



Научно-исследовательский журнал «*Modern Humanities Success / Успехи гуманитарных наук*»
<https://mhs-journal.ru>

2025, № 2 / 2025, Iss. 2 <https://mhs-journal.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.8.2. Теория и методика обучения и воспитания (по областям и уровням образования) (педагогические науки)

УДК 37.013

Педагогические условия оптимизации психофизиологических факторов в процессе обучения пению студентов из КНР

¹Су Жина, ¹Переверзева М.В.,

¹Московский педагогический государственный университет

Аннотация: психофизиологические факторы снижают уровень эффективности процесса обучения пению студентов-вокалистов, поэтому оптимизация этих факторов представляется актуальной задачей российской педагогики. Ее решение возможно при создании таких педагогических условий, как владение системными научными знаниями о различных психофизиологических факторах (депрессия, неуверенность в себе и как результат неудачный опыт выступления, обостренная реакция на критику педагога, родителей или сверстников, заниженная самооценка, комплексы и иные личностные проблемы) и их негативном воздействии на процесс обучения пению (различные функциональные расстройства голосового аппарата), умение корректно диагностировать проблему и подобрать соответствующий способ ее решения в соответствии с индивидуальным подходом к обучающемуся, применение широкого спектра методов и форм обучения, в том числе здоровье- и голососберегающих, с учетом наличия психофизиологического фактора, предпочтение диалогической формы коммуникации и варьирование стиля общения педагога со студентом, обеспечивающего психологический комфорт и доверительные отношения между участниками учебного процесса.

Ключевые слова: вокальное исполнительство, обучение пению, психофизиологические факторы, студенты из КНР, педагогические условия

Для цитирования: Су Жина, Переверзева М.В. Педагогические условия оптимизации психофизиологических факторов в процессе обучения пению студентов из КНР // Modern Humanities Success. 2025. № 2. С. 250 – 255.

Поступила в редакцию: 20 ноября 2024 г.; Одобрена после рецензирования: 23 января 2025 г.; Принята к публикации: 9 марта 2025 г.

Pedagogical conditions for optimizing psychophysiological factors in the process of teaching singing to students from China

¹Су Жина, ¹Переверзева М.В.,

¹Moscow Pedagogical State University

Abstract: psychophysiological factors reduce the level of effectiveness of the process of teaching singing to vocal students, therefore, the optimization of these factors seems to be an urgent task of Russian pedagogy. Its solution is possible when creating such pedagogical conditions as possession of systemic scientific knowledge about various psychophysiological factors (depression, self-doubt and, as a result, unsuccessful performance experience, heightened reaction to criticism of the teacher, parents or peers, low self-esteem, complexes and other personal problems) and their negative impact on the singing learning process (various functional disorders of the vocal apparatus), the ability to correctly diagnose the problem and choose the appropriate way to solve it in accordance with an individual approach to the student, the use of a wide range of methods and forms of education, including health and voice-saving, taking into account the presence of a psychophysiological factor, preference for a dialogue form of communication and varying the style of communication between the teacher and the student, providing psychological comfort and trusting relationships between participants in the educational process.

Keywords: vocal performance, singing training, psychophysiological factors, students from the PRC, pedagogical conditions

For citation: Su Zhina, Pereverzeva M.V. Pedagogical conditions for optimizing psychophysiological factors in the process of teaching singing to students from China. *Modern Humanities Success*. 2025. 2. P. 250 – 255.

The article was submitted: November 20, 2024; Approved after reviewing: January 23, 2025; Accepted for publication: March 9, 2025.

Введение

Тесное взаимодействие России и Китая в области культуры и образования, открытость стран к мировому сообществу и вовлеченность в глобальные процессы развития общества привело к повышению числа студентов из КНР в российских вузах, поступающих с целью получения профессионального музыкального, в том числе вокального образования. Особой популярностью у китайских студентов пользуется направление подготовки “Академическое пение”, обучение которому сопряжено с рядом проблем.

