**DOI: 10.18287/2542-0445-2025-31-2-99-105**

***НАУЧНАЯ СТАТЬЯ***

УДК 378

Дата поступления: 17.01.2025
рецензирования: 23.03.2025
принятия: 02.06.2025

# Модель формирования стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей в системе дополнительного профессионального образования

**Н.В. Соловова**
Самарский национальный исследовательский университет
имени академика С.П. Королева, г. Самара, Российская Федерация
E-mail: solovova.nv@ssau.ru. ORCID: http://orcid.org/0000-0002-3280-3380
**Н.В. Суханкина**
Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П. Королева,
г. Самара, Российская Федерация;
Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка,
г. Минск, Республика Беларусь
E-mail: sukhankina@inbox.ru. ORCID: http://orcid.org/0000-0003-3816-3801

**Аннотация:** В статье дается теоретическое обоснование разработки модели формирования стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей в системе дополнительного профессионального образования. Актуальность обозначенной проблемы обусловлена необходимостью системного подхода к формированию стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей, учитывающего их индивидуальные физиологические, психологические и профессиональные потребности. Показано, что специальные стресс-факторы вокально-исполнительской деятельности детерминируют наличие наиболее характерных видов стресса вокалистов-исполнителей (психоэмоционального, сценического, коммуникативного, физиологического). Исходя из этих предпосылок, складывается структура стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей, состоящая из пяти компонентов: ценностно-мотивационного, эмоционально-волевого, когнитивно-технологического, рефлексивного, коммуникативного. Разработанная модель как совокупность элементов (целевого, содержательного, процессуального, результативного), выделенных на основе принципов системного, личностно ориентированного, деятельностного, компетентностного подходов, ставит целью развитие показателей в структуре стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей на основе отбора педагогических средств в системе дополнительного профессионального образования.
**Ключевые слова:** стресс; стресс-факторы; виды стресса; стрессоустойчивость; вокально-исполнительская деятельность; дополнительное профессиональное образование; формирование стрессоустойчивости.
**Цитирование.** Соловова Н.В., Суханкина Н.В. Модель формирования стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей в системе дополнительного профессионального образования // Вестник Самарского университета. История, педагогика, филология Vestnik of Samara University. History, pedagogics, philology. 2025. Т. 31, № 2. С. 99–105. DOI: http://doi.org/10.18287/2542-0445-2025-31-2-99-105.
**Информация о конфликте интересов:** авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

**© Соловова Н.В., Суханкина Н.В., 2025**
Наталья Валентиновна Соловова – доктор педагогических наук, доцент, заведующая кафедрой управления человеческими ресурсами, Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П. Королева, 443086, Российская Федерация, г. Самара, Московское шоссе, 34.
Наталья Владимировна Суханкина – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры управления человеческими ресурсами, Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П. Королева, 443086, Российская Федерация, г. Самара, Московское шоссе, 34; доцент кафедры химии и методики преподавания химии, Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка, 220030, Республика Беларусь, г. Минск, ул. Советская, 18.

***SCIENTIFIC ARTICLE***

Submitted: 17.01.2025
Revised: 23.03.2025
Accepted: 02.06.2025

# Model of formation of stress resistance of vocalists-performers in the system of additional professional education

**N.V. Solovova**
Samara National Research University, Samara, Russian Federation
E-mail: solovova.nv@ssau.ru. ORCID: http://orcid.org/0000-0002-3280-3380
**N.V. Sukhankina**
Samara National Research University, Samara, Russian Federation;
Maksim Tank Belarusian State Pedagogical University, Minsk, Republic of Belarus
E-mail: sukhankina@inbox.ru. ORCID: http://orcid.org/0000-0003-0933-0332

