



## ПОДОЛАННЯ СТРАХУ СЦЕНИ У ВОКАЛІСТА-ПОЧАТКІВЦЯ: ІНТЕРПРЕТАЦІЙНИЙ КОНТЕКСТ

**А** Розглядаються питання появи сценічного страху у вокаліста-початківця. Визначаються негативні та позитивні фактори формування даної особливості, окреслюються фактори ризику, що потребують нагального втручання педагога в контексті запобігання розвитку комплексу меншовартості, панічного страху сцени, як наслідок завершення музичної діяльності музиканта-початківця. Аналізуються фактори сценічно-виконавської інтерпретації вокаліста, через призму втіленого переживання визначаються шляхи розкриття художнього образу твору та позитивний і негативний впливи сценічного хвилювання. Розглядаються особливості сценічних відчуттів співака.

**Ключові слова:** вокальне мистецтво; сцена; артист; вокаліст; виконавська діяльність; сценічна майстерність

**Актуальність проблеми.** Нині наявною є значна кількість виконавців різноманітних жанрів, стилістики, традицій, виходячи з чого актуальною проблемою для сучасної педагогіки є аспекти розвитку, навчання, вдосконалення виконавської майстерності співака. Специфіка виконавського мистецтва відрізняється від статичних видів художньої діяльності, перш за все тим, що пропонує не лише наслідок, тобто кінцевий результат творчого процесу, але й відображає творчий процес виконання в усьому його розмаїтті та багатогранності. Адже глядач переживає не лише літературний зміст твору, та відчуває розгортання музичної драматургії, але й переймається чуттєвим боком виконавця, його натхненням. Проте, якщо навіть професійним артистам притаманне певне сценічне хвилювання, то співаки-початківці часто стикаються з майже панічним страхом сцени, який априорі заважає якісному виконанню музичного твору.

Отже, актуальним і цікавим питанням сучасної педагогіки та музикознавства є розробка методичних засад подолання співаком страху сцени.

**Аналіз попередніх досліджень і публікацій.** Психологічні аспекти музично-виконавської діяльності аналізуються в праці Ю. Цагареллі [6]; концертний виступ як особливий вид музично-виконавської діяльності досліджується в роботі Л. Лабінцевої [4]; музично-виконавська діяльність як засіб розвитку інтерпретаторського мислення особистості постає у центрі уваги вітчизняної дослідниці І. Івасишин [2]; аспекти взаємодії свідомого та позасвідомого аспектів інтерпретації у теорії та практиці вокального виконавства представлені в розробці Л. Василенко [1]; уявлення про погляди К. Станіславського щодо специфіки акторської майстерності та основні настанови у питанні втілення художнього образу представлено у спогадах видатного актора та режисера, а також його учня та провідного діяча в сфері культури та мистецтва Г. Крісті [3].

**Висвітлення невіршених раніше частин загальної проблеми.** Наразі існує численна кількість науково-методичної літератури з питань постановки голосу, розвитку вокально-технічних, сольо-виконавських здібностей

артиста-вокаліста. Проте поза увагою й досі залишають аспекти впливу страху сцени та художньо-виконавське інтерпретаторське мислення співака.

**Мета статті:** з'ясувати особливості появи та подолання страху сценічних виступів і його впливу на якісні аспекти сценічно-виконавської інтерпретації.

**Викладення основного матеріалу.** У всі часи мистецтво співу вважалося найближчим самій природі людини, а за своїми невичерпними можливостями співацький голос є найдосконалішим музичним інструментом. Для того, щоб заблищати всіма яскравими вокальними барвами, голос людини має бути правильно сформований. Нині вимоги до артиста-вокаліста є надзвичайно високими. Він повинен володіти як класичним репертуаром, опанувати складні по специфічним особливостям музичної мови та виразності вокальні твори, володіти різноманітними стилями та технікою, мати розвинені акторські здібності. Виходячи із зазначеного, доречно зауважити, що співак виступає один у трьох ампуах. Вокальний образ того чи іншого твору, або всієї партії, походить із вокально-виконавської сценічної, живої дії артиста та є невід'ємно пов'язаним з особистістю самого співака, тобто важливу роль відіграють саме моральний і психофізіологічний фактори. Аналізуючи діяльність кращих представників вокально-сценічного мистецтва як оперного, так і камерного, дуже важко знайти межу між особистістю втілюваного образу та власне особистістю виконавця. У хвилини творчості й натхнення ця межа не відчувається і самим виконавцем. Виходячи з цього, перед співаком постає завдання поєднати в собі ампуа «співака-виконавця» і «співака-актора», особливо нагальним це поєднання є в контексті аспекту виконавської інтерпретації. Адже під час концертного виступу глядацька аудиторія стає не лише свідком виконання напрацьованого репертуару тут і тепер, але й бере участь у творчому процесі феномену виконавської інтерпретації, втіленні й розгортанні музично-драматичного сценічного образу. У вокально-виконавській практиці цей процес значно різноманітніший, ніж лише в акторській майстерності. Сутність у тому, що свій інструмент – співочий

