

АКТУАЛЬНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННЫХ ВЫЗОВОВ ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 37.0(075.8)

У. С. Анищик, Р. А. Круковский

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи

МУЗЫКОТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА

Введение. Музыкаотерапия — метод в психотерапии, использующий музыку как лечебное, профилактическое и воспитательное средство [1]. Музыкаотерапия в целом развивается как интегративная дисциплина на стыке нейрофизиологии, нейропсихологии, музыкальной психологии, музыковедения. Она все более утверждается в статусе универсальной воспитательной системы, способной оптимизировать процесс личностного развития ребенка в контексте психологического здоровья [2]. Музыка активно влияет на функции всех жизненно важных физиологических систем, интенсивность физиологических процессов, дыхание и сердечно-сосудистую систему, кровообращение, приводит к определенным гормональным и биохимическим изменениям [1].

Основная часть. В музыкаотерапии в XX в. сформировалось несколько направлений [1]:

- шведская школа — реализует концепцию психорезонанса, исходящую из того, что именно музыка способна проникнуть в глубинные пласты человеческого сознания, которые могут вступать в резонанс с озвученной музыкальной гармонией и проявляться наружу для анализа и понимания. Лечебный эффект шведского направления музыкальной психотерапии основывается на идеях традиционного психоанализа. Во время сеанса психотерапевт с помощью музыки доводит человека до катарсисной разрядки и этим облегчает его состояние. В связи с этим большое значение имеет подбор музыкальных произведений, вызывающих необходимые переживания;

- американские музыкотерапевты разработали обширные каталоги лечебных музыкальных произведений самых разных жанров и стилей с учетом стимулирующего или успокаивающего лечебного действия;

- немецкая школа, исходя из тезиса психофизического единства человека, основное внимание направила на развитие различных форм комплексного использования целительного воздействия разных видов искусств;

- швейцарская школа музыкаотерапии использует преимущественно вокалотерапию и коллективную игру на флейтах;

- в России первые научные работы, посвященные механизму влияния музыки на человека, появились в конце XIX — начале XX столетия. В работах В. М. Бехтерева, И. М. Сеченова, И. М. Догеля, И. Р. Тарханова появились данные о благоприятном влиянии музыки на центральную нервную систему, дыхание, кровообращение и газообмен. Младенцы перестают плакать, когда слушают нежные колыбельные песенки, и хнычут сильнее при звуках джаза или рок-музыки. Причем, дети продолжают спать под звуки колыбельной песни или фортепианной музыки, но сразу же пробуждаются при звуках электронно-музыкальных инструментов. Народные песни являются наилучшим средством для успокоения больных перед операциями. Хорошие результаты дает и лечение классической музыкой. Экспериментально подтверждено: 5-я симфония Л. ван Бетховена улучшает работу сердца, «Лунная соната» снимает раздражительность. Мазурки Ф. Шопена и вальс И. Штрауса поднимают настроение, отгоняют тревогу. Сердитым людям лучше всего слушать «Итальянский концерт» И. С. Баха, т. к. он «смягчает» гнев. Людям с гипертонической болезнью следует запомнить, что музыка из балета «Лебединое озеро» П. И. Чайковского и ноктюрн ре минор Ф. Шопена снижают кровяное давление. Помогает классическая музыка и роженицам [2; 3]. Музыка способствует расслаблению мышечной системы, обладает стимулирующим действием на настроение и эмоции, позволяя поддерживать спортивный дух. Прослушивание музыки определенного типа способно замедлить сердцебиение и снизить кровяное давление. Музыка структурирует процессы мышления и памяти. Звуки взаимодействуют с ассоциативными структурами, «вытаскивая» на поверхность, в сознание актуальные воспоминания и переживания.

Различают три основные формы музыкаотерапии: рецептивную, активную, интегративную. Рецептивная музыкаотерапия отличается тем, что человек в процессе музыкотерапевтического сеанса не принимает в нем активного участия, занимая позицию простого слушателя. Ему предлагают прослушать различные музыкальные композиции либо вслушиваться в различные звучания, отвечающие состоянию его психического здоровья и этапу лечения. Активные методы музыкальной терапии основаны на активной работе с музыкальным материалом.

При помощи музыкальной терапии происходит становление музыкальной культуры ребенка, а через нее — нравственной, эстетической и духовной культуры. Для всестороннего развития особенно важно формирование духовно богатой, эстетически и музыкально развитой личности, чуткой к красоте в искусстве и жизни, творчески активной, развитой интеллектуально и физически.

В процессе усердной работы, при помощи разнообразных видов музыкальной деятельности (прослушивание музыки, хоровое пение, танцы, игры на музыкальных инструментах) происходит разностороннее развитие личности, обогащается его внутренний мир ранее не знакомыми музыкальными впечатлениями.

Как итог, можно отметить, что музыкотерапия — это важнейший элемент развития каждого ребенка, так как она приносит пользу, как в жизнь детей, так и в их внутренний мир. Музыка своим ритмом, мелодией, гармонией, динамикой, разнообразием звуко сочетаний передает бесконечную гамму чувств и настроений, оказывает целительное влияние на психологическое здоровье личности.

