

# МЕТОДИЧЕСКАЯ КОНЦЕПЦИЯ РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ У СТУДЕНТОВ-МУЗЫКАНТОВ В КЛАССЕ ВОКАЛА

**Ван Ган\*, А. В. Торопова,**

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

**Аннотация.** В современной вокальной педагогике существует комплекс методических проблем, который охватывает не только поиск путей совершенствования технических навыков владения голосом для реализации художественного замысла, но и формирование у будущих певцов способностей к самоконтролю и саморегуляции своего состояния и всего процесса творческой деятельности. Успешный артист не может обойтись без умения грамотно управлять своим физическим состоянием, психологическим равновесием, эмоциональным фоном и реакциями на стресс, когнитивными процессами работы памяти и воображения во время выступления. В статье обсуждается вопрос: можно ли помочь в формировании устойчивой способности к саморегуляции и самоконтролю в учебно-профессиональной деятельности музыканта-вокалиста, перевести формирование этой способности в режим методической установки педагога на развитие навыка самоуправления обучающегося не только на сцене, но и в процессе занятий с преподавателем, во время репетиций, подготовки к экзаменам, выступлениям на контрольных мероприятиях? На основании анализа научно-методических и автобиографических источников авторами уточняется содержание ключевого понятия «саморегуляция процесса обучения», что вкупе с навыком эмоциональной саморегуляции состояния в учебно-экзаменационной и концертной практике, по сути, означает развитие метаспособности к саморегуляции состояния и деятельности как в ситуации сценического стресса (ситуативной), так и в длительном процессе образования (личностной). Предложено обоснование и содержание авторской методической концепции развития саморегуляции у обучающихся в вокальном классе, раскрыты апробированные в практике подходы, принципы, условия и методы реализации, обоснованы критерии оценки её результативности.

73

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



**Ключевые слова:** саморегуляция, самоконтроль, вокальное искусство, студент-вокалист, сценический стресс, типы и уровни саморегуляции, методическая концепция, критерии оценки развитости саморегуляции

**Благодарность.** Авторы выражают глубокую благодарность кафедре методологии и технологий педагогики музыкального образования им. Э. Б. Абдуллина Московского педагогического государственного университета за поддержку и обсуждение исследования на всех этапах, за возможность практической апробации идей на занятиях со студентами и участниками Арт-фестиваля МПГУ в 2024–2025 годах.

**Для цитирования:** Ван Ган, Торопова А. В. Методическая концепция развития навыков саморегуляции у студентов-музыкантов в классе вокала // Музыкальное искусство и образование / Musical Art and Education. 2025. Т. 13. № 4. С. 73–91. DOI: 10.31862/2309-1428-2025-13-4-73-91.

DOI: 10.31862/2309-1428-2025-13-4-73-91

## METHODOLOGICAL CONCEPT FOR THE DEVELOPMENT OF STUDENTS-MUSICIANS' SELF-REGULATION SKILLS IN THE VOCAL CLASS

**Wang Gang\*, Alla V. Toropova,**

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

74

**Abstract.** Contemporary vocal pedagogy faces a complex set of methodological challenges that encompass not only the search for ways to improve technical vocal skills for the realization of artistic vision, but also the development of self-control and self-regulation in future singers, as well as the entire creative process. A successful artist cannot function without the ability to effectively manage their physical state, psychological balance, emotional state, and stress responses, as well as the cognitive processes of memory and imagination during performance. This article discusses the question of whether it is possible to foster a sustainable capacity for self-regulation and self-control in the academic and professional life of musicians and vocalists. Is it possible to integrate this capacity into the teacher's methodological approach to developing self-control skills in students not only on stage but also during lessons with a teacher, rehearsals, exam preparation, and performances at assessment events? Based on an analysis of scientific, methodological, and autobiographical sources, the authors clarify the key concept of "self-regulation of the learning process". This, coupled with the skill of emotional self-regulation during academic, examination, and concert practice, essentially means developing a meta-ability for self-regulation

\* Scientific supervisor – Doctor of Pedagogical Sciences, Doctor of Psychological Sciences, Professor A. V. Toropova.

of state and activity both in situations of onstage stress (situational) and in the long-term educational process (personal). The authors propose the rationale and content of their methodical concept for developing self-regulation of students in vocal classes, revealing proven approaches, principles, conditions, and methods of implementation, and substantiating criteria for evaluating its effectiveness.

**Keywords:** methodical concept, self-regulation, self-control, vocal art, student vocalist, stage stress, types and levels of self-regulation, criteria for assessing the development of self-regulation

**Acknowledgment.** The authors express their deep gratitude to the Department of Methodology and Technologies of Pedagogy of Music Education named after E. B. Abdullin of Moscow Pedagogical State University for the support and discussion of research at all stages, for the opportunity to practically test ideas in the classroom with students and participants of the Art Festival of Moscow State University in 2024–2025.

**For citation:** Wang Gang, Toropova A. V. Methodical Concept for the Development of Students-Musicians' Self-Regulation Skills in the Vocal Class. *Muzykal'noe iskusstvo i obrazovanie* = Musical Art and Education. 2025, vol. 13, no. 4, pp. 73–91 (in Russian). DOI: 10.31862/2309-1428-2025-13-4-73-91.

### Постановка проблемы

В современной вокальной педагогике существует комплекс методических проблем, который охватывает не только совершенствование технических навыков владения голосом для реализации художественного замысла, но и формирование у будущих певцов способности к самоконтролю и саморегуляции. Успешный артист не может обойтись без умения грамотно управлять своим физическим состоянием, психологическим равновесием, эмоциональным фоном и реакциями на стресс, когнитивными процессами работы памяти и воображения во время выступления.

Известно, что сценическое волнение, возникающее у певца во время выступления и проявляющееся в виде психологического срыва, надлома, может крайне негативно повлиять на его последующую сценическую деятельность. К. С. Станиславский так описал состояние актёра, когда он выходит к зрителю: «Когда человек-артист выходит на сцену перед тысячной толпой, то он от испуга, конфуза, застенчивости, ответственности, трудностей теряет самообладание. В эти минуты он не может по-человечески говорить, смотреть, слушать, мыслить, хотеть, чувствовать, ходить, действовать. У него является нервная потребность угождать зрителям, показывать себя со сцены, скрывать своё состояние ломанием на потеху им...» [1, с. 97]. Если при этом артист должен выразить художественный образ голосом, то это удваивает его уязвимость перед эмоциональными неожиданностями и срывами в силу хрупкости цепочек управления голосовым аппаратом.