голос, вокалісти носять у собі, а отже, від загального самопочуття, від усього комплексу психофізичних особливостей, у певному розумінні залежить концертно-виконавська інтерпретація артиста-вокаліста [5].

Увесь зазначений вище комплекс виконавської майстерності, що є чинником визначення професійності, якості, фахової значущості співака, втрачає право на існування при появі значної психологічної вади артиста «страху сцени». Дана вада часто з'являється на початковому етапі концертно-виконавської діяльності співака. Навіть талановитий, якісно підготовлений учень-вокаліст, котрий напередодні академічного концерту, в класі виконав програмний репертуар ідеально, під час публічного виступу перед екзаменаційною комісією часто починає губити інтонацію, вокальну позицію, всі напрацьовані технічні виконавські аспекти може прискорювати, або уповільнювати темп тощо. Ці фактори повинні стати сигналом для викладача, адже вчасно не поборовши в учневі зародки «страху сцени» в наслідок можна випустити професійно непридатного артиста. Із плінністю часу та напрацюванням виконавського досвіду ця вада може або поглибитись до панічного страху сцени, що стане наслідком появи значної кількості комплексів і невпевненості у власних здібностях, а як наслідок завершення виконавської діяльності, або призведе до постійного «сценічного хвилювання», що межує зі страхом і несе шкоду виконавському процесу, забираючи у співака всі наявні тембральні барви, палітру власних здібностей як музичних, так і акторських. У будь-якому випадку «страх сцени» є вадою, що заважає вихованню якісного, зрілого, професійного артиста-вокаліста і потребує впровадження викладачем належних заходів лише при перших проявах [3].

Розглянемо, власне, що таке страх сцени і як артисти повинні його долати? Очевидно, кожен практикуючий виконавець бодай раз це відчував, апробувавши на собі болісну нервозність, що виникає напередодні, або саме під час концертного виконання: в роті пересихає, прискорюється серцебиття, коліна тремтять, часто німіють кисті рук тощо. У такому стані необхідність брати себе в руки вимагає численних зусиль. Доречно зазначити, що кожен практикуючий педагог володіє власними методами подолання «страху сцени», що випробувані на собі, або напрацьовані досвідом роботи з вокалістами-початківцями. Про один із найкращих засобів розповідав видатний скрипаль Іцхака Перльман, як він засобами акторського перевтілення та уяви розігрував «в особах» свій дебют в Карнегі Холі, але у власній вітальні. Перш за все, він візуалізував дату уявного дебюту і почав підготовку до нього, організовуючи кожного дня генеральні репетиції саме так, як і робив би, якщо це була б реальна подія. У зазначений день дебюту він трохи пограв, відпочив, одягнув концертне вбрання і почав чекати свого

«виходу» о восьмій годині. Заздалегідь він попідкувався про опалення кухні, яка повинна була виконати роль артистичної костюмерної. За пару хвилин до восьмої, він вийшов до коридору між кухнею і вітальнею, де уявний конферансьє сказав йому, що саме зараз його вихід, і той «вийшов» на «сцену», привітав уявну аудиторію і зіграв свій сольний концерт так, як зробив би в день реального дебюту. Перльман говорив, що дуже нервував того дня, для нього не було різниці між домашнім інсценуванням і сьогоденням Карнегі Холу. Коли відбувся справжній дебют, він знав заздалегідь, які стреси на нього чекають, адже попереднього визначив усе невідоме. Даний приклад є яскравим керівництвом до дій як педагогам, так і вокалістам-початківцям. Адже працюючи за моделлю Перльмана, виконавець завчасно налаштовується на позитивний результат, адже все негативне він переживає під час попереднього інсценування концертного виступу. Цікавим у запропонованій моделі є те, що співак знаходиться поза небезпекою «перегоріти» та втратити виконавський артистичний запал, навпаки, в даному випадку вокаліст отримує простір для розгалуження поглядів і варіантів щодо концертно-виконавської інтерпретації [1].

