

УДК: 780.616.43.071.5:159.944.4

[https://doi.org/10.31652/3041-1017-2026\(8-1\)-28](https://doi.org/10.31652/3041-1017-2026(8-1)-28)

# ФОРМУВАННЯ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТА-ПІАНІСТА ДО ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРОЦЕСІ СЦЕНІЧНИХ ВИСТУПІВ

Володимир Черкасов <sup>1</sup> , Юлія Мельохіна <sup>1</sup> , Аеліта Шпішак <sup>1</sup> <sup>1</sup> Комунальний заклад вищої освіти «Академія культури і мистецтв» Закарпатської обласної ради, м. Ужгород, Україна

Надійшла до редакції / Received: 4.02.2026 Схвалено до друку / Accepted: 19.03.2026

## Анотація

В статті висвітлено теоретичні та практичні аспекти формування внутрішньої стійкості майбутніх піаністів-виконавців до професійного деструктивного виснаження. Обґрунтовано доцільність вивчення категорії емоційного вигорання в межах вищої мистецької освіти крізь призму хронічного когнітивного й психомоторного перевантаження особистості.

На основі аналізу науково-методичної літератури з'ясовано сутнісні характеристики досліджуваного синдрому та специфіку його гострих проявів у представників творчих професій, що безпосередньо пов'язано з художньою лабільністю нервової системи та публічним характером діяльності.

Доведено системний характер негативних наслідків вигорання, які призводять до деформації мотиваційної сфери, погіршення мнемічних процесів, виникнення глибокої кризи творчої ідентичності та стійких соматичних розладів виконавського апарату піаніста.

Охарактеризовано сутність сценічної стійкості, виконавської надійності та психологічної готовності як здатності трансформувати деструктивне хвилювання у творче піднесення на основі раціонального вибору способів подолання стресу. Визначено чинники виникнення сценічного дискомфорту в процесі фортепіанного навчання, зумовлені специфікою сольної відокремленості на сцені, високою координаційною тонкістю рухів та постійним психологічним тиском педагогічного контролю й екзаменаційного оцінювання. Сформульовано комплексний підхід до подолання сценічного страху, що передбачає системне оновлення взаємодії в освітньому просторі закладу вищої освіти та свідому відмову викладача від авторитарних методів тиску.

Запропоновано практичний інструментарій стабілізації емоційного стану майбутніх піаністів, який інтегрує методи попереднього ідеомоторного моделювання сценічної ситуації у стані м'язового розслаблення, зміщення когнітивних установок з технічної стерильності на реалізацію масштабних інтерпретаційних завдань, а також опанування прийомами експрес-саморегуляції в доконцертний період. Доведено ефективність штучного розширення виконавської практики через залучення студентів до альтернативних, менш стресових форм публічних виступів з метою м'якої десенсибілізації психіки до умов естради та перетворення сцени на безпечний простір для творчої самореалізації.

*Ключові слова:* мистецька освіта, емоційне вигорання, емоційна стійкість, ідеомоторне тренування, піаніст-виконавець, публічний виступ, саморегуляція, сценічний страх, основний музичний інструмент (фортепіано), психологічна готовність.

UDC: 780.616.43.071.5:159.944.4

[https://doi.org/10.31652/3041-1017-2026\(8-1\)-28](https://doi.org/10.31652/3041-1017-2026(8-1)-28)

# DEVELOPMENT OF CREATIVE ABILITIES OF BACHELORSTUDENTS THROUGH MUSICAL IMPROVIZATION

Volodymyr Cherkasov <sup>1</sup> , Yulia Melokhina <sup>1</sup> , Aelita Shpishak <sup>1</sup> 

<sup>1</sup> The Academy of Culture and Arts, a municipal higher education institution of the Transcarpathian Regional Council, Uzhhorod, Ukraine

## Abstract

The article highlights the theoretical and practical aspects of the formation of internal resistance of future pianists-performers to professional destructive exhaustion. The feasibility of studying the category of emotional burnout within higher art education through the prism of chronic cognitive and psychomotor overload of the individual is substantiated.

Based on the analysis of scientific and methodological literature, the essential characteristics of the studied syndrome and the specificity of its acute manifestations in representatives of creative professions were clarified, which is directly related to the artistic lability of the nervous system and the public nature of the activity.