**Abstract:** The article deals with the issues of theoretical substantiation of the development of the model of formation of stress resistance of vocalists-performers in the system of additional professional education. The relevance of the problem is determined by the necessity of a systematic approach to the formation of stress resistance of vocalists-performers, taking into account their individual physiological, psychological and professional needs. It is shown that special stress factors of vocal-performing activity determine the presence of the most characteristic types of stress of vocalists-performers (psychoemotional, stage, communicative, physiological). Based on these assumptions, the structure of stress resistance of vocalists-performers is formed, consisting of five components: value-motivational, emotional-volitional, cognitive-technological, reflexive, communicative. The developed model as a set of elements (target, content, process, result), identified on the basis of the principles of systemic, personality-oriented, activity, competence approaches, aims to develop indicators in the structure of stress resistance of vocalists-performers on the basis of the selection of pedagogical means in the system of additional professional education.
**Key words:** stress; stress factors; types of stress; stress resistance; vocal and performing activity; additional professional education; formation of stress resistance.
**Citation.** Solovova N.V., Sukhankina N.V. Model of formation of stress resistance of vocalists-performers in the system of additional professional education. *Vestnik Samarskogo universiteta. Istoriia, pedagogika, filologiia Vestnik of Samara University. History, pedagogics, philology,* 2025, vol. 31, no. 2, pp. 99–105. DOI: http://doi.org/10.18287/2542-0445-2025-31-2-99-105. (In Russ.)
**Information on the conflict of interests:** authors declared no conflict of interests.

**© Solovova N.V., Sukhankina N.V., 2025**
Natalya V. Solovova – Doctor of Pedagogical Sciences, associate professor, head of the Department of Human Resource Management, Samara National Research University, 34, Moskovskoye shosse, Samara, 443086, Russian Federation.
Natallia V. Sukhankina – Candidate of Pedagogical Sciences, associate professor, associate professor of the Department of Human Resource Management, Samara National Research University, 34, Moskovskoye shosse, Samara, 443086, Russian Federation; associate professor of the Department of Chemistry and Methods of Teaching Chemistry, Maxim Tank Belarusian State Pedagogical University, 18, Sovetskaya Street, Minsk, 220030, Republic of Belarus.

## Введение

В педагогической науке проблема формирования стрессоустойчивости исследуется с точки зрения классических зарубежных и отечественных теорий и подходов к пониманию стресса (Г. Селье, Р. Лазарус, С. Фолкман, Л.И. Анцыферова, Н.Е. Водопьянова, Л.В. Куликов, А.Б. Леонова), исследований механизмов формирования стрессоустойчивости человека в экстремальных видах деятельности (А.А. Баранов, В.А. Бодров, Б.А. Вяткин, Л.А. Китаев-Смык, Р.М. Шагиев, Л.В. Куликов). В научной литературе достаточно широко рассматриваются различные психолого-педагогические аспекты музыкально-исполнительской деятельности (Б.Г. Ананьев, Л.А. Баренбойм, Л.И. Божович, Л.Л. Бочкарев, Г.И. Прокофьев, Г.М. Цыпин), исследуются структура, сущностные характеристики и специфические особенности исполнительской деятельности (Б.В. Асафьев, А.Н. Байгушева, В.И. Петрушин, Л.С. Сабурова, Б.М. Теплов, Ю.А. Цагарелли, А.Н. Чванова). При этом проблема систематизации стресс-факторов вокально-исполнительской деятельности и разработки педагогических средств формирования стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей требует дополнительного исследования.

Сформированность стрессоустойчивости как интегративного свойства личности вокалистов-исполнителей является необходимым условием успешного решения ими профессиональных задач [Giddens, Barron, Byrd-Craven et al. 2013; Phyland, Thibeault, Benninger et al. 2013; Михалева 2016; Немыкина, Саргина 2013; Цыпин 2014]. Вместе с тем при обучении классических певцов в высших учебных заведениях основной упор делается на развитие технической стороны вокала, и в меньшей степени уделяется внимание вопросу психолого-педагогического сопровождения профессиональной деятельности [Kiik-Salupere, Ross 2020] (Арутюнова 2013; Калугина 2011), а вопросы формирования стрессоустойчивости решаются преимущественно педагогами по вокалу или актерскому мастерству. Поэтому проблему формирования стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей в процессе их профессиональной деятельности можно успешно решить в системе дополнительного профессионального образования.

## Результаты исследования

Стрессоустойчивость является сложным и емким качеством личности, частным случаем психической устойчивости, проявляющейся при действии стресс-факторов, специфичность которых определяется конкретным видом деятельности. Стрессоустойчивость носит междисциплинарный характер, объединяя когнитивные, эмоциональные, физиологические, социальные и поведенческие аспекты в единую систему. Эти компоненты служат основой для современных подходов к диагностике и развитию стрессоустойчивости. Анализ научно-педагогической литературы, опыта профессиональной подготовки вокалистов-исполнителей и условий их профессиональной деятельности позволил уточнить понятие стрессоустойчивости вокалиста-исполнителя как комплексной характеристики личности, которая определяется совокупностью личностных и профессиональных качеств, позволяющих вокалисту-исполнителю переносить значительные интеллектуальные, волевые, эмоциональные и физические нагрузки, обусловленные особенностями вокально-исполнительской деятельности, без последствий для профессиональной деятельности и его здоровья.

