

Оксана Деркач, Михайло Вацьо

ВПРОВАДЖЕННЯ ЕЛЕМЕНТІВ МУЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС
ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

МУЗИЧНУ ТЕРАПІЮ - В ШКОЛУ

МУЗИЧНА ТЕРАПІЯ: ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ТА ВИКОРИСТАННЯ В
ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ

Людина надто часто буває невідома тому, хто нею керує, - писав свого часу К. Гельвецій, тож, щоб "орудувати рухами людської ляльки, треба знати нитки, які рухають її" [2,24]. Ще у 18 - 19 ст. видатним педагогам стала очевидна необхідність психологічно правильного підходу до розвитку практичних умінь та пізнавальних здібностей учнів, бо навчання передусім повинно бути узгоджено із природою та законами їх розвитку, зазначали Ф. Дістервег, І. Песталоцці та Ж. Руссо [5,136; 11,369; 12,86]. Інакше - чого очікувати, якщо одну з найскладніших проблем намагаються вирішити люди, які не володіють тими знаннями, за допомогою яких можна керувати дітьми, писав Г. Спенсер [13,19].

Якщо педагогіка хоче виховувати людину в усіх відношеннях, то вона повинна "попередити пізнати її також в усіх відношеннях", зазначав К. Ушинський [14,28]. Таким чином, найсуттєвішою вимогою, яку слід висунути людині, що бере на себе відповідальність та обов'язки щодо виховання та навчання дітей, є знання та розуміння психіки дитини, її індивідуальності та особливостей розвитку, був переконаний П. Лесгафт [7,18]. Той, хто знайомий з принципами розвитку дитини, краще за інших віднайде сприятливі цьому засоби, зазначав А. Гергет, застереже викладача від того, щоб вимагати від дитини виконання таких дій, які не властиві даному ступеню її розвитку [3,14].

Психологічна адаптація до навчальної діяльності, як і до будь-якого нового, ще не засвоєного виду діяльності, вимагає мобілізації всіх психічних і психофізіологічних сил дитини для того, щоб опанувати необхідні вміння та навички, пристосуватися до нового режиму та встановити сприятливі взаємовідносини з викладачами та однолітками, переконана О. Боделан [1,1].

Тому серед фахівців все більшого визнання набуває думка, що всебічне дослідження розвитку особистості - це фундаментальна комплексна наукова проблема, яка потребує міждисциплінарного вивчення. Водночас провідну роль у вирішенні цієї проблеми відіграє психологія, оскільки особистість -передусім психічне новоутворення, тож психологічні закономірності посідають тут центральне місце.

Саме тому актуальною на сьогоднішній день є проблема психологічної підготовки вчителів, особливо початкових класів. На думку багатьох фахівців, в навчальний процес педагогічних вищих навчальних закладів необхідно включити елементарні відомості з галузі психотерапії (підґрунтям для цього є проведені психолого-педагогічні дослідження, що засвідчили підвищення психічної тривожності учнів та високі показники такого явища, як „дезадаптація першокласників“, яке передбачає утворення неадекватних механізмів пристосування дитини до школи у формі порушення в навчанні й поведінці, конфліктних відносин із вчителями та однолітками, психогенних захворювань і реакцій соматичного характеру (головний біль, біль у животі, порушення сну та апетиту, гнітючий настрій, підвищена стомлюваність), підвищеного рівня тривожності та небажання ходити до школи взагалі [8,30]). На думку Л. Лебедевої, опанування вчителем деяких потужних психотерапевтичних прийомів та форм роботи дозволить цілеспрямовано, свідомо та систематично піклуватися про психічний стан учнів [6,27]. Результати педагогічних пошуків авторів та аналіз останніх психолого-педагогічних публікацій свідчать, що саме використання мистецтва може виступити тим психотерапевтичним фактором, яких є цілком доступним для педагога. Синкретичне поєднання елементів арт-терапії, казкотерапії, пісочної, танцювальної та музичної терапії ефективно впливатиме на психічний стан дитини, носитиме не стільки лікувальний, скільки психогігієнічний (профілактичний) та корекційний характер.