The systemic nature of the negative consequences of burnout, which lead to deformation of the motivational sphere, deterioration of mnemonic processes, the emergence of a deep crisis of creative identity and persistent somatic disorders of the pianist's performing apparatus, is proven.

The essence of stage stability, performing reliability and psychological readiness is characterized as the ability to transform destructive excitement into creative uplift based on a rational choice of methods for overcoming stress. The factors of stage discomfort in the process of piano training are determined, due to the specifics of solo isolation on stage, high coordination subtlety of movements and constant psychological pressure of pedagogical control and examination evaluation. A comprehensive approach to overcoming stage fright is formulated, which involves a systematic renewal of interaction in the educational space of a higher education institution and the teacher's conscious rejection of authoritarian methods of pressure.

A practical toolkit for stabilizing the emotional state of future pianists is proposed, which integrates methods of preliminary ideomotor modeling of the stage situation in a state of muscle relaxation, shifting cognitive attitudes from technical sterility to the implementation of large-scale interpretative tasks, as well as mastering express self-regulation techniques in the pre-concert period. The effectiveness of artificially expanding performing practice by involving students in alternative, less stressful forms of public performances with the aim of mild desensitization of the psyche to stage conditions and transforming the stage into a safe space for creative self-realization is proven.

*Keywords:* art education, emotional burnout, emotional stability, ideomotor training, pianist-performer, public performance, self-regulation, stage fright, main musical instrument (piano), psychological readiness.

**Постановка наукової проблеми.** Сучасний соціокультурний простір висуває високі вимоги до професійної підготовки майбутніх фахівців у галузі музичного мистецтва, де виконавець має демонструвати не лише бездоганну технічну майстерність, а й здатність транслювати глибокі художньо-образні сенси в умовах публічного виступу. Водночас процес становлення студента-піаніста інтегрує складні когнітивні,

моторні та психоемоційні процеси, що розгортаються на тлі постійного інтелектуального та психічного напруження. Зокрема, практика тривалих щоденних репетицій, занурення у багаторівневий зміст музичних творів і необхідність стабільної демонстрації результатів праці перед вимогливою аудиторією роблять професійну діяльність майбутніх піаністів вкрай

емоціогенною та детермінованою високим рівнем стресогенності.

У період навчання у закладах вищої освіти студенти постійно перебувають під впливом специфічних деструктивних чинників, серед яких провідне місце посідають хронічна втома, висока міжособистісна конкуренція, страх професійної невідповідності та виражені прояви сценічного хвилювання. Очевидно, що якщо молодий музикант не володіє сформованими механізмами психологічного саморегулювання, цей комплекс несприятливих факторів закономірно призводить до розвитку синдрому емоційного вигорання. Даний стан не просто руйнує мотиваційну сферу особистості, а й провокує психосоматичні розлади та нівелює творчу індивідуальність, через що талановиті виконавці нерідко відмовляються від подальшої сценічної кар'єри. З огляду на це виникає об'єктивна потреба у теоретико-методичному обґрунтуванні шляхів, які б забезпечили цілеспрямоване формування внутрішньої опірності студентів-піаністів до виснаження в процесі їхньої концертної діяльності.

**Аналіз останніх досліджень.** Проблема професійної стійкості творчої особистості, регуляції емоційних станів та нівелювання негативних психологічних проявів під час виступів залучає увагу багатьох сучасних дослідників у галузі психології, педагогіки та музикознавства. Теоретичне підґрунтя для вивчення природи вигорання, загального стресу та копінг-стратегій заклали такі зарубіжні вчені, як Крістіна Масляч (Christina Maslach), Сьюзан Джексон (Susan Jackson), Ганс Сельє (Hans Selye) та Річард Лазарус (Richard Lazarus). Питаннями специфіки психологічного стану артистів і природи сценічного страху безпосередньо займалися Гленн Вільсон (Glenn Wilson) та Валентин Шпільгер (Valentin Shpilger), які запропонували практичні підходи до стабілізації емоцій виконавців.

Окремий інтерес у контексті дослідження емоційної стійкості музикантів становлять напрацювання сучасних китайських дослідників, зокрема Ван Цзи (Wang Zi), Лі Сюань (Li Xuan) та Чжан Вей (Zhang Wei), які вивчають механізми психологічної адаптації студентів творчих спеціальностей до концертних навантажень.