Специфика вокально-исполнительской деятельности заключается в том, что она осуществляется в таких макроструктурных единицах, как эмоционально-творческая подготовка к академическому вокальному выступлению; сценическое вокальное выступление; постсценическая концертная профессиональная рефлексия; коммуникация с субъектами творческого процесса. Особенности

вокально-исполнительской деятельности обусловлены совокупностью психических процессов и состояний, с помощью которых и осуществляется творческий акт индивидуального, неповторимого воспроизведения вокалистом-исполнителем содержания музыки (табл. 1).

Проанализировав специфику и особенности профессиональной деятельности вокалистов-исполнителей, в настоящем исследовании мы выделили специальные стресс-факторы, характерные для нее (табл. 2).

Определение и анализ стресс-факторов, которые доминируют в вокально-исполнительской деятельности, позволили определить наиболее характерные виды стресса вокалистов-исполнителей: психоэмоциональный, коммуникативный, сценический и физиологический. Обозначенные виды стресса могут возникать одновременно в разных макроструктурных компонентах деятельности (табл. 3).

Так, в процессе эмоционально-творческой подготовки к выступлению появляются признаки психоэмоционального стресса, то есть такое напряжение, которое возникает в связи с несовершенством условий труда, высокими нагрузками и многозадачностью. Психоэмоциональный стресс выражается в таких проявлениях, как негативные

*Таблица 1*

**Специфика и особенности вокально-исполнительской деятельности**

*Table 1*

**Specifics and peculiarities of vocal-performing activity**

| ВОКАЛЬНО-ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ | |
|---|---|
| Специфика | Особенности |
| • Эмоционально-творческая подготовка к выступлению<br>• Сценическое вокальное выступление<br>• Постконцертная профессиональная рефлексия<br>• Коммуникация с субъектами творческого процесса | • Необходимость публичного выступления<br>• Необратимость и невоспроизводимость исполнительского процесса<br>• Одновременное выполнение большого количества сценических, вокальных и артистических задач<br>• Сочетание творческой самостоятельности и необходимости соблюдения авторского замысла<br>• Наличие определенных вокальных данных, развитой техники и академической культуры исполнения |

*Таблица 2*

**Стресс-факторы вокально-исполнительской деятельности**

*Table 2*

**Stressors of vocal-performing activity**

| Макроструктурные единицы вокально-исполнительской деятельности | Стресс-факторы |
|---|---|
| Эмоционально-творческая подготовка к выступлению | – Проблемы с вокальной техникой;<br>– нехватка времени;<br>– эмоциональная перегрузка;<br>– многозадачность;<br>– ненормированный рабочий день;<br>– информационная нагрузка;<br>– физическое состояние голосового аппарата (переезды, экология, здоровье) |
| Сценическое выступление | – Неуверенность в своих вокальных способностях;<br>– высокая ответственность перед слушателями;<br>– боязнь разочаровать свою аудиторию и не оправдать ожиданий художественного руководства театра;<br>– страх публики;<br>– перфекционизм;<br>– излишняя сосредоточенность на ошибках;<br>– нештатные ситуации во время спектакля |
| Постсценическая профессиональная рефлексия | – Боязнь негативной обратной связи;<br>– чрезмерная фокусировка на допущенных ошибках;<br>– повышенный уровень адреналина;<br>– возбужденность;<br>– сложность «выхода» из сценического образа;<br>– самокритичность |
| Коммуникация с субъектами творческого процесса | – Напряженный психологический климат в коллективе;<br>– работа с большим количеством людей;<br>– ответственность перед слушателями;<br>– боязнь критики со стороны руководства или коллег;<br>– самопрезентация своей деятельности;<br>– самопродвижение |