Одна из важнейших связана с негативным влиянием психофизиологических факторов, снижающих эффективность обучения пению. Психофизиологические факторы – это «физические нервно-психические перегрузки, перенапряжение анализаторов, монотонность труда» [4, с. 14]. Они могут быть как непосредственно наблюдаемыми и отчасти поддающимися волевому самоконтролю вокалиста, благодаря чему их можно преодолеть в процессе обучения пению и сформировать вокальный аппарат, так и скрытыми, не контролируемыми сознательно, а потому создающими препятствия, порой, непреодолимые, на пути становления вокально-исполнительского мастерства.

Педагогу-вокалисту приходится устранять психофизиологические факторы, мешающие не только развитию голоса и совершенствованию исполнительского мастерства, но и просто проведению занятий и освоению учебного репертуара. Разумеется, речь идет об обучении после проведенного лечения голосового аппарата, если таковое необходимо. Однако большая часть факторов имеет психосоматическую природу, поэтому требует психолого-педагогической помощи и профессионального воздействия.

Музыкально-творческая деятельность характеризуется многообразием психических и физических процессов и совокупностью выполняемых функций, многие из которых не осознаются человеком, но благодаря регулятивной, компенсаторной и другим механизмам он адаптируется и приспосабливается к окружающей среде в рамках выполняемых действий [9]. Изучение этих механизмов, обретение возможности хотя бы частичной их регуляции и компенсации, осмысление и волевое преодоление проблем обеспечивает “вариативность функций и адаптацию личности, осознанно-

му выбору конкретного пути” [6, с. 244]. Когда речь идет о вокальном исполнительском процессе, то очевидно, что адаптация в рамках действия представляет собой оптимальную, с точки зрения художественных задач, реализацию средств вокальной выразительности.

Студенты-вокалисты из КНР чаще обучающихся из России сталкиваются с психофизиологическими факторами в связи с разницей между национальной певческой техникой, вокально-исполнительскими традициями в целом и техникой академического вокала, которую они осваивают в музыкальных и музыкально-педагогических вузах в нашей стране [3]. Неполные знания о западной манере звукоизвлечения, неумение управлять и применять певческий аппарат во время обучения и выступления, сформированные на низком уровне вокально-исполнительские навыки и умения, с которым они поступают в российские учебные заведения, и другие факторы обуславливают возникновение у студентов из КНР проблем с голосом и его расстройства психофизиологической природы.

В связи с этим важнейшей задачей вокальной педагогики становится разработка и внедрение эффективных методов обучения, учитывающих негативное влияние психофизиологических факторов, которых в современном мире, к сожалению, становится все больше, и обеспечивающих успешность процесса овладения вокально-исполнительскими навыками студентами российских вузов, в том числе иностранными.

Современная российская система музыкального образования характеризуется совершенствованием методического сопровождения всех его уровней и областей, включая профессиональную подготовку вокалистов в вузе, по причине усложнения как художественных, так и технических задач исполнительства, а также усиления академической мобильности и изменения образовательных потребностей студентов. Перед современными педагогами возникают новые, не только методические, но концептуальные проблемы, решение которых влияет на уровень профессиональной подготовки вокалистов. Во многом этому способствуют научные открытия в психологии, физиологии и других областях мысли.

Материалы и методы исследований

В ходе исследования была изучена научная литература, посвященная голосовому аппарату и разного рода расстройствам, процессу подготовки вокалистов в российских вузах, специфике обучения китайских студентов академическому вокалу, а также обобщена педагогическая практика, проведено педагогическое наблюдение за студентами из КНР на практических занятиях пением в МПГУ. Проявление на начальном этапе обучения признаков нарушения работы голосового аппарата у китайских вокалистов (зажимы связок и мышц, охриплость, дискомфорт, слабость голоса и т.д.) вызвало необходимость не только глубокого изучения данного феномена, но и поисков путей решения проблемы, разработок и применения в педагогической практике способов оптимизации психофизиологических факторов.

Результаты и обсуждения

К психофизиологическим факторам относятся различные функциональные расстройства голосового аппарата, обусловленные взаимозависимостью физиологии и психологии человека, включая: зажимы психосоматического характера, охриплость голоса, утомляемость мышц, появление мокроты на складках во время пения, ощущение дискомфорта в глотке, сужение диапазона голоса, снижение силы, подвижности и полетности его звучания, точности интонации и нюансировки, а также “невозможность фильтровки звука, сокращение фонационного выдоха” [10, с. 186]. Этот ряд можно расширить сценическим волнением, неуверенностью в себе, физической зажатостью на сцене, излишней критической самооценкой и т.д. Они препятствуют правильной постановке и развитию певческого голоса, дыхания, овладению исполнительскими навыками и умениями, становлению профессионального мастерства вокалиста [9].