В українській науковій думці вагомий внесок у вивчення сценічної діяльності,

виконавської надійності, емоційної зрілості та психолого-педагогічної підтримки музикантів здійснили М. Білецька, Л. Журавльова, Л. Котова, О. Саннікова, О. Стотика, Н. Травкіна та ін.

Різні аспекти формування професійної стійкості, подолання емоційного напруження та розвитку готовності музикантів до публічного виступу висвітлено у працях В. Антонюк, І. Гринчук, Н. Гребенюк О. Олексюк, В. Рожко, В. Суханової, О. Щербакової, Г. Цюрупи та ін.

**Мета статті** є теоретичне обґрунтування сутності емоційного вигорання і стійкості у контексті фортепіанного виконавства.

**Виклад основного матеріалу.** Для глибокого розуміння природи досліджуваного явища необхідно детально розглянути категорію емоційного вигорання, яка у загальнопсихологічному дискурсі трактується як складний довготривалий синдром, що розвивається внаслідок хронічного стресу на робочому місці або в процесі інтенсивної професійної підготовки (Максименко, 2025).

У класичних концепціях К. Масляч та С. Джексон цей феномен структурується через три ключові компоненти, що включають емоційне виснаження, деперсоналізацію, яка виявляється у цинічному або байдужому ставленні до своєї праці, та редукцію особистісних досягнень, що супроводжується відчуттям власної професійної неспроможності (Maslach, Jackson, 1996). Роль тривалих навантажень у виникненні подібних станів підкреслював і Г. Сельє, чия теорія адаптаційного синдрому доводить, що виснаження захисних сил організму є фінальною стадією неефективного протистояння стресу (Selye, 1956).

Зазначені загальнотеоретичні закономірності розвитку деструктивних психоемоційних станів простежуються в будь-якому виді інтенсивної діяльності, проте їхні прояви суттєво модифікуються під впливом професійного контексту. Особливого значення ця проблема набуває у тих галузях, де головним інструментом праці виступає особистість самого фахівця, її емоційна сфера та творчий потенціал. Яскравим прикладом такої детермінації є музично-виконавська діяльність, яка за своєю природою вимагає безперервної віддачі глибинних внутрішніх ресурсів, інтелектуальної концентрації та максимальної психоемоційної напруги. У цьому середовищі синдром

вигорання набуває специфічної гостроти, адже професійне становлення музиканта нерозривно пов'язане з публічністю та постійною оцінкою слухацькою аудиторією.

Специфіку емоційного вигорання безпосередньо у представників творчих професій та музикантів досліджував Г. Вільсон. Учений довів, що художня обдарованість часто поєднується з підвищеною лабільністю та чутливістю нервової системи, а це робить митців більш вразливими до деструктивного впливу зовнішнього оцінювання, сценічної тривоги та хронічного перевтомлення (Вільсон, 2001).

О. Саннікова та А. Саннікова, спираючись на наукові доробки В. Шпільгера вважають, що вигорання у музикантів-інструменталістів виникає завдяки дисонансу між ідеальним уявленням про інтерпретацію твору та реальним результатом, який демонструється під час стресової ситуації публічного виконання (Саннікова, Саннікова, 2014).

Н. Травкіна зазначає, що вигорання студентів-музикантів часто маскується під втрату інтересу до інструмента, хоча насправді є захисною реакцією психіки на постійне емоційне перевантаження. Отже, емоційне вигорання піаніста є не просто втомою, а глибокою кризою творчої ідентичності, яка руйнує саму потребу у художньому самовираженні (Травкіна, 2026, с. 197).

Як вказує У Фань, межах аналізу зазначеного деструктивного стану особливого значення набуває диференціація чинників, що провокують виникнення даної девіації безпосередньо у представників музично-виконавської сфери (У Фань, 2025, с. 120). На думку дослідника, серед першопричин емоційного вигорання фахівців та студентів музичного профілю провідне місце посідає хронічне перевантаження когнітивної та психомоторної сфер, зумовлене багатовекторністю завдань, що постають перед виконавцем під час щоденної багатоінтенсивної репетиційної роботи. Постійна необхідність утримання в полі уваги складних фактурних пластів, аплікатурних схем, динамічних градацій та педалізаційних нюансів вимагає колосального зосередження, що на тлі дефіциту часу для повноцінного психофізіологічного відновлення призводить до нервового виснаження (У Фань, 2025, с. 121).