мысли, рассеянность, трудности с запоминанием, низкая концентрация внимания. Непосредственно во время публичного выступления обнаруживаются признаки сценического стресса. Он обусловлен низким уровнем саморегуляции, неспособностью совладать с волнением во время выступления на публике. Выражается в возникающем при выходе на сцену чувстве паники, допущении ошибок во время выступления или даже полном его провале. Большое влияние на успешность выступления оказывает и физиологический стресс, который включает в себя такие распространенные проявления, как увеличение частоты пульса, тремор губ и конечностей, повышенное потоотделение, мышечная зажатость связок, а также ряд другие признаки, которые весьма разнообразны и индивидуальны в каждом конкретном случае [Михалева 2016]. Коммуникативный стресс связан с непосредственным взаимодействием с большим количеством людей на всех этапах деятельности. Выделенные виды стресса послужили основой для формирования структуры стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей.

С учетом анализа понятий «стресс» и «стрессоустойчивость» и на основе идентификации характерных для вокально-исполнительской деятельности видов стресса, определена следующая структура стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей, состоящая из пяти компонентов: ценностно-мотивационного, эмоционально-волевого, когнитивно-технологического, рефлексивного, коммуникативного (табл. 4).

Пять выделенных компонентов стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей образуют единую систему, каждый элемент которой играет свою уникальную роль, дополняя и усиливая другие. Ценностно-мотивационный компонент формирует основу стрессоустойчивости, задавая смысловую и эмоциональную направленность профессиональной деятельности. Эмоционально-волевой компонент характеризует способность вокалиста-исполнителя управлять своими эмоциями и сохранять волевую устойчивость в стрессовых ситуациях. Когнитивно-технологический компонент обогащает профессиональными знаниями и навыками, что помогает минимизировать стресс за счет уверенности в собственных возможностях. Рефлексивный компонент дает возможность анализировать собственные действия, извлекать уроки из стрессовых ситуаций и развивать адаптивные стратегии. Коммуникативный компонент способствует снижению напряжения при взаимодействии с коллегами, дирижером, режиссером и публикой. Развитие стрессоустойчивости – динамичный процесс, требующий осознанной работы над всеми пятью компонентами. Гармоничное развитие ценностных установок, эмоционального самоконтроля, профессиональных знаний, рефлексии и навыков общения позволяет вокалисту-исполнителю не только справляться со стрессом, но и раскрывать свой творческий потенциал, достигая высот в профессии.

Принимая во внимание наличие специфических для вокалистов-исполнителей видов стресса (психоэмоционального, сценического, коммуникативного, физиологического), отметим необходимость сформированности высокого уровня стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей специально подобранными педагогическими средствами.

Система дополнительного профессионального образования (ДПО) (Дополнительное образование… 2018) представляет собой важнейшую составляющую современного российского образовательного пространства. Ключевой задачей дополнительного профессионального образования является создание условий для саморазвития, самореализации людей, формирование мотивации к непрерывному образованию. Именно личностные достижения слушателей как осознанные позитивно значимые изменения в его мотивационной, когнитивной, операциональной, технологической, эмоционально-волевой сферах, могут рассматриваться как значимый критерий качества и результативности дополнительного профессионального образования. Освоение дополнительных профессиональных образовательных программ позволит вокалисту-исполнителю развивать знания, формировать умения и навыки, приобретать опыт их применения в профессиональной деятельности.

Для достижения поставленных целей нами была разработана модель формирования стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей на основе системного подхода как совокупности элементов и связей, отражающих его наиболее важные характеристики. Системный подход, являющийся основным методологическим принципом, базируется на утверждении, что педагогические явления и про-

*Таблица 3*

**Виды стресса вокалистов-исполнителей**

*Table 3*

**Types of stress of vocalist-performers**

| ВИДЫ СТРЕССА | | | |
|---|---|---|---|
| Психоэмоциональный | Коммуникативный | Сценический | Физиологический |
| Обусловлен профессиональной рефлексией до и после выступления, высокими требованиями к исполнительским и артистическим навыкам, зависимостью от реакции аудитории и творческого коллектива | Обусловлен взаимодействием с субъектами творческого процесса при влиянии коммуникативных барьеров, негативных психологических установок, повышенной психоэмоциональной возбужденности | Обусловлен психическим напряжением, связанным с высокой степенью ответственности во время публичного выступления, необходимостью выполнения большого количества сценических, вокальных и артистических задач | Обусловлен воздействием раздражителей внешнего или внутреннего порядка, приводящих к физическим и психическим перегрузкам |