Флейтист Роберт Ейткен, щоб підготуватись до виступу, використовує самогіпноз, засіб, якому його навчив гіпнотизер-медик з Сас-качевана. Ейткен вважав, що музикантові дуже корисно знати цю техніку, яку очевидно підсвідомо використовували багато хто з великих музикантів. Її можна застосовувати навіть для дуже спеціальних речей, наприклад, для покращення якості виконання мелізмів. Проте він також попереджає, що при неправильному використанні гіпнозу, а тим паче самогіпнозу може призвести до негативних результатів. Наприклад, якщо спробувати заграти чи заспівати концерт, знаходячись у стані транс, є ризик не відчувати своєї справжньої присутності там, і виконання буде неякісним [4].

Експерименти з препаратом під назвою «Пропанолол» викликають зацікавлення завдяки його вираженій здатності контролювати рівень адреналіну, допомагаючи зберігати спокій. Ця речовина не викликає звикання, але може сформувати у музиканта психологічну залежність, що зрештою, може пошкодити його впевненість у собі. Для артиста дуже важливо знати, що він може покласти на свої власні ресурси. Проте позитивна властивість препарату полягає в тому, що він може у крайніх випадках допомогти занадто нервовому виконавцеві відчувати, як добре не тремтіти на сцені – з тим, щоб згодом працювати над тим, щоб досягати такого ж результату без застосування медикаментів [2].

Ще один метод лікування страху сцени полягає в тому, що потрібно прагнути змінити своє уявлення про те, що лякає, яке виникає заздалегідь. Візьмемо, наприклад, На-

ціональну Оперу України, – музиканти бояться її за традицією, а не з особливих властивостей залу, або тамтешньої публіки. Тож музикант, або сам, або за допомогою викладачів повинен відволікатись від стереотипності концертного майданчика. Якщо виконавець ретельно пропрацював свій виступ і правильно налаштувався на нього, не варто боятись нервозності, а навпаки, передчувати її, тобто тіло повідомляє, що адреналін поступає в кров і виконавець готовий для над зусиль. Для артиста немає нічного кращого, ніж це відчуття [4].

Як уже було зазначено, вокально-художня творчість є емоційною не лише за своєю природою, але й саме художнє переживання і є, з одного боку, імпульсом для правильного розуміння вокального образу, а з іншого – провідником думок, осмислення, усвідомлення художнього образу в контексті власного сприйняття реальності. Створюючи на сцені нову реальність, виконавець переживає життя героя так, як це зробив би персонаж, описаний у творі. Тому правильне вокально-художнє перевтілення доречно охарактеризувати, як «втілене переживання». Якщо митець передає настрій на розмову «віч-на-віч», від «серця до серця», то вокаліст сам говорить одразу з багатьма. Робота на очах у слухачів, звернення до всіх, коли підсилюється емоційна єдність публіки – ці фактори висувають особливі вимоги до вокально-сценічного переживання виконавця. Виразність почутті притаманна, як правило, кожній людині, а у співаків вона перебуває, так би мовити, під збільшуваним склом, із додаванням специфічних нюансів музичності. Існує ще одна специфічна особливість сценічних відчуттів: їх неймовірна впливовість на людину. Співак включається в роботу тоді, коли це потрібно творчому процесу у театрі, або філармонії і в різних умовах (мізансцена репетиція, оркестрова репетиція, режисерське завдання, ансамблева репетиція, сценічний майданчик, склад партнерів, оркестр, або концертмейстер). Творчий процес – виконання ролі в опері, або програми сольного концерту, концертного виступу – повторюється стільки разів, скільки це необхідно.

Л. Лабінцева відмічає ті чинники, що впливають на свідомість виконавця, під час створення художнього образу. Тут значна роль буде відводитись тому, наскільки майстерно він здатен досягнути творчі завдання, що висуваються в конкретному творі. «На самопочуття музиканта-виконавця впливають не тільки загальні психофізіологічні закономірності стресового стану. Важливу роль відіграють художньо-творчі чинники, пов'язані зі складністю досягнення виразності й цільності інтерпретації твору, із необхідністю прагнення високого рівня професійної точності й відповідності гри, артистичності, віртуозності всіх виконавських дій» [4, с. 216].

Співак втілює в матеріалі власної особистості вокальний образ, народжені уявою композитора, драматурга,

режисера. У цьому розумінні воно виконує чужий задум. Творча робота починається з неусвідомленого імпульсу, а з потреби працювати, «плекати», виконувати, але творчий процес для нього починається від моменту призначення на якусь партію, або вибору вокального твору чи сольної програми. Що ж визначає міру самостійності співака як художника-виконавця? Це саме мистецтво інтерпретації, спроможність пропустити чужі почуття крізь власне серце, а також життєва позиція, володіння своїм голосом, рівень виконання певних технічних завдань [6].