В даній публікації ми маємо на меті розглянути вплив музики на психічні та фізіологічні процеси людини, який відомий ще із давніх віків. Свідчення

застосування музики із терапевтичною метою можна знайти, як стверджують психологи, і в древньоєгипетських папірусах, і древньогрецьких міфах, і текстах Біблії. На сьогоднішній день музична терапія існує як самостійна та незалежна наука в багатьох країнах Європи та Америки. Інтерес до цієї галузі став виникати передусім завдяки більш високому рівню можливостей вивчення фізіологічних та біохімічних реакцій, що виникають в організмі людини у відповідь на музично-терапевтичний вплив.

Чому ж музичні ритми та інтонації здатні викликати в нас такі яскраві почуття та переживання? Чому змушують нас зазирнути в найпотемніші куточки своєї душі та замислитися над сутністю свого існування? Можливо, саме тому, що формування музичного досвіду дитини починається із „музики” серцевих ритмів матері та ритмів власного серця в материнському лоні, переконаний Г. Декер-Фойгт [4,60]. Та, окрім звуків працюючого серця чи інших органів материнського організму, на стан ще ненародженої дитини помітно впливає і емоційний настрій матері, „мажорний чи мінорний стан її душі”. Під час перебування у материнському лоні дитину постійно супроводжували музичні ритми й інтонації. Чи варто називати цього маленького слухача пасивним? Навряд, адже, сприймаючи вібрації материнського організму, ми від зачаття ніби живемо в пісні, є співзвучні із нею, стаємо її частиною, як зазначає Л. Назарова [10,4]. Напевно, саме тому ритм материнського заколисування діє так заспокійливо, а колискові пісні, навіть без слів, є хорошим засобом від безсоння.

В дитячій лікарні, що функціонує при Мюнхенському університеті, М. Некер-Рибаупьєрр проводилося дослідження функціонального та комунікативно-терапевтичного впливу музики на малюків, що народилися раніше визначеного терміну (напр. - у віці 21 тиждень). Під час експерименту в інкубаторі малюка розміщували аудіо запис голосу матері (та батька). Ця „музика” ставала своєрідним акустичним „живленням”, що підтримувало діяльність мозку та новонародженого організму, а також, за допомогою

психоемоційних засобів, зменшувало фізичну дистанцію між матір'ю та дитиною [цит. за 4,59].

Є й інші факти: в одному із лондонських пологових будинків М. Клементе помітила, що новонародженим подобається інструментальна музика А. Вівальді. Лікарі відділення відзначали, що після такого „музичного сеансу” немовлята не прокидалися навіть від звуків падаючого металевого розносу. А в японській лікарні Шибуйа (Токіо) директор У. Оки зміг довести, що повільна остинатна мелодія значно полегшує перебіг пологів [9, 94].

Одним із епохальних відкриттів стала концепція американського вченого А. Голльдштейна, відповідно до якої „музичне задоволення” - це відчуття піднесення, яке викликається прослуховуванням певної музики та є результатом вивільнення *ендорфіна*. Ендорфін - так званий „власний опіум” - що виробляється гіпофізом головного мозку, здатен виявляти анестезійну (знеболюючу) властивість, моделювати емоційний стан людини, викликати широкий спектр соматовегетативних реакцій та посилювати імунні функції організму [9,98]. Варто зазначити, що вчені мають підстави стверджувати, що під час прослуховування музичних творів вогнище позитивної індукції конкурує із вогнищем патологічної домінанти і може суттєво послабити негативний вплив останнього на стан організму. Таким чином, музичний вплив відбувається не лише на центральну нервову систему, а й на функції інших життєво важливих фізіологічних систем: серцево-судинної, дихальної, м'язової, імунної, системи травлення. В результаті мелодії, від прослуховування яких людина отримує задоволення, вповільнюють пульс, збільшують силу серцевих скорочень, сприяють розширенню судин та нормалізації артеріального тиску. Та ж музика, що викликає лише роздратування, спричинює протилежний ефект.