Даже профессиональные певцы с огромным опытом могут испытывать сценическое волнение: «...когда я впервые давал на телевидении концерт, который

транслировался по всей территории США, я знал, что должен доказать что-то миллионам людей. И я был словно парализован страхом. ...Только певец высокого ранга знает, в какие ловушки можно попасть и споткнуться», – говорил в одном из интервью Л. Паваротти [2, с. 7]. Выдающийся скрипач Д. Ойстрах, оценивая воздействие сцены на самочувствие исполнителя, отмечал: «Когда выходишь на эстраду, состояние всегда разное. Его нельзя предсказать заранее. Иногда ты более уравновешен, иногда – менее. В большинстве случаев я испытываю концентрированное внутреннее напряжение, необыкновенную волевою собранность» [3, с. 5]. Поэтому важной задачей любого исполнителя, в том числе певца, является обретение сценического опыта, включающего опыт саморегуляции своих эмоций и связанных с ними процессов дыхания, движения, звучания на сцене.

Навыки саморегуляции у взрослеющего человека формируются по большей части имплицитно, в процессе осуществления самой жизни, её профессиональных и личностно-коммуникативных задач. Можно ли помочь в формировании устойчивой способности к саморегуляции и самоконтролю в учебно-профессиональной деятельности музыканта, перевести формирование этой способности в режим методической установки педагога на самоуправляемость обучающегося не только на сцене, но и в процессе занятий с преподавателем, во время репетиций, подготовки к экзаменам, выступлениям на зачётах и других контрольных мероприятиях? Этот вопрос побудил к проведению направленного на решение поставленной проблемы педагогического исследования.

### **Методологические основания для педагогического исследования проблемы**

76 Профессиональная деятельность музыканта-исполнителя может быть рассмотрена с разных научных ракурсов. Среди них одним из основных является взгляд на процесс создания и исполнения художественных образов как на творческую деятельность в её прикладном значении. Это позволяет обратиться к психологии творчества как к одной из методологических опор в нашем исследовании. Психология творчества в своей фундаментальной части основана на исследовании эмоций, сопровождающих, побуждающих или блокирующих творческий акт [4; 5]. Но именно эмоции человека на сцене или в процессе репетиций зачастую не поддаются контролю. Об этом писал К. С. Станиславский, подчёркивая, что подлинные переживания лежат в основе художественной выразительности, но эмоциональное «нутро» может и мешать, вторгаясь в воплощаемый образ. Именно поэтому адекватное искусство переживания опосредовано техникой – навыками, доведёнными до автоматизма. «Подсознательное творчество природы через сознательную психотехнику артиста», – говорил К. С. Станиславский словами своего учителя актёрского мастерства, выведенного в книге «Работа актёра над собой в творческом процессе переживания» под вымышленным именем Аркадия Николаевича Торцова [6, с. 62]. Смысл сказанного кроется в следующей фразе: «Актёр живёт, он плачет и смеётся на сцене, но, плача и смеясь, он наблюдает свой смех и свои слёзы. И в этой двойственной жизни, в этом равновесии между жизнью и игрой состоит искусство» [Там же, с. 407]. Именно поэтому проблема освоения, формирования и развития навыков саморегуляции артиста, музыканта или студента, обучающегося в вокальном классе, связана

в первую очередь с овладением эмоциональной регуляцией и контролем эмоций до той степени, когда контроль будет не нужен (а будет возникать подсознательно в режиме «контроль без контроля»), в процессе рутинной (подготовительной) творческой деятельности и в непосредственном творческом акте на сцене.

Почему и для чего в творческом процессе понимания, кристаллизации и интерпретации художественного образа нужна способность к саморегуляции, если творчество любит спонтанность и естественность, одновременно с подготовленностью и продуманностью исполнительских решений? Какое место в этой конструкции отводится саморегуляции? Забегая вперёд, скажем, что одно из ключевых. Поскольку игнорирование эмоционального фактора может неожиданным образом разрушить всю подготовительную работу по созданию интерпретаторской концепции или лишить выступление жизни в её видимой естественности и артистической спонтанности. При этом проблема развития навыков и способности к саморегуляции обучающегося в образовательном процессе вокального (и любого исполнительского) класса шире задачи эмоционального совладания на сцене, она охватывает и процессы учебной деятельности, и оценку самооффективности, и постановку задач самому себе, что требует от студента рефлексии, целеполагания и самоконтроля, который мы понимаем не как самопринуждение к нейтральности, а как знание своего диапазона эмоциональных «качелей» в их крайних проявлениях и стремление к сохранению баланса между экспрессией чувств и управляемостью их переживанием.

Впервые теория саморегуляции обучения была выдвинута в 1970-х годах известным американским психологом А. Бандурой [7] – автором социально-когнитивной теории, который доказал роль наблюдательного обучения и саморегуляции в стимулировании мотивации, указав, что учащиеся для достижения высоких результатов в обучении должны стремиться к саморегуляции и самокоррекции мыслей, чувств и поведенческих процессов. С этого момента концепция саморегуляции в образовании стала активно развиваться и привлекла широкое внимание учёных и педагогов-практиков.

Применение этой теории способствовало более эффективному освоению знаний и навыков обучающимися, уменьшило зависимость от помощи преподавателей, а также было полезно в процессе актуализации и активизации субъектности студентов в обучении, а значит, *самодетерминации* в профессиональном развитии и овладении навыками. Социально-когнитивная теория Бандуры внесла большой вклад в развитие концепта саморегуляции в области психологии образования. Такие последователи А. Бандуры, как Б. Дж. Циммерман и П. Р. Пинтрич, стали наиболее влиятельными представителями этой школы, обогатив концепцию исследовательским опытом и подтвердив обоснованность теории своего учителя.

Б. Циммерман дал чёткое определение саморегуляции обучения: «оно относится к процессу, в котором учащийся активно участвует в своей собственной учебной деятельности в определённой степени с точки зрения метакогнитивного познания, мотивации и поведения» [8, с. 329]. По мнению П. Пинтрича, в этом активном процессе обучения студенты в начале каждого этапа сами определяют для себя цели обучения, а затем отслеживают, регулируют и контролируют своё познание, мотивацию и поведение [9].

Итак, понятие *саморегуляции процесса обучения* дополняет образовательную ценность овладения навыком *эмоциональной саморегуляции состояния* в учебно-экзаменационной и концертной практике, то есть означает развитие метаспособности к *саморегуляции состояния и деятельности* как в ситуации сценического стресса (*ситуативной*), так и в длительном процессе образования (*личностной*). **Способность к саморегуляции видится нам как динамичная и гибкая предуготовленность к неожиданностям и изменениям в процессе творческой деятельности**, с помощью которой учащийся активно, целенаправленно и систематически регулирует и контролирует (познаёт и наблюдает) свой собственный процесс обучения, а также ищет и использует разнообразные психологические и/или социальные ресурсы для достижения намеченных образовательных целей.