*Таблица 4*

**Структура и содержание стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей**

*Table 4*

**Structure and content of stress tolerance of vocalist-performers**

| Компоненты стрессоустойчивости | Показатели компонентов стрессоустойчивости |
|---|---|
| Ценностно-мотивационный | – Положительное отношение к исполнительской деятельности;<br>– внутренняя мотивация, желание раскрыть свой потенциал;<br>– потребность в признании аудиторией и профессиональным сообществом |
| Эмоционально-волевой | – Способность к управлению эмоциями и самоконтролю;<br>– навыки эмоциональной регуляции;<br>– волевые качества, выдержка и самодисциплина |
| Когнитивно-технологический | – Знание стресс-факторов вокально-исполнительской деятельности;<br>– знание своих личностных и психофизиологических особенностей и умение фиксировать симптомы стрессового состояния;<br>– умение применять профессиональные техники для преодоления стрессовых факторов |
| Рефлексивный | – Способность к осознанию и самоанализу собственных эмоциональных и поведенческих реакций;<br>– способность к критическому осмыслению опыта;<br>– умение корректировать собственные действия, эмоциональные реакции и установки |
| Коммуникативный | – Способность к эмпатии и эмоциональной связи;<br>– умение эффективно взаимодействовать с субъектами творческого процесса;<br>– навыки вербального и невербального общения |

цессы следует изучать в логике целостного рассмотрения всех основных компонентов деятельности (потребностей, мотивов, целей, действий, операций, способов регулирования, контроля и анализа достигаемых результатов). Предложенная модель формирования стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей в системе дополнительного профессионального образования характеризуется признаками, присущими системе, – наличием системообразующих связей и отношений между составляющими ее элементами.

Модель состоит из четырех элементов (целевого, содержательного, процессуального, результативного), выделенных на основе принципов ведущих методологических подходов (системного, личностно ориентированного, деятельностного, компетентностного). Целевой элемент модели включает цель и задачи. Цель модели – формирование стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей – определила исследовательские задачи: на основе отбора педагогических средств развить показатели в структуре стрессоустойчивости вокалиста-исполнителя (см. рис.).

Содержательный элемент модели представлен комплексной программой, реализуемой в системе дополнительного профессионального образования и включающей курс повышения квалификации, тренинг и мастер-класс. Содержательный элемент сконструирован с опорой на позиции личностно ориентированного подхода (Е.В. Бондаревская, В.В. Сериков, И.С. Якиманская), обеспечивающего индивидуальный путь развития стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей с учетом индивидуальных особенностей протекания психических процессов. Основой личностно ориентированного подхода в образовательном процессе являются личностные смыслы изучаемого материала, его эмоциональное восприятие, интерес [Сериков 1999]. Личностно ориентированное обучение является внутренне мотивированной формой взаимодействия и сотрудничества педагога и обучающегося; для организации эффективного диалога нужно учитывать индивидуальные особенности вокалистов-исполнителей: возрастные, физиологические, психологические, интеллектуальные.

Акцент ставится на индивидуально-личностное «продвижение, развитие обучающегося, психологическую комфортность обучения в группе, удовлетворенность процессом обучения» (Иванова, Осмоловская 2005). Слушатели программ ДПО мотивированы личными или профессиональными целями, они, как правило, уже имеют профессиональные знания и навыки, что позволяет строить обучение на их предыдущем опыте. При этом группы могут быть разнородными по уровню подготовки, поэтому программы ДПО должны быть гибкими и учитывать разный профессиональный контекст и потребности слушателей. Курс повышения квалификации рассмотрен в исследовании как базовый инвариант содержательного элемента, включающий изучение теории и практики формирования стрессоустойчивости, а мастер-класс и тренинг – это вариативные микропрограммы, которые по запросу слушателей могут проводить разные специалисты (опытные вокалисты-исполнители, психологи, педагоги по вокалу, режиссеры-постановщики, специалисты по голосовой реабилитации, фонопеды).