Сунь Цзивей доводить, що вагомим чинником виступає перфекціонізм, притаманний більшості академічних музикантів, який зумовлюється специфікою сучасної сольної та конкурсної культури, де найменша технічна похибка може трактуватися як професійна невідповідність (Сунь Цзивей, 2025). Ситуація ускладнюється тривалим перебуванням у конкурентному середовищі, де оціночні критерії колег та викладачів мають виражений суб'єктивний характер, внаслідок чого індивід втрачає внутрішні орієнтири самооцінки та починає повністю залежати від зовнішнього схвалення. Додатковим деструктивним фактором є також специфічний характер праці, що вимагає тривалого фізичного усамітнення під час репетицій, оскільки це суттєво обмежує можливості соціальної інтеграції та отримання своєчасної психологічної підтримки від найближчого оточення (Сунь Цзивей, 2025).

На думку Ян Ї, наслідки цього деструктивного процесу мають системний характер, оскільки вони не обмежуються зниженням якості технічного виконання, а тотально руйнують особистісну та професійну сфери життєдіяльності музиканта. На психологічному рівні наслідки виявляються у глибокій депресивності, апатії, втраті смислоутворювальних орієнтирів художньої творчості та деформації мотиваційної сфери, коли колись улюблена діяльність починає викликати стійку відразу або відчуття емоційного заціпеніння. У когнітивній площині спостерігається суттєве погіршення мнемічних процесів, що ускладнює запам'ятовування музичного матеріалу, а також призводить до деконцентрації уваги безпосередньо під час сценічної реалізації програми. Соматичні прояви вигорання охоплюють широкий спектр розладів, серед яких найчастіше фіксуються хронічні м'язові затиски, неврологічні больові синдроми, розлади сну та серцево-судинні дистонії, що безпосередньо блокують адекватне функціонування виконавського апарату піаніста. Кінцевим результатом розгортання цієї симптоматики стає повна професійна дезадаптація, через яку перспективні виконавці змушені назавжди припинити концертну практику (Ян Ї, 2023).

Ефективною протипогаю руйнівній дії вигорання виступає категорія стійкості, яка у

загальнонауковому вимірі визначається як здатність динамічної системи зберігати свою функціональність, цілісність та адаптаційний потенціал під впливом інтенсивних зовнішніх чи внутрішніх подразників (Максименко, 2025). На психологічному ж рівні, зокрема у контексті концепції Р. Лазаруса, така стійкість забезпечується усвідомленим вибором ефективних копінг-стратегій, що дозволяють особистості сприймати труднощі не як загрозу, а як завдання, котре потребує вирішення (Lazarus, DeLongis, 1983).

При перенесенні цього поняття у мистецьку площину дослідники оперують термінами сценічної стійкості, виконавської надійності та психологічної готовності до естрадного виступу. Так, М. Білецька, О. Стотика та Л. Котова розглядають стійкість музиканта як інтегративну якість, що поєднує в собі високий рівень саморегуляції, емоційну зрілість та здатність до повної художньої мобілізації у момент спілкування зі слухачем (Білецька, Стотика, Котова, 2014). Її набуття вимагає виконавського досвіду та «досвіду регулювання емоційно-вольовим станом під час концертних виступів» (Мозгальова, 2011. с. 399).

Продовжуючи цю думку, О. Саннікова наголошує на важливості індивідуально-типологічних властивостей особистості, вказуючи, що подолання сценічних бар'єрів залежить від балансу між емоційною експресивністю та вольовим самоконтролем виконавця (Саннікова, 2014). Таким чином, стійкість у мистецтві виявляється як активна здатність піаніста трансформувати деструктивне хвилювання у творче піднесення без шкоди для власного психофізіологічного здоров'я.

Розуміння сутності стійкості дозволяє звернутися до специфіки концертних виступів студентів-піаністів, яка суттєво відрізняється від діяльності інших інструменталістів через низку унікальних чинників. Насамперед, піаніст на сцені зазвичай перебуває наодинці з інструментом, що посилює почуття відокремленості та відповідальності за кожен деталь багатоголосі фактури, яку необхідно утримувати в пам'яті. Крім того, фактура фортепіанних творів вимагає надзвичайно тонкої координації рухів і миттєвого слухового контролю, які легко руйнуються під впливом

надмірного викиду адреналіну в кров під час стресу.

