

МУЗЫКАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ СРЕДСТВАМИ ПЛЕЙБЭК-ТЕАТРА

Э. С. Агеева*

Московский педагогический государственный университет (МПГУ),
Москва, Российская Федерация, 119435

Аннотация. Статья посвящена проблеме формирования психологической устойчивости музыканта средствами Плейбэк-театра. Проведён анализ содержания и специфики понятия «психологическая устойчивость» в контексте музыкального образования. Целью исследования явилась разработка и апробация концепции и технологии организации музыкально-педагогического процесса, способствующего выработке и закреплению навыка достижения психологической устойчивости студентов-музыкантов в профессиональной деятельности. Представлены результаты эмпирического исследования обоснованности выдвинутой гипотезы. На основании полученных результатов, их анализа и содержательной интерпретации сделаны выводы, обобщение которых позволяет утверждать, что организация занятий с внедрением форм и технологий Плейбэк-театра даёт возможность соприкосновения с неявными феноменами реальной сценической и учебной действительности в личном опыте обучающихся через театральную-музыкальную импровизацию, что позволяет им приобрести важный трансформирующий опыт сохранения психологической устойчивости для исполнительской и в целом психолого-педагогической деятельности.

Ключевые слова: психологическая устойчивость, музыкально-педагогическое образование, педагогика и психология музыкального образования, Плейбэк-театр, перформанс, импровизация, спонтанность.

Благодарность. Автор выражает глубокую благодарность кафедре методологии и технологий педагогики музыкального образования имени Э. Б. Абдуллина Института изящных искусств Московского педагогического государственного

* Научный руководитель – доктор педагогических наук, доктор психологических наук, профессор А. В. Торопова.



университета за поддержку данного исследования, а также научному руководителю, доктору педагогических наук, доктору психологических наук, профессору Алле Владимировне Тороповой за всестороннюю помощь, ценные советы и вдохновляющий пример музыканта-исследователя.

Для цитирования: Агеева Э. С. Музыкально-педагогическое исследование формирования психологической устойчивости обучающихся средствами Плейбэк-театра // Музыкальное искусство и образование / Musical Art and Education. 2024. Т. 12. № 4. С. 44–59. DOI: 10.31862/2309-1428-2024-12-4-44-59.

DOI: 10.31862/2309-1428-2024-12-4-44-59

MUSICAL AND PEDAGOGICAL RESEARCH OF THE FORMATION OF PSYCHOLOGICAL STABILITY OF STUDENTS BY MEANS OF PLAYBACK THEATER

Elina S. Ageeva*,

Moscow Pedagogical State University (MPGU),
Moscow, Russian Federation, 119435

Abstract. The article is devoted to the problem of forming the psychological stability of a musician by means of a Playback Theater. The analysis of the content and specifics of the concept of “psychological stability” in the context of music education is carried out. The purpose of the research was to develop and test the concept and technology of organizing the musical and pedagogical process, which contributes to the development and consolidation of the skill of achieving psychological stability of musical students in their professional activities. The results of an empirical study of the validity of the proposed hypothesis are presented. Based on the results obtained, their analysis and meaningful interpretation, conclusions are drawn, the generalization of which allows us to assert that the organization of classes with the introduction of forms and technologies of Playback Theater makes it possible to come into contact with the implicit phenomena of real stage and educational reality in the personal experience of students through theatrical and musical improvisation, which allows them to gain an important transformative experience of maintaining psychological stability for performing and psychological and pedagogical activities in general.

Keywords: psychological stability, musical and pedagogical education, pedagogy and psychology of musical education, Playback Theater, performance, improvisation, spontaneity.

* Scientific adviser – Doctor of Pedagogical Sciences, Doctor of Psychological Sciences, Professor Alla V. Tоропова.

Acknowledgement. The author expresses deep gratitude to the Department of Methodology and Technologies of Pedagogy of Music Education named after E. B. Abdullin of the Institute of Fine Arts of Moscow Pedagogical State University for the support of this research, as well as to the scientific supervisor, Doctor of Pedagogical Sciences, Doctor of Psychology, Professor Alla Vladimirovna Toropova for comprehensive help, valuable advice and inspiring example of a musician researcher.

For citation: Ageeva E. S. Musical and Pedagogical Research of the Formation of Psychological Stability of Students by Means of Playback Theater. *Muzikal'noe iskusstvo i obrazovanie* = Musical Art and Education. 2024, vol. 12, no. 4, pp. 44–59 (in Russian). DOI: 10.31862/2309-1428-2024-12-4-44-59.

Преамбула

46 В последние годы пристальное внимание уделяется проблеме адаптации студентов к обучению, их психологической устойчивости в процессе профессиональной подготовки, что в аспекте музыкально-педагогического образования чаще всего понимается как готовность музыканта к сценической деятельности, к конструктивному переживанию концертного стресса, к достижению эмоционального благополучия в профессии. Самопознание, позитивное самоотношение, адекватный уровень самопринятия и принятия других позволяют минимизировать внутренние конфликты, однако эти состояния, как показывает научная психология, не достигаются автоматически, а требуют усилий, что часто становится целью специальных духовных и психологических практик. Если же оставаться внутри задач профессионального музыкального и музыкально-педагогического образования, то проблема психологической устойчивости, с одной стороны, релевантна комплексной цели развития профессионала в области музыкально-сценического и педагогического творчества, а с другой – мало исследована.

Тема психологической устойчивости музыканта требует изучения системного феномена, который не ограничивается лишь проблемой сценического волнения, поскольку педагогическая действительность трудна и многомерна и выходит далеко за пределы исключительно концертной деятельности. В связи с этим возникает необходимость в поиске средств, способствующих достижению и сохранению психологической устойчивости музыкантов в процессе обучения.

