

Д. Е. Чернов

Екатеринбург

ПСИХОМОТОРИКА КАК НЕОБХОДИМЫЙ КОМПОНЕНТ МУЗЫКАЛЬНО-ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: психомоторика; мышечная координация; музыкальное исполнение; пение; дирижирование; игра на фортепиано; соотношение технического и художественного.

АННОТАЦИЯ. Рассматривается проблема совершенствования профессиональной подготовки будущих педагогов музыки. Раскрываются особенности психомоторного развития музыканта. Объясняется значимость мышечных напряжений и расслаблений в пении, игре на музыкальных инструментах, дирижировании. Показывается необходимость организации психомоторики в процессе освоения технических и художественных задач во всех видах музыкальной деятельности музыканта-исполнителя, музыканта-педагога.

D. E. Chernov

Екатеринбург

PSYCHOMOTILITY AS THE NECESSARY COMPONENT OF IS MUSICAL-PERFORMING ACTIVITY

KEY WORDS: Psychomotility; muscular coordination; musical performance; singing; conducting; game on a piano; a parity technical and art.

ABSTRACT. The problem of perfection of vocational training of the future teachers of music is considered. Features of psychomotor development of the musician reveal. In singing, game the importance of muscular pressure and relaxations speaks musical instruments, conducting. Necessity of the organization of a psychomotility in the course of development of technical and art problems in all kinds of musical activity of the performing musician, the musician-teacher is shown.

Исполнение на музыкальном инструменте, дирижирование хором и симфоническим оркестром, сольное и хоровое пение представляют собой сложнейшие виды человеческой деятельности, для реализации которых необходима согласованность отлаженных психических процессов с наличием тонких целесообразных физических движений. В мышечных сокращениях или изменениях мышечного напряжения (тонуса) так или иначе проявляются все психические процессы, управляющие произвольными движениями в разных видах человеческой деятельности, ученые (И. М. Сеченов, А. А. Ухтомский, И. П. Павлов, П.К. Анохин, Н. А. Бернштейн и др.) указывали на глубокую связь мышечных движений с психикой человека, на единство познавательного процесса и двигательного акта. И. М. Сеченов отмечал, что «все бесконечное разнообразие внешних проявлений мозговой деятельности сводится окончательно к одному лишь явлению - мышечному движению». В западной психологии начала XX в. возникла даже моторная теория сознания (Ф. Гарриман, Э. Джекобсон). Авторы этой теории специально подчеркивали значение мышечного тонуса для протекания интеллектуальных, эмоциональных и волевых процессов.

И. М. Сеченов, обосновывая рефлекторную природу движений человека, как объективацию форм психического отражения, ввел в научный обиход понятие «психомоторика».

Трудности рассмотрения данного понятия в ракурсе музыкально-исполнительской деятельности возникают уже на уровне его трактовки различными современными авторами. В большинстве литературных источников термин «психомоторика» подменяется близкими понятиями: «двигательная деятельность», «двигательная активность», «физиология движений», «моторика», «сенсомоторика», «идеомоторика» и т.п. Они выступают как синонимы, хотя авторами подчеркивается, что психомоторика является широким понятием, являющимся системой, включающей в себя не только движения (моторику), но и психические свойства личности.

Последователи учения И. М. Сеченова, каждый с интересующей его отдельной позицией, уточняли и расширяли этот термин. Трактовка его, по-видимому, была столь неоднозначной, а употребление в научном лексиконе столь малым, что определение данного понятия практически не упоминается в психологических и физиологических словарях.

Определение «психомоторика» можно найти в Большой медицинской энциклопедии [3. С. 336], которое рассматривается так: «гр. *psyche* – душа, сознание + лат. *motor* – производящий движение. Комплекс двигательных актов человека, тесно связанных с психической деятельностью человека и отражающих особенности конституции». Термин «психомоторика» употребляется в медицинской литературе для отграничения

сложных и дифференцированных движений, выражающих индивидуальные свойства личности, от элементарных двигательных реакций, связанных с более простой рефлексаторной деятельностью центральной нервной системы» [2. С. 336].