В соответствии с теорией Циммермана и Пинтрича мы видим, что в процессе саморегуляции важны «частные» способности, а именно: умение ставить учебные цели и задачи, контролировать процесс и степень их реализации через самопознание, мотивацию, поведение и др., а также умение проявлять инициативу, волю и эмоциональную гибкость.

Если Циммерман и Пинтрич акцентировали значение волевых качеств личности, то исследователь творческих состояний М. Чиксентмихайи направил своё внимание к тому, что назвал состоянием потока (*flow*). Состояние потока определяется как психологическое состояние, при котором человек полностью погружён в деятельность до такой степени, что отфильтровываются все посторонние восприятия. Учёный характеризовал это состояние как состояние полного погружения в деятельность, когда человек ощущает гармонию, концентрацию и внутреннее удовлетворение, его ядром является «баланс между навыками и вызовами» [10, с. 71–74], то есть достаточной психологической и технической готовностью к неопределённости. Для студентов вокальных отделений это состояние тесно связано со способностью к саморегуляции: когда студент может точно устанавливать цели практики, но корректировать тактику движения к ним в живых ситуациях с фактором неопределённости (вызовы) в соответствии со своим текущим художественно-техническим и психотехническим уровнями (навыками голосовой и эмоциональной саморегуляции). Это наиболее эффективно индуцирует *состояние потока как поглощённости деятельностью*.

В этом состоянии оптимального переживания вокалист не только осуществляет тонкий самомониторинг вокальной техники, но и автоматически, то есть подсознательно, регулирует дыхание и резонанс в условиях высокой концентрации внимания на образной стороне исполнения, превращая тем самым рутинную отработку навыков во внутренне мотивированный эстетический опыт [10, с. 108–112]. Это мы предлагаем называть метанавыком саморегуляции, или автоматизированным «контролем без контроля». М. Чиксентмихайи отмечал, что способность контролировать содержание сознания – то есть развитие «автотелической личности» (*Autotelic Self*) – является ключевым психологическим механизмом саморегуляции, позволяющим студентам трансформировать тревогу в продуктивную энергию при столкновении с давлением сцены или сложностью исполняемого произведения [10, с. 209–213]. Эти проявления и навыки саморегуляции касаются любой сферы образования, в том числе обучения вокальному искусству.

### Проблема эмоциональной саморегуляции в трудах российских мастеров, педагогов и исследователей в области вокального искусства

Ещё до появления социально-когнитивной теории А. Бандуры важность саморегуляции осознавали многие русские певцы и педагоги. Так, в книге Ф. И. Шаляпина «Страницы из моей жизни» [11], изданной впервые в 1926 году, вопросам «владения собой» посвящено отдельное внимание. Его автобиография представляет собой уникальный источник для изучения механизмов формирования навыков саморегуляции в вокальном искусстве. Хотя автор не использует современные термины, его опыт и наблюдения ярко демонстрируют различные аспекты саморегуляции в процессе подготовки и непосредственной исполнительской деятельности. Наряду с этим Фёдором Ивановичем затрагиваются вопросы самообучения, самовоспитания и самоконтроля.

Особое внимание уделяется в книге процессу саморазвития. Шаляпин описывает свою активную позицию в освоении новых знаний, подчёркивая значимость для певца сохранения свободы и пластичности как в жизни, так и на сцене [Там же, с. 180]. Большую ценность представляет описание выдающимся российским басом важности восприятия музыкантом-вокалистом тонких нюансов человеческого поведения. Великолепное владение этим качеством позволяло самому Ф. И. Шаляпину легко усваивать эмоциональный и жизненный опыт окружающих. Наряду с необходимостью таких профессионально значимых качеств, как высокая степень эмоциональной восприимчивости, эмпатии и способности к трансформации полученного опыта в художественный образ [Там же, с. 182–188], Шаляпин подчёркивал важность умения замечать детали, запоминать их и преобразовывать в творческой ситуации, находясь «в образе» и одновременно как бы дистанцируясь от себя, что напрямую связано с когнитивными приёмами саморегуляции, описанными в трудах К. С. Станиславского [6].

Методы саморегуляции, описанные в автобиографии Ф. И. Шаляпина, включают:

- активное наблюдение и обучение состоянию «быть в образе» через взаимодействие с различными людьми;
- глубокое понимание материала и его творческое преобразование;
- междисциплинарный подход и синтез выразительных средств различных искусств в музыкальном образе;
- развитие эмоциональной восприимчивости и способности вчувствования в образ;
- эффективное использование образной памяти и наблюдательности;
- поддержание гибкости и адаптивности в различных условиях и предлагаемых обстоятельствах.

Автобиография Шаляпина создаёт ценную практическую основу для понимания механизмов формирования навыков *ситуативной саморегуляции* и *личностного самоконтроля* при овладении вокальным искусством. Триумфальная многолетняя сценическая деятельность великого певца показывает, как важно развивать не только технические навыки, но и способность к самостоятельному обучению, эмоциональному восприятию и творческому преобразованию полученного опыта. Она подтверждает важность интеграции различных аспектов, граней и приёмов саморегуляции в процесс обучения и исполнительской деятельности.

В фундаментальном труде авторитетного педагога и исследователя в области певческого искусства Л. Б. Дмитриева «Основы вокальной методики» [12] также можно найти практические рекомендации, прямо или косвенно связанные с развитием навыков саморегуляции в процессе вокального обучения. Как считает Л. Б. Дмитриев, в процессе обучения вокалу у певцов формируется специализированное восприятие – сложная система ощущений, недоступная непрофессиональным исполнителям. Оно включает в себя следующие ключевые компоненты: звуковое восприятие, охватывающее слуховые и мышечные ощущения, резонансные колебания гортани и контроль воздушного потока, а также чувство опоры, объединяющее слуховые, дыхательные и голосовые ощущения [Там же, с. 292–293]. Особое внимание уделяется роли преподавателя как посредника в организации самовосприятия звукового результата в процессе исполнения учащимися. Педагог играет ключевую роль в развитии способности обучающихся к саморегуляции и самоконтролю, направляя внимание учеников на определённые звуковые характеристики, ощущения вибрации и мышечные действия. Важным аспектом является постановка чётких задач, позволяющих учащимся сосредоточиться на конкретных локальных чувствах в теле и голосовом аппарате и установить прочную связь между правильным звучанием голоса и сопутствующими этому ощущениями.

Самонаблюдение, по мнению Дмитриева, выступает центральным навыком саморегуляции, позволяющим певцам контролировать и корректировать своё исполнение. Оно требует выработки привычки наблюдать как за собственным исполнением, так и за пением других, а также умения тонко воспринимать мельчайшие изменения звука и точно фиксировать сопровождающие ощущения [Там же, с. 294].