В данной статье представлено обоснование и некоторые результаты исследования эффективности внедрения элементов музыкально-театральной деятельности в образовательный процесс как инструмента достижения и сохранения психологической устойчивости обучающихся в процессе профессиональной музыкально-педагогической подготовки.

Степень научной разработанности темы исследования

Разработка педагогических концепций на основе психологической характеристики музыкальных способностей, психологических механизмов

музыкального переживания, саморегуляции, надёжности в концертном выступлении, профилактики дистресса рассмотрены в основополагающих работах музыкантов-исследователей, в том числе Д. К. Кирнарской [1; 2], В. И. Петрушина [3], М. С. Старчеус [4], А. В. Тороповой [5; 6], Ю. А. Цагарелли [7], Г. М. Цыпина [8; 9]. Однако, как показывает анализ трудов, крайне затруднительно найти какой-либо однозначный фактор формирования психологической устойчивости личности в процессе музыкального образования.

В ранее опубликованной статье мы обозначили, что во всех связях «между психологической устойчивостью и личностными проявлениями в музыкальной деятельности мало изученным остается *проблема фактора индивидуальности обучающихся*, вносящего вклад в формирование интегрального качества психологической устойчивости, и конкретных задач обучения, которые могли бы способствовать его формированию в учебном процессе у обучающихся с учётом их различных индивидуальных особенностей» [10, с. 212–213].

Что же являет собой «психологическая устойчивость личности», по мнению психологов?

Согласно Л. И. Божович, если поведение индивида, сталкивающегося с внутренними конфликтами, будет сопровождаться нерешительностью, эмоциональной неустойчивостью, невозможностью приходить к сознательно поставленным целям, то в его поведении не будут наблюдаться те черты, которые как основополагающие входят в характеристику психологически зрелой личности. По мнению психолога, ключевым фактором обретения *личностной устойчивости* является *мотивационная*

сфера человека. Одним из главных направлений, изучаемых Л. И. Божович, было формирование мотивационной сферы в онтогенезе, т.е. выявление и активизация мотивов, определяющих направленность личности как наивысшей интегративной системы. Появление мотивирующих представлений кардинально меняет взаимоотношения с окружающей действительностью, освобождая от чрезмерной скованности, от диктата внешних воздействий [11]. Индивид обретает устойчивость, которая выражается «в постепенном освобождении его от непосредственного влияния окружающей среды и превращении его в активного преобразователя и этой среды, и своей собственной личности» [12, с. 28].

В исследованиях В. Э. Чудновского рассматривается понятие «устойчивость» как «*активность самоорганизации*» [13, с. 14], психологическая сущность устойчивости личности, по его мнению, «характеризуется способностью личности эмансипироваться от ситуации» [Там же, с. 29], т.е. умением дистанцироваться от стрессовых факторов, переходить в состояние конструктивного решения проблемы.

А. В. Петровский исследовал состояние личности, близкое к процессу обретения психологической устойчивости, – «*саморегулирование в сфере чувств*» как «регулирование человеком своих эмоциональных процессов – настроений и состояний, отдельных переживаний или эмоционального отношения к различным жизненным явлениям» [14, с. 384]. Таким образом, саморегулирование, поддержание себя в оптимальном жизненном тоне, несмотря на встречающиеся стрессовые ситуации, выражается в виде актов самоободрения, готовности к борьбе

с трудностями, установки подходить к жизненным осложнениям активно, «личность пользуется целой серией действий, которые направлены на овладение своей эмоциональной сферой. Осуществление такой работы становится для неё самой показателем процесса владения собой, процесса совершенствования себя как личности» [Там же, с. 386].

В самом понятии психологической устойчивости «объединён целый комплекс способностей, широкий круг разнородных явлений, – пишет Л. В. Куликов, – бытие личности разнопланово, что находит отражение в разных аспектах её психологической устойчивости. На передний план выходят три аспекта психологической устойчивости: *стойкость, стабильность; уравновешенность, соразмерность; сопротивляемость (резистентность)*» [15, с. 87].

Профессор Е. П. Крупник рассматривает психологическую устойчивость личности «как подвижное равновесное её состояние» [16, с. 13], а также «как целенаправленное нарушение этого равновесия в соответствии с задачами, возникающими во взаимодействии личности со средой» [Там же, с. 13]. В решении этой проблемы исследователю близка мысль американского психолога Дж. Келли о том, что «человек – это форма движения» [17], согласно которой Е. П. Крупник делает вывод, что для стабилизации психологической устойчивости личности необходима оптимальная стратегия отношения к действительности, в основе которой заключены вариативность и пластичность, благодаря этому индивид приобретает способность к самоизменению, объединяя неизбежную данность ситуации и умение преодолеть её негативное воздействие.

В музыкально-педагогической подготовке проблеме психологической устойчивости уделено мало внимания, несмотря на важность и разработанность проблемы подготовки к концертной практике, преодоления негативных феноменов сценического стресса и развития артистизма. В то же время встречаются суждения о том, что импульсом и контекстом для трансформации личностных качеств в процессе обучения студентов творческих специальностей должно быть само искусство [18], возможно, в иной, отличной от учебного материала форме.

Итак, на основании суждений учёных определяется, что на формирование психологической устойчивости личности могут оказывать влияние мотивационный фактор, активизация самоорганизации, саморегулирование в сфере чувств, осознанное отношение к действительности, выраженное языками искусства и др.

Возможности технологий Плейбэк-театра в формировании психологической устойчивости музыканта

Опыт музыкальных спонтанно-интонированных чувств и аффектов – это атмосфера свободной экспрессии текущих музыкальных переживаний, обретение личностью собственного «голоса» и пластического самовыражения.