М. Білецька, О. Стотика та Л. Котова зауважують, що ситуація публічного виступу студента завжди обтяжена елементом педагогічного контролю та оцінювання, оскільки складання заліків та екзаменів з основного музичного інструменту (фортепіано) є формою контролю, де кожна помилка фіксується членами комісії. Зазначені обставини створюють передумови для накопичення сценічного дискомфорту, що за умови відсутності спеціальної психолого-педагогічної підтримки неминуче трансформується у хронічне професійне вигорання (Білецька, Стотика, Котова, 2014).

Отже, цілеспрямоване формування емоційної стійкості майбутніх піаністів-виконавців у закладах вищої освіти потребує системної роботи, яка передбачає оновлення взаємодії між викладачем, студентом та музичним матеріалом, де викладач має свідомо відмовитися від авторитарних методів тиску й надмірного фокусування на потенційних помилках.

Ян І вважає, що реалізація такого підходу вимагає від викладача регулярного застосування методів попереднього моделювання сценічної ситуації на основі концепції ідеомоторного тренування, у межах якого студент навчається детально та багатоаспектно візуалізувати весь процес майбутнього виступу. Проведення подібних занять має відбуватися у стані глибокого м'язового розслаблення, коли виконавець подумки відтворює не лише нотний текст, а й акустичні особливості концертної зали, тактильні відчуття від клавіатури та психологічну атмосферу публічної присутності слухачів, що зрештою дозволяє сформулювати стійкі нейронні зв'язки й виробити умовний рефлекс спокійної впевненості, оскільки для підсвідомості віртуальний досвід успішного подолання труднощів є абсолютно аналогічним до реального (Ян І, 2023).

Паралельно з моделюванням сценічного стану важливим складником цієї системи є планомірна видозміна когнітивних установок виконавця стосовно критеріїв успішності його власної художньої діяльності, що передбачає спрямування зусиль викладача на деконструкцію деструктивного прагнення до

абсолютної технічної «стерильності» виконання, оскільки саме страх схибити або зачепити сусідню клавішу виступає головним джерелом сценічного затиску. Натомість пріоритет у процесі оцінювання проміжного та фінального результату роботи має повністю зміщуватися на реалізацію масштабних інтерпретаційних завдань, розкриття драматургійної логіки твору та виявлення унікальної індивідуальності виконавця, завдяки чому студент починає усвідомлювати, що дрібні текстові неточності є природною частиною живого процесу музикування, яка жодним чином не нівелює загальну художню цінність його виступу перед аудиторією (Травкіна, 2026, с. 198).

Окрім ментального переналаштування, практичний блок підготовки передбачає обов'язкове озброєння майбутніх піаністів прийомами експрес-саморегуляції безпосередньо в доконцертний період, коли рівень тривожності досягає критичних позначок. Зокрема, надзвичайно доцільним є систематичне навчання студентів технікам глибокого діафрагмального дихання з подовженим видихом, що дозволяє штучно активізувати парасимпатичний відділ вегетативної нервової системи, знизити частоту серцевих скорочень та стабілізувати кров'яний тиск, поряд із чим ефективно діють елементи коротких комплексів прогресивної м'язової релаксації, спрямовані на виявлення та миттєве зняття затисків у плечовому поясі, шиї та кистях, адже збереження пластичної свободи рухового апарату є базовою передумовою для адекватного звуковидобування (Травкіна, 2026, с. 199).

Для остаточного закріплення позитивних результатів та подолання сценічного остраху логічним є штучне розширення й урізноманітнення виконавської практики

студентів через залучення їх до менш стресових форм публічної діяльності, у зв'язку з чим рекомендується організувати регулярні закриті прослуховування, тематичні вечори, неформальні концерти та благодійні виступи, де відсутній фактор жорсткого екзаменаційного оцінювання, а публіка є заздалегідь доброзичливо налаштованою. Такий комплексний підхід забезпечує м'яку десенсибілізацію психіки до умов естради, допомагає накопичити стійкий досвід успішного самовираження та поступово перетворює сцену з джерела загрози на безпечний простір для творчої самореалізації (Травкіна, 2026, с. 199).