Процессуальный элемент модели выделен на основе деятельностного подхода и включает методы и технологии, которые используются в процессе обучения. Основная позиция деятельностного подхода (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.) заключается в том, что «не сознание порождает деятельность, а наоборот, деятельность формирует сознание» [Леонтьев 2005]. Данный подход ориентирует на такую организацию образовательного процесса, когда фор-

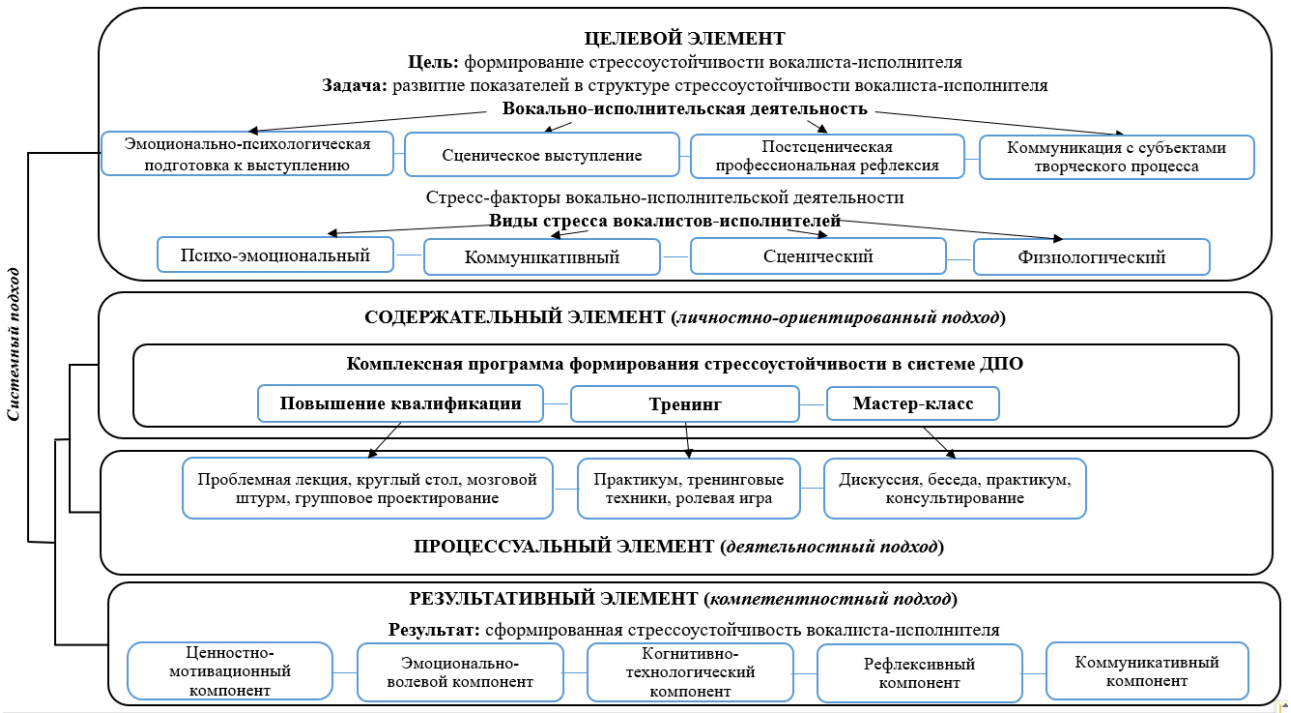


Рис. Модель формирования стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей в системе дополнительного профессионального образования

Fig. Model of formation of stress resistance of vocalists-performers in the system of additional professional education

мирование компонентов стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей происходит в процессе активной познавательной деятельности, направленной на открытие нового знания, а не его пассивного восприятия. Учебную деятельность в этом случае целесообразнее всего осуществлять в условиях групповой работы, при которой запускаются механизмы групповой динамики, происходят взаимодействие и взаимовлияние членов группы.

Во время учебного процесса слушатели приобретают опыт межличностных отношений, осваивают моральные ценности и социальные нормы. Деятельностный подход способствует формированию таких ключевых компетенций, как готовность к разрешению проблем, готовность к самообразованию, готовность к использованию информационных ресурсов, готовность к социальному взаимодействию. Роль педагога состоит в том, чтобы преднамеренно создавать в ходе обучения такие практико-ориентированные ситуации, которые будут способствовать формированию у слушателей способности к рефлексии, самооценке и самокритичности. Доминирующими при прохождении курса повышения квалификации являются такие креативные методы обучения взрослой аудитории, как проблемное обучение, круглый стол, мозговой штурм, групповое проектирование. В тренинге эффективны упражнения, кейсы, ролевые игры, симуляции, различные тренинговые техники. На мастер классе ведущими методами служат групповое обсуждение, дискуссия, беседа, консультирование. В конце занятий необходима «обратная связь» в виде дискуссии, рефлексии, дебрифинга, шеринга, анкетирования, мониторинга, чтобы выявить степень удовлетворенности обучающихся и достижения результатов взаимодействия.