Анализ понятия «психомоторика» в работах различных авторов и в справочной литературе позволяет сделать вывод о том, что:

- психомоторика исследовалась в медицинской литературе еще до введения этого понятия И. М. Сеченовым;

- в медицинских источниках исследование психомоторики часто происходило в процессе рассмотрения тех или иных патологических состояний человека.

Гораздо позднее авторы стали исследовать психомоторику в трудовой, спортивной и художественной (музыкальной) деятельности.

Анализ работ И. М. Сеченова, Е. П. Ильина, П. К. Анохина, К. К. Платонова, В. П. Озерова и других позволил выявить то, что термин «психомоторика», несмотря на его значимость в деятельности человека, до сих пор не получил однозначной трактовки в психологии и педагогике.

В рамках нашего исследования представляется важным уточнить определение «психомоторика» относительно различных видов музыкально-исполнительской деятельности, т.к. ее успешность в той или иной мере зависит от особенностей психомоторной организации музыканта. Учитывая приведенные трактовки этого понятия, мы произвели его уточнение следующим образом. Психомоторика музыканта-исполнителя (ПМИ) - это совокупность управляемых музыкантом действий, обусловленных его морфофункциональными, физиологическими и психологическими особенностями.

На протяжении всей творческой жизни исполнителя происходит процесс его духовного, интеллектуального, психического и психомоторного развития. Психомоторное развитие музыканта-исполнителя (ПРМИ), в связи с этим определяется нами как изменение управляемых действий музыканта-исполнителя, проявляющееся в разных видах музыкальной деятельности, обусловленных его морфофункциональными, физиологическими и психологическими особенностями.

Изучение развития психомоторики у музыкантов затруднено в связи с постоянно возникающими вопросами исполнительского мастерства, сложного взаимодействия между интеллектуальной, эмоциональной сферой, музыкальным слухом и моторикой.

Важной особенностью проблемы психомоторного развития музыканта является ее междисциплинарность. Психомоторика ор-

ганически объединяет позиции естественных и гуманитарных наук в изучении разных видов музыкально-исполнительской деятельности. Необходимость знания особенностей психомоторной организации, ее развития: возрастных изменений, причин нарушений в процессе того или иного вида музыкальной деятельности отмечалась музыкантами различных специальностей.

Известные музыканты-исполнители — дирижеры, инструменталисты, певцы (Г. Л. Ержемский, Йозеф Гат, В. А. Гуттерман, Шарль Луи Ганон, В. Х. Мазель, К. А. Мартинсен, В. А. Максимов, И. Т. Назаров, В. М. Подуровский, С. И. Савшинский, О. Ф. Шульпяков, А. А. Шмит-Шкловская, и др.) подчеркивали, что музыкально-исполнительская деятельность требует от человека высокого умственного напряжения, психической и физической работоспособности и совершенной психомоторной саморегуляции на всех уровнях ее организации — психическом, сенсорном и моторном.

Согласно мнению некоторых музыкантов-исполнителей и музыкантов-педагогов, наш организм иногда интуитивно отбирает самые целесообразные движения в процессе разных видов исполнительской деятельности. Действительно, выдающиеся музыканты — исполнители с гибкими природными моторными данными нередко интуитивно находят нужные двигательные пути для реализации художественных задач. Музыкально-исполнительский процесс на эстраде таких музыкантов происходит часто на эмоциональном автоматизме, «бессознательно». Они же считают, что творчество и контроль — психологические антагонисты. Основная же масса исполнителей овладевает рациональными движениями только путем осознанной и кропотливой работы над ними, постигая их свободу через ощущения. При этом ряд авторов подчеркивает, что их нахождение становится возможным лишь при участии сознания, осуществляющего контроль над движениями (Г. Л. Ержемский, В. Х. Мазель, И. Т. Назаров, О. Ф. Шульпяков и др.). Поэтому необходимо отыскивать и развивать такие двигательные формы, которые бы привели к наименьшей затрате мускульной энергии при достижении оптимального художественного результата.