**Висновки.** Підсумовуючи, можна констатувати, що формування стійкості студента-піаніста до емоційного вигорання є цілісним педагогічним процесом, який вимагає поєднання інструментально-технічної підготовки з цілеспрямованим розвитком психологічної саморегуляції особистості. Емоційне вигорання у студентів-музикантів виникає як результат тривалої невідповідності між психологічним тиском сценічного середовища та наявними адаптаційними ресурсами виконавця. Впровадження запропонованих методичних рекомендацій у практику вищої мистецької освіти дозволяє суттєво знизити рівень сценічного страху, зберегти творчий потенціал молоді та оптимізувати процес їхнього професійного становлення.

Перспективи подальших наукових розвідок у цьому напрямі вбачаються у розробці та експериментальній перевірці авторських спекурсів із психологічної підготовки інструменталістів, а також у дослідженні гендерних та вікових особливостей прояву сценічної резильєнтності в умовах сучасних міжнародних конкурсів.

#### Список використаних джерел

- Білецька, М. В., Стотика, О. В., Котова, Л. М. та ін. (2014).** Теоретико-методичні засади формування виконавської майстерності в процесі фахової підготовки майбутніх вчителів музичного мистецтва: монографія. Мелітополь. <https://eprints.mdpu.org.ua/id/eprint/3298/1/monografiya.pdf>
- Вільсон, Г. (2001).** Психологія артистичної діяльності: Таланти та шанувальники (пер. з англ.). Ніжин: ПП Лисенко.
- Максименко, С. Д. (Ред.). (2025).** Загальна психологія: підручник (4-те вид., переробл. і доп., Том 1. Київ: Видавництво «Людмила». <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint>

- Мозгальова Н.Г. (2011).** Теоретико-методичні засади інструментально-виконавської підготовки вчителя музики: монографія. Вінниця: «Меркьюри-Поділля». [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/c](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/c)
- Саннікова, О. П., Саннікова, А. О. (2014).** Сценічні бар'єри: диференціально-психологічний підхід: монографія. Одеса: VM. <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/15932/1/Sannikova%2C%20Olga.pdf>
- Сунь, Цзивей. (2025).** Емоційне вигорання студента-піаніста як феномен психолого-педагогічних досліджень. *Академічні візії*, 47. <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/3132>
- Сунь, Ц. (2025).** Профілактика професійного вигорання студентів-піаністів у процесі прилюдних виступів. *Педагогічна Академія: наукові записки*, 24. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.20288189>
- Травкіна, Н. М. (2026).** Методика підготовки студента-піаніста до публічного виступу: корекція емоційного стану та виконавча надійність. *Слобожанські мистецькі студії*, 2 (11), 195-198. <https://journals.spu.sumy.ua/index.php/art/article/view/1108/1041>
- У, Фань. (2025).** Складність виконавських завдань як детермінанта емоціогенних умов концертно-сценічної діяльності піаніста. *Часопис Національної музичної академії України імені П. І. Чайковського*, 4 (69), 118-132. <https://chasopysnmau.com.ua/article/download/354584/341187/822990>
- Ян, Ї. (2023).** Виконавська стабільність як основа концертно-сценічної діяльності піаністів (дис. ... доктора філософії). Київ. <http://e-archive.knmau.com.ua>
- Lazarus, R. S., DeLongis, A. (1983).** Psychological stress and coping in aging. *American Psychologist*, 38 (3), 245-254. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.38.3.245>
- Maslach, C., Jackson, S. E., Leiter, M. P. (1996).** *Maslach Burnout Inventory Manual* (3rd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Selye, H. (1956).** *The stress of life*. New York: McGraw-Hill...

