ВЕСТНИК КРАСНОДАРСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
ИНСТИТУТА КУЛЬТУРЫ №4(8), 2016

Педагогические науки

УДК 78

А.А. Смолина

Смолина Антонина Андреевна, ассистент-стажер кафедры академического пения и оперной подготовки Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. Красная, 18. Кабинет 530), anna_kuharenko@mail.ru
Научный руководитель: **Кириченко Наталья Николаевна**, заслуженная артистка РФ, профессор, заведующая кафедрой академического пения и оперной подготовки Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. Красная, 18. Кабинет 530), na-kiric@yandex.ru

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛОКИРОВАНИЕ НА УРОКАХ ВОКАЛА И МЕТОДЫ ЕГО ПРЕОДОЛЕНИЯ

Рассмотрены вопросы негативного влияния на учебный процесс психологического блокирования у ученика на уроках вокала, причины этого явления, принципы диагностирования и методы преодоления.

***Ключевые слова*:** психологический блок, вокал, негативные эмоции, зажимы, ученик-вокалист, педагогический процесс.

A.A. Smolina

Smolina Antonina Andreevna, junior assistant of academical singing and opera training Krasnodar Institute of Arts (Krasnodar, Krasnaya Street 18, office 530), anna_kuharenko@mail.ru

Research supervisor: **Kirichenko Natalia Nikolaevna**, hoponored Artist of Russia, professor, head of the department of academic singing and opera training Krasnodar Institute of Arts (Krasnodar, Krasnaya Street 18, office 530), na-kiric@yandex.ru

PSYCHOLOGICAL BLOCKS IN THE COURSE OF SINGING CLASSES AND ITS OVERCOMING METHODS

The article deals with points of negative influence of psychological blocks upon the educational process students face with in the course of singing classes. It also deals with the main reasons of it, its diagnosis principles and overcoming methods.
***Keywords*:** psychological block, singing, negative emotions, blocks, singer-student, pedagogical process.

Школа берет насилием то,
что мы бы отдали ей по любви.
Александр Генис

Очень часто на уроках вокала можно увидеть такую картину: преподаватель на пределе эмоций, жестикулируя, и тратя колоссальное количество энергии, пытается объяснить студенту, каким образом тот может повысить качество своего исполнения. Студент же, в это время, стоит, опустив руки по швам, будто слушая, но на самом деле совершенно не воспринимая сути объяснений…

Взгляните на лицо студента: оно расстроенное, поникшее, отстраненное, хотя еще несколько минут назад это был бодрый и активный подающий надежды молодой исполнитель. В такой ситуации вряд ли что-то из советов педагога будет воспринято им.

С чем же может быть связано подобное состояние у студента, как не допустить этого, а в случае возникновения ситуации – преодолеть ее?

В психологии такое состояние человека называется психологический блок. «Психологический блок (барьер) – внутреннее препятствие психологической природы, выражающееся в неадекватной пассивности человека и мешающее выполнению тех или иных действий» [3].

Цель данной статьи заключается в том, чтобы акцентировать внимание педагогов-вокалистов на данном вопросе, поделиться некоторыми наблюдениями и выводами относительно путей преодоления психологических блоков, возникающих у студента на занятиях.

Распространенность психологического блокирования на уроках вокала очень широка, к тому же данная проблема мало изучена. Фактически, классические труды (например, Дмитриева Л.Б. [2]) упоминают важность психологического настроя ученика, но не рассматривают динамику педагогического процесса, ничего не говорят о психологическом блокировании, хотя для психологии этот вопрос не является новым. Поэтому данная статья представляет синтез психологического, педагогического знания, преломленного сквозь призму практических наблюдений за уроками с начинающими вокалистами.

Известно, что педагогика, в принципе, неотделима от психологии, поскольку в случае работы педагога с учеником все знания и навыки передаются от человека человеку, от одной системы представлений о мире, одной психики к другой. Педагог вокала несет двойную ответственность в качестве эксперта по психологии педагогики, поскольку в процессе педагогической деятельности он вмешивается в довольно интимный процесс голосообразования, который главным образом зависит от эмоционального состояния ученика, состояния его нервной системы. По сути, ни один метод, формирующий правильную технику пения, не будет работать, пока педагог не создаст условия доверительного отношения ученика к нему, пока ученик сам не захочет освоить тот или иной прием, пока он не откроется новому знанию.

Переходя к основной части, определим глубинные причины психологического блокирования у человека.

В жизни человека ничто не проходит, не оставив следов. Обида, разочарование или любое другое негативное событие, эмоционально не пережитое до конца, остается и проявляется в виде неразрешенных внутриличностных конфликтов и напряжений в различных зонах нашего тела.