А. В. Торопова [6, с. 107].

В нашем исследовании в фокус внимания были помещены технологии *Плейбэк-театра*, что определило содержательную специфику разработанного психолого-педагогического подхода и обусловило комплекс методов формирования психологической устойчивости музыкантов.

Однако для начала следует разоб-
раться, что является собой Плейбэк-театр.

Плейбэк-театр – это социальный театр спонтанного перформативного искусства с элементами импровизации. Его основателями стали *Джонатан Фокс* и *Джо Салас* [19; 20], набрав в 1975 году первую экспериментальную группу. Название театра возникло на основе фразы, ставшей девизом первой труппы: “We play the story back to you” («Мы играем историю, возвращая её тебе»). По мнению О. А. Путьчевой, «современный театр в состоянии вместить всё многообразие культур, народов, жизненных пространств и сфер деятельности, может представлять картины прошлого и будущего, реального и вымышленного, действительного и виртуального» [21, с. 35].

Перформанс – открытое публичное проявление Плейбэк-театра, в ходе которого «актёры и музыкант взаимодействуют по принципу равного партнёрства, преобразуя историю рассказчика в художественные образы» [22, с. 204], что позволяет зрителям вообще и конкретному рассказчику в частности увидеть озвученный сюжет истории в театрально-музыкальном импровизационном формате.

Изучение истоков Плейбэк-театра как философско-психологического феномена неразрывно связано с такой категорией, как «спонтанность». Спонтанность (от лат. *sponte* – свободная воля) – творческий, свободно проявленный отклик на сенсорные ощущения. В Плейбэк-театре спонтанность рассказчика заключается в свободе мысли, позволении посредством ассоциативного ряда поделиться личной историей; чувствование импульсов воображения для совершения

действия является ключевым проявлением спонтанности актёров и музыкантов. В статье, посвящённой одной из форм Плейбэк-театра, мы обозначили, что «благодаря импровизационной игре актёров и музыкантов, рассказчик видит свою историю, пульсирующую жизнью, которая приобретает многомерность посредством искусства спонтанности» [23, с. 403]. Таким образом, согласно гипотезе, Плейбэк-театр и его технологии могут стать *средствами формирования психологической устойчивости музыкантов и планомерного развития импровизационности в профессиональной деятельности*.

Прежде чем проводить опытно-экспериментальную работу, методом качественного исследовательского интервью мы собрали мнения музыкантов, являющихся плейбэк-практиками и имеющих серьёзный опыт в данной сфере, касательно рассматриваемой проблемы. На основе анализа интервью подтвердилось предположение, что «обращение к плейбэк-технологиям является целесообразным как для обоснования сущности феномена “психологическая устойчивость” через доступ к разнообразным и трудным переживаниям средствами арт-практики, так и для включения такой практики в процесс обучения студентов-музыкантов» [22, с. 210].

Далее были поставлены исследовательские вопросы: как средствами Плейбэк-театра сформировать психологическую устойчивость музыканта? Возможна ли разработка методов, способствующих выработке и закреплению навыка достижения психологической устойчивости студентов музыкально-педагогических специальностей в профессиональной деятельности?

Цель и методы эмпирического исследования, обсуждение результатов

Целью исследования является разработка и апробация концепции и технологии организации музыкально-педагогического процесса по формированию психологической устойчивости музыкантов средствами Плейбэк-театра.

Согласно гипотезе, педагогическая технология на основе Плейбэк-театра может быть обеспечена комплексом форм и методов, интегрирующих психологические, театральные и музыкально-педагогические задачи и приёмы взаимодействия в тренинге, направленном на достижение психологической устойчивости. Исходя из проведённого теоретического анализа, в структуре психологической устойчивости чаще всего выделяются такие признаки, как *адаптивность, самопринятие, принятие других, эмоциональный комфорт*. Эффективность разработанной педагогической технологии на основе Плейбэк-театра может быть отслежена с помощью объективного психометрического и субъективного рефлексивного контроля.

Проверка гипотезы осуществлялась благодаря таким методам исследования, как интервьюирование, качественный анализ студенческих эссе, педагогическое наблюдение, тестирование, психологическая диагностика социально-психологической устойчивости, статистическая обработка результатов исследования, количественный и качественный анализ полученных результатов.

Опытно-экспериментальная работа проводилась на базе факультета музыкального искусства Института

изящных искусств Московского педагогического государственного университета на протяжении одного учебного семестра в рамках музыкально-театрального практикума. Всего в исследовании приняло участие 70 человек.

Участниками экспериментальной группы стали студенты третьего курса бакалавриата, обучающиеся по направлениям подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили – Музыка и Дополнительное образование (в области музыкального искусства) и 44.03.01 Педагогическое образование, профиль – Дополнительное образование (в области эстрадно-джазового искусства).

Проанализировав тексты студенческих эссе, выполненных на предложенные экспериментатором темы, мы выделили основные категории психологических проблем будущих музыкантов-педагогов:

1. Заниженная самооценка, неуверенность в себе.
2. Деструктивный перфекционизм.
3. Зависимость от похвалы и одобрения.
4. Волнение *перед* выходом на сцену.
5. Субъективная оценка собственного сценического опыта как недостаточного.

По результатам анализа эссе, в качестве тестологического исследования была подобрана методика для диагностики социально-психологической устойчивости музыкантов *до* и *после* проведения формирующего эксперимента – «*Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда*».

