

дослідників вважають, що існує зв'язок суб'єктивного бачення людиною картини сім'ї і себе в ній з особливостями розвитку та формування її уявлень про себе. Є дані про те, що суб'єктивний образ батьківської сім'ї формується на підставі поєднання образів взаємин батьків з дитиною і батьків між собою. Прив'язаність до батьків є основним чинником, що впливає на проблеми, загальні для життя подружніх стосунків. Для розуміння цих паралелей використовується модель прив'язаності і сепарації, що має в структурі такі елементи, як надійна, амбівалентно-тривожна, відкидаючи та уникаюча прив'язаності.

Відповідно, найбільш сприятливим для подружніх стосунків є надійний тип прив'язаності: він дозволяє людині довіряти іншим людям, не боятися близькості з іншою людиною. Решта три типи прив'язаності можна умовно назвати «ненадійними». Особливо цікавим стає питання про психологічні якості матері і батька, які впливають на формування того чи іншого типу прив'язаності.

Література

1. Адлер А. Понять природу человека. СПб. 1997. 109 с
2. Боулби Дж. Привязанность. М.: Гардарики, 2003. 477с.
3. Жихарева Л.В. Теория привязанности, теоретические и практические аспекты / Перспективы, Наука и образование 2013, №4. С.144-148.
4. Кляйн М. Зависть и благодарность Исслед. бессознат. источников [Пер. с англ.] / Мелани Кляйн; [Информ. центр психоаналит. культуры Санкт-Петербурга]. - СПб. : Б.С.К., Б. г. 1997. 94 с.
5. Кучманіч І.М. Особливості взаємозв'язку типу прив'язаності та взаємостосунків у подружній підсистемі. Збірник наукових праць. Психологічні науки, 2013. №11. С.167-171.
6. Холмогорова, А.Б. Теоретические и эмпирические основания интегративной психотерапии расстройств аффективного спектра: автореферат дисс... доктора психологических наук. М., 2006. 53 с.
7. Bartholomew K., Horowitz, L. Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. Journal of Personality and Social Psychology. 1991, Vol. 61, No. 2, 226-244.
8. Rosen-Grandon, J. R., Myers, J. E. & Hattie, J. A. (2004), "The Relationship Between Marital Characteristics, Marital Interaction Processes, and Marital Satisfaction", Journal of Counseling & Development, Vol. 82 No. 1, p. 58-68.

ВПЛИВ МУЗИКОТЕРАПІЇ НА ВНУТРІШНІ МЕХАНІЗМИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ТА ЗЦІЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ЛЮДИНИ

Горшкальова Тетяна Миколаївна
музичний керівник ДНЗ№7,
м. Малин, Житомирської обл.

«Пізнання світу почуттів неможливе без розуміння й переживання музики, без глибокої потреби слухати музику і діставати насолоду від неї», - писав В.Сухомлинський. Він же наголошував: «Без музики важко переконати людину, яка вступає в світ, у тому, що людина прекрасна, а це переконання, по суті є основою емоційної, естетичної, моральної культури».

Музика є мовою серця, найніжніших почуттів, світу емоцій людини. Вона дає людині поштовх для внутрішнього переживання і уяви. Це внутрішнє відчуття та переживання викликає бажання передати музику в дії, міміці, жестах, рухах, співі, грі, створювати нові художні образи. Емоційний вплив музики набагато більший, ніж вплив будь-якого іншого виду мистецтва.

Те, що музика здатна поліпшити психоемоційний та фізіологічний стан людини, нині не викликає жодних сумнівів. Результати вивчення оздоровчого впливу музики на стан людини посприяли свого часу виникненню окремого напрямку в медицині, психології та педагогіці, що має назву музикотерапія. Уже науково доведено, що, наприклад, унікальну антидепресивну і водночас заспокійливу дію має музика Антоніо Вівальді, Йогана Себастьяна Баха, Вольфганга Амадея Моцарта, музична лірика Франца Шуберта, Роберта Шумана, Фридерика Шопена, Ференца Ліста.

Результати медико – психологічних досліджень також показали, що окремі класичні музичні твори мають збуджуючу дію та підвищують загальний тонус організму. Серед них – опери Ріхарда Вагнера, оперети Жака Оффенбаха, «Болеро» Моріса Равеля, «Каприс №24» Ніколо Паганіні.

У сучасному світі, де безперервно зростає інформаційний потік, людина потерпає від погіршення екології та інших негативних зовнішніх чинників. У результаті з'являється фізичне та емоційне напруження. Воно проявляється у дратівливості, агресії тощо і є перешкодою для гармонійного та ефективного розвитку особистості. Музична терапія використовує музику як основний чинник психоемоційного впливу на внутрішній стан людини. Здавен відомо, що настрої, емоційний стан людини можна синхронізувати саме з музикою [1. 9].

