

*Алла МАСЛЮК,
студентка факультету дошкільної,
початкової освіти і мистецтв
Національного університету
«Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка,
Чернігів, Україна
Науковий керівник – Тетяна СКОРИК, д. п. н.,
професор, завідувач
кафедри мистецьких дисциплін
Національного університету
«Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка,
Чернігів, Україна*

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ У МУЗИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Емоційна стійкість є важливою якістю особистості, що дозволяє ефективно долати різноманітні емоційні труднощі, зберігати внутрішню рівновагу та контролювати власні емоції в стресових ситуаціях. У шкільному середовищі розвиток емоційної стійкості має особливе значення, адже учні стикаються з різними викликами, такими як соціальна адаптація, навчальні навантаження, міжособистісні конфлікти тощо.

Музична діяльність має унікальну здатність викликати та посилювати широкий спектр емоцій, що надає учням можливість не тільки відчувати, але й навчитися усвідомлено контролювати власні почуття. У процесі виконання музичних творів учні стикаються з багатством емоційних відтінків – від радості й натхнення до смутку чи тривоги. Такий досвід допомагає їм глибше відчувати власні емоційні реакції, що з часом полегшує розуміння того, як ці емоції впливають на їх поведінку та сприйняття навколишнього світу [1, с.55-59].

Крім того, музична діяльність часто включає колективні форми роботи, як-от хор, ансамбль, оркестр, що вимагає активної взаємодії та синхронізації дій з іншими учасниками. В такому контексті учні вчаться прислухатися один до одного, відчувати ритм групи, координувати свої дії з діями інших, щоб досягти гармонійного звучання. Спільна музична творчість сприяє формуванню таких соціальних навичок, як взаєморозуміння, терпимість до думки інших, здатність підтримувати і підтримуватися у колективі. Цей досвід дозволяє учням розвивати емоційну гнучкість і стійкість, особливо в ситуаціях, які вимагають командної роботи та емоційної підтримки один одного

Завдяки колективній музичній діяльності учні здобувають навички ефективного спілкування, вчать справлятися з напругою, що виникає в процесі спільної роботи, та розвивають здатність контролювати власні емоційні реакції у взаємодії з іншими. Наприклад, учасник оркестру, що переживає хвилювання перед виступом, має змогу отримати підтримку від колег, що допомагає знизити тривожність та посилити почуття впевненості. Такий досвід формує здатність регулювати свої емоційні стани, що, в свою чергу, зміцнює емоційну стійкість і допомагає учням зберігати внутрішню рівновагу, незалежно від зовнішніх обставин [2, с.139-143].

Емоційна стійкість розвивається також через процес підготовки до публічних виступів, що є важливим етапом у навчанні. Підготовка до виступу передбачає опанування технічного матеріалу, зокрема вивчення нотного тексту, відпрацювання техніки гри, а також розвиток музичної інтерпретації та емоційної виразності твору, зосередження на нюансах виконання та роботу над сценічною витримкою. Під час цього процесу учні часто стикаються з хвилюванням, страхом сцени та відчуттям непевненості, що природно виникають перед виступом. Згодом вони навчаються справлятися з цими емоціями, освоюючи техніки самоконтролю та самозаспокоєння, такі як контроль дихання, позитивна візуалізація результату або концентрація на музичному тексті [3, с.129-138].

Музична діяльність розширює емоційний інтелект учнів, адже в процесі освоєння музичних творів вони аналізують і відтворюють різні емоційні настрої та образи. Цей досвід сприяє розвитку емоційного сприйняття, що є важливою складовою емоційної стійкості. Здатність розуміти та виражати свої емоції дозволяє учням краще справлятися з життєвими труднощами [4, с.80-88].

Сприятливий вплив музики на емоційну сферу учнів обумовлений також її впливом на фізіологічний стан. Музика здатна знижувати рівень стресу, нормалізувати дихання, знижувати м'язове напруження, що сприяє загальному розслабленню та гармонізації емоційного стану. Таким чином, учні не лише вчать керувати своїми емоціями, а й підтримувати загальну емоційну стабільність [4, с.80-88].

Особливе значення в розвитку емоційної стійкості має взаємозв'язок між грою на фортепіано та формуванням самостійності. У процесі навчання музиці учні розвивають здатність до самоконтролю, планування та самодисципліни, що є невід'ємними компонентами емоційної стійкості. Самостійна робота над музичними творами вимагає від них відповідальності та вміння долати власні емоційні бар'єри.

Гра на фортепіано сприяє розвитку внутрішньої мотивації учнів. Музичні досягнення, особливо якщо вони є результатом тривалої та наполегливої праці, підвищують почуття задоволення, впевненості у власних силах та здатності досягати поставлених цілей, що сприяє емоційній стійкості.

Таким чином, музична діяльність є ефективним засобом розвитку емоційної стійкості учнів завдяки своїй здатності впливати на емоційний інтелект, самоконтроль, соціальні навички та внутрішню мотивацію. Вона надає дітям можливість розвивати впевненість у собі, здатність до саморегуляції та емоційної стабільності, що є важливими для ефективного функціонування в сучасному світі.

Список використаних джерел

1. Федоренко В. Розвиток впевненості музикантів-початківців при підготовці до виконавської діяльності. MHGC Proceedings. 2019. С. 55 -59.
2. Смородський В. І. Педагогічна діагностика сформованості виконавських навичок гри на фортепіано. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 14: Теорія і методика мистецької освіти : 73 зб. наук. праць. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. Вип. 19 (24). С. 139-143.
3. Гурак Г. М. Емоційний інтелект як психологічний чинник розвитку емоційної стійкості молодших підлітків. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України: Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія. 2016. Т. 9. Вип.10. С. 80-88.
4. Кордунова Н. О., Дмитріюк Н. С. Емоційна стійкість як важлива складова особистості у період фахової підготовки. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2020. Т. 6. Вип. 17. С. 129-138. DOI: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v6/i17/17.pdf>

***Ганна МИТЬКО,**
викладач музично-теоретичних дисциплін
Чернігівської міської школи мистецтв
ім. Любомира Боднарука*

МИРОСЛАВ СКОРИК. МУЗИКА ДО КІНОФІЛЬМУ «ТІНІ ЗАБУТИХ ПРЕДКІВ» У КОНТЕКСТІ НЕОФОЛЬКЛОРИЗМУ

Мирослав Скорик – народний артист України, лауреат Державної премії імені Тараса Шевченка, член-кореспондент Академії мистецтв