Современный Плейбэк-театр располагает широким спектром форм (более сотни), в ходе исследования были предложены релевантные формы, адаптированные для реализации цели

тренинга – достижения психологической устойчивости и преодоления выделенных психологических проблем. В ходе формирующего этапа экспериментального исследования обучающимися были освоены основные формы Плейбэк-театра (т.е. плейбэк-формы, которые применяются внутри такого рода театрального перформанса): «Жидкая скульптура», «Поэтри», «Греческий солист» и т.д. [19; 23–25].

Стоит отметить, что в Плейбэк-театре музыка не только является важнейшим средством выразительности, генерирующим множественные художественные смыслы, но и играет ключевую роль в ритуальном и церемониальном аспектах, создавая эффект «психологического погружения». Учитывая вышесказанное, мы посчитали целесообразным включить в работу комплекс упражнений, предложенных педагогами-музыкантами и музыкальными психологами [26; 27]. Наряду с этим в ходе проводимого исследования применялись авторские упражнения и практические задания.

Организация музыкально-педагогического процесса была направлена на выработку и закрепление навыка достижения психологической устойчивости студентов-музыкантов в профессиональной деятельности. Особое внимание уделялось музыкально-ритмическим упражнениям. Например, обучающимся предлагалось сыграть одну и ту же историю, рассказанную другим участником практикума, в разных музыкальных стилях (джаз, классика, рок) или с применением контрастных ритмических рисунков. Это требовало от студентов гибкости в реакции на изменения внешних условий, что напрямую связано с развитием навыка *адаптивности*. Кроме того, в рамках плейбэк-формы применялись

упражнения, где участникам было необходимо активно синхронизироваться (т.е. в ходе взаимодействия согласовать поведение на различных уровнях, включая невербальный) под смену музыкальных настроений. К примеру, импровизация под фоновую музыку, которая резко менялась от мажорного к минорному ладу, помогала им регулировать собственные эмоции и контролировать реакции на внешние вызовы.

Самопринятие как основа психологического благополучия развивалось благодаря заданиям, направленным на выражение собственных эмоций через музыку. Обучающимся следовало создать короткую музыкальную фразу, отражающую их текущее эмоциональное состояние, затем данная фраза становилась ядром для импровизационной сцены. Таким образом, студенты учились принимать свои чувства и выражать их через творческое переживание. Важным условием при выполнении упражнений было отсутствие оценки со стороны педагога или других участников опытно-экспериментальной работы, тем самым создавалось безопасное пространство для самовыражения, позволявшее обучающимся выйти из привычных паттернов поведения, что благоприятно влияло на их психоэмоциональное состояние.

Для ощущения внутреннего *эмоционального комфорта* применялись упражнения на расслабление под плавную, релаксирующую музыку (медитативные композиции). Далее участники переходили к выполнению творческих заданий, таких как создание совместной музыкальной импровизации без слов, что помогало настроиться на продуктивную работу в группе.

Проработка освоенных форм Плейбэк-театра [19; 23–25] – основополагающее задание, направленное

на достижение психологической устойчивости и преодоление обозначенных психологических проблем. Процесс интерпретации рассказанной истории через музыкальное сопровождение и сценическое воплощение благоприятствовал развитию эмпатии и способности видеть мир глазами иного человека, *принятию других*. Тематика историй, рассказанных участниками экспериментальной группы, была широкой, наряду с историями, вызывающими позитивные эмоции, были озвучены реальные личные трагические истории. Проживая на сцене услышанную историю через такого рода практику, переживания были переосознаны и прожиты, что позволило обучающимся избавиться от необходимости в *эскапизме*. Студенты самостоятельно, без указаний со стороны педагога, выбирали музыкальные и сценические средства для выражения, что способствовало расширению *интернальности* в эмоциональной сфере, готовности брать ответственность

за свои творческие решения. В различных плейбэк-формах участники действия поочередно занимали ведущую роль, становясь «дирижёром» импровизационного оркестра, задавая темп и характер исполнения другим музыкантам. Подобный опыт оказал влияние на развитие лидерских качеств, уверенности в себе, позитивного *доминирования*.

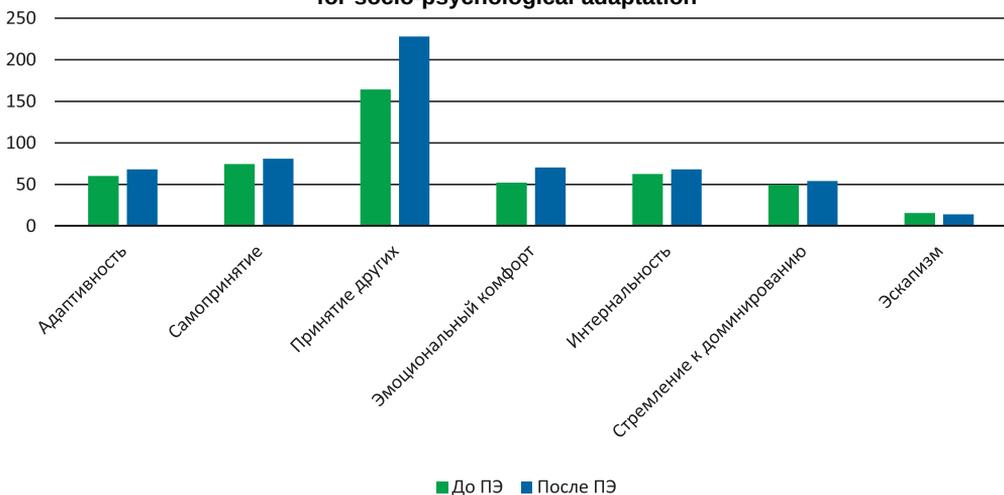
Для выявления статистически значимых различий в тестовых показателях психологической устойчивости музыкантов до проведения педагогического эксперимента и после него был применён *статистический критерий знаковых рангов Вилкоксона*. Обработка данных производилась при помощи статистического пакета для социальных наук «IBM SPSS Statistics Version 23». Обработка данных методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда показала следующие результаты, представленные в диаграмме 1.