Взаємодія людини з музикою – це процес багатосторонній і його результати впливають на реалізацію психокорекційних та профілактичних програм розвитку особистості. Ідея про зцілення музикою належить до початкової стадії розвитку людини. Цікавою видається така аналогія. Ліки, що використовуються для зцілення людини, створюють певні вібрації на організм, змінюючи частоту дихання, ритм і частоту пульсу, вирівнюють показники кров'яного тиску тощо. Вібрації, необхідні для нашого здоров'я, створюються їхньою силою, а ритм, необхідний для видужання, викликається проведенням циркуляції крові до певної швидкості. Тобто, здоров'я є стан досконалого ритму і тону, а музика і є ритм і тон.

Як стверджує Б.Г. Ананьєв, переживання музики пов'язане з розвитком звукового мислення, із зорово – слуховим сполученням, із графіко – кінестетичною культурою [2]. С. Х. Раппорт вказує, що «читач», слухач, глядач художнього твору – це не тільки споживач духовного багатства, а й водночас об'єкт, який відчуває діяльність мистецтва, причому об'єкт досить своєрідний: під впливом мистецтва він змінюється у своєму ставленні до світу і до самого себе» [3, 26-27].

Взаємодія особистості з музикою – процес багатогранний. Результати його залежать, з одного боку, від особистісних характеристик людини, а з іншого, від об'єктивних властивостей самої музики. У руслі сучасної психологічної та музично – педагогічної думки (В. Л. Леві, В.І. Петрушин, М. Роджерс, О.П. Рудницька) питання вивчення закономірностей музичного сприймання почало набирати розмаху в системі «музика – слухач» [4;5;6;7] при створенні психокорекційних та профілактичних програм для сприяння особистісного розвитку, полегшення процесів емоційного оздоровлення, вирішення внутрішніх конфліктів, пробудження творчого початку.

Практика застосування музичної терапії сягає своїм корінням у сиву давнину: цілющу дію музики помітили ще у Стародавніх Китаї, Індії, Єгипті та Греції. У XI столітті видатний перський учений, лікар та музикант Авіценна (Avicenna) один з розділів своєї енциклопедії «Канон лікарської науки» присвятив лікуванню звуком. Значно пізніше, у 1621 році, англійський мислитель Роберт Бертон у творі «Анатомія меланхолії» викликав думку, що музика здатна цілюще впливати на людський організм, а саме - лікувати деякі нервові розлади. У XIX ст. музичну терапію почали застосовувати на практиці європейські психологи, і лише усередині XX ст. нею зацікавилися науковці.

Нині вже понад сімдесят вишів світу випускають фахівців – музикотерапевтів. Окрім того, створено багато професійних організацій – музично – терапевтичних асоціацій і товариств. Так, поступово накопичуються наукові дані, що підтверджують знання найдавніших мудреців про те, що музика – це могутнє джерело енергії, що має вплив на людину.

Аби зрозуміти, як музичний звук впливає на організм людини, необхідно насамперед з'ясувати його фізичні властивості. Звук переміщується у просторі у вигляді хвиль і має такі основні параметри, як частота звучання (вібрація), інтенсивність звучання (гучність) та тембр.

Частота звучання, тобто кількість коливань у секунду, які здійснює звукова хвиля, вимірюється у герцах. Що вищий тон звука, то швидшою є його вібрація, що нижчий тон, то вібрація є повільнішою. Зазвичай людина здатна сприймати звуки у діапазоні від 16герц до 20 тисяч герц. Інтенсивність або гучність звучання вимірюється у децибелах.

Ще однією важливою властивістю звука є його тембр. Тембр – це забарвлення звука, якість голосу або інструмента, що вирізняють їх поміж інших. Тембр не залежить від частоти та інтенсивності звучання.

Звук впливає на здоров'я людини, її свідомість та поведінку. Терапевтичний ефект музики залежить від частоти її звучання учені з'ясували: числа обертання ферментів, які беруть участь у процесах обміну речовин людини, співпадають з частотою звуків музичного звукоряду. Ферменти під дією звука, частота якого співпадає з їхніми числами обертання, починають «звучати» - викликати біохімічну реакцію в організмі. Тож за допомогою звуків з певною частотою можна лікувати той чи той орган людського організму.

