выучено и даже исполнялось на сцене. Игра в медленном темпе нужна для того, чтобы заложить прочный «психический фундамент», вникнуть в разучиваемое место, вслушаться в интонацию, «рассмотреть» все это, как говорит Г.Коган в лупу» и «уложить в мозгу», <надрессировать» нервную систему на определенную последовательность звукодвижений, развить и украсить психический процесс торможения.

Очень важно при подготовке к концертному выступлению правильно распределить время, чтобы не было судорожного доучивания накануне выступления. Произведение должно быть прочно выучено наизусть задолго до этого. Но если срыв на сцене произошел – не нужно что-то повторять, начинать сначала. Лучше всего сосредоточиться продолжить спокойно играть дальше, помня о важности целостного восприятия произведения слушателем. Готовясь к концертному выступлению, нельзя направлять внимание на негативные эмоции. Главное средство борьбы с «волнением – паникой» – это увлеченность своим делом. Как говорит К.Станиславский: «секрет-то, оказывается совсем простой: для того, чтобы отвлечься от зрительного зала, надо увлечься тем, что на сцене».

Нездоровый импульс иногда исходит от самого педагога. Вопросы и замечания преподавателей: «Ты не волнуешься? А ты не боишься?», или «да ты не волнуйся, ничего страшного тут нет» – часто вместо ободрения приводят к болезненному возбуждению некоторых учащихся. Если педагог волнуется, то свое волнение он обязан искусно скрывать, чтобы не заразить им ученика. Конечно, способы психологического воздействия на ученика непосредственно перед концертом зависят от его характера и самочувствия в данный момент.

В одних случаях нужно подбодрить ученика, вселить в него уверенность в сильных сторонах его игры, опуская недостатки, в других – разрядить чрезмерное напряжение шуткой, но если ученик распустил нервы, чтобы привести его в себя, возможен даже окрик. Главная задача педагога в психологическом воздействии на ученика – переключить, переориентировать «волнение-панику» на «волнение– подъем».

Полезно говорить о волнении как обязательном спутнике хорошего выступления. Многие артисты говорят о том, что если перед концертом исполнитель не волновался, впоследствии оказывалось, что концерт был не из удачных. Благодаря таким беседам волнение приобретает другой характер: уходит слепой страх, на его место приходит осознание волнения как чувства нормального, естественного в данной ситуации и даже в чем-то полезного.

После концерта нужно обязательно отметить положительные стороны выступления, поддержать ученика. Особенно, когда речь идет о подростках – их эмоциональное состояние нестабильно и все реакции обострены. Подробное обсуждение концертного выступления лучше проводить не сразу после концерта, а в последующие дни, похвалить за удачи, наметить пути исправления недостатков. Отмечая положительные моменты в игре, мы способствуем более свободному поведению ученика на сцене, развитию его артистизма. Нужно научить будущего музыканта преодолевать временные неудачи. Вспомним слова М. Лонг: «Не падать духом – вот в чем была моя опора в жизни».

Рассмотрев причины концертного волнения, можно сказать, что большую роль для успешного выступления играет правильный психологический настрой музыканта, который влияет как на эффективность работы, так и на стабильность выступления.

По мнению Г. Когана – психологический настрой «...имеет значение весьма важное, гораздо большее, чем обычно думают, часто большее, чем обычно думают, часто решающее… определяющее успех или неуспех… Это не значит, что правильной настройки достаточно для достижения успеха в занятиях: это значит, что она – необходимое условие для достижения полного наибольшего успеха, условие, нарушение которого подчас, достаточно, чтобы потерпеть неудачу»

Важнейшим фактором успешной работы является целенаправленность действия. Г.Коган выдвигает три основных аспекта способствующих наибольшей продуктивности самостоятельной работы: направление внимания на цель, сосредоточенность, страстное стремление к цели – желание. К этому он добавляет также режим работы – как разновидность творческой деятельности человека, требует умения распределять свои силы и время.

Итак, «направление внимания на цель – первое условие успеха в работе»... « ясно намеченная цель, ясно поставленная, ясно сознаваемая цель – первое условие успеха в работе какой бы то ни было». В исполнительстве это означает: «Слушай мысленно ту музыку, которую ты собираешься исполнять, представляй себе то звучание, какое хочешь извлечь». Но нельзя видёть перед собой только конечную цель – исполнение произведения целиком. Такая необходимость возникает лишь в первый период «знакомства» с произведением и в завершающий период – период «шлифовки». Средний же период требует расчленения музыкальной ткани на более мелкие «куски».

Смутная, неустойчивая цель «...обременяет игру множеством лишних движений… мешает закреплению необходимой автоматизации вырабатываемой цепи движений... При шатающемся (во время упражнений) ориентире в мозгу вместо одной «тропинки для пальцев», занятых, скажем, в одном пассаже, таких тропинок образуется двадцать... Из двадцати тропинок хорошо, если одна нацелена правильно: все остальные ведут совсем не туда, куда нужно. В результате огромный труд, затраченный исполнителем на прокладку двадцати тропинок вместо одной нужной, оказывается не только на девять десятых излишним, но и вредным, так как в надлежащую минуту пальцы «не знают» по какой из них бежать».