Таким образом, выбирая «слуховой» или «двигательный» метод обучения, педагог должен уяснить: общий характер музыкально-слуховых данных ученика; характер его моторной одаренности; типологические особенности высших отделов центральной нервной системы; возраст. В зависимости от этих данных и должен строиться общий метод преподавания.

В истории музыкального исполнительст-

ва было время, когда музыканты в своей работе вынуждены были оперировать только эмпирически найденными приемами воспитания техники, так как знания о психофизиологической природе двигательных приемов и навыков долго находились на примитивном уровне развития. На определенном этапе обучения музыке (как у инструменталистов, так и у певцов) эти эмпирические приемы себя оправдывали. Но постепенно, с усложнением музыкального языка, с увлечением виртуозностью усилилось внимание к техническим проблемам, в педагогике стало утверждаться много такого, что находилось в «вопиющем противоречии с элементарными анатомическими и физиологическими нормами. Это время знаменито всевозможными механическими приспособлениями для «рационализации» процесса движения музыкантов через те или иные упражнения.

Эмпирический и механический метод открывали путь дальнейшему развитию и совершенствованию музыкальной педагогики, подготовив появление «анатомо-физиологической» школы (термин Г. М. Когана).

В трудах по фортепианному обучению педагогов прошлого, а также в работах теоретиков «анатомо-физиологических школ» фортепианная игра рассматривалась как род деятельности, который не имеет корней в жизненном опыте, предшествующем обучению игре на рояле. Поэтому, как считали данные авторы, обычные нормальные функции руки якобы мало применимы в фортепианной технике, и с первых же шагов она требует особых «искусных», чтобы не сказать искусственных, движений, не встречающихся в жизненной практике до обучения игре на фортепиано» [9]. Естественно, что при этом рука пианиста рассматривалась как механизм, и отсюда следовали такие методические выводы.

В работах по вокальной педагогике авторы также пытаются опираться на анатомо-физиологические особенности голосового аппарата и найти «единый метод постановки голоса». В то же время и инструменталисты, и вокалисты не могли не осознавать зависимость исполнительского аппарата музыканта от художественного намерения.

Итак, в музыкальной педагогике при обучении инструменталистов и вокалистов определяется две точки зрения, когда в обучении на первый план выходит техническая сторона (первая точка зрения) или художественная (вторая точка зрения). В разные периоды развития педагогики музыкального образования та или иная точка зрения являлись доминантными.

Тем не менее, в конце концов, педагоги и исследователи стали обращать внимание на изучение диалектического характера

взаимосвязей, художественного и технического компонента. Эта мысль о взаимодействии технического и художественного прослеживается в большинстве работ по педагогике музыкального образования, в которых раскрывались вопросы подготовки учащихся к музыкально-исполнительской деятельности. «Музицирование стало рассматриваться как единый психофизиологический процесс, в котором психический фактор – основа художественного мышления. Таков высший идеал исполнительского мастерства» [6].

Художественная часть такой подготовки начиналась с эмоционально-слухового компонента и связывалась с компонентом техническим. Но вставал вопрос относительно закономерности совмещения этих двух начал, двух сторон, или двух компонентов творческого процесса — эмоционально-слухового и двигательного.

Анализ многочисленной литературы по вопросам развития слухового, двигательного компонентов исполнительской деятельности музыкантов позволяет сказать, что необходимо моторно-двигательное воспитание учащихся, которое должно основываться на неукоснительном соблюдении физиологических закономерностей функционирования мышечной сферы организма. «Двигательный процесс необходимо строить на базе полного взаимодействия — максимальной координации всех частей корпуса и рук, рук и плечевого пояса, плечевого пояса и головы, верхней и нижней частей корпуса. Без всесторонней организации моторно-двигательной сферы невозможно воспитание ее органической связи с эмоционально-слуховой сферой» [6, с.9]. Проблема воспитания органичной связи между эмоционально-слуховой и моторной сферами вставала как перед педагогами инструменталистами, так и перед педагогами вокалистами. До настоящего времени она является чрезвычайно актуальной и малоисследованной.