Причинами возникновения расстройств голосового аппарата могут быть травмы с негативным психическим или физическим воздействием, депрессия, поведенческие паттерны, неуверенность в себе и как результат неудачный опыт выступления, обостренная реакция на критику педагога, родителей или сверстников, заниженная самооценка, комплексы и иные личностные проблемы, устраниению которых помогает психологопедагогическая поддержка, помощь и коррекция. В значительной части случаев речь идет о психофизических барьерах, которые обусловлены психической дисфункцией коммуникации индивида с окружающей средой, вследствие чего возникает манифестация симптоматики на физиологической уровне.

Таким образом, психофизиологические факторы в вокальном искусстве суть ни что иное как особенности системы нервных, психических и физиологических процессов в человеке, определяющие содержание и характер его вокально-исполнительской деятельности. Влияние психофизиологических факторов выходит далеко за пределы сознания человека, а следовательно, зачастую как таковое оно может не осознаваться на протяжении всей его жизни. В вокальной педагогике центральную проблему составляет негативное влияние психофизиологических факторов, которое проявляется в виде психофизиологических барьеров, практически не решаемых через методы конкретно-практической вокальной работы.

Проблема влияния психофизиологических факторов на процесс овладения вокальной техникой, навыками и умениями сегодня решается за счет создания специальных педагогических условий, способствующих оптимизации процесса обучения и снижению негативного воздействия причин возникновения дисфункций голосового аппарата. Эти условия всесторонне изучены и теоретически обоснованы в контексте обучения российских студентов-вокалистов, однако процесс профессиональной подготовки студентов из Китайской Народной Республики исследован с точки зрения оптимизации психофизиологических факторов недостаточно. Исключение составляют работы последних лет [2, 3, 7, 8].

Обобщение большого опыта педагогов-вокалистов МПГУ и практики обучения пению китайских студентов в других вузах России позволяет утверждать, что эффективными педагогическими условиями оптимизации психофизиологических факторов в процессе обучения пению студентов из КНР являются:

- владение системными научными знаниями о различных психофизиологических факторах и их негативном воздействии на процесс обучения пению;
- умение корректно диагностировать проблему и подобрать соответствующий способ ее решения в соответствии с индивидуальным подходом к обучающемуся (двигательный метод, аутотренинг, психокоррекция и др.);
- применение широкого спектра методов и форм обучения, в том числе здоровье- и голосо-сберегающих, с учетом наличия психофизиологического фактора;
- предпочтение диалогической формы коммуникации и варьирование стиля общения педагога со студентом, обеспечивающего психологический комфорт и доверительные отношения между участниками учебного процесса;

– самоограничение педагога в вопросах психофизиологической помощи обучающемуся, которую в особых случаях должен оказывать фониатр, терапевт или профессиональный психолог [4, 5].

Важнейшим условием преодоления психофизиологических зажимов и барьеров является точность их диагностики [1]. Речь идет необязательно о точном установлении причин (это не всегда под силу даже опытному психологу и психотерапевту), но как минимум, о констатации факта наличия такого барьера. Диагностика предопределяет всю дальнейшую работу педагога с конкретным студентом, которая включает в себя выбор и соответствующего режима занятий, и способа преодоления негативных последствий психофизиологических факторов, и методики обучения вокально-исполнительским навыкам и умениям, и создание особой доверительной и психологически комфортной атмосферы в классе, поскольку большинство зажимов и барьеров имеет психосоматическую природу.

