

**Кувычко Максим Евгеньевич**

аспирант Краснодарского государственного  
института культуры,  
артист симфонического оркестра «Премьера»

**ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ  
ИССЛЕДОВАНИЕ РАЗВИТИЯ  
ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ  
СТУДЕНТОВ-МУЗЫКАНТОВ  
В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ  
ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ВУЗЕ**

**Аннотация:**

*В статье рассматриваются результаты диагностики развития эмоциональной устойчивости у студентов-музыкантов в процессе обучения исполнительской деятельности. В качестве методов эмпирического исследования развития эмоциональной устойчивости студентов-музыкантов использованы методика диагностики эмоциональной возбудимости – уравновешенности, методика диагностики помех в установлении эмоциональных контактов, методика диагностики стилевых особенностей саморегуляции поведения, а также методика диагностики устойчивости к стрессу.*

**Ключевые слова:**

*эмоциональная устойчивость, диагностика, эмоциональная возбудимость, саморегуляция, самоконтроль, уравновешенность, устойчивость к стрессу.*

**Kuvichko Maxim Evgenievich**

PhD student,  
Krasnodar State University of Culture and Arts,  
Artist of Symphonic Orchestra "Premiere"

**THE PILOT STUDY OF  
EMOTIONAL STABILITY  
DEVELOPMENT OF  
STUDENT MUSICIANS  
IN THE COURSE OF  
MUSICAL TRAINING  
IN A HIGHER EDUCATION INSTITUTION**

**Summary:**

*The article deals with the results of the diagnostics assessing development of emotional stability of student musicians in the course of musical training. As methods of empirical research of student musicians' emotional stability development, the author uses the technique of emotional excitability / balance diagnostics, the technique of diagnostics of hindrances in establishment of emotional contacts, the diagnostics of style features of behaviour self-control, and the technique of stress tolerance diagnostics.*

**Keywords:**

*emotional stability, diagnostics, emotional excitability, self-control, self-checking, steadiness, stress tolerance.*

Эмоциональная устойчивость музыканта-исполнителя – это врожденная или приобретенная способность регулировать собственные эмоции в эмоциогенных профессиональных ситуациях, обеспечивающая успешное достижение цели и гибкое реагирование с сохранением внутреннего эмоционального гомеостаза. Важно развивать эмоциональную устойчивость и ее критерии, поскольку она, по мнению О.А. Сиротина [1], не позволяет нанести здоровью и нервной системе человека ощутимый вред, поскольку тесно связана с параметрами нервной и физической выносливости, способной решать сложные задачи в эмоционально напряженной обстановке.

В качестве методов эмпирического исследования развития эмоциональной устойчивости студентов-музыкантов в процессе профессиональной подготовки была использована методика Б.Н. Смирнова «Эмоциональная возбудимость – уравновешенность» [2].

Выборка составила 93 человека: студенты групп «Оркестровые и струнные инструменты» (28 человек), «Оркестровые духовые и ударные инструменты» (31 человек) и «Инструменты народного оркестра» (34 человека). В процессе экспериментального исследования эмоциональной устойчивости при обучении исполнительской деятельности студентов-музыкантов разделили на две подгруппы – экспериментальную (47 человек) и контрольную (46 человек). В процесс профессиональной подготовки экспериментальной группы в течение года внедрялась разработанная технология с использованием авторских методик развития эмоциональной устойчивости. Для чистоты эксперимента подобная работа не проводилась в контрольной группе, но срезы по результатам диагностики развития эмоциональной устойчивости сделаны в обеих группах до и после эксперимента.

Для анализа данных был выбран непараметрический Т-критерий Вилкоксона, который применяется для сопоставления показателей, измеренных в различных условиях на одной выборке испытуемых. Обработка результатов исследования производилась с помощью табличного процессора MSExcel.

Методика Б.Н. Смирнова «Эмоциональная возбудимость – уравновешенность» направлена на выявление уровня эмоциональной возбудимости и одного из важнейших аспектов эмо-

циональной устойчивости – уравновешенности. На констатирующем этапе исследования наблюдалась очень высокая эмоциональная возбудимость, которую продемонстрировали почти 51 % респондентов в среднем по всем экспериментальным группам. Эти студенты отмечали, что их постоянно терзает чувство вины, они вспыльчивы и ранимы, чувствуют раздражение по отношению к близким людям, их легко можно вывести из равновесия, рассердить, они подвержены частым сменам настроения. Эти симптомы свидетельствуют об эмоциональной неустойчивости, неуравновешенности личности.

При повторном срезе результатов уровня эмоциональной возбудимости и эмоциональной уравновешенности, проведенном после эксперимента, наблюдается некоторое снижение процента параметров «очень высокая» и «высокая эмоциональная возбудимость» на 11,83 % в экспериментальной группе студентов-музыкантов в целом.

Соответственно, увеличивается количество респондентов, имеющих среднюю эмоциональную возбудимость, с 40,57 до 51,3 % и количество студентов, обладающих высокой эмоциональной уравновешенностью, с 7,47 до 8,53 % в среднем по экспериментальной группе. При этом количество студентов-музыкантов, имеющих очень высокую эмоциональную уравновешенность, не изменилось и составило 0,97 % от общего количества респондентов в экспериментальной группе.