Весьма вероятно, что задолго до того, как ученик начал занятия с педагогом, в его жизни уже произошли события, которые повлияли на появление внутри его психики психологических блоков: кто-то важный сказал что-то неприятное про внешность или голос ученика, родители, не понимая внутренних побуждений ребенка, настояли на решениях неприятных для него, одноклассники осмеяли и пр.

К сожалению, бывает, что и во время систематических занятий при неправильном педагогическом подходе (крике, осуждении и пр.) педагог провоцирует появление блоков у ученика. Тогда говорят о том, что педагог «испортил голос», поскольку психическое нарушение всегда порождает физическое.

Тело человека напрягается, когда он переживает как позитивные, так и негативные эмоции. Если за эмоциями следует реакция, то напряжение из тела уходит. Если же человек сдерживается, не давая излиться чувствам (как в примере с непрофессиональным педагогом, который кричит на ученика), то за напряжением не следует разрядки, оно остается в теле. Появляются блоки в дыхательной системе, зажимы в гортани, не говоря уже о том, что человек теряет веру в себя, начинает подсознательно убеждать себя в том, что он не умеет петь.

Психологические блоки могут встать на пути многих процессов. Когда включается психологический блок, человек переживает:

– ощущение беспомощности, усталость (душевная или физическая);

– зажимы в теле;

– отсутствие видения перспектив развития;

– однообразие и монотонность работы;

– отсутствие смысла в действиях.

Безусловно, не столкнуться в процессе педагогической деятельности с подобными человеческими проявлениями невозможно. Поэтому профессиональный педагог должен уметь быстро диагностировать состояние ученика в ситуации включения психологического блока и попытаться преодолеть его, поскольку, в ином случае, эффективность дальнейшей работы стремительно падает.

Как же это сделать? Порой достаточно просто внимательно посмотреть на ученика. «Эмоции тесно связаны с работой подкорковых центров, вегетативной нервной системой. Именно поэтому эмоции всегда выражаются в ряде вегетативных реакций: меняется дыхание, сердцебиение, люди бледнеют, краснеют, дрожат, ощущают пересохшее горло и т.п.» [1, с. 4].

Не всегда внешние признаки могут помочь, но невосприимчивость к просьбам педагога и отстраненный взгляд уже должны насторожить преподавателя. В этой связи хочется напомнить о том, что обратная связь с учеником (адекватное реагирование на действия друг друга) является первичным принципом профессиональной работы. Если педагог увлечен только собственной личностью, своими мнениями и умениями, то педагогический процесс превращается в «театр одного актера и одного зрителя» (самого себя), отсутствует передача знаний и навыков.

Вовремя диагностировать психологическое блокирование важно еще и потому, что педагоги, часто видя пассивное состояние ученика, наоборот, начинают обвинять его в том, что тот «не работает» и «даже не пытается понять сути объяснений». А такие заявления лишь усугубляют психологическую подавленность ученика.

Теперь перейдем к вопросу о том, от чего могут проявляться и возникать психологические блоки на занятиях вокалом.

Психологическое блокирование может быть связано:

– с внутриличностным конфликтом в восприятии себя (какие-либо установки, сформированные ранее, например, «Я не умею петь», «Я не могу делать так, как от меня требуют», «У меня ужасная память», «У меня отталкивающая внешность» и пр.);

– с восприятием педагога (например, «Он меня не любит», «Он меня «убьет»);

– с восприятием педагогического процесса (например, «У меня всегда конфликты с педагогами», «Я не понимал этого никогда»).

В жизни ситуация может складываться так: ученица, несмотря на долгие разъяснения преподавателя, «отключается» от объяснений после упоминания о ее «не пластичности», что связано с комплексами по поводу ее внешности. При этом педагог вовсе не старался обидеть ее, он просто хотел, чтобы ее движения стали чуть мягче с целью достижения правильной передачи художественного образа.

Или: ученик резко перестает работать после слов о том, что «он не занимался». Такая ситуация крайне распространена. При этом зачастую ученики, которых «обвиняют» в лени, наоборот, очень упорно занимаются самостоятельно. Следует понимать, что если педагог не видит ему необходимых изменений в технике вокала – это подтверждает вышесказанное. Постановка голоса – очень сложный, многогранный и долгий процесс, результаты которого видны лишь через время. Подобные обвинения, в лучшем случае, провоцируют лишь небольшую стимуляцию работы у действительно ленивых учеников. В остальных случаях – они блокируют психику ученика, он теряет веру в свои силы, входит в скрытый конфликт с педагогом.