Последнее представляется не менее важным условием, чем первые из вышеупомянутых: одной из причин психофизиологических зажимов и барьеров в овладении вокально-исполнительской техникой становится неблагоприятная, недоверительная и некомфортная или коммуникативная ситуация в классе. Ярким примером такой ситуации является нарушение баланса в системе «учащийся-педагог», в которой последний представляет авторитарный тип личности. Такой тип личности характеризуется склонностью к ограничениям творческих импульсов учащихся, часто оправдываемой необходимостью поддержки высокого уровня дисциплины и достижения высоких же результатов обучения. На практике же это зачастую проявляется в запрете не просто на творческую, но вообще на любую инициативу будущего певца, например, в выборе репертуара, собственной интерпретации вокального сочинения, знакомство с творчеством любимого исполнителя или посещение мастер-классов другого педагога. При такой модели поведения обучающийся оказывается в ситуации, когда начинает испытывать разочарование, незаинтересованность и равнодушие к учебно-творческой работе. К этому может добавиться и физиологическая симптоматика – расстройства голосового аппарата, включая зажимы, сиплость, блеклость тембровой окраски и др.

Помимо указанных выше педагогических условий целесообразной представляется оптимизация учебно-творческой деятельности студента-вокалиста, в которой учтены мотивационный, эмоционально-креативный, когнитивно-рефлексивный и художественно-творческий со-

ставляющие процесса обучения пению, на основе индивидуально-личностного подхода. Педагог, занимаясь с каждым конкретным обучающимся, делает выбор режима и методики обучения, уровня сложности репертуара, а также способов преодоления психофизиологических факторов в соответствии с возможностями, способностями, психическим и физическим состоянием студента и его голоса. А это предполагает предельную внимательность к обучающемуся, его поведению и состоянию, которые актуализируют те или иные реакции в его психофизиологической сфере.

Таким образом, оптимизация психофизиологических факторов в процессе обучения сольному пению требует создания специальных педагогических условий и организации учебно-творческой деятельности на основе комплекса методов обучения, включающих способы преодоления как самих факторов, так и эмоциональных проявлений, реакций, последствий и психологических барьеров у студентов-вокалистов из КНР. Кроме того, выбор учебно-творческого репертуара для певца, испытывающего трудности психосоматического характера во время занятий сольным пением, обуславливается не только уровнем подготовки студента, развития его способностей, природных возможностей, потребностей и интересов, но и в значительной степени его эмоционально-психической устойчивостью на занятиях в классе и во время сценических выступлений (включая зачеты и экзамены). При необходимости педагогу следует применять в процессе обучения психологические тренинги, аутотренинги и другие методы и подходы с целью преодоления психофизиологических факторов, специально подобранных для каждого конкретного студента-вокалиста с учетом индивидуальных особенностей его личности.

Выводы

Очевидные и скрытые психофизиологические факторы оказывают негативное воздействие на функции голосового аппарата и снижают эффективность обучения пению студентов из КНР, поэтому и педагогу, и обучающимся необходимо владеть теоретическими знаниями и научно обоснованными методами преодоления факторов с целью оптимизации процесса профессиональной подготовки вокалистов. Специально разработанные методы преодоления психофизиологических факторов способствуют снижению их негативного влияния, оздоровлению певческого аппарата и повышению эффективности обучения пению студентов из КНР в российских вузах.

В обучении китайских студентов академическому вокалу необходимо создать специальные педагогические условия оптимизации психофизиологических

зиологических факторов: педагог-вокалист должен владеть системными знаниями о негативном воздействии различных факторов на процесс обучения пению, методами их диагностики и преодоления, корректировать методику, формы и режим обучения в соответствии с проблемами конкретного студента, придерживаться принципа здоровье-

и голососбережения, применять формы коммуникации, обеспечивающие психологический комфорт и доверительные отношения с подопечными, а также четко осознавать, что он способен оказать педагогическую помощь, а в особых случаях передать эту миссию фониатру, терапевту или профессиональному психологу.