Результативный элемент – развитие показателей внутри компонентов (ценностно-мотивационного, эмоционально-волевого, когнитивно-технологического, рефлексивного, коммуникативного) стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей – направлен на дальнейшее совершенствование профессиональных компетенций вокалистов-исполнителей. Основой для выделения результативного элемента служит концепция компетентностного подхода. Дж. Равен трактует компетентность как «специфическую способность, необходимую для эффективного выполнения конкретного действия в конкретной предметной области и включающую особого рода предметные навыки, способы мышления, а также понимание ответственности за свои действия» [Равен 2002].

## Выводы

Наличие компетенции стрессоустойчивости связано с успешностью и эффективностью деятельности вокалиста-исполнителя в своей профессиональной области. При этом компетенция – это компонент потенциального качества, а компетентность есть динамическое качество специалиста, характеристика актуального или реального качества, формируемого по мере накопления опыта в соответствующей профессиональной деятельности.

В процессе реализации модели формирования стрессоустойчивости вокалистов-исполнителей в системе дополнительного профессионального образования должны быть созданы определенные условия для формирования положительной мотивации (создание комфортной среды для обучения; учет личностных особенностей и интересов; признание профессиональных и личностных достижений и т. п.) и развития личной образовательной среды (применение личного опыта вокалистов-исполнителей, саморефлексия, самопознание и т. п.).

**Материалы исследования**

Арутюнова 2013 – *Арутюнова А.Б.* Совершенствование профессиональной подготовки эстрадного исполнителя (вокалиста) на современном этапе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Москва, 2013. 23 с. URL: https://www.dissercat.com/content/sovershenstvovanie-professionalnoi-podgotovki-estradnogo-ispolnitelya-vokalista-na-sovremennom-etape.

Дополнительное образование… 2018 – Дополнительное образование: менеджмент образовательных услуг: учебник для бакалавриата / под ред. А.П. Панфиловой, П.А. Бавиной. Москва: Проспект, 2018. 432 с.

Иванова, Осмоловская 2005 – *Иванова О.Е., Осмоловская И.М.* Личностно-ориентированное обучение: хрестоматия. Москва: Современный гуманитарный университет, 2005. 263 с.

Калугина 2011 – *Калугина Н.А.* Психолого-педагогическая подготовка студентов музыкальных специализаций в вузе: автореф. дис. … д-ра пед. наук. Москва, 2011. 50 с. URL: https://www.dissercat.com/content/psikhologo-pedagogicheskaya-podgotovka-studentov-muzykalnykh-spetsializatsii-v-vuze.

**Библиографический список**

Giddens, Barron, Byrd-Craven, Clark K., Winter A. 2013 – *Giddens C.L., Barron K.W., Byrd-Craven J., Clark Keith F., Winter A. Scott.* Vocal Indices of Stress: A Review // Journal of Voice. 2013. Vol. 27, no. 3. P. 390e21–390e29. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2012.12.010.

Kiik-Salupere, Ross 2020 – *Kiik-Salupere V., Ross J.* How Professional and Student Singers Cope with Performance Anxiety // The Routledge Companion to Interdisciplinary Studies in Singing. New York, 2020. P. 241–252. DOI: http://doi.org/10.4324/9781315162607-20.

Phyland, Thibeault, Benninger et al. 2013 – *Phyland D.J., Thibeault S.L., Benninger M.S. et al*. Perspectives on the Impact on Vocal Function of Heavy Vocal Load Among Working Professional Music Theater Performers // Journal of Voice. 2013. Vol. 27, no. 3. P. 390e31–390e39. DOI: http://doi.org/10.1016/j.jvoice.2012.12.003.

Леонтьев 2005 – *Леонтьев А.А., Леонтьев Д.А., Соколова Е.Е.* Деятельность, сознание, личность: монография. Москва: Смысл, 2005. 431 с.