Диаграмма 1

Средние значения показателей шкал методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда

Diagram 1

Average values of the scales of the K. Rogers and R. Diamond diagnostic methodology for socio-psychological adaptation



По выборке мы можем наблюдать повышение среднего значения уровня шкал *Адаптивности* (на 8 пунктов), *Самопринятия* (на 6 пунктов), *Принятия других* (на 63 пункта), *Эмоционального комфорта* (на 18 пунктов), *Интернальности* (на 5,5 пунктов), *Стремления к доминированию* (на 4 пункта), а также снижение уровня шкалы *Эскапизма* (на 1,5 пункта).

При помощи статистического критерия Вилкоксона были выявлены статистически значимые различия между показателями социально-психологической устойчивости у студентов до проведения

педагогического эксперимента и после него (таблицы 1–2).

В таблице 2 представлены статистически значимые различия на уровне $p \leq 0,01$ по шести показателям шкал методики и на уровне $p \leq 0,05$ по седьмой (таблица 2).

Как видно из таблицы 1, показатель *Адаптивности* у студентов после проведения педагогического эксперимента стал значительно выше, что говорит о том, что внедрение средств и форм Плейбэк-театра в музыкально-образовательный процесс помогает студентам продуктивно выполнять свою ведущую

Таблица 1

Различия между показателями шкал методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда до и после проведения педагогического эксперимента

Table 1

Differences between the indicators of the scales of the diagnostic methodology of K. Rogers and R. Diamond's socio-psychological adaptation before and after the pedagogical experiment

Название шкалы	Ранги	Средний ранг	Сумма рангов
Показатели шкалы адаптивности до ПЭ – Показатели шкалы адаптивности после ПЭ	Отрицательные ранги	8,17	49,00
	Положительные ранги	19,50	546,00
Показатели шкалы самопринятия до ПЭ – Показатели шкалы самопринятия после ПЭ	Отрицательные ранги	9,67	58,00
	Положительные ранги	17,52	438,00
Показатели шкалы принятия других до ПЭ – Показатели шкалы принятия других после ПЭ	Отрицательные ранги	15,78	142,00
	Положительные ранги	18,12	453,00
Показатели шкалы эмоционального комфорта до ПЭ – Показатели шкалы эмоционального комфорта после ПЭ	Отрицательные ранги	3,67	11,00
	Положительные ранги	18,84	584,00
Показатели шкалы интернальности до ПЭ – Показатели шкалы интернальности после ПЭ	Отрицательные ранги	9,67	87,00
	Положительные ранги	20,32	508,00
Показатели шкалы стремления к доминированию до ПЭ – Показатели шкалы стремления к доминированию после ПЭ	Отрицательные ранги	13,40	134,00
	Положительные ранги	19,21	461,00
Показатели шкалы эскапизма до ПЭ – Показатели шкалы эскапизма после ПЭ	Отрицательные ранги	16,07	369,50
	Положительные ранги	15,81	126,50

Таблица 2

Статистический критерий значимости различий социально-психологической адаптации студентов до и после проведения психологического эксперимента

Table 2

Statistical criterion for the significance of differences in socio-psychological adaptation of students before and after the psychological experiment

Статистический критерий	Адаптация	Само-принятие	Принятие других	Эмоциональный комфорт	Интер-нальность	Стремление к доминированию	Эскапизм
Z	-4,248 ^a	-3,723 ^a	-2,659 ^a	-4,898 ^a	-3,599 ^a	-2,795 ^a	-2,391 ^b
Асимптотическая значимость (двусторонняя)	0,000	0,000	0,008	0,000	0,000	0,005	0,017

a. На основе отрицательных рангов

b. На основе положительных рангов

деятельность, а также повышает их способность к удовлетворению потребностей в профессиональных взаимодействиях без внешних и внутренних конфликтов.

Вместе с тем наблюдается статистически значимое повышение уровней шкал *Самопринятия*, *Принятия других*, *Эмоционального комфорта*, *Интернальности* и *Стремления к доминированию* на уровне $p \leq 0,01$, а также снижение уровня показателя *Эскапизма* на уровне $p \leq 0,05$ (таблица 2). Эти данные указывают на то, что применение данной педагогической технологии позволяет улучшить процессы восприятия студентами себя и других, помогает более реалистично оценивать собственные способности, возможности и ограничения, личностные качества, а также благоприятствует пониманию и принятию своих потребностей и потребностей окружающих.

Учитывая повышение уровня шкалы *Эмоционального комфорта*, можно сделать вывод, что в процессе педагогического эксперимента у студентов укреплялось ощущение спокойствия, уверенности, а также активизировалась их способность к более свободному самовыражению.

Наряду с этим в полученных результатах заметно повышение уровня шкалы *Интернальности*. Данные указывают на то, что использование средств Плейбэк-театра в педагогической работе содействует сдвигу локуса контроля студентов от внешнего к внутреннему, то есть способствует принятию ответственности за себя, свои действия и результаты.

Любопытно, что полученные данные также отражают и повышение уровня по шкале *Доминирования*. С одной стороны, это можно интерпретировать как желание занимать главенствующее положение в группе и воздействовать на однокурсников. С другой стороны, повышение уровня данной шкалы может говорить о снижении в процессе педагогического эксперимента у испытуемых зависимости от других и желания полагаться на чужое мнение.

