

Osobowość muzyka

Jak osiągnąć perfekcyjne opanowanie utworu, najlepiej przygotować się do koncertu i odczuwać z tego powodu nieustającą radość i zadowolenie?

Do dziś nie ma jednoznacznej definicji osobowości. Zależnie od nurtu teoretycznego, z którym utożsamiał się dany psycholog osobowości, była ona różnie charakteryzowana. Freud uważał, że osobowość to całość kształt życia psychicznego osoby, Rogers wskazywał, że na osobowość składa się indywidualne doświadczenie jednostki, uczucia i wartości, Kretschmer podkreślał istotę różnych indywidualnych w zakresie cech temperamentu, a Eysenck udowodnił istnienie określonych cech osobowości.

Tak szeroko rozumiane pojęcie osobowości nie satysfakcjonuje jednak psychologów muzyki. Dlatego próbują oni stworzyć własną definicję osobowości muzycznej, która wyjaśni, co takiego charakteryzuje muzyków, bowiem ich życie w dużym stopniu koncentruje się na wykonywaniu muzyki a nie innych czynności. Osobowość muzyczna, choć jest trochę nietypowa, bo charakteryzuje tylko ludzi o podwyższonych zdolnościach muzycznych, jest całkowicie normalna. Tiepłow, wybitny rosyjski psycholog muzyki mówił, że „człowiek nie posiada żadnych zdolności, które nie byłyby zależne od nastawienia jego osobowości”.

Osobowość muzyka charakteryzuje nie tylko posiadanie podwyższonych zdolności muzycznych, do których zaliczamy słuch muzyczny, pamięć muzyczną czy umiejętność rozumienia muzyki, ale także wszelkie predyspozycje do jej wykonywania, podwyższoną wrażliwość na nią i zdolność do własnej muzycznej interpretacji.

Profesor Maria Manturzevska podkreśla, że osobowość muzyka staje się osobowością muzyczną, ponieważ odczuwa on wewnętrzny przymus zajmowania się muzyką. Czynników, które determinują ten wewnętrzny imperatyw, jest wiele, m.in.:

- intelektualne i emocjonalne zafascynowanie sztuką muzyczną, czyli szczerą chęć wykonywania muzyki, udoskonalanie własnego warsztatu pracy, rozwijanie wiedzy muzycznej, aktywne uczestniczenie w życiu muzycznym i odczuwanie z tego powodu pozytywnych emocji;
- zdolność koncentracji wszystkich swoich psychicznych sił na wykonywanej pracy, czyli zaangażowanie w codzienne ćwiczenia, koncentracja uwagi na wykonywanym utworze w czasie jego przygotowywania i podczas publicznego występu;
- wytrwałość w pokonywaniu trudności i upór w realizacji podjętych zadań, czyli nie zrażanie się trudnościami, które mogą się pojawić na etapie edukacji i w trakcie zawodowej kariery,

- aktywność i chęć podejmowania nowych wyzwań, czyli gotowość do wyjątkowej pracy, chęć przygotowywania nowych utworów, gotowość do współpracy z innymi muzykami, odwaga w publicznym prezentowaniu efektów swojego ćwiczenia przed liczną i różnorodną publicznością;
- dojrzałość społeczno-emocjonalna, która wpływa na jakość relacji społecznych, rozumienie siebie i otaczającego świata oraz na zdolność do realnej oceny sytuacji;
- zrównoważenie emocjonalne, zdolność do opanowania tremy podczas publicznego występu i świadome przygotowywanie się do niego;
- wewnętrzna motywacja do osiągnięć, czyli samodzielna potrzeba wykonywania muzyki jako realizacja własnych aspiracji;
- zdolność do podporządkowania się, posiadanie tej cechy jest ważne dla osób pracujących w grupie z innymi muzykami (zespoły kameralne, orkiestry symfoniczne);
- potrzeba niezależności i autonomii w myśleniu i działaniu, czyli (w przypadku solistów) zdolność do samodzielnej interpretacji utworu, umiejętność przekazania tej interpretacji dyrygentowi i orkiestrze;
- prawidłowa samoocena i poczucie własnej wartości, czyli wiara we własne umiejętności i ich wykorzystywanie w połączeniu z pozytywnym myśleniem o sobie.