В подобной ситуации конструктивным является следующий вопрос, адресованный ученику: «А как ты занимался? Что ты делал?». В этом случае педагог, во-первых, дает выразиться ученику, получая обратную связь, во-вторых, получает информацию о том, как ученик занимается самостоятельно,

и начинает понимать, что можно посоветовать относительно домашней работы.

Когда речь заходит о методах преодоления психологических блоков, то на передний план выходят два основных вопроса: как не допустить появления блока и как преодолеть блок, если он проявился.

Ответ на первый вопрос заключается в этичном поведении по отношению к ученику, не допускается крик и безосновательная неконструктивная критика. Последняя должна отвечать следующим параметрам:

– она должна непосредственно касаться предмета изучения, а не личности ученика;

– она должна заключать в себе ответ на вопрос: «Что делать, чтобы ситуация изменилась к лучшему?»;

– ее должно быть не больше, чем может конструктивно принять и понять ученик.

Ответ на второй вопрос чрезвычайно сложен, потому что условия появления блока нам, в большинстве случаев, неизвестны, и даже сами ученики часто не могут понять, что с ними происходит. Тем не менее подкованный в психологии педагог, заметив проявления психологического блока должен:

а) оценить условия его проявления, т.е. вспомнить слова или действия, которые повлекли негативную реакцию (если проблема в словах педагога – постараться в дальнейшем более тщательно подбирать формулировки);

б) попытаться понять причины блокирования (часто они находятся на поверхности, потому что для людей характерны похожие психологические проблемы);

в) наладить обратную связь с учеником.

И это вопрос принципиальный, т.к. на уроках должна царить атмосфера доверия и творчества. «Важно, чтобы у ученика на занятиях всегда возникали положительные эмоции» [1, с.4].

И хотя полное преодоление психологического блока на уроке невозможно, поскольку для этого нужен профессиональный психолог, но педагог должен знать, что у него есть некоторые психологические «ключи», помогающие настроить ученика и придать сил.

Основными двигателями, мотиваторами человеческой деятельности являются его собственные желания. И чем сильнее желание – тем сильнее воля к его достижению. Педагогу важно найти эти желания в ученике и дать ему уверенность, что он может их достичь.

Для человека характерно воодушевление в ситуации,

– когда он видит смысл в своих действиях. Для этого педагог должен всегда обращать внимание ученика на самое важное в искусстве, уметь вдохновенно рассказывать о произведениях и исполнителях и подчеркивать важность художественного творчества;

– когда начало деятельности дается легко. Достаточно просто начать с того, что у ученика получается хорошо, это дает правильную настройку на работу;

– когда он ощущает свой профессионализм. Ощущение уверенности в себе открывает психику для конструктивной работы над своими навыками, а подчеркивание стремления к профессионализму ученика внушает ему ответственность за свои действия, придает серьезность отношению к занятиям;

– когда появляется что-то новое, ранее неизвестное. Это характерное для любого человека с детства качество любознательности должно быть умело используемо педагогом;

– когда он видит перспективы развития. Важно дать понять, что если действительно есть сильное желание научиться, то результат обязательно будет достигнут, и трудности в его достижении – лишь ступени к высокой цели. Можно процитировать слова известного педагога, профессора М.С. Агина: «Волевые усилия могут иметь различный характер, но они всегда сознательны и всегда связаны с преодолением трудностей. Волевой

человек – это тот, кто убежден в важности и правильности поставленных перед собой целей, кто сознательно посвятил себя искусству и это решение проводит неукоснительно и планомерно, несмотря ни на какие препятствия, с энергией и настойчивостью» [1, с. 4].

Непосредственные цели искусства, как вида человеческой деятельности, – познание, самореализация и воплощение красоты. Конечная же цель педагога по вокалу – воспитать не только профессионала, обладающего соответствующими техническими возможностями, но – личность, готовую с радостью творить и нести людям Прекрасное. Если на уроках вокала нет атмосферы, которая способствовала бы проявлению лучшего в человеке, то где и когда этому «лучшему» зарождаться?! И любые проблемы, даже самые сложные, преодолимы, если педагог не торопя события, вдохновляя ученика, прививает ему любовь к своей деятельности.

Список используемой литературы:

1. *Агин М.С.* Развитие певческого голоса (теория и практика). Учеб.-метод. пособие. 2-е изд. М.: ПРОБЕЛ-2000, РАМ им. Гнесиных, 2016.

2. *Дмитриев Л.Б.* Основы вокальной методики. М.: Музыка, 1968.

3. Национальная психологическая энциклопедия. 2016. URL: http://vocabulary.ru/termin/barer-psihologicheskii.html (дата обращения: 17.11.16 г.).