Контроль внимания является неотъемлемой составляющей саморегуляции. Как отмечала известная певица Полина Виардо, лучше петь двадцать минут с полной концентрацией, чем два часа без внимания [13, с. 2]. Для этого, несомненно, необходимо развитие способности к длительной концентрации и умению распределять внимание между различными задачами, что достижимо благодаря волевому усилию, а также целеустремлённости, настойчивости, самоконтролю и дисциплинированности. Перечисленные качества, по мнению П. Виардо, формируют основу для эффективного управления вокальным процессом [Там же].

Учёный и вокальный педагог В. П. Морозов, автор ряда трудов, таких как «Вокальный слух и голос» (1965), «Секреты вокальной речи» (1967), «Физические основы вокальной речи» (1977), «Искусство резонансного пения. Основы резонансной теории и техники» ещё в 1965 году представил фундаментальное исследование, где впервые экспериментально доказал, что физиологической основой вокального слуха является взаимодействие различных органов чувств человека, включая музыкальный слух, мышечное чувство, вибрационную чувствительность и зрение [14, с. 4]. Это открытие легло в основу теории мультисенсорной (полимодальной) координации, которая подчёркивает важность комплексного подхода к обучению вокалу.

Морозов также разработал теорию слухового регулятора, согласно которой слух является главным инструментом самоконтроля в процессе пения [Там же, с. 7]. Это положение послужило фундаментом для отбора методов тренировки слуховой обратной связи. В его трудах подчёркивается важность персонализированных методов/методик обучения, которые могут быть адаптированы под индивидуальные

особенности ученика, в том числе в свете уровня развития и перспектив овладения самоконтролем в развитии певческих навыков.

Особое внимание уделяется субъективным различиям в восприятии и самовосприятии звучания голоса в силу их влияния на процесс обучения. Автор утверждает, что несовпадение ощущений педагога и ученика часто становится причиной неудач. Для преодоления этого необходимо развивать у учащихся собственную систему контроля ощущений и навыков самовосприятия. Кроме того, В. П. Морозов описывает физиологические основы развития звуковой речи, связанные с образованием условно-рефлекторных связей в коре головного мозга.

Системная теория вокального обучения с раскрытием связи работы органов голосообразования с центральной нервной системой, организующей их функции в единый процесс пения, изложена в методике обучения сольному пению А. Г. Менабени [15], а также в коллективном труде под редакцией М. С. Агина «Вопросы вокального образования» [16]. Эти исследования являются важным источником для изучения певцом механизмов формирования голоса, а значит, и навыков осознанной саморегуляции в вокальном образовании.

Значительное место в методических рекомендациях под редакцией М. С. Агина занимает система мониторинга профессионального роста [Там же]. Авторы описывают традиционные формы контроля знаний, включая академические концерты и кафедральные конкурсы, которые служат важным инструментом для развития у студентов-вокалистов навыков самоконтроля и самооценки. Это создаёт теоретическую базу для формирования у учащихся навыков самоуправления образовательным процессом. Особое внимание уделяется развитию творческой самостоятельности как ключевого компонента профессионального становления вокалиста, делается акцент на рефлексии учебного процесса [Там же, с. 19]. Авторами обосновывается необходимость тщательного анализа результатов выступлений молодых вокалистов, что способствует развитию критического мышления и способности к самоанализу.

В кругу современных исследований в области вокального обучения, посвящённых проблеме саморегуляции напрямую, можно назвать подход М. А. Павловой, которая посвятила этому вопросу ряд научно-методических статей и диссертационное исследование [17; 18]. Концепция М. А. Павловой формируется вокруг специфического вокально-слухового самоконтроля, в котором музыкальный слух выступает основным фактором саморегуляции в деятельности исполнителя-вокалиста. В данном случае речь идёт, по нашему мнению, о самоконтроле на уровне согласованности мышечных действий при голосообразовании и слуховой обратной связи для коррекции интонирования в процессе пения.

Анализ представленных трудов показывает важность распределения внимания при овладении навыками самоконтроля и саморегуляции по уровням: уровню вокальных действий и корректировок при голосовом интонировании, уровню эмоциональной саморегуляции «в моменте» на сцене, при подготовке и после выступления, уровню личностного самоконтроля своего обучения и развития как субъекта образовательной деятельности.

Кроме того, методические поиски авторитетных представителей певческого искусства и педагогов-вокалистов приводят последующих исследователей к обобщениям: саморегуляция в искусстве пения представляет собой целостную

аффективно-когнитивную систему, объединяющую направленное восприятие, развитые навыки внимания, образной памяти, воображения в полимодальном поле разных искусств, эффективное самонаблюдение и самодистанцирование, сильные волевые качества, развитый и автоматизированный слуховой контроль, овладение потоковым состоянием поглощённости деятельностью.

Итак, в русской вокальной школе вопросы саморегуляции певческого процесса поднимались ещё с XIX века. В некоторых трудах нет прямого использования данного термина, однако содержание и смысл понятия и самого механизма самонаблюдения и контроля как компонента профессионального обучения в них присутствует. Поэтому можно утверждать, что в российской вокальной педагогике способности к саморегуляции всегда уделялось достаточное внимание, а студенты высших учебных заведений, обучавшиеся академическому пению, стремились освоить конкретные приёмы сохранения психологической стабильности и управления своим состоянием, перенимая знания у своих наставников. Пробел можно зафиксировать в концептуализации типов, уровней и целей саморегуляции, что является одной из задач нашего исследования.

### **Проблема эмоциональной саморегуляции в трудах китайских мастеров, педагогов и исследователей в области вокального искусства**

В связи с относительно недолгой историей профессионального музыкального образования в Китае, которую мы оставим за рамками данной статьи, проблема саморегуляции в обучении стала обсуждаться в научно-педагогических кругах относительно недавно. В конце XX и начале XXI века психология музыкального образования и вокального обучения в Китае только начинала формироваться. Среди значимых трудов в интересующем нас проблемном поле можно выделить книги Чжан Цянтя «Психологический анализ восприятия музыки» [19], Сюй Синсяо «Психология вокала» [20], Цзоу Чанхая «Психология вокального искусства» [21] и Ло Сяопин, Хуан Хун «Музыкальная психология» [22]. Эти исследования не только заложили теоретическую основу для преподавания вокала на высоком уровне, но и поспособствовали разработке эффективных методик обучения. Они помогали педагогам развивать разносторонние музыкальные данные у студентов. Вместе с тем проблема эмоциональной саморегуляции в указанных трудах не поднималась специально. Возможно, это объясняется изначально признанной в китайской ментальности важностью установки на управление своим настроением; «по умолчанию» воспитание с детства строится на умении сохранять баланс чувств через самоконтроль. Тем не менее современные студенты начали говорить о своих переживаниях и дезорганизации учебной деятельности, происходящих из-за не всегда возможной осознанной саморегуляции и потери контроля над эмоциями, негативно отражающихся на процессе овладения певческим искусством.

