

## **МУЗИКОТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ЗДО**

У нинішньому світі, що стрімко розвивається, змінюється та повсякчас переживає соціальні та природні катаклізми, першочергової уваги потребує піклування про здоров'я маленьких дітей. Адже всі негаразди сьогодення можуть негативно відбитися на їхньому житті і призвести до не виправних наслідків у майбутньому. Сучасні діти перенасичені негативною інформацією, почасти позбавлені теплого спілкування з дорослими та однолітками, багато з них просто не можуть витримати нервово-психічних навантажень удома та в дитячому садку. Нерідко дитяча нервова система не встигає адаптуватися до шаленого темпу і ритму нашого життя. Звідси – неспокій, нервовість, гіперактивність, погіршення продуктивної діяльності, виникнення психосоматичних хвороб.

Сьогодні, як ніколи, особливої актуальності набувають заходи зі створення нових ефективних методів реабілітації та профілактики, нетрадиційних підходів, що підвищують резервні можливості організму дитини. Тобто очевидною постає необхідність упровадження в освітній процес розмаїття здоров'япідтримувальних технологій, серед яких заслуговує на увагу нова галузь психолого-педагогічного напрямку під назвою «музикотерапія». У перекладі з грецької термін «музикотерапія» означає «зцілення музикою». У контексті шкільної освіти ми розглядаємо це поняття не в буквальному клінічному значенні, а як ефективний засіб моделювання й корекції внутрішнього стану учнів, розкриття їх природного потенціалу. Окрім того, в педагогічному сенсі, музикотерапія може бути дієвою допомогою в оптимізації освітньої роботи, спрямованої на формування та розвиток особливої новітньої психокультури, яка в майбутньому, на думку вчених, дасть людству шанс на виживання й розквіт. «Музика, як носій сакральної інформації, і музична терапія, як могутній інструмент впливу, спроможні допомогти людині згармонізувати себе і свої стосунки зі світом... Саме поєднання педагогічних, психотерапевтичних методів з керованим музичним впливом може зробити переворот у долі як окремої людини, так і суспільства загалом» [3, с. 4; 4, с.88 ].

Педагога В. Сухомлинський вважає, що в структурі людських художніх смаків музика посідає перше місце, випереджаючи інші види мистецтва. Вона виступає компонентом багатьох інших синтетичних видів мистецтв, формує середовище, створює унікальні умови для людського суспільства сприймати прекрасне в житті й мистецтві, допомагає людині стати чуйною, впливає на всі складові її психіки – уяву, почуття, мислення, волю, здібності.

Музикотерапія – метод, що використовує музику як засіб корекції, як провідний фактор впливу (прослуховування музичних творів, індивідуальні та групові заняття музикою) [1, с. 56].

Принциповою основою музикотерапевтичних занять з молодшими школярами є:

м'який, екологічний підхід до проблем людини, її неспішності або неповної самореалізації;

орієнтація на притаманний кожній людині внутрішній потенціал здоров'я та сили, акцент на природньому прояві думок, почуттів та настроїв у творчості, прийняття людини такою, як вона є, разом з притаманними їй способами самозцілення й гармонізації;

способи гармонізації, в яких рівнозначну роль відіграють розум і почуття, тіло й дух, чоловічі й жіночі якості, здатність до інтроспекції та активної дії;

переважно невербальна комунікація: людина, яка має труднощі в словесному описі своїх переживань, може їх виразити більш точно за допомогою символічної мови;

прийоми та методи, які не вимагають розвиненості художніх здібностей та створення високохудожніх творів, і, внаслідок цього, є доступними практично для всіх;

музикотерапія, арт-терапія, ігрова терапія мають інсайт-орієнтований характер, вони є засобами вільного самовираження й самопізнання, актуалізації латентних ідей і станів, а також сильним засобом зближення людей;

художньо-творча діяльність дозволяє обходити цензуру свідомості, що забезпечує можливість дослідити позасвідомі процеси.

Продукти творчості є об'єктивним свідченням настроїв та думок людини, тому їх можна використовувати для ретроспективної, динамічної оцінки стану людини; створення атмосфери довіри, терпимості та уваги до внутрішнього світу людини, що викликає позитивні емоції, допомагає подолати апатію й безініціативність, сформувати більш активну життєву позицію; відповідність фундаментальній потребі людини в самоактуалізації – розкритті широкого спектру її можливостей та утвердження нею свого індивідуально-неповторного способу буття у світі; зосередження на мобілізації творчого потенціалу людини, внутрішніх механізмів саморегуляції та зцілення; максимальна ступінь свободи: людина виражає себе в тому стилі й тих формах, які відповідають її стану, особливостям і потребам; динаміка змін, яку можна охарактеризувати як рух людини від відсутності смислу до його утворення, від слабкості – до сили, від фрагментарності – до єдності, від невпевненості в собі – до самодостатності [4, с. 123-124].

Науковиця Л. Кузьмінська виокремлює такі цілі музичної терапії:

- активізація емоційних процесів (інтроспекція) у вигляді стимуляції процесів, які викликають інтрапсихічний аналіз патосихологічних конфліктів і їх усунення;
- активізація соціально-комунікативних взаємодій на невербальному та вербальному рівнях, які сприяють подоланню соціально-комунікативних порушень поведінки з патологічними ознаками;
- регуляція психо-вегетативно зумовлених порушень регуляції та інших станів психофізіологічного напруження;
- розвиток і диференціація здатності до естетичних переживань і насолоди, які сприяють руйнуванню обмежень, пов'язаних із патологіями переживань [2, с. 3-4].

Виділяють чотири основні напрямки лікувальної дії музикотерапії:

- 1) емоційне активування у ході вербальної психотерапії;
- 2) розвиток навичок міжособистісного спілкування (комунікативних функцій і здібностей);
- 3) регулюючий вплив на психовегетативні процеси особистості;
- 4) підвищення естетичних потреб особистості [2, с. 4].

Оскільки сучасний педагог повсякчас стикається з проявами агресивної поведінки учнів початкових класів, котрі доцільно завчасно попереджувати та мінімізувати, перелічені вище знання, дають можливість фахівцям гармонізувати освітній процес, допомагають налагодити комфортні стосунки між однолітками та зменшити прояви агресії, а музикотерапія постає одним із найбільш ефективних способів їх подолання.

#### Список використаних джерел

1. Беседа Н. А. Здоров'язбережувальні технології як запорука ефективного навчання і виховання школярів: (тренінг для вчителів) / Н.А.Беседа // ПостМетодика. 2010. № 1. С.47-53.
2. Кузьмінська Л. Зміст та цілі музикотерапії в соціально-педагогічній роботі з дітьми-інвалідами / Леся Кузьмінська // Український науковий журнал «Освіта регіону. Політологія, психологія, комунікації». 2011. №4. С. 3-10.
3. Малашевська І. А. Програма оздоровчо-освітньої роботи з дітьми старшого дошкільного віку "Веселкова музикотерапія" / І. А. Малашевська, С. К. Демидова. Тернопіль: Мандрівець, 2015. 44 с.
4. Побережна Г. Музикотерапія як інноваційна технологія особистісного розвитку / Г. Побережна // Вища освіта України. 2010. № 3. С. 121-127.