Помимо этого, получено статистически значимое снижение уровня шкалы *Эскапизма*. Это может свидетельствовать как о снижении уровня стресса, поскольку часто эскапизм является реакцией на стрессовые ситуации, так и о том, что погружение в искусство Плейбэк-театра позволяет повысить интерес к реальной жизни, тому, что происходит здесь и сейчас.



Фото 1. Итоговое занятие со студентами экспериментальной группы (18.04.2024)

Photo 1. Final lesson with the students of the experimental group (04/18/2024)

Заклучение

Проведённое исследование даёт основание утверждать, что с помощью средств Плейбэк-театра в процессе музыкально-педагогической подготовки происходит значимая, статистически подтверждённая психологическая трансформация некоторых аспектов личности музыканта. Данный процесс оказывает позитивное воздействие на формирование психологической устойчивости как важного профессионального качества музыканта, ведь «именно психологическая устойчивость даёт возможность эффективно функционировать человеку в различных сферах деятельности и, как следствие, способствует становлению его личностной зрелости» [28, с. 137].

Безусловно, музыкантам сущность Плейбэк-театра близка по своей природе, так как в некоторых случаях

музыкальный отклик, его выразительно-психологический ресурс способен высказать тайное и сокровенное озвученной истории в большей степени, чем слово, открыть рассказчику незримые грани переживания. Русско-американский историк, музыковед Г. А. Орлов размышлял о том, что музыка может выступать как «*средство общения слушателя с самим собой*» [29, с. 334].

Соприкосновение с явлениями реальной действительности через театрально-музыкальную импровизацию позволяет обучающимся ощутить эмоциональную удовлетворённость, а также приобрести важный опыт в области психологии саморегуляции, применяемый в качестве самопомощи в ситуациях неопределённости, которые могут возникать как в музыкально-педагогической, так и в музыкально-исполнительской деятельности.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. *Кирнарская Д. К.* Психология специальных способностей. Музыкальные способности. М.: Таланты–XXI век, 2004. 496 с.
2. *Кирнарская Д. К.* Homo Musicus. О способностях, одарённости и таланте. М.: Слово, 2021. 464 с.
3. *Петрушин В. И.* Музыкальная психология: учебник и практикум для вузов. 4-е изд., перераб. и доп. М.: Юрайт, 2024. 380 с.
4. *Старчеус М. С.* Личность музыканта. М.: Московская государственная консерватория имени П. И. Чайковского, 2012. 848 с.
5. *Торопова А. В.* Интонирующая природа психики. Музыкально-психологическая антропология: монография. М.: МПГУ, 2018. 350 с.
6. *Торопова А. В.* Музыкальная психология и психология музыкального образования: учебник для вузов. 4-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт, 2024. 190 с.
7. *Цагарелли Ю. А.* Психология музыкально-исполнительской деятельности. СПб.: Композитор, 2008. 212 с.
8. *Цытин Г. М.* Музыкальное исполнительство и педагогика: учебник для вузов. 2-е изд. М.: Юрайт, 2024. 213 с.
9. *Цытин Г. М.* Психология творческой деятельности. Музыка и другие искусства: монография. М.: Юрайт, 2024. 203 с.
10. *Агеева Э. С.* Психологическая устойчивость как профессиональное качество личности в музыкально-исполнительской деятельности // Традиции и инновации в современном культурно-образовательном пространстве: материалы XIII Международной научно-практической конференции, г. Москва, 7 ноября 2022 г. / под науч. ред. Л. А. Рапацкой; ответ. ред. В. В. Гетьман; ред. кол. Т. И. Бакланова, Н. И. Дружкова, Е. А. Шкапа. М.: МПГУ, 2023. С. 211–216.
11. *Божович Л. И.* Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии. 1978. № 2. С. 24–28.
12. *Божович Л. И.* Возрастные закономерности формирования личности ребёнка: автореф. дис. ... докт. пед. наук (по психологии). М., 1966. 40 с.
13. *Чудновский В. Э.* Нравственная устойчивость личности: Психологическое исследование. М.: Педагогика, 1981. 208 с.
14. *Петровский А. В.* Общая психология: учеб. для студентов пед. ин-тов. 2-е изд., доп. и перераб. М.: Просвещение, 1977. 479 с.
15. *Куликов Л. В.* Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: учебное пособие. СПб.: Питер, 2004. 464 с.
16. *Крупник Е. П., Лебедева Е. Н.* Психологическая устойчивость личностных конструктов в период взрослости // Психологический журнал. 2000. Т. 21. № 6. С. 12–23.
17. *Kelly G. A.* The psychology of Personal Constructs. New York, 1955. Vol. 1-2. 1218 p.
18. *Грибкова О. В.* Искусство как творческая константа в формировании профессиональной культуры педагога-музыканта // Искусствоведение. 2022. № 1. С. 6–15.
19. *Салас Дж.* Играем реальную жизнь в Плейбэк-театре. М.: Когито-Центр, 2009. 150 с.
20. *Fox J., Salas J.* Personal Stories in Public Spaces: Essays on Playback Theatre by Its Founders. New York, 2021. 320 p.
21. *Путечева О. А.* Музыка и театр: к вопросу взаимодействия // Искусствоведение. 2022. № 2. С. 34–40.