## References

- Biletska, M. V., Stotyka, O. V., Kotova, L. M., et al. (2014).** [Theoretical and methodological principles of forming performance mastery in the process of professional training of future music teachers: monohrafiia. Melitopol. Retrieved from <https://eprints.mdpu.org.ua/id/eprint/3298/1/monografiya.pdf> [in Ukrainian].
- Wilson, H. (2001).** *Psychology of artistic activity: Talents and admirers* (per. z anhl.). Nizhyn: PP Lysenko. [in Ukrainian].
- Maksymenko, S. D. (Ed.). (2025).** *General psychology: pidruchnyk* (4th ed., rev. and enl., Vol. 1). Kyiv: Vydavnytstvo "Liudmyla". Retrieved from <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint> [in Ukrainian].
- Mozghalova, N. H. (2011).** Theoretical and methodological principles of instrumental and performance training of a music teacher: monohrafiia. Vinnytsia: "Merkiuri-Podillia". Retrieved from [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/c](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/c) [in Ukrainian].
- Sannikova, O. P., & Sannikova, A. O. (2014).** Stage barriers: differential psychological approach: monohrafiia. Odessa: VM. Retrieved from <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/15932/1/Sannikova%2C%20Olga.pdf> [in Ukrainian].
- Sun, Tsyvei. (2025).** Emotional burnout of a piano student as a phenomenon of psychological and pedagogical research. *Akademichni vizii* [Academic Visions], 47. Retrieved from <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/3132> [in Ukrainian].
- Sun, Ts. (2025).** Prevention of professional burnout of piano students in the process of public performances. *Pedahohichna Akademiia: naukovi zapysky* [Pedagogical Academy: Scientific Notes], 24. <https://doi.org/10.5281/zenodo.20288189> [in Ukrainian].
- Travkina, N. M. (2026).** Methodology of preparing a piano student for a public performance: correction of emotional state and performance reliability. *Slobozhanski mystetski studii* [Slobozhanskyi Artistic

Studies], 2(11), 195–198. Retrieved from <https://journals.spu.sumy.ua/index.php/art/article/view/1108/1041> [in Ukrainian].

**U, Fan. (2025).** Complexity of performance tasks as a determinant of emotion-generating conditions of concert-stage activity of a pianist. *Chasopys Natsionalnoi muzychnoi akademii Ukrainy imeni P. I. Chaikovskoho* [Journal of the P. I. Tchaikovsky National Music Academy of Ukraine], 4(69), 118–132. Retrieved from <https://chasopysnmau.com.ua/article/download/354584/341187/822990> [in Ukrainian].

**Yan, Yi. (2023).** Performance stability as the basis of concert and stage activity of pianists (Dys. ... doktora filosofii). Kyiv. Retrieved from <http://e-archive.knmau.com.ua> [in Ukrainian].

**Lazarus, R. S., & DeLongis, A. (1983).** Psychological stress and coping in aging. *American Psychologist*, 38(3), 245–254. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.38.3.245>

**Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996).** *Maslach Burnout Inventory Manual* (3rd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

**Selye, H. (1956).** *The stress of life*. New York: McGraw-Hill.

### Про авторів

**Черкасов Володимир**, доктор педагогічних наук, професор, завідувач відділу науково-методичної роботи та професійної підготовки працівників закладів сфери культури комунального закладу вищої освіти «Академія культури і мистецтв» Закарпатської обласної ради, e-mail: [CHERKASOV\\_2807@UKR.NET](mailto:CHERKASOV_2807@UKR.NET)

**Юлія Мельохіна**, викладач кафедри музичного мистецтва, Комунального закладу вищої освіти «Академія культури і мистецтв» Закарпатської обласної ради, м. Ужгород, Україна, e-mail: [JYLYAVIVA@GMAIL.COM](mailto:JYLYAVIVA@GMAIL.COM)

**Аеліта Шпішак**, викладач кафедри музичного мистецтва, Комунального закладу вищої освіти «Академія культури і мистецтв» Закарпатської обласної ради, м. Ужгород, Україна, e-mail [aelita.shpishak@uica.education](mailto:aelita.shpishak@uica.education),

### About the Authors

**Volodymyr Cherkasov**, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department of Scientific and Methodological Work and Professional Training for Staff of Cultural Institutions at the Municipal Higher Education Institution 'Academy of Culture and Arts' of the Transcarpathian Regional Council, email: [CHERKASOV\\_2807@UKR.NET](mailto:CHERKASOV_2807@UKR.NET)

**Yulia Melokhina**, Lecturer at the Department of Musical Arts, Municipal Higher Education Institution "Academy of Culture and Arts" of the Transcarpathian Regional Council, Uzhhorod, Ukraine, e-mail: [JYLYAVIVA@GMAIL.COM](mailto:JYLYAVIVA@GMAIL.COM)

**Aelita Shpishak**, Lecturer at the Department of Musical Arts, Municipal Higher Education Institution "Academy of Culture and Arts" of the Transcarpathian Regional Council, Uzhhorod, Ukraine, e-mail: [aelita.shpishak@uica.education](mailto:aelita.shpishak@uica.education)