В XXI веке одна за другой стали появляться работы современных китайских авторов, которые начали обращаться к проблеме саморегуляции в вокальном искусстве. Так, Ян Нин исследовал особенности подготовки учителей вокала в педагогическом университете Цзилинь [23], подчеркнув возможность студентов самостоятельно строить ближайшие цели обучения. Важным аспектом его научных

изысканий является изучение методов эмоциональной регуляции в вокальном классе. В частности, понимание сюжета музыкального произведения и эмоциональной «истории образа» стимулирует, по мнению автора, творческую активность и развивает воображение учащихся, что напрямую связано с формированием навыков эмоциональной саморегуляции (это согласуется с советами Ф. И. Шаляпина). Ян Нин подчёркивает, что ограниченное количество учебного времени, выделенного на изучение дисциплины «Сольное пение», требует от студентов умения самостоятельно работать над формированием художественного образа, а значит, овладением приёмами самоконтроля в обучении.

Исследование Яо Вэй [24] представляет собой сравнительное изучение особенностей подготовки вокалистов в двух странах – в Китае и России. Автор подчёркивает важность всестороннего формирования личности будущего специалиста. Значительное место уделяется анализу самостоятельной работы студентов. Отмечается недостаточное количество часов, отводимых на самостоятельную подготовку, что, по убеждению Яо Вэй, создаёт определённые трудности в формировании навыков личностной саморегуляции в учебно-профессиональной деятельности обучающихся.

Итак, значение саморегуляции и её влияние на успех в процессе вокального обучения были подтверждены многими западными, российскими и китайскими исследователями. Результаты их научно-методических трудов подтверждают, что самоконтроль, самомотивация, стремление к саморегуляции и самокоррекции состояний, мыслеобразов, чувств, мышечных действий и поведенческих процессов эффективны для повышения уровня профессионализма в образовании вокалистов.

### Методическая концепция развития саморегуляции обучающихся в классе вокала

На основе представленных методологических оснований в ходе диссертационного исследования была разработана и апробирована методическая концепция развития навыков саморегуляции у студентов, обучающихся певческому искусству, включающая следующие положения:

1. Обучение в классе вокала с учётом индивидуальных различий студентов в их способности к саморегуляции состояний и собственной учебной деятельности (самостоятельному обучению) может привести к более стабильным и высоким результатам.
2. Специфика интерпретации понятия «навыки саморегуляции студентов в классе вокала» может включать как развитие эмоциональной саморегуляции состояния в процессе подготовки и выступления на сцене, так и овладение способами самоконтроля достижений обучения в классе и самостоятельной постановки персонализированных задач обучения в рамках профессиональных компетенций, определяемых государственными образовательными стандартами, на основе рефлексии личностных особенностей.
3. Методическая концепция развития навыков саморегуляции у студентов вокального класса строится на **синергии педагогических подходов в обучении**: *лично ориентированного с учётом индивидуальных особенностей обучающихся и профессионально ориентированного на сферы и зоны применения навыков*

*саморегуляции* (в процессе обучения в классе, в предконцертной подготовке к выступлению, в ходе актуализации звукового образа в сценических условиях).

- Педагогические условия и методы развития саморегуляции у обучающихся в вокальном классе должны опираться на навыки самоконтроля и управления эмоциональным состоянием, достижения оптимального функционального состояния на занятиях вокалом и в концертной обстановке (ситуативная саморегуляция), а также ориентироваться на развитие профессионально-личностной рефлексии и самоконтроля в постановке задач и достижении результатов, планировании времени занятий и ответственности за социально-образовательный режим, способствующий балансу состояний творческой усталости и здорового ресурсного отдыха (личностная саморегуляция).

Благодаря сочетанию лично ориентированного подхода, который учитывает уникальные черты обучающихся, и профессионально ориентированного, направленного на практическое применение навыков саморегуляции в профессиональном обучении вокалу как в аудиторной, так и во внеаудиторной форме участия в арт-фестивалях и концертах, удалось сделать процесс обучения более естественным, вписанным в постепенное включение в профессиональную деятельность, что уменьшало стресс. Кроме того, в ходе апробации в течение двух лет были определены и отобраны наиболее эффективные приёмы и методы работы со студентами, разработаны способы отслеживания результатов и оценки изменений профессиональных и личностных качеств обучающихся.

Педагогические принципы и методы, положенные в основу экспериментальной работы, основаны на гибкой и вариативной связи волевой саморегуляции учебной деятельности (личностной саморегуляции) и состояния «потока» на сцене (ситуативной сценической саморегуляции). Они направлены на развитие навыка рефлексии ощущений и звуковых результатов мышечных действий, самоконтроля в удержании внимания на переживании художественного образа и его внутренней динамики; на достижение оптимального состояния певца по уровням управления физическим (телесно-моторным), эмоциональным и когнитивным ресурсами в тесном единстве.

### **Опытно-экспериментальная проверка положений концепции**

Опытно-экспериментальная апробация (педагогический эксперимент) проводилась на базе Московского педагогического государственного университета (МПГУ) в рамках работы с участниками Международного Арт-фестиваля МПГУ, его вокального направления (декабрь 2024 – декабрь 2025 гг.). Всего на пилотном этапе работы экспериментатора в качестве наставника в эксперименте, по условиям Арт-фестиваля, под его руководством приняли участие 10 человек (студентов МПГУ из КНР и РФ – представителей разных факультетов, включая факультет музыкального искусства, обучающихся по программам высшего педагогического образования).

Целью *констатирующего этапа* эксперимента была фиксация исходного уровня навыков саморегуляции у принимающих участие в фестивале вокалистов – будущих педагогов на основе применения эмпирических методов тестирования (адаптированная методика Кенни), наблюдения, интервью, экспертных оценок. Полученные данные позволили оценить уровень концертной тревожности и ситуативной

саморегуляции участников эксперимента: показатели тревожности преимущественно высокие, а навыки саморегуляции неустойчивы или отсутствуют, применение их случайно и малоэффективно.

На *формирующем этапе* апробировались педагогические приёмы, методы и условия повышения у студентов уровня владения навыками саморегуляции в фестивальном контексте.

В ходе эмпирического исследования были выделены следующие условия и методы, показавшие результат в период участия студентов в фестивальных и концертных мероприятиях (трёх отборочных турах).