В методической литературе, а также в процессе педагогической практики часто авторами и педагогами ставился вопрос относительно причин появления «зажатости» рук, болезней спины, болезни голосового аппарата у значительного числа музыкантов-исполнителей любого возраста и любого уровня. Авторами и педагогами отмечалось, что на устранение таких негативных моментов необходимо обращать внимание в самом начале музыкального воспитания. В двигательной сфере ребенка именно на начальном этапе обучения возникает двойственность ощущений, которые он испытывает при действиях в повседневной жизни и при действиях, связанных с игрой на инструменте. «Все действия ребенка в повседневной жизни — манера стоять, сидеть, двигать ру-

ками и пальцами — принципиально отличаются от тех двигательных действий, с которыми ему приходится сталкиваться при общении с инструментом, и которые требует от него педагог. Происходит своего рода “раздвоение личности” ребенка. Не подготовить корпус ребенка предварительно к новым — очень сложным для него ощущениям, возникающим при его контакте с инструментом, значит — обречь ребенка на длительные и достаточно мучительные поиски. Бывают, конечно, случаи, когда ученик в силу особой природной интуиции без больших усилий приспосабливается к новым двигательным ощущениям. К сожалению, подобные случаи весьма редки — про таких говорят: “родился с инструментом в руках» [8]. Но даже у детей, наделенных особой двигательной интуицией, необходимо воспитывать осознанные первичные двигательные ощущения.

В певческой деятельности при постановке голоса (при освоении академической манеры пения) также приходится перестраивать прежние привычные, приобретенные в разговорной речи мышечные движения органов звукообразования (внутренних мышц гортани — регистровая перестройка, артикуляции, дыхания). Только малая часть начинающих певцов имеет, как говорят педагоги, природную постановку голоса.

Мышечные напряжения — основа жизнедеятельности человеческого организма и необходимое условие при совершении любого движения. Однако мышечные группы долго не могут находиться в напряженном состоянии, так как, в конце концов, неизбежно наступает их переутомление. Поэтому достижение определенного результата, должно достигаться с наименьшей затратой сил. «Мы можем извлекать иногда очень удачно те или иные звуковые сочетания из инструмента не с помощью самых рациональных (целесообразных) движений». В связи с этим, нужно «делать такие движения, с помощью которых звуковой результат достигался бы проще всего и естественнее всего с наименьшей затратой сил и времени» [5. С.50]. Об этой же проблеме писал и венгерский педагог-пианист, И. Гат: «Пусть не сбивает с пути педагога то, что начинающий иногда достигает хорошего музыкального эффекта при помощи неправильных движений. Только те технические решения удовлетворительны, которые могут быть окончательными, которые входят в перспективу музыкального и технического развития учеников» [4. С. 84].

На особенность выбора наиболее эффективных движений, которые не приводят к различным отрицательным явлениям, таким, как «зажатость», утомляемость и т.д. обращали внимание и дирижеры. «Прежде

чем приступить к обучению начинающего, как замечает дирижер Н. А. Малько, — его приходится отучать от дурных привычек. У ученика, пришедшего на первый урок фортепиано, скрипки, дирижирования и т.д., — зажаты пальцы, тугая, окостенелая кисть, отсутствие самостоятельности и свободы в необходимых движениях, нежелательные моторные иррадиации, словом, — больше чем достаточно для того, чтобы возникла настоятельная необходимость в их устранении» [7. С. 25].

У начинающих обучаться музыке, естественно, нет специальных двигательных навыков для игры на соответствующих инструментах. В то же время, стараясь подражать внешней графике профессиональных движений, наблюдаемых у соответствующих исполнителей, они почти не используют уже сложившиеся в процессе их жизненного опыта автоматизмы. В результате и возникают те негативные явления, о которых писали и педагоги-пианисты, и педагоги-дирижеры.

Таким образом, управляемость техническим аппаратом возможна только на основе достижения максимальной двигательной свободы. «Компенсировать мышечные напряжения в полной мере возможно только при помощи их расслабления. В силу этой причины основа нормального, естественного функционирования мышечной сферы организма — четкое чередование процессов напряжений и расслаблений» [6. С. 20].