Список источников

1. Васильевская Е.А., Манина Е.А. Проблема преодоления психологического барьера учебной деятельности в отечественной психологии // Вестник Удмуртского университета. Серия: «Философия. Психология. Педагогика». 2017. Т. 27. Вып. 1. С. 59 – 60.
2. Гринько О.Г. Специфика дистанционного обучения сольному пению студентов из КНР // Искусство, дизайн и современное образование: Материалы VIII международной научно-практической конференции. М.: Научная библиотека, 2022. С. 448 – 457.
3. Дворников В.И. Некоторые фонетические проблемы, возникающие при обучении китайских студентов академическому пению // Музикальный журнал Европейского Севера. 2017. № 2 (10). С. 75 – 84.
4. Козловская Г.Ю., Слюсарева Е.С. Методы психологической коррекции: учеб.-метод. пособие. Ставрополь: Ставропольский гос. пед. ин-т, 2008. 240 с.
5. Перлз Ф. Опыты психологии самопознания. Практикум по гештальт-терапии. М.: Академический проект, 2020. 273 с.
6. Рахимова М.В. Размышления о театральной природе человека: внушение и его скрытый потенциал // Вестник Пермского университета. 2022. Вып. 2. С. 242 – 253.
7. Савина Е.Г., Ли С. Методы освоения вокальной лирики С.В. Рахманинова в процессе обучения пению студентов КНР // Фундаментальная наука и технологии – перспективные разработки: Материалы XXXII международной научно-практической конференции. Bengaluru (India): Pothi.com, 2023. С. 39 – 41.
8. Стажеева М.В. Особенности процесса обучения иностранных студентов из КНР академическому пению в вузе // Проблемы кадрового обеспечения сферы культуры и искусства: трудоустройство и адаптация молодого специалиста: Материалы Всероссийской научно-практической конференции / науч. ред. Е.В. Савелова, сост. Е.Н. Лунегова. Хабаровск: Хабаровский государственный институт культуры, 2017. С. 93 – 97.
9. Цагарелли Ю.А. Психология музыкально-исполнительской деятельности. СПб.: Композитор. Санкт-Петербург, 2008. 212 с.
10. Юй Ян О некоторых психологических аспектах при обучении пению // Искусство. Педагогика. Культура. Научные и научно-методические статьи. СПб.: НИЦ АРТ, 2022. С. 185 – 189.

References

1. Vasilevskaya E.A., Manina E.A. The problem of overcoming the psychological barrier of educational activity in domestic psychology. Bulletin of Udmurt University. Series: “Philosophy. Psychology. Pedagogy”. 2017. Vol. 27. Issue. 1. P. 59 – 60.
2. Grin’ko O.G. Specifics of distance learning solo singing for students from China. Art, design and modern education: Proceedings of the VIII international scientific and practical conference. Moscow: Scientific library, 2022. P. 448 – 457.
3. Dvornikov V.I. Some phonetic problems arising when teaching academic singing to Chinese students. Musical journal of the European North. 2017. No. 2 (10). P. 75 – 84.
4. Kozlovskaya G.Yu., Slyusareva E.S. Methods of psychological correction: textbook. Stavropol: Stavropol State Pedagogical Institute, 2008. 240 p.
5. Perls F. Experiments in the psychology of self-knowledge. Gestalt therapy workshop. Moscow: Academic project, 2020. 273 p.
6. Rakhimova M.V. Reflections on the theatrical nature of man: suggestion and its hidden potential. Bulletin of Perm University. 2022. Issue 2. P. 242 – 253.
7. Savina E.G., Li S. Methods of mastering vocal lyrics S.V. Rachmaninov in the process of teaching singing to students of the PRC. Fundamental Science and Technology – Promising Developments: Proceedings of the XXXII International Scientific and Practical Conference. Bengaluru (India): Pothi.com, 2023. P. 39 – 41.

8. Stakheeva M.V. Features of the process of teaching foreign students from the PRC academic singing at the university. Problems of personnel provision in the sphere of culture and art: employment and adaptation of a young specialist: Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference. scientific ed. E.V. Savelova, compiled by E.N. Lunegova. Khabarovsk: Khabarovsk State Institute of Culture, 2017. P. 93 – 97.

9. Tsagarelli Yu.A. Psychology of musical performance activity. SPb.: Composer. St. Petersburg, 2008. 212 p.

10. Yu Yang On Some Psychological Aspects in Teaching Singing. Art. Pedagogy. Culture. Scientific and Scientific-Methodological Articles. St. Petersburg: Research Center of Art, 2022. P. 185 – 189.

Информация об авторах

Су Жина, аспирант, Московский педагогический государственный университет, srnaru@yandex.ru

Переверзева М.В., доктор искусствоведения, профессор, Московский педагогический государственный университет, melissasea@mail.ru

© Су Жина, Переверзева М.В., 2025