22. Агеева Э. С. Возможности импровизационного перформанса в формировании психологической устойчивости музыканта: интервьюирование плейбэк-практиков // Искусство и образование. 2024. № 3 (149). С. 203–211.
23. Агеева Э. С. Малая нарративная форма Плейбэк-театра «Греческий солист» как основа тренинга для развития психологической устойчивости музыканта // Межкультурное взаимодействие в современном музыкально-образовательном пространстве: материалы XXI Международной научно-практической конференции / под науч. ред. Л. С. Майковской, А. П. Мансуровой. М.: МГИК, 2024. С. 401–407.
24. Агеева Э. С. Малая нарративная форма Плейбэк-театра «Поэтри»: единство искусства и стихотерапии // Слово молодых учёных: актуальные вопросы искусствознания: сборник статей по материалам XXII Всероссийской научно-практической конференции аспирантов и студентов с международным участием (17–21 апреля 2023 года). Саратов: Саратовская государственная консерватория имени Л. В. Собинова, 2023. С. 47–49.
25. Каширская Н. В., Соколова Н. В. Репетиция Плейбэк-театра: тренажёр для актёров. [б.м.]: Издательские решения, 2020. 82 с.
26. Петрушин В. И. Развитие творческих способностей: учебное пособие. М.: Юрайт, 2024. 173 с.
27. Лучинина О. А. Личностно-ориентированная музыкальная психокоррекция: монография. Астрахань: Проект «LENOLIUS», 2013. 178 с.
28. Агеева Э. С. Проблема обретения психологической устойчивости в музыкально-педагогическом процессе // Педагогический научный журнал. 2024. Т. 7. № 1. С. 133–139.
29. Орлов Г. А. Древо музыки. СПб.; Вашингтон: Советский композитор, Санкт-Петербург. отделение: Frager, 1992. 408 с.

Поступила 02.10.2024; принята к публикации 01.11.2024.

Об авторе:

Агеева Элина Сергеевна, аспирант кафедры методологии и технологий педагогики музыкального образования имени Э. Б. Абдулина Института изящных искусств Московского педагогического государственного университета (МПГУ) (ул. Малая Пироговская, 1/1, Москва, Российская Федерация, 119435), elina_canto@mail.ru

57

Автором прочитан и одобрен окончательный вариант рукописи.

REFERENCES

1. Kimnarskaya D. K. *Psikhologiya spetsial'nykh sposobnostei. Muzykal'nye sposobnosti* [Psychology of Special Abilities. Musical Abilities]. Moscow: Publishing House "Talents-the 21st century", 2004. 496 p. (in Russian).
2. Kimnarskaya D. K. *Homo Musicus. O sposobnostyakh, odarennosti i talante* [Homo Musicus. About Abilities, Giftedness, and Talent]. Moscow: Publishing House "Word", 2021. 464 p. (in Russian).
3. Petrushin V. I. *Muzykal'naya psikhologiya* [Musical Psychology]. Textbook for Universities. 4th ed., rev. and add. Moscow: Publishing House "Yurait", 2024. 380 p. (in Russian).
4. Starcheus M. S. *Lichnost' muzykanta* [Musician Personality]. Moscow: Publishing House of Moscow State Conservatory (University) named after Tchaikovsky, 2012. 848 p. (in Russian).

5. Toropova A. V. *Intoniruyushchaya priroda psikhiki. Muzykal'no-psikhologicheskaya antropologiya* [The Intonating Nature of the Psyche. Musical and Psychological Anthropology]. Monograph. Moscow: MPGU, 2018. 350 p. (in Russian).
6. Toropova A. V. *Muzykal'naya psikhologiya i psikhologiya muzykal'nogo obrazovaniya* [Musical Psychology and Psychology of Musical Education]. Textbook for Universities. 4th ed., corrected and supplemented. Moscow: Publishing House "Yurait", 2024. 190 p. (in Russian).
7. Zagarelli Yu. A. *Psikhologiya muzykal'no-ispolnitel'skoi deyatel'nosti* [Psychology of Musical and Performing Activities]. Saint Petersburg: Publishing House "Composer", 2008. 212 p. (in Russian).
8. Tsy-pin G. M. *Muzykal'noe ispolnitel'stvo i pedagogika* [Musical Performance and Pedagogy]. Textbook for universities. 2th ed. Moscow: Publishing House "Yurait", 2024. 213 p. (in Russian).
9. Tsy-pin G. M. *Psikhologiya tvorcheskoi deyatel'nosti. Muzyka i drugie iskusstva* [Psychology of Creative Activity. Music and Other Arts]. Monograph. Moscow: Publishing House "Yurait", 2024. 203 p. (in Russian).
10. Ageeva E. S. *Psikhologicheskaya ustoichivost' kak professional'noe kachestvo lichnosti v muzykal'no-ispolnitel'skoi deyatel'nosti* [Psychological Stability as a Professional Quality of a Person in Musical and Performing Activities]. *Traditsii i innovatsii v sovremennom kul'turno-obrazovatel'nom prostranstve* [Traditions and Innovations in the Modern Cultural and Educational Space]: Materials of the XIII International Scientific and Practical Conference. Dedicated to the 150th Anniversary of MPGU, Moscow, November 7, 2022. Under the Scientific Editorship of L. A. Rapatskaya. Moscow: MPGU, 2023. Pp. 211–216 (in Russian).
11. Bozhovich L. I. *Etapy formirovaniya lichnosti v ontogeneze* [Stages of Personality Formation in Ontogenesis]. *Voprosy psikhologii* [Questions of Psychology]. 1978, no. 2, pp. 24–28 (in Russian).
12. Bozhovich L. I. *Vozrastnye zakonomernosti formirovaniya lichnosti rebyonka* [Age-related Patterns in the Formation of a Child's Personality]: Author's Abstract of the Doctor's Dissertation of Pedagogical. Moscow, 1966. 40 p. (in Russian).
13. Chudnovsky V. E. *Nravstvennaya ustoichivost' lichnosti* [Moral Stability of Personality]. Moscow: Publishing House "Pedagogy", 1981. 208 p. (in Russian).
14. Petrovsky A. V. *Obshchaya psikhologiya* [General Psychology]. Textbook for Students of Pedagogical Institutes. 2th ed., rev. and add. Moscow: Publishing House "Education", 1977. 479 p. (in Russian).
15. Kulikov L. V. *Psikhogigiena lichnosti. Voprosy psikhologicheskoi ustoichivosti i psikhoprofilaktiki* [Psychohygen of Personality. Issues of Psychological Stability and Psychoprophylaxis]. Training Manual. Saint Petersburg: Publishing House "Peter", 2004. 464 p. (in Russian).
16. Krupnik E. P., Lebedeva E. N. *Psikhologicheskaya ustoichivost' lichnostnykh konstruktov v period vzroslosti* [Psychological Stability of Personal Constructs During Adulthood]. *Psikhologicheskij zhurnal* [Psychological Journal]. 2000, vol. 21, no. 6, pp. 12–23 (in Russian).
17. Kelly G. A. *The psychology of Personal Constructs*. New York, 1955. Vol. 1-2. 1218 p.
18. Gribkova O. V. *Iskusstvo kak tvorcheskaya konstanta v formirovanii professional'noj kul'tury pedagoga-muzykanta* [Art as a Creative Constant in the Formation of the Professional Culture of a Teacher-musician]. *Iskusstvovedenie* [Art History]. 2022, no. 1, pp. 6–15 (in Russian).
19. Salas J. *Igraem real'nyu zhizn' v Pleibek-teatre* [Playing Real Life in a Playback Theater]. Translated from English. Moscow: Publishing "Kogito Center", 2009. 150 p. (in Russian).
20. Fox J., Salas J. *Personal Stories in Public Spaces: Essays on Playback Theatre by Its Founders*. New York, 2021. 320 p.