Немыкина, Саргина 2013 – *Немыкина И.Н., Саргина И.В.* Эстрадная стрессоустойчивость как профессионально-значимое качество вокалиста // Педагогика и психология образования. 2013. № 2. С. 92–96. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/estradnaya-stressoustoychivost-kak-professionalno-znachimoe-kachestvo-vokalista.

Михалева 2016 – *Михалева А.А.* Исследование влияния исполнительской тревоги на профессиональное мастерство вокалистов // Акмеология. 2016. № 2. С. 109–113. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-vliyaniya-ispolnitelskoy-trevogi-na-professionalnoe-masterstvo-vokalistov.

Равен 2002 – *Равен Дж.* Компетентность в современном обществе: выявление, развитие, реализация. Москва: Когито-Центр, 2002. 258 с.

Сериков 1999 – *Сериков В.В.* Образование и личность. Теория и практика проектирования педагогических систем. Москва: Логос, 1999. 272 с.

Цыпин 2014 – *Цыпин Г.М.* Сценическое волнение и другие аспекты психологии исполнительской деятельности. Москва: Музыка, 2014. 128 с.

**References**

Giddens, Barron, Byrd-Craven, Clark K., Winter A. 2013 – *Giddens C.L., Barron K.W., Byrd-Craven J., Clark Keith F., Winter A. Scott.* Vocal Indices of Stress: A Review. *Journal of Voice*, volume 27, no. 3, pp. 390e21–390e29. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2012.12.010.

Kiik-Salupere, Ross 2020 – *Kiik-Salupere V., Ross J.* (2020) How Professional and Student Singers Cope with Performance Anxiety. *In book: The Routledge Companion to Interdisciplinary Studies in Singing*. New York, pp. 241–252. DOI: http://doi.org/10.4324/9781315162607-20.

Phyland, Thibeault, Benninger et al. 2013 – *Phyland D.J., Thibeault S.L., Benninger M.S. et al*. Perspectives on the Impact on Vocal Function of Heavy Vocal Load Among Working Professional Music Theater Performers. *Journal of Voice*, 2013, volume 27, no. 3, pp. 390e31–390e39. DOI: http://doi.org/10.1016/j.jvoice.2012.12.003.

Leontiev A., Leontiev D., Sokolova 2005 – *Leontiev A.A., Leontiev D.A., Sokolova E.E.* (2005) Activity, consciousness, personality: monograph. Moscow: Smysl, 431 p. (In Russ.)

Nemykina, Sargina 2013 – *Nemykina I.N., Sargina I.V.* (2013) Stage stress-resistance as a professionally important skill of a singer. Pedagogy and Psychology of Education, no. 2, pp. 92-96. Available at: https://cyberleninka.ru/article/n/estradnaya-stressoustoychivost-kak-professionalno-znachimoe-kachestvo-vokalista. (In Russ.)

Mikhaleva 2016 – Mikhaleva A.A. (2016) Research of influence of performance anxiety on vocalists' professional technical mastery. Acmeology, no. 2, pp. 109–113. Available at: https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-vliyaniya-ispolnitelskoy-trevogi-na-professionalnoe-masterstvo-vokalistov; https://elibrary.ru/item.asp?id=27456970. EDN: https://elibrary.ru/xcvwfb.

Mikhaleva 2016 – *Mikhaleva A.A.* (2016) Research of influence of performance anxiety on vocalists' professional technical mastery. *Akmeologiya*, no. 2, pp. 109–113. Available at: https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-vliyaniya-ispolnitelskoy-trevogi-na-professionalnoe-masterstvo-vokalistov. (In Russ.)

Raven 2002 – Raven J. (2002) Competence in Modern Society. Its Identification, Development and Release. Moscow: Kogito-Tsentr, 258 p. Available at: https://www.litres.ru/book/dzhon-raven/kompetentnost-v-sovremennom-obschestve-vyyavlenie-razvitie-i-r-180004/; https://elibrary.ru/item.asp?id=20240189. EDN: https://elibrary.ru/raxvcb. (In Russ.)

Serikov 1999 – Serikov V.V. (1999) Education and personality. Theory and practice of designing pedagogical systems. Moscow: Logos, 272 p. Available at: http://library.lgaki.info:404/2021/Сериков%20В.%20В_Образование%20и%20личность.pdf. (In Russ.)

Tsypin 2014 – Tsypin G.M. (2014) Stage fright and other aspects of the psychology of performing activity. Moscow: Muzyka, 128 p. (In Russ.)