Исходя из целей исследования и основываясь на полученных данных по каждой группе студентов, были сформулированы гипотезы о проведенной экспериментальной работе. Обобщим эти гипотезы для экспериментальной группы в целом.

Гипотеза  $H_0$ : Интенсивность сдвига в сторону снижения уровня эмоциональной возбудимости не превышает сдвига в сторону увеличения уровня эмоциональной возбудимости в экспериментальной группе студентов-музыкантов.

Гипотеза  $H_1$ : Интенсивность сдвига в сторону снижения уровня эмоциональной возбудимости превышает сдвиг в сторону увеличения уровня эмоциональной возбудимости в экспериментальной группе.

С использованием непараметрического метода Вилкоксона по каждой группе были получены эмпирические коэффициенты  $T_{\text{эмп.}}$  для сравнения с критическими коэффициентами уровней значимости  $p \leq 0,05$  и  $p \leq 0,01$ . Расчеты эмпирических коэффициентов выполнены в программном приложении MSExcel, а критические значения выбраны из статистических таблиц критических значений метода Вилкоксона.

В группе «Оркестровые и струнные инструменты» эмпирический коэффициент  $T_{\text{эмп.}} = 0$ . Критические значения  $T_{\text{кр.}} = 17$  ( $p \leq 0,05$ ) и  $T_{\text{кр.}} = 9$  ( $p \leq 0,01$ ). В силу того, что  $T_{\text{эмп.}} \leq T_{\text{кр.}}$ , мы отклоняем гипотезу  $H_0$  и принимаем гипотезу  $H_1$ . В группе «Оркестровые и струнные инструменты» наблюдается снижение уровня эмоциональной возбудимости студентов-музыкантов.

Аналогично выглядит ситуация и в двух других экспериментальных группах студентов-музыкантов. В группе «Оркестровые духовые и ударные инструменты» эмпирический коэффициент составил  $T_{\text{эмп.}} = 0$  при критических значениях  $T_{\text{кр.}} = 25$  ( $p \leq 0,05$ ) и  $T_{\text{кр.}} = 15$  ( $p \leq 0,01$ ). В группе «Инструменты народного оркестра»  $T_{\text{эмп.}} = 0$ , а критические значения  $T_{\text{кр.}} = 30$  ( $p \leq 0,05$ ) и  $T_{\text{кр.}} = 19$  ( $p \leq 0,01$ ). В обоих случаях значение эмпирического коэффициента ( $T_{\text{эмп.}}$ ) не превышает значения критического коэффициента ( $T_{\text{кр.}}$ ). Из этого можно сделать вывод, что для групп «Оркестровые духовые и ударные инструменты» и «Инструменты народного оркестра» справедлива гипотеза  $H_1$ , то есть в этих группах также произошло снижение уровня эмоциональной возбудимости студентов-музыкантов. В группе «Оркестровые духовые и ударные инструменты» уровень эмоциональной уравновешенности вырос на 3,2 %.

В контрольной группе студентов-музыкантов в процессе экспериментального исследования эмоциональной устойчивости также проводились срезы результатов анализа уровня эмоциональной возбудимости с использованием диагностической методики Б.Н. Смирнова «Эмоциональная возбудимость – уравновешенность». На констатирующем этапе количество студентов, имеющих очень высокую и высокую возбудимость, составило 54,35 % (17,39 и 36,96 % соответственно) от общего количества студентов-музыкантов контрольной группы. Среднюю эмоциональную возбудимость имеют 39,13 % студентов-музыкантов, а низкую эмоциональную возбудимость (высокую эмоциональную уравновешенность) – 4,35 % студентов контрольной группы. Очень высокой эмоциональной уравновешенностью обладают 2,1 % студентов-музыкантов контрольной группы.

На заключительном этапе результаты в целом не изменились, но количество студентов, имеющих очень высокую эмоциональную возбудимость, составило 21,74 %, а количество студентов с высокой эмоциональной возбудимостью – 32,61 % от общего количества студентов контрольной группы, что в сумме также составляет 54,35 %. Некоторые изменения в результатах объясняются

тем, что в конце учебного года у студентов накопилась усталость. Результаты тестирования показывают, что накопленная усталость, проблемы, отсутствие соответствующей поддержки не способствуют повышению стрессовой устойчивости студентов контрольной группы.

Результаты всех проведенных диагностик развития эмоциональной устойчивости студентов-музыкантов в процессе исполнительской деятельности свидетельствуют о положительной динамике в экспериментальной группе, в которой внедрялась разработанная авторская технология развития эмоциональной устойчивости студентов-музыкантов. В то время как в контрольной группе студентов-музыкантов данные остались без изменений. Таким образом, авторская технология развития эмоциональной устойчивости студентов-музыкантов в процессе исполнительской деятельности эффективна и, соответственно, приобретает важность внедрения в учебный процесс.

#### **Ссылки:**

1. Сиротин О.А. К вопросу о психофизиологической природе эмоциональной устойчивости спортсменов // Вопросы психологии. 1973. № 1. С. 129–133.
2. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб., 2001. 752 с.

#### **References:**

1. Sirotnin, OA 1973, 'On the question of psycho-physiological nature of emotional stability athletes', *Questions of psychology*, no. 1, p. 129-133.
2. Ilyin, EP 2001, *Emotions and feelings*, St. Petersburg, 752 p.