У Австрії (Зальцбург та Вена) були проведені дослідження, що ставили на меті визначити вплив музики на здорових та хворих людей. Було проаналізовано вплив окремих музичних творів на слухача та виявлені їх ознаки. Особливий інтерес викликали часті випадки виникнення виразки

шлунку у професійних музикантів традиційної школи. Виявилося, саме таким способом психіка музикантів протестувала проти необхідності виконувати додекофонну музику: створювалося враження, ніби музиканти постійно травмувалися чи зазнавалися насилля [9,93].

Відомі ще дані, отримані видатним гастроентерологом В. Демпінгом із Ерлангена, який лікував своїх пацієнтів із шлунковими захворюваннями тим, що постійно „пригощав” їх нічною музикою - „Нічною серенадою” В. Моцарт, в результаті чого були виявлені зміни кислотності їх шлункового соку [там само,95].

Також є дані, що у Франції, в Національному інституті переливання крові, звучить музика, яка підібрана у відповідності із її фізіологічним впливом на організм, індивідуальними особливостями людини та характером захворювання. А у Голландії проводилися вивчення впливу музики на перебіг захворювань серечно-судинної системи. Виявлено, що спеціально підібрана класична музика допомагає долати стан самотності, покращує психоемоційний фон хворого, створює позитивний вплив на гемодинаміку [там само, 100].

Сучасні неврологічні дослідження засвідчують, що музика живить також і такі ділянки кори головного мозку, які не мають прямого відношення до сприйняття звуків, а відповідають за абстрактно-логічне мислення. Музична матерія, як складна та самоорганізуюча система здатна підживлювати енергопотенціал мозку, переконаний Б. Любан-Плоцца [9,6]. Та це, передусім, залежить саме від того, яка ж звучить музика. Прослуховування класичної музики (тобто - консонансної, гармонічної, ритмічно структурованої та впорядкованої) сприяє навіть зростанню інтелектуального розвитку людини, а „металевий рок”, наприклад, пригнічує розумові здібності та негативно впливає на розвиток живих клітин.

Якщо ж говорити про перспективи впровадження елементів музичної терапії в навчальний процес підготовки майбутніх вчителів початкових класів, то, на нашу думку, найактуальнішими сьогодні є наступні напрямки:

- використання музики як засобу саморегуляції психічного та емоційного стану студентів;
- підготовка майбутнього вчителя до використання музики як засобу регуляції психічного та функціонального стану учнів (з цього напрямку нещодавно захистила дисертаційне дослідження Н. Євстигнеєва на тему: „Підготовка майбутніх вчителів до використання музики як засобу саморегуляції функціонального стану учнів“);
- використання елементів музичної терапії в контексті арт-терапевтичних занять з метою більш глибокого пізнання студентами свого внутрішнього „я“ та особливостей власного світосприйняття;
- підготовка майбутнього вчителя до застосування арт-терапевтичних технік у початковій школі з метою діагностики та наступної корекції дитячих страхів, тривожності, конфліктності та шкільної дезадаптації на матеріалі синкретичного поєднання арт-терапії, музичної терапії, драматерапії, танцювальної терапії, казкотерапії та фототерапії;
- фольклорна арт-терапія.

Хочемо більш детально висвітлити феномен фольклорної арт-терапії. Ось уже дванадцятий рік проводяться заняття пісенним фольклором у формі інтегрованого арт-терапевтичного курсу проводяться в муніципальній школі „Ключик“ м. Орел. Програма „Введення в пісенний фольклор (автор Л. Назарова) розрахована на 9 років та реалізується у формі уроків та спеціальних ансамблевих занять.

У чому ж полягає суть фольклорної арт-терапії?