Совместное планирование со студентами – участниками фестиваля – аудиторной, внеаудиторной и самостоятельной работы над вокальным репертуаром предполагает достижение результатов «маленькими шагами» в решении понятных задач в области внимания к мышечным ощущениям, эмоциональным «крайностям» в переживаниях ситуации выступления на сцене, к дидактическим установкам самонаблюдения за процессом работы над художественным образом в классе, на сцене, в мысленном формировании эталона звука и интонирования.

1. Контроль за выполнением задач со стороны педагога с постепенной его передачей студенту в совместно-разделённой деятельности и вне аудитории с фиксацией наблюдений в «дневнике артиста».
2. Самоконтроль студентами более широкого контекста и «ситуаций успеха» для вокальных занятий на уровне анализа и контроля физического поведения и бытовых привычек, психологических факторов для спонтанных состояний продуктивности или непродуктивности творческой деятельности, когнитивных установок на уроки вокала, на репертуарные предпочтения, на свои слабые и сильные стороны, на важность оценок, на ситуацию конкурса и др.

Выделенные педагогические условия на этапе фестивальной подготовки дополнялись задачами обучения студентов следующим методам: самонаблюдения и самоанализа по указанным показателям, развитие навыков самоконтроля времени для интенсивных нагрузок и для ресурсного отдыха, для восприятия новых художественных событий, для выполнения специальных физических, психологических и вокальных упражнений, для ведения «дневника артиста» и др. В числе значимых личностных результатов участия в Арт-фестивале была согласована независимая от баллов жюри и занятого места в конкурсных турах цель – развитие качеств «внутреннего учителя» и его функций: а) способности самостоятельно оценивать своё исполнение (в том числе по аудио- и видеозаписям); б) сформированность привычки к систематическому самоконтролю (до, во время, после выступления и в профессиональной рутине вне конкурсов).

Важным фактором успешности реализации разработанной и апробированной методической концепции осознана её поэтапность и постепенность развития саморегуляции как личностного и ситуативного качества в профессиональном поведении в практиках повседневности (от простого к сложному, от общего к частному). К практикам повседневности вокалиста мы относим навыки саморегуляции для достижения баланса работы и отдыха, продуктивного времени для самостоятельных занятий, организацию развивающего социокультурного контекста при получении образования.

На завершающем этапе опытно-экспериментальной работы была проведена диагностика результативности формирования и развития навыков саморегуляции у студентов по двум группам критериев – объективным и субъективным (таблица 1).

Таблица 1

**Объективные и субъективные критерии для оценки результативности формирования навыков саморегуляции у студентов-вокалистов**  
**Objective and subjective criteria for assessing the effectiveness of developing self-regulation skills in vocal students**

Объективные показатели	Субъективные показатели
Стабильность дыхания и звукообразования	Уровень сценического волнения перед выступлением (самооценка по шкале от 1 до 10 баллов)
Чистота интонирования и точность в передаче особенностей темпо-ритма	Способность к концентрации и умению сосредоточить внимание на интонировании в образе, не отвлекаться на раздражители во время выступления (самооценка по шкале от 1 до 10 баллов)
Качество звукоизвлечения (однородность звучания голоса на протяжении всего диапазона, красота тембра, полётность, выразительность звука)	Рефлексия после выступления, выявляющая уровень удовлетворённости обучающегося собственным исполнением в аспектах звучания голоса (беседа с педагогом, анкетирование)
Сценическое поведение и артистизм (психологическая раскрепощённость, отсутствие физической зажатости мышц, умение передать содержание сочинения в соответствии с характером музыки, умение «вжиться в образ»)	Рефлексия способности к самоконтролю факторов профессиональной эффективности в поведении на сцене и в практиках повседневности

В результате качественного анализа полученных на завершающем этапе данных сделаны выводы о наиболее значимых факторах, педагогических условиях и методах развития саморегуляции, поскольку у всех студентов – участников эксперимента – был зафиксирован прогресс как по объективным, так и по субъективным критериям, но значимость отдельных методов варьировалась в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся. Полученный результат подтверждает акцентирование личностно-ориентированного подхода к развитию саморегуляции в профессиональной деятельности у обучающихся вокальному искусству.

### Заключение

Представленная и апробированная методическая концепция развития навыков саморегуляции, основанная на личностно и профессионально ориентированных подходах, позволяет системно подойти к решению заявленной научно-педагогической проблемы.

Педагогическая интерпретация понятия «навыки саморегуляции студентов в классе вокала» может включать как развитие эмоциональной саморегуляции своим состоянием в процессе подготовки и при выступлении на сцене, так и овладение способами самоконтроля достижений целей обучения в классе и для самостоятельной постановки персонализированных задач профессионально-личностного развития

в рамках компетенций и стандартов образования страны обучения на основе рефлексии своих личностных особенностей.

Методы развития саморегуляции опираются на сформированные у обучающихся навыки рефлексии, самоконтроля и достижения оптимального состояния артиста по уровням управления: физическим (телесно-мышечным) состоянием голосового аппарата, эмоциональным балансом и когнитивной устойчивостью в достижении воплощения художественного замысла в исполнении. Развитие навыков ситуативной саморегуляции позволяет студентам-вокалистам преодолеть сценическое волнение, сконцентрироваться на исполнении, достигнуть единства и гармонии между технической и художественной сторонами исполнения, что является залогом профессионального успеха.

Педагогические условия развития личностной саморегуляции включают не только обратную связь и контроль со стороны педагога, но и самоконтроль учебно-профессиональной деятельности, образовательного процесса и учебных действий студентов, что требует поэтапного самообучения и укрепления в себе «внутреннего учителя».

## БИБЛИОГРАФИЯ

1. *Станиславский К. С.* Собрание сочинений: в 9 т. Т. 3. Работа актёра над собой, ч. 2. Работа над собой в творческом процессе воплощения: материалы к кн. / общ. ред. А. М. Смелянского, вступ. ст. Б. А. Покровского, коммент. Г. В. Кристи и В. В. Дыбовского. М.: Искусство, 1990. 508 с.
2. *Паваротти Л.* И каждая нота на вес золота // Аргументы и факты. 1990. № 46. С. 7.
3. *Григорьев В. Ю.* Некоторые черты педагогической системы Д. Ф. Ойстраха // Музыкальное исполнительство и педагогика: история и современность: сб. ст. / сост. Т. А. Гайдамович. М.: Музыка, 1991. С. 5–34.
4. *Богоявленская Д. Б.* Творчество как атрибут искусства или личности? // Проблемы психологии искусства: материалы Всероссийской научно-практической конференции, Москва, 09 ноября 2023 года. Москва: Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований, Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова, 2023. С. 8–15.
5. *Ильин Е. П.* Психология творчества, креативности, одарённости. СПб.: Питер, 2009. 434 с.
6. *Станиславский К. С.* Работа актёра над собой. Собрание сочинений: в 9 т. Т. 2. М.: Искусство, 1989. 511 с.
7. *Bandura A.* Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change // Psychol Rev. 1977. Vol. 84 (2). Pp. 191–215.
8. *Zimmerman B. J.* A Social Cognitive Toward a Unifying of Self-Regulated Academic Learning // Journal of Educational Psychology. 1989. Vol. 81 (3). Pp. 329–339.
9. *Pintrich P. R.* The Role of Goal Orientation in Self-Regulated Learning // Boekaerts M., Pintrich P. R. and Zeidner M. (eds.), Handbook of Self-Regulation. San Diego, CA: Academic Press, 2000. Pp. 451–502.
10. *Чиксентмихайи М.* Поток: Психология оптимального переживания / пер. с англ. М.: Альпина нон-фикшн, 2011. 464 с.