21. Putecheva O. A. Muzyka i teatr: k voprosu vzaimodejstviya [Music and Theater: on the Issue of Interaction]. *Iskusstvovedenie* [Art History]. 2022, no. 2, pp. 34–40 (in Russian).
22. Ageeva E. S. Vozможности improvizatsionnogo performansa v formirovanii psikhologicheskoi ustoichivosti muzykanta: interv'yuirovaniye pleibek-praktikov [The Possibilities of Improvisational Performance in the Formation of a Musician's Psychological Stability: Interviewing Playback Practitioners]. *Iskusstvo i obrazovanie* [Art and Education]. 2024, no. 3 (149), pp. 203–211 (in Russian).
23. Ageeva E. S. Malaya narrativnaya forma Pleibek-teatra "Grecheskij solist" kak osnova treninga dlya razvitiya psikhologicheskoi ustoichivosti muzykanta [The Small Narrative Form of the Playback Theater "The Greek Soloist" as the Basis of Training for the Development of Psychological Stability of the Musician]. *Mezhkul'turnoe vzaimodeistvie v sovremennom muzykal'no-obrazovatel'nom prostranstve* [Intercultural Interaction in the Modern Musical and Educational Space]: Materials of the XXI International Scientific and Practical Conference. Under the Scientific Editorship L. S. Maikovskaya and A. P. Mansurova. Moscow: MGIK, 2024. Pp. 401–407 (in Russian).
24. Ageeva E. S. Malaya narrativnaya forma Pleibek-teatra "Poetri": edinstvo iskusstva i stikhoterapii [The Small Narrative Form of the Playback Theater "Poetri": The Unity of art and Poetry Therapy]. *Slovo molodykh uchyonykh: aktual'nye voprosy iskusstvoznaniya* [The Word of Young Scientists: Topical Issues of art Studies]: Materials of the XXII All-Russian Scientific and Practical Conference of Graduate Students and Students with International Participation. Saratov, April 17–21, 2023. Saratov: Saratov State Conservatory named after L. V. Sobinov, 2023. Pp. 47–49 (in Russian).
25. Kashirskaya N. V., Sokolova N. V. *Repetitsiya Pleibek-teatra: trenazher dlya akterov* [Playback Theater Rehearsal: Simulator for Actors]. Publishing House "Publishing solutions", 2020. 82 p. (in Russian).
26. Petrushin V. I. *Razvitiye tvorcheskikh sposobnostej* [Development of Creative Abilities]. Textbook. Moscow: Publishing House "Yurait", 2024. 173 p. (in Russian).
27. Luchinina O. A. *Lichnostno-orientirovannaya muzykal'naya psikhokorreksiya* [Personality-oriented Musical Psychocorrection]. Monograph. Astrakhan: LENOLIUS Project, 2013. 178 p. (in Russian).
28. Ageeva E. S. Problema obreteniya psikhologicheskoi ustoichivosti v muzykal'no-pedagogicheskom protsesse [The Problem of Gaining Psychological Stability in the Musical and Pedagogical Process]. *Pedagogicheskii nauchnyi zhurnal* [Pedagogical Scientific Journal]. 2024, vol. 7, no. 1, pp. 133–139 (in Russian).
29. Orlov G. A. *Drevo muzyki* [Tree of Music]. Saint Petersburg; Washington: State Publishing House "Soviet Composer", St. Petersburg Branch: Frager, 1992. 408 p. (in Russian).

Submitted 02.10.2024; revised 01.11.2024.

About the author:

Elina S. Ageeva, Post-graduate of the Department of Methodology and Technologies of Pedagogy of Music Education named after E. B. Abdullin Institute of Fine Arts of Moscow Pedagogical State University (MPGU). (Malaya Pirogovskaya Street, 1/1, Moscow, Russian Federation, 119435), elina_canto@mail.ru

The author has read and approved the final manuscript.