Поєднуючи в собі три іпостасі - навчання, виховання та психотерапію, народний пісенний фольклор, на думку Л. Назарової, звертається до тих захованих від свідомості глибин, торкання до яких може допомогти отримати відповіді на запитання, що пов'язані із нашим існуванням [10,6]. На основі всіх

елементів фольклору, а саме музики, вокалу, танцю, драми, пісенного тексту та костюму (а тут неабияку роль відіграють колір та форма), важливо відчуті ті елементи психокорекційної роботи, які сприятимуть самопізнанню та розвитку особистісних якостей дітей будь-якої вікової групи.

Які ж цілі переслідуються в процесі занять фольклорною арт-терапією? Передусім, це:

- залучення учнів до історії та культури свого народу, усвідомлення коріння свого роду;
- стимулювання духовного розвитку дитини через кращі зразки народної творчості;
- навчання дітей сердечної радості через розуміння відкритого звуку;
- формування філософських поглядів на життя через призму музичного матеріалу, що використовувався [10,43].

Таким чином, можна стверджувати, що сьогодні, в час гуманістичної спрямованості педагогічної науки і практики, в час домінування особистісно орієнтованих технологій навчання та виховання, є актуальними та потребують наукового пошуку питання підготовки майбутніх вчителів до активного застосування елементів музичної та арт-терапії у виховному процесі початкової школи як у контексті художньо-естетичного та емоційного розвитку учнів, так і в контексті психотерапевтичного підходу.

Використані джерела

1. Боделан О.Р. Психологічне забезпечення адаптації дітей шестирічного віку до навчальної діяльності: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. 19.00.07 /Південноукр. держ. пед. ун-т ім. К. Ушинського.- Одеса, 2000.- 19 с.
2. Гельвецій К.А. Про людину, її розумові здібності та її виховання /Пер. з фр. В. Підмогильного.- К.: Основи, 1994.- 416 с.
3. Гергет А., Готалов-Готлиб А. Современные педагогические течения.-Х.: Гос. изд-во Украины, 1925.- 249 с.

4. Деккер-Фойгт Г.-Г. Введение в музыкотерапию.- СПб.: Питер, 2003.-208 с- (Серия «Золотой фонд психотерапии»)
5. Дистервег. Избранные педагогические сочинения.- М.: Учпедгиз, 1956.-374 с.
6. Лебедева Л.Д. Арт-терапия в педагогике // Педагогика.- 2000.- № 9.-С. 27-34.
7. Лесгафт П.Ф. Избранные педагогические сочинения /Сост. И.Н. Решетень.- М.: Педагогика, 1988.- 400 с- (Педагогическая б-ка).
8. Лєскова-Савицька А. Проблема дезадаптації першокласників // Психолог. - 2003. - серпень 29 - 32.- С. 30 - 47.
9. Любан-Плоцца Б., Побережная Г., Белов О. Музыка и психика.- К.: «АДЕФ-Украина», 2002.- 200 с.
10. Назарова Л.Д Фольклорная арттерапия.- СПб.: Речь, 2002.- 240 с.
- П.Песталоцци И.Г. Избранные педагогические произведения: В 3-х тт. Т. 3 /Под ред. М.Ф. Шабаровой.- М.: АПН РСФСР, 1965.- 635 с.
- 12.Руссо ЖанъЖакъ. Эмиль или о воспитаніи/Пер. с фр. М.А. Энгельгардта.- С.-Петербургъ: Съверъ, 1913.-489 с.
13. Спенсер Г. Сочиненія: Воспитаніеумственное, нравственное и физическое /Под общей ред. Н.А.Рубакина.- Спб.: Типографія А. Пороховщикова, 1898.- 115 с.
- 14.Ушинський К.Д. Твори: В 6-ти тт. Т. 4: Людина як предмет виховання. Спроба педагогічної антропології.-К.: Рад.школа, 1952.- 518 с.