Tak ukształtowana osobowość i duże zdolności muzyczne gwarantują odniesienie sukcesu. Powyższy profil jest charakterystyczny dla większości artystów, którzy w działalności muzycznej mogą poszczycić się sukcesem. Rzetelne wykształcenie, zróżnicowane zainteresowania ogólne, indywidualne predyspozycje oraz warunki środowiskowe składają się na ukształtowanie pełnej muzycznej osobowości.

Koncentracja

Rosyjscy psychologowie muzyki podkreślają, że czynności, które wybitny muzyk podejmuje podczas publicznego występu, koncentrują całą strukturę jego osobowości na realizacji zadania, jakim jest perfekcyjne, piękne i głębokie wykonanie określonego utworu. Osobę taką, ich zdaniem, charakteryzuje: zwiększone poczucie własnych możliwości, świadomość umiejętności i kompetencji muzycznej, dająca pewność, że utwór jest dobrze przygotowany, wysoki stopień niezawodności pamięci muzycznej w warunkach silnie emocjonalnych, takich jak publiczna prezentacja utworu, niski stopień zdenerwowania przed wystąpieniem publicz-



nym, odczuwanie emocji, które są adekwatne do charakteru wykonywanej muzyki, autentyczność i naturalność przekazu, a także wysoki poziom koncentracji na zadaniu, dzięki któremu jakość gry jest utrzymana na najwyższym poziomie.

W jaki jednak sposób dojść do takiej struktury osobowości? Jak osiągnąć perfekcyjne opanowanie utworu, najlepiej przygotować się do koncertu i odczuwać z tego powodu nieustającą radość i zadowolenie?

Na te pytania po części odpowiada jedna z najnowszych teorii osobowości – teoria Wielkiej Piątki, autorstwa Paula T. Costy i Roberta R. McCrae (za: B. Zawadzki, J. Strelau, P. Szczepaniak, M. Śliwińska). Badacze za najważniejsze w strukturze osobowości każdego człowieka uznają pięć głównych cech charakteru. Poziom nasilenia tych cech stanowi o profilu osobowości człowieka i jest determinowany przez społeczeństwo, rodzaj realizowanych zadań, rozumienie i interpretowanie otaczającego świata. Bardzo ważne jest odniesienie każdej z tych cech do zawodowej aktywności muzyka.

Ekstrawersja

Określa liczbę i intensywność interakcji społecznych, aktywność osoby, jej potrzebę stymulacji oraz zdolność do cieszenia się życiem. Przejawia się życiowym optymizmem i pogodnym nastrojem, zachowaniami przyjacielskimi, umiejętnością współpracy w dobrej atmosferze. Muzycy z podwyższonym poziomem ekstrawersji mają łatwość nawiązywania kontaktów – a zawód ten wymaga przecież nieustannego bycia w kontakcie z innymi muzykami. Lepiej radzą sobie z pracą w grupie, mają mniejszy poziom lęku, w otoczeniu muzyków widzą dla siebie wsparcie psychiczne. Ekstrawertycy mają także łatwość okazywania serdeczności oraz odczuwają radość z kontaktów z innymi osobami.

Muzyk, który czerpie przyjemność ze współpracy z innymi instrumentalistami, będzie bardziej zadowolony ze swojej pracy, będzie czuł satysfakcję i radość z wykonywanego wspólnie utworu, co w dużym stopniu może podnosić jakość gry całego zespołu. Ekstrawertywni muzycy mają także często potrzebę dużej aktywności życiowej, chęć zaangażowania się w różnorodne działania i nieustannie poszukują nowych doznań. Energiczność muzyka przekłada się często na jego gotowość do poszerzania repertuaru i potrzebę zaprezentowania go przed publicznością. Niezbędna jest także zdolność muzyków do umiejętności odczuwania pozytywnych emocji, nie tylko podczas grania, ale również pod wpływem doświadczeń życiowych. Optymizm ułatwia bowiem odrażliwienie wszelkich trudności i napięć życia codziennego i estradowego.