Поэтому музыкальная педагогика особое место отводит культуре ощущения правильных движений.

В связи с разнообразием видов музыкально-исполнительской деятельности учителей музыки, а также детей, обучающихся в хоровых колледжах, музыкальных школах, танцевальных студиях и т.п., нам было интересно проследить взаимовлияние работы мышц при игре на музыкальных инструментах, дирижировании и пении. Для нас был важен также и ответ на вопрос относительно того, влияют ли на голос певца его неверные движения при игре и дирижировании.

Наши наблюдения, а также анализ работ авторов, исследовавших особенности обучения игре на инструменте, пению, дирижированию позволяют сделать вывод о взаимодействии разных систем организма человека и рассматривать психомоторику музыканта-исполнителя как комплекс управляемых действий, обусловленных его морфофункциональными, физиологическими и психологическими особенностями, которые способствуют воплощению художественного образа музыкального произведения.

Согласно этому, исполнительские движения музыканта — это проявление его мыслительной деятельности, ее внешнее

выражение, заключительное звено единого психомоторного акта, направленного на достижение поставленной цели.

Нарушения моторной, сенсорной и психической сферы, а также координации между отдельными движениями могут приводить к лишнему мышечному напряжению и зажимам в процессе разных видов музыкально-исполнительской деятельности и прежде всего в певческой деятельности.

Внутренние противоречия двигательного процесса отражаются в широко известном положении, убедительно обоснованном Н. А. Бернштейном: «Психомоторная функция целостного двигательного акта находится в известном противоречии с функцией сознания. Поэтому бессознательные механизмы обычно “противятся” всякому вмешательству в сферу их влияния» [2]. Весь смысл работы по освоению двигательных навыков состоит в развитии и закреплении принципа вариативности. В постоянном настрое психики на решение конкретной смысловой задачи, на которую направлено данное действие, в улучшении и изменении ис-

пользуемых для этого необходимых двигательных средств, по выражению Н. А. Бернштейна: «в повторении без повторения».

Движения не существуют изолированно от общей направленности жизнедеятельности человека. Поэтому-то, очевидно, направленность действий музыканта на достижение необходимого практического (творческого) результата должна объединять в динамическую систему ту или иную группу мышц. Движения мышц всегда опосредованы смысловой (художественной) задачей.

Таким образом, проблема психомоторного развития должна быть в центре внимания всех тех педагогов, которые воспитывают музыканта-исполнителя (инструменталиста, дирижера, певца и т.д.). Релаксация, саморегуляция и самоконтроль, применение разного рода упражнений, правильное использование и распределение мышечной нагрузки во время исполнительской деятельности являются необходимыми условиями качественной реализации юными музыкантами поставленных художественных задач.

ЛИТЕРАТУРА

1. АНОХИН П. К. Избранные труды. Философские аспекты теории функциональной системы / М. : Наука, 1978.
2. БЕРНШТЕЙН Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологической активности М. : 1966.
3. БОЛЬШАЯ медицинская энциклопедия БМЭ Т. 21 3-е изд. 3 Гл. ред. Б. В. Петровский. М., 1983
4. ГАТ Йожеф. Техника фортепианной игры / М. : 1967.
5. ГОЛЬДЕНВЕЙЗЕР А. Статьи. Воспоминания. Материалы / М.: Сов. Композитор, 1969.
6. МАЗЕЛЬ В Х. Музыкант и его руки: Физиологическая природа и формирование двигательной системы/ СПб.: Композитор (СПб.), 2002.
7. МАЛЬКО Н. А. Основы техники дирижирования / Н. А. Малько. М. : 1965.
8. ПЕТРУШИН В. И. Музыкальная психология: учеб. пособие для студентов и преподавателей / М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997.
9. САВШИНСКИЙ С. И. Пианист и его работа. Л. : Музыка, 1961.

Статью рекомендует д-р пед. наук, проф. А. С. Белкин