



**Е.А. Глазкова,
А.А. Реан**

Трехкомпонентный подход к решению проблемы тревожности при концертном выступлении у учащихся детских музыкальных школ

Рассматривается проблема тревожности у детей в условиях концертного выступления.

В работе над психологической реабилитацией ребенка следует учитывать социальные факторы и его личностные особенности, основываясь на принципах взаимодействия педагога и учащегося.

Ключевые слова: тревожность, концертное выступление, психологические свойства личности, педагог, музыкальная школа, самооценка, мотивация.



роблема тревожности при публичном выступлении является одной из важных в музыкальной педагогике и психологии. Часто концертное выступление учащегося детской музыкальной школы сводит практически к нулю всю нелегкую работу как ученика, так и педагога. С удовольствием и большим усердием занимаясь в классе, ученик играет на сцене с текстовыми

потерями, со срывами, не думая о музыкальном образе в произведении.

На наш взгляд, учитывать одни лишь личностные особенности ребенка в процессе возникновения тревожности в музыкально – исполнительской деятельности не совсем правильно, т.к. ребенок при подготовке к концертному выступлению взаимодействует с педагогом, родителями. В работе над проблемой тревожности при концертном выступлении необходимо учитывать и социальный фактор: способы общения родителей с ребенком; адекватность требований, предъявляемых к ребенку; особенности взаимодействия педагога с ребенком, а также, личностные особенности (психические процессы и свойства) педагогов и родителей.

На основании результатов, анализа и интерпретации данных, полученных нами в ходе выявления факторов тревожности при концертном выступлении, была разработана комплексная коррекционно – развивающая программа по снижению тревожности у учащихся детских музыкальных школ до уровня «мобилизующей» (индивидуальные и групповые формы) в едином трехкомпонентном формате – ученики, их родители и педагоги.

Коррекционно–развивающие мероприятия (учащиеся)

| № | направления | Методы и техники психолого педагогического воздействия |
|----|----------------------------------|--|
| 1. | Развитие адекватности самооценки | <ul style="list-style-type: none">• Самоанализ, нахождение в себе сильных и слабых сторон.• Анализ выступлений, причин успеха и неуспеха.• Смещение акцента на профессиональные достижения, а не на личный успех.• Сказкотерапия. |

| № | направления | Методы и техники психолога педагогического воздействия |
|----|---|---|
| 2. | Развитие мотивации (повышение уровня стремления к успеху) | <ul style="list-style-type: none"> • Обучение выбору целей как в конкретной ситуации, так и в жизни в целом. • Нахождение причин неудачных выступлений не в отсутствии способностей, а в недостаточности приложенных усилий. • Построение шагов роста (описание конкретных достижений через день, неделю, месяц), определение параметров желаемого результата. • Снижение ценности ситуации. |
| 3. | Регуляция психического состояния | <ul style="list-style-type: none"> • Обыгрывание, игры - драматизации. • Ролевая подготовка (моделирование ситуации концертного выступления). • Выявление потенциальных ошибок. • Упражнения на осознание эмоций, испытываемых при концертном выступлении. • Беседа о темпераменте. • Обучение навыкам уверенного поведения. • Аутогенная тренировка. • Самовнушение. • Релаксационные техники: глубокое дыхание, мышечная релаксация. |

При разработке коррекционно – развивающих занятий с учащимися, мы опирались на работы, посвященные проблемам музыкальной психологии [2, 3, 9].

Основные блоки программы по эффективному взаимодействию родителей с тревожными детьми

| № | блок | форма | наименование |
|----|-----------------|------------------|--|
| 1. | диагностический | психодиагностика | <ul style="list-style-type: none"> • И.М.Марковская • «Взаимодействие родитель - ребенок» (подростковый вариант) |
| 2. | информационный | дискуссия | <ul style="list-style-type: none"> • «Тревожность при концертном выступлении» |
| | | беседа | <ul style="list-style-type: none"> • «Язык принятия и непринятия» • «Способы эффективной коммуникации» |
| 3. | развивающий | тренинг | <ul style="list-style-type: none"> • Тренинг детско родительского взаимодействия |
| | | концерт | <ul style="list-style-type: none"> • Концерт - взаимодействие (ансамбли / сольные выступления родителей и учащихся) |