Neurotyczność

Wskazuje na przystosowanie emocjonalne lub emocjonalne niezrównoważenie. Wysoki stopień neurotyczności oznacza podatność na doświadczanie negatywnych emocji, takich jak strach, niezadowolenie, zmieszanie, poczucie winy lub gniew. Jest to cecha utrudniająca pomyślne wykonywanie zawodu muzyka, gdyż osoba neurotyczna źle znosi stres i nie radzi sobie z treścią przed publicznym występem. Neurotyczność może wpływać na obniżenie poczucia własnej wartości, wzbudzając lęk przed publicznym występem i wpływając na niskie poczucie własnych kompetencji. Równie niebezpieczny może być nadmierny samokrytycyzm, wywołujący uczucie wiecznego niezado-

wolenia z efektów własnej pracy. Niekorzystna dla muzyka jest także impulsywność i nadwrażliwość, które powodują szybkie uleganie pokusom i załamywanie się w trudnych sytuacjach, czego konsekwencją jest brak swobody i naturalności w grze oraz nieumiejętność poradzenia sobie z sytuacją występu publicznego. Tylko pełne zrównoważenie emocjonalne daje gwarancję pomyślnego przygotowania się do występu oraz gwarantuje sukces podczas publicznej prezentacji utworu.

Otwartość na doświadczenia

To cecha, określająca stopień, w jakim osoba aktywnie poszukuje nowych doświadczeń oraz jaką ma tolerancję i potrzebę poznawania tego, co nie jest jej znane. Osoby, które przejawiają ciekawość świata, są jednocześnie bardziej otwarte i pozytywnie nastawione do wszelkich życiowych wyzwań. O otwartości na doświadczenia mówią zdolności osoby do wyobrażeń, co jest niezwykle ważne dla umiejętności oddawania emocji w muzyce, podobnie jak wrażliwość estetyczna, wysoka indywidualna emocjonalność i ciekawość świata oraz jasno ukształtowany system wartości. Muzyk, który ma poukładane życie wewnętrzne, zna swoją wartość i żyje w zgodzie z wyznawanymi zasadami, ma większe szanse na odniesienie sukcesu w działalności artystycznej, bowiem jego świat wewnętrzny jest pełen harmonii i spokoju.

Ugodowość

Ugodowe nastawienie do świata wpływa na jakość relacji interpersonalnych danej osoby. Ugodowość powinna charakteryzować muzyków pracujących na co dzień w zespołach kameralnych czy orkiestrach symfonicznych. Wysoka ugodowość muzyka wskazuje na jego zdolność do obdarzania innych muzyków zaufaniem oraz uznanie wyższości i aury dyrygenta czy koncertmistrza. Równie istotną cechą muzyka jest skromność, która wskazuje na brak zamiarów faworyzowania własnej osoby oraz pozwala na realistyczny stosunek do samego siebie.

Sumiennność

Wpływa na poziom indywidualnej organizacji osoby, jej wytrwałość i motywację we wszelkich działaniach, które ukierunkowane są na dany cel. Dla muzyka nadrzędną wartością jest gra na instrumencie. Sumiennność pozwala na określenie stopnia rzetelności osoby. Muzyk sumienny charakteryzuje się obowiązkowością oraz wysokimi kompetencjami osobistymi i zawodowymi, co daje mu przekonanie, że poradzi sobie w życiu z wszelkimi trudnościami i wpływa na samodyscyplinę w przestrzeganiu zasad. Wysoki stopień sumienności pomaga także dobrze zorganizować czas pracy i wypoczynku.

Tak ukształtowana osobowość muzyka gwarantuje powodzenie w muzycznej działalności. Życiowy rozsądek, pracowitość, sumiennność, wysokie kompetencje, otwartość i serdeczność wobec innych ludzi pozwalają na pomyślne funkcjonowanie w środowisku zawodowym, które w przypadku muzyków jest silnie obciążone trudnościami i narazą artystów na negatywne przeżycia emocjonalne. Chęć współpracy, umiejętność wystąpienia w obronie własnej interpretacji w połączeniu z wysoką kulturą osobistą i zrozumieniem ludzkich zachowań daje szansę na zawodowy sukces, ale także daje poczucie harmonii i zadowolenia z codziennej pracy.