11. Шаляпин Ф. И. Страницы из моей жизни. Фрунзе: Адабият, 1991. 511 с.
12. Дмитриев Л. Б. Основы вокальной методики. М.: Музыка, 2007. 368 с.
13. Виардо П. Упражнения для женского голоса. Час упражнений: учебное пособие / пер. А. Ю. Ефимова. СПб.: Лань: Планета музыки, 2013. 144 с.
14. Морозов В. П. Вокальный слух и голос. Л.: Музыка, 1965. 88 с.
15. Менабени А. Г. Методика обучения сольному пению. М.: Просвещение, 1987. 93 с.
16. Вопросы вокального образования: методические рекомендации для преподавателей вузов и средних специальных учебных заведений / ред.-сост. М. С. Агин. М.: Российская акад. музыки им. Гнесиных; СПб.: Санкт-Петербургская консерватория им. Н. А. Римского-Корсакова, 2019. 305 с.
17. Павлова М. А. Понятие «Вокально-слуховой самоконтроль» как педагогическая инновация // Традиции и инновации в современном культурно-образовательном пространстве России: материалы Международной научно-практической конференции. Москва, 26–27 мая 2009 г.: в 2 ч. Ч. 2. М.: РИЦ МГГУ им. М. А. Шолохова, 2009. С. 54–61.
18. Павлова М. А. Формирование вокально-слухового самоконтроля у студентов музыкально-педагогического факультета на занятиях по постановке голоса: дис. канд. ... пед. наук. М., 2002. 184 с.
19. 张前. 音乐欣赏心理分析. 北京: 人民音乐出版社, 1983.256页 [Чжан Цянь. Психологический анализ восприятия музыки. Пекин: Народное музыкальное издательство, 1983. 256 с.] (на китайском языке).
20. 徐行效. 声乐心理学. 北京: 科学出版社, 2003.412页 [Сюй Синсяо. Психология вокала. Пекин: Научное издательство, 2003. 412 с.] (на китайском языке).
21. 邹长海. 声乐艺术心理学. 北京: 人民音乐出版社, 2000.493页 [Цзоу Чанхай. Психология вокального искусства. Пекин: Народное музыкальное издательство, 2000. 493 с.] (на китайском языке).
22. 罗小平, 黄虹. 音乐心理学. 上海: 上海音乐学院出版社, 2008. 415页 [Лю Сяопин, Хуан Хун. Музыкальная психология. Шанхай: Шанхайское музыкальное издательство, 2008. 415 с.] (на китайском языке).
23. Ян Нин. Особенности обучения педагогов-вокалистов Цзилиньского педагогического университета (КНР): постановка проблемы // Учёные записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. 2022. Т. 8. № 1 (74). С. 72–77.
24. Яо Вэй. Подготовка специалистов вокального искусства в системах высшего музыкального образования Китая и России: дис. ... канд. пед. наук. Астрахань, 2015. 196 с.

*Поступила 05.11.2025; принята к публикации 10.12.2025.*

*Об авторах:*

**Ван Ган**, аспирант кафедры методологии и технологий педагогики музыкального образования имени Э. Б. Абдуллина Института изящных искусств Московского педагогического государственного университета (МПГУ) (ул. Малая Пироговская, 1/1, Москва, Российская Федерация, 119435), 9268708820wg@gmail.com

**Торопова Алла Владимировна**, профессор кафедры методологии и технологий педагогики музыкального образования имени Э. Б. Абдуллина Института изящных искусств

искусств Московского педагогического государственного университета (ул. Малая Пироговская, 1/1, Москва, Российская Федерация, 119435), доктор педагогических наук, доктор психологических наук, профессор, av.toropova@mpgu.su

*Авторами прочитан и одобрен окончательный вариант рукописи.*

## REFERENCES

1. Stanislavsky K. S. *Sobranie sochinenii: v 9 t. T. 3. Rabota aktyora nad soboi, ch. 2. Rabota nad soboi v tvorchestvom protsesse voploshcheniya: materialy k kn.* [Collected Works: in 9 vols. Vol. 3. An Actor's Work on Himself, Pt. 2. Work on Oneself in the Creative Process of Embodiment: Materials for the Book]. General ed. A. M. Smelyansky, Introductory Article B. A. Pokrovsky, Commentary G. V. Kristi and V. V. Dybovsky. Moscow: Publishing House "Iskusstvo", 1990. 508 p. (in Russian).
2. Pavarotti L. I kazhdaya nota na ves zolota [And Every Note is Worth Its Weight in Gold]. *Argumyenty i fakty* [Argumenty i Fakty]. 1990. No. 46. P. 7 (in Russian).
3. Grigoriev V. Yu. Nekotorye cherty pedagogicheskoi sistemy D. F. Oistrakha [Some Features of the Pedagogical System of D. F. Oistrakh]. *Muzykal'noe ispolnitel'stvo i pedagogika: istoriya i sovremennost'* [Musical Performance and Pedagogy: History and Modernity]: Collection of Articles. Comp. T. A. Gaidamovich. Moscow: Publishing House "Music", 1991. Pp. 5–34 (in Russian)
4. Bogoyavlenskaya D. B. Tvorchestvo kak atribut iskusstva ili lichnosti? [Creativity as an Attribute of Art or Personality?]. *Problemy psikhologii iskusstva: materialy Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii, Moskva, 09 noyabrya 2023 goda* [Problems of the Psychology of Art: Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference, Moscow, November 09, 2023]. Moscow: Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research, Lomonosov Moscow State University, 2023. Pp. 8–15 (in Russian).
5. Ilyin E. P. *Psikhologiya tvorchestva, kreativnosti, odaryonnosti* [Psychology of Creativity, Creativity, Giftedness]. St. Petersburg: Publishing House "Piter", 2009. 434 p. (in Russian).
6. Stanislavsky K. S. *Rabota aktyora nad soboi. Sobranie sochinenii: v 9 t. T. 2* [An Actor's Work on Himself. Collected Works: in 9 vols. Vol. 2]. Moscow: Publishing House "Iskusstvo", 1989. 511 p. (in Russian).
7. Bandura A. Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychol Rev.* 1977, vol. 84 (2), pp. 191–215.
8. Zimmerman B. J. A Social Cognitive Toward a Unifying of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology.* 1989, vol. 81 (3), pp. 329–339.
9. Pintrich P. R. The Role of Goal Orientation in Self-Regulated Learning. Boekaerts M., Pintrich P. R. and Zeidner M. (eds.), *Handbook of Self-Regulation.* San Diego, CA: Academic Press, 2000. Pp. 451–502.
10. Csikszentmihalyi M. *Potok: Psikhologiya optimal'nogo perezhivaniya* [Flow: The Psychology of Optimal Experience]. Trans. from English. Moscow: Publishing House "Alpina Non-fiction", 2011. 464 p. (in Russian).
11. Chaliapin F. I. *Stranitsy iz moei zhizni* [Pages from My Life]. Frunze: Publishing House "Adabiyat", 1991. 511 p. (in Russian).