Второй аспект, способствующий продуктивной работе: сосредоточенность. Намеченную цель требуется воплотить при непосредственной работе за инструментом, тут и выявляется второе условие успешности работы – сосредоточенность. Известно, что разница между работой, проходившей с полной сосредоточенностью, когда исполнитель не видит и не слышит ничего вокруг себя и занятий, отличается от работы в «полусосредоточенности». Лишние мысли приводят к рассеянности внимания и порождают лишние движения, тем самым, приводя к неполноценности результатов.

Однако, продолжительность работы с полной сосредоточенностью имеет свой предел для каждого музыканта и зависит от его индивидуальных качеств (возраста, уровня мастерства, физического и душевного самочувствия, окружающей обстановки, случайных обстоятельств). Этот предел является как бы сигналом для смены работы. необходимости отдыха. «Ум как и глаз, устает, если долго сосредотачиваться на одном предмете..., далеко не все отдают себе отчет в том, что перенапряженное внимание утрачивает остроту воспринимаемости, а это обстоятельство в свою очередь может привести к искажению запечатлеваемого образа».

И. Гофман говорит: Сосредоточенность – это первая буква в алфавите успеха. Мастером становится лишь тот, кто оказывается в состоянии навести порядок в собственном мозгу, успокоить на время толпу, теснящихся в воображении, образов, удержаться в «очереди» нетерпеливых их просителей воплощения». Важно «… не только уметь видеть, но и уметь не видеть, уметь временно закрыть глаза на многое... сузить свой круг внимания, собрать последнее в «фокус», сосредоточиться на ближайшей «малой» цели».Очень важно при подготовке к концертному выступлению правильно распределить время, чтобы не было судорожного доучивания накануне выступления. Произведение должно быть прочно выучено наизусть задолго до этого. Но если срыв на сцене произошел – не нужно что-то повторять, начинать сначала. Лучше всего сосредоточиться продолжить спокойно играть дальше, помня о важности целостного восприятия произведения слушателем. Готовясь к концертному выступлению, нельзя направлять внимание на негативные эмоции. Главное средство борьбы с «волнением – паникой» – это увлеченность своим делом. Как говорит К.Станиславский: «секрет-то, оказывается совсем простой: для того, чтобы отвлечься от зрительного зала, надо увлечься тем, что на сцене».

Нездоровый импульс иногда исходит от самого педагога. Вопросы и замечания преподавателей: «Ты не волнуешься? А ты не боишься?», или «да ты не волнуйся, ничего страшного тут нет» – часто вместо ободрения приводят к болезненному возбуждению некоторых учащихся. Если педагог волнуется, то свое волнение он обязан искусно скрывать, чтобы не заразить им ученика. Конечно, способы психологического воздействия на ученика непосредственно перед концертом зависят от его характера и самочувствия в данный момент. В одних случаях нужно подбодрить ученика, вселить в него уверенность в сильных сторонах его игры, опуская недостатки, в других – разрядить чрезмерное напряжение шуткой, но если ученик распустил нервы, чтобы привести его в себя, возможен даже окрик. Главная задача педагога в психологическом воздействии на ученика – переключить, переориентировать «волнение-панику» на «волнение– подъем».

Полезно говорить о волнении как обязательном спутнике хорошего выступления. Многие артисты говорят о том, что если перед концертом исполнитель не волновался, впоследствии оказывалось, что концерт был не из удачных. Благодаря таким беседам волнение приобретает другой характер: уходит слепой страх, на его место приходит осознание волнения как чувства нормального, естественного в данной ситуации и даже в чем-то полезного.

После концерта нужно обязательно отметить положительные стороны выступления, поддержать ученика. Особенно, когда речь идет о подростках – их эмоциональное состояние нестабильно и все реакции обострены. Подробное обсуждение концертного выступления лучше проводить не сразу после концерта, а в последующие дни, похвалить за удачи, наметить пути исправления недостатков.

Отмечая положительные моменты в игре, мы способствуем более свободному поведению ученика на сцене, развитию его артистизма. Нужно научить будущего музыканта преодолевать временные неудачи. Вспомним слова М. Лонг: «Не падать духом – вот в чем была моя опора в жизни».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключении хочется сказать, что, конечно, приобретение уверенности на сцене – это длительная работа музыканта. Но часто от повышенного чувства ответственности происходят срывы на сцене. Замечательный альтист и педагог В.В. Борисовский напутствовал своих учеников перед выступлением: «Не играй лучше, чем ты можешь», – снимая тем самым излишнюю установку на максимум исполнения, приводящую к зажатости.

Полная отдача воплощению музыкального образа, процесс открытия, показ прекрасного в произведении, бережность к каждой детали и жажда выявить это в реальном звучании – вот путь преодоления сценического страха.

Список литературы

Алексеев А.

Методика обучения игре на фортепиано. М., 1961.

Баренбойм Л. Вопросы фортепианной педагогики и исполнительства. Л., 1969. Блинова М. Музыкальное творчество и закономерности высшей нервной системы. Л.,1974. Гофман И. Фортепианная игра. М., 1961. Коган Г. У врат мастерства. М., 1977. Нейгауз Г. Об искусстве фортепианной игры. М., 1987. Станиславский К. Работа актера над собой. М., 1938. Струве Б. Пути начального развития юных скрипачей и виолончелистов. М. 1959