**Висновки з даного дослідження та подальші перспективи.** Велика кількість вокалістів може мати феноменальні здібності та голоси, але й так і не заспівати на великій сцені, через те, що не можуть подолати страх перед сценою. І це може бути найбільшою проблемою прекрасно починаючого вокаліста. Зійти зі сцени, бо він себе не може відкрити слухачеві повністю, а отже, немає повноцінного спілкування між співаком і слухачем. Фактор спілкування є одним із головних завдань виконавця. Донести всі переживання, тривогу, щастя, радість, смуток, коханням тим, хто знаходиться в глядацькій залі. Бажаного результату можна досягти, лише досягнувши вільного відчуття на сцені. Відтак, робота в класі вокалу зі співаком-початківцем повинна базуватись не лише на прагненні оволодіння вокально-технічними навичками, побудові фраз і розвитку артистизму. Викладач повинен на початковому етапі звертати належну увагу учня на візуалізацію сценічно-виконавського процесу. Наведені практичні рекомендації спираються на проаналізовану теоретичну базу та доповнюються власним виконавським досвідом автора як піаніста та вокаліста.

Отже, наведені приклади підкріплені досвідом виконавців інструментальної музики мали практичну апробацію автором у процесі власної концертної діяльності не лише як інструменталіста, але й як вокаліста. Публікація не претендує на вичерпність рішення проблеми подолання сценічного страху вокалістами, а є спробою узагальнення та доповнення існуючої теоретичної та джерельної бази проблеми.

#### Список використаних джерел

1. Василенко Л. М. Проблема свідомого та позасвідомого у теорії та практиці вокального виконавства. Педагогічні науки. 2011. Вип. 94. С. 31–40.
2. Івасишин І. Музично-виконавська діяльність як засіб творчого розвитку особистості. Гірська школа українських Карпат. 2014. № 11. С. 153–155.
3. Кристи Г. В. Работа Станиславского в оперном театре. Москва : Искусство, 1952. 284 с.
4. Лабінцева Л. П. Концертний виступ як особливий вид музично-виконавської діяльності. Вісник ХДАДМ. 2010. № 1. С. 215–216.
5. Станиславский К. С. Статьи, речи, беседы, письма. Москва : Искусство, 1953. 782 с.
6. Цагарелли Ю. А. Психология музыкально-исполнительской деятельности : учеб. пособие. Санкт-Петербург : Композитор, 2008. 212 с.

Дата надходження до редакції авторського оригіналу: 24.02.2019

**Иваненко Майя. Преодоление страха сцены у начинающего вокалиста: интерпретационный контекст.**

Ⓐ Рассматриваются вопросы появления сценического страха начинающего вокалиста. Определяются негативные и позитивные факторы формирования данной особенности, определяются факторы риска, которые нуждаются в неотложном вмешательстве педагога в контексте предотвращения развития комплекса неполноценности, панического страха сцены, как следствие завершения исполнительской деятельности музыканта. Анализируются факторы сценически-исполнительской интерпретации вокалиста через призму воплощённого переживания, определяются пути раскрытия художественного образа произведения и положительный, и отрицательный аспекты влияния сценического волнения. Рассматриваются особенности сценических чувств певца.

**Ключевые слова:** вокальное искусство; сцена; артист; вокалист; исполнительская деятельность; сценическое мастерство

**Ivanenko Maya. Overcoming Fear of the Stage of a Novice Singer: Interpretative Context.**

Ⓢ The paper deals with the question of stage fear in the novice vocalist. The negative and positive factors of the formation of this feature are discussed, risk factors are identified that require the teacher's urgent intervention in the context of preventing the development of the complex of inferiority, the panic fear of the scene, as a result of the completion of the musical activity of the novice musician. The factors of stage-performer interpretation of the vocalist are analyzed, through the prism of the embodied experience, the ways of revealing the artistic image of the work and the positive and negative influences of stage excitement are determined. Features of singer's stage feelings are considered.

**Key words:** vocal art; stage; artist; vocalist; performing activity; stage skill

**Иваненко Майя Володимирівна**, провідний концертмейстер кафедри музичного мистецтва Київського національного університету культури і мистецтв

*E-mail:* [ivamaya@ukr.net](mailto:ivamaya@ukr.net)