Учені довели, що на стан організму людини впливає ще й періодичність наростання та спаду гучності звукових хвиль. Найсильнішу позитивну реакцію мозку людини викликає періодичність наростання та спаду гучності звукових хвиль через кожні 20-30 секунд. Це пов'язано з тим, що функції центральної нервової системи людини також мають циклічність 30 секунд.

Ефективність музикотерапії обумовлюється не лише емоційним її впливом на людину, а й біорезонансною співзвучністю музичних звуків з вібрацією окремих органів і системою організму.

Цікаві дослідження провів у галузі альтернативної медицини французький вчений Фаб'ен Маман - музикант, який оволодів технологіями акупунктури та біоенергетики. Він вважав, що звук зі строго визначеними частотами можна використовувати як лікувальний засіб для отримання прекрасного стимулюючого, регулюючого та відновлюваного впливу на організм. Він діяв на точки акупунктури не голками, а певними звуковими частотами. Його дослідження показали, що звучання тієї чи іншої ноти змінює форму та колір клітин. Найбільший ефект досягається при поєднанні звуків.

Лікувальні властивості музики висвітлені в багатьох наукових працях. До умов, за яких музичні твори особливо сильно впливають на здорових чи хворих людей, відносяться не тільки їх спеціальні якості, але й спосіб їх подавання, психологічне, ситуативне і соціальне значення для слухача та виконавця.

Музикотерапія, як метод, заснований на мобілізації творчого потенціалу людини, внутрішніх її механізмів саморегуляції та зцілення, відповідає найважливішій потребі людини у розкритті нових власних можливостей і ствердження свого індивідуального неповторного способу взаємодії у соціальному середовищі.

Дослідження вчених та практиків доводять, що цей метод суттєво впливає на розвиток соціальних навичок спілкування та позитивних соціально-психологічних рис людини.

Література

1. Бойченко С. – журнал «Музичний керівник», №5, 2015р. «Зменшення фізичного та емоційного напруження у дітей засобами музикотерапії» ст.9- 13
2. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды – М., 1979.
3. Раппорт С.Х. Искусствознание и точные науки. – М., 1979.
4. Леві В.Л. Мистецтво бути собою. Індивідуальна психотехніка. – М.1991.
5. Петрушин В.І. Музичне сприйняття як засіб вивчення особистості школяра// Питання психології. – 1986.-№1
6. Роджерс Н.Путь к целостности: человекоцентрированная терапия на основе экспрессивных искусств//Вопросы психологи. – 1995. - №1
7. Рудницька О.П. Музыка і культура особистості: проблеми сучасної педагогічної освіти: навчальний посібник. – К, 1999.

РЕАЛІЗАЦІЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ УМОВИ СТИМУЛЮВАННЯ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОГО СТАВЛЕННЯ ДО МАЙБУТНЬОЇ ПРОФЕСІЇ У СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ

Житнухіна Катерина Павлівна,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини, м. Умань.
Науковий керівник – доктор. педагог. наук,
професор Осадченко Інна Іванівна

Глобальна проблема компетентності працівника сфокусована на удосконаленні процесу його підготовки у закладах вищої освіти. Априорі це стосується майбутніх педагогів, від рівня професійної компетентності яких залежить рівень освіченості підростаючого покоління.

Мета статті – на основі аналізу емпіричного матеріалу описати реалізацію педагогічної умови стимулювання процесу формування відповідального ставлення до майбутньої професії у студентів педагогічних університетів.

Оскільки навчальний процес у закладі вищої освіти загалом представлений сукупністю навчальних занять (лекційних, семінарських та практичних занять; педагогічної практики), то реалізація вказаної педагогічної умови узгоджується з організацією вказаних видів занять, навчальної практики та організації виховної роботи, у процесі яких студент освоює необхідні для майбутньої професійної діяльності знання, вміння та навички шляхом безпосередньої співпраці та самостійної роботи. Теоретичними засадами такої позиції є обґрунтування суб'єкт-суб'єктної специфіки освітнього процесу (І. Бех [1]). При цьому викладач здійснює організаційну, координувальну, методичну та коригувальну функції.

При проектуванні реалізації вказаної педагогічної умови визначимо основні види ситуацій формування відповідального ставлення до майбутньої професії у студентів педагогічних університетів. Спираючись на сутність основних проявів відповідального ставлення до майбутньої професії у студентів педагогічних університетів (процесуального чи морального характеру), ситуації умовно поділяємо на такі види: ситуації прояву процесуального характеру та ситуації прояву морального характеру.

Організація експериментальної роботи з реалізації зазначеної педагогічної умови узгоджується з проектуванням і реалізацією педагогічних ситуацій за кількома обставинами, що передбачає організацію індивідуальної роботи студентів, роботу в парах та колективну