Понятие «психологическое здоровье личности» имеет обобщенную характеристику, в основе которого активный процесс самоактуализации и самоопределения, отсутствие различного рода зависимостей, в том числе и от негативного влияния ближайшего окружения. В раннем детстве (от 1 года до 3 лет) — это первые формы проявления самосознания, внешнее «Я-сам» — одно из новообразований раннего детства, проявляющееся в самостоятельных действиях ребенка, связанное с развитием первичных форм самосознания; затем развитие самосознания дошкольника (от 3 до 6 (7) лет); развитие рефлексии в младшем школьном возрасте (процесс самопознания субъектом психических актов и состояний); рефлексия, самооценка и Я-концепция в подростковом возрасте (от 10 (11) до 13 (14) лет) [4]. Музыкально-терапевтические методы, как правило, подбираются для ребенка индивидуально. Сегодня эксперименты ведутся в нескольких направлениях: влияние отдельных музыкальных инструментов на живые организмы; индивидуальное влияние отдельных произведений композиторов; влияние на организм человека традиционных народных направлений в музыке, а также современных направлений; перинатальная музыкотерапия, которая используется в перинатальной психологии и педагогике для актуализации личностных возможностей ребенка [1; 3].

Музыкальная терапия имеет целительное влияние на психологическое здоровье личности. С помощью музыкальной терапии становится возможным моделирование эмоций, повышение настроения, уменьшение чувства тревожности, формирование чувства умиротворения, счастья, создание удовлетворительного эмоционального фона ребенка [1]. «Постоянное слушание музыки может стать подлинным процессом обучения. В своем интервью телевидению американский дирижер Борис Брот ответил на вопрос о том, где он научился любить музыку, следующим образом: “Эта любовь жила во мне еще до рождения”. Знакомясь с определенным произведением впервые, он уже знал партию скрипки еще до того, как переворачивал страницу партитуры. Брот не мог объяснить причину этого явления. Как-то раз он упомянул об этом при матери, которая в прошлом была виолончелисткой. Она посмотрела свои старые программы и обнаружила, что сын знал наизусть именно те произведения, которые она разучивала, будучи беременной» [3, с. 12].

Никто не возьмет на себя смелость утверждать, что мать, часто слушавшая или много игравшая на каком-то музыкальном инструменте во время своей беременности, обязательно произведет на свет композитора, музыканта-виртуоза или певца. Развивающийся ребенок запоминает сенсорную информацию и, несомненно одно — он будет восприимчив к музыке и к различным звукам. Кроме возможного формирования определенных сенсомоторных способностей мать безусловно привьет ребенку вкус к музыке, что значительно обогатит всю его последующую жизнь.

Заключение. Речь идет о проблеме воспитания современной молодежи, сознание которой не защищено от опасных воздействий Интернета, современной музыкальной халтуры отдельных музыкальных групп и исполнителей. Решение проблемы видится в использовании интегративной модели преподавания предметов в школе на основе изучения художественного образа и вовлечения родителей в обсуждение проблем развития подростка на основе музыкального образования.

К сожалению, сегодня учащаяся молодежь часто не имеет представлений о различных направлениях музыкального жанра. Классическая музыка неизвестна многим юношам и девушкам. Рэп-баттлы заменяют им настоящую поэзию и музыкальную культуру. Рэп-баттл — это состязание двух исполнителей в стиле «рэп», суть которого в унижении оппонента при помощи специального рифмосложения. Хип-хоп и рэп — любимые музыкальные стили большинства несовершеннолетних нарушителей в США. Наибольшей популярностью рэп пользуется именно у подростков. Агрессивные треки молодежь воспринимает как символ бунта, противопоставляя себя всему окружающему миру. В случае с положительными произведениями дела обстоят иначе. Они способны помочь избавиться от апатии или просто плохого настроения. Кроме того, довольно часто поклонниками хип-хопа и рэпа становятся люди, не способные отыскать подходящий способ самовыражения. Искусственное ограничение развития молодого населения — это не сказка в жанре «антиутопия», а часть нашей реальности. Социальным педагогам необходимо расширить свою профилактическую деятельность за счет приобщения молодых людей к изучению музыкальной культуры, что будет способствовать не только развитию психологического здоровья ребенка, но и повышению общего уровня культуры нового поколения и общества в целом.

Список цитируемых источников

1. Декер-Фойгт, Г. Г. Введение в музыкотерапию / Г. Г. Декер-Фойгт. — СПб. : Питер, 2003. — 208 с.
2. Селезнёв, А. А. Психология здоровья : учеб.-метод. пособие для организации управляемой самостоятельной работы / БарГУ ; авт.-сост. А. А. Селезнёв. — Барановичи, 2007. — 303 с.
3. Бертин, А. Воспитание в утробе матери, или рассказ об упущенных возможностях / А. Бертин. — СПб. : Жизнь, 1992. — 32 с.
4. Селезнёв, А. А. Педагогическая психология здоровья: теория и практика психотерапии, ориентированной на духовное здоровье человека / А. А. Селезнёв. — Минск : Колорград, 2017. — 160 с.