12. Dmitriev L. B. *Osnovy vokal'noi metodiki* [Fundamentals of Vocal Methodology]. Moscow: Publishing House "Music", 2007. 368 p. (in Russian).
13. Viardot P. *Uprazhneniya dlya zhenskogo golosa. Chas uprazhnenii* [Exercises for the Female Voice. An Hour of Exercises]: A Tutorial. Transl. by A. Yu. Efimov. St. Petersburg: Publishing House "Lan"; Publishing House "Planet of Music", 2013. 144 p. (in Russian).
14. Morozov V. P. *Vokal'nyi slukh i golos* [Vocal Hearing and Voice]. Leningrad: Publishing House "Music", 1965. 88 p. (in Russian).
15. Menabeni A. G. *Metodika obucheniya sol'nomu peniyu* [Methodology of Teaching Solo Singing]. Moscow: Publishing House "Prosveshchenie", 1987. 93 p. (in Russian).
16. *Voprosy vokal'nogo obrazovaniya: metodicheskie rekomendatsii dlya prepodavatelei vuzov i srednikh spetsial'nykh uchebnykh zavedenii* [Issues of Vocal Education: Methodological Recommendations for Teachers of Universities and Secondary Specialized Educational Institutions]. Ed., Comp. by M. S. Agin. Moscow: Gnessin Russian Academy of Music; St. Petersburg: Rimsky-Korsakov St. Petersburg State Conservatory, 2019. 305 p. (in Russian).
17. Pavlova M. A. Ponyatie "Vokal'no-slukhovoii samokontrol'" kak pedagogicheskaya innovatsiya [The Concept of "Vocal-Auditory Self-Control" as a Pedagogical Innovation]. *Traditsii i innovatsii v sovremennoe kul'turno-obrazovatel'nom prostranstve Rossii: materialy Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii. Moskva, 26–27 maya 2009 g.: v 2 ch. Ch. 2* [Traditions and Innovations in the Modern Cultural and Educational Space of Russia: Materials of the International Scientific and Practical Conference. Moscow, May 26–27, 2009. In 2 pts. Pt. 2]. Moscow: RIC MGGU named after M. A. Sholokhov, 2009. Pp. 54–61 (in Russian).
18. Pavlova M. A. *Formirovanie vokal'no-slukhovogo samokontrolya u studentov muzykal'no-pedagogicheskogo fakul'teta na zanyatiyakh po postanovke golosa* [Formation of Vocal-Auditory Self-Control in Students of the Musical-Pedagogical Faculty in Voice Training Classes]: PhD Dissertation of Pedagogical Sciences. Moscow, 2002. 184 p. (in Russian).
19. 张前. 音乐欣赏心理分析. 北京: 人民音乐出版社, 1983. 256页 [Zhang Qian. Psychological Analysis of Music Appreciation. Beijing: People's Music Publishing House, 1983. 256 p.] (in Chinese).
20. 徐行效. 声乐心理学. 北京: 科学出版社, 2003. 412页 [Xu Xingxiao. Vocal Psychology. Beijing: Science Press, 2003. 412 p.] (in Chinese).
21. 邹长海. 声乐艺术心理学. 北京: 人民音乐出版社, 2000. 493页 [Zou Changhai. Psychology of Vocal Art. Beijing: People's Music Publishing House, 2000. 493 p.] (in Chinese).
22. 罗小平, 黄虹. 音乐心理学. 上海: 上海音乐学院出版社, 2008. 415页 [Luo Xiaoping, Huang Hong. Music Psychology. Shanghai: Shanghai Music Publishing House, 2008. 415 p.] (In Chinese).
23. Yang Ning. Osobennosti obucheniya pedagogov-vokalistov TSzilin'skogo pedagogicheskogo universiteta (KNR): postanovka problemy [Features of Training Vocal Teachers at Jilin Normal University (PRC): Statement of the Problem]. *Uchyonye zapiski Krymskogo federal'nogo universiteta imeni V. I. Vernadskogo. Sotsiologiya. Pedagogika. Psikhologiya* [Scientific Notes of the V. I. Vernadsky Crimean Federal University. Sociology. Pedagogy. Psychology]. 2022, vol. 8, no. 1 (74), pp. 72–77 (in Russian)
24. Yao Wei. *Podgotovka spetsialistov vokal'nogo iskusstva v sistemakh vysshego muzykal'nogo obrazovaniya Kitaya i Rossii* [Training of Vocal Art Specialists in the Systems of Higher Music Education in China and Russia]: PhD Dissertation of Pedagogical Sciences. Astrakhan, 2015. 196 p. (in Russian).

*Submitted 05.11.2025; revised 10.12.2025.*

*About the authors:*

**Wang Gang**, Postgraduate Student of the Department of Methodology and Technologies of Pedagogy of Music Education named after E. B. Abdullin, Institute of Fine Arts, Moscow Pedagogical State University (MPGU) (Malaya Pirogovskaya Street, 1/1, Moscow, Russian Federation, 119435), 9268708820wg@gmail.com

**Alla V. Toropova**, Professor of the Department of Methodology and Technologies of Pedagogy of Music Education named after E. B. Abdullin, Institute of Fine Arts, Moscow State Pedagogical University (MPGU) (Malaya Pirogovskaya Street, 1/1, Moscow, Russian Federation, 119435), Doctor of Pedagogical Sciences, Doctor of Psychological Sciences, Professor, av.toropova@mpgu.su

*The authors have read and approved the final manuscript.*