

розвитку дитини. Саме під час творчості дитина відкриває в собі щось нове, починає краще зрозуміти себе, розвивати свої відносини з світом, іншими людьми, а особливо із самим собою.

Джерела

1. Бондар Л.М. Використання методів арт-терапії в роботі з дітьми дошкільного віку / Л.М. Бондар // Педагогічний пошук. – 2014. – №1 (81) – С. 54–57.
2. Використання арт-терапії в роботі практичного психолога (з досвіду роботи практичних психологів дошкільного закладу) [Текст]: метод. посіб. / А. Міняєва [та ін.]. – Надвірна, «Педагогічна майстерня». – 2016. – 114 с.
3. Силко Р.М. Використання елементів арт-терапії у зображувальній діяльності дошкільників / Р.М. Силко, А.П. Грушко // [Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки](#). – 2017. – №142. – С. 167–170.

УДК 378.147

Барчі Беата Василівна,
Мукачівський державний університет
м. Мукачево, Україна
Боднар Ганна Іванівна,
гуманітарно-педагогічний коледж
Мукачівського державного університету
м. Мукачево, Україна

МУЗИКОТЕРАПІЯ ЯК АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНА ТЕХНІКА САМОРЕГУЛЯЦІЇ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ОСОБИСТОСТІ

Сутність арт-терапевтичних технік саморегуляції функціонального стану ставить за мету моніторинг стану здоров'я студентської молоді, розроблення здоров'язберезувальної стратегії з урахуванням вікових особливостей, урізноманітнення діяльності з метою підвищення саморегуляції і працездатності майбутніх учителів музики. Умови сьогодення спонукають викладачів шукати нові методи роботи та інноваційні форми зі студентами.

Однією з ефективних арт-терапевтичних технік, спрямованої на збереження й підтримку здоров'я майбутніх вчителів, є музикотерапія. Програму курсів гри на народних музичних інструментах укладають згідно сучасних вимог до гуманізації та гуманітаризації вищої педагогічної освіти України з метою підвищення психологічної культури майбутніх учителів музики.

Музикотерапія – це психотерапевтичний метод, що використовує музику в якості засобу корекції. Музикотерапія є одним із ефективних методів, що сприяє диверсифікації емоційно-інтелектуальної сфери особистості, підвищенню працездатності мозку, розвитку культури мислення майбутніх фахівців.

Поширенню музичної терапії як арт-терапевтичної техніки сприяє системна криза медичної допомоги, загальний негативний соціальний фон у суспільстві. Музикотерапія як напрямок психотерапії здатна емоційно впливати на особистісні якості, допомагає виявити і скоригувати недоліки в особистих відносинах, сприяє розвиненості характеристик мислення і підвищенню самооцінки.

Цілющі особливості музики, що впливають на духовний і фізіологічний стан людини, були відомі вже з давніх часів: згадування про це ми знаходимо ще у папірусах, складених жрецькими Давнього Єгипту. Філософами, лікарями, музикантами Давньої Греції, Китаю, Індії теоретично обґрунтовувався і широко використовувався на практиці увесь арсенал музичного мистецтва. У середньовіччі ця проблема вивчалась у руслі теорії афектів, що встановлювала зв'язок між емоційно-почуттєвими станами людини і способами їх відображення у музиці. З тих давніх часів стратегія психотерапевтичних і лікувальних можливостей музичного мистецтва проходить червоною ниткою через усі психолікувальні школи і напрями. Аналізуючи наукові праці вітчизняних та зарубіжних дослідників переконливим є наявність впливу музикотерапії на організм, душевний стан, інтелектуальну діяльність, естетичні потреби людини.

Українські вчені О.Жавініна, Г.Шанських, Т.Яковенко розробили методики музикотерапії, які передбачають цілісне і ізольоване використання музики в якості основного і провідного чинника впливу (прослуховування музичних творів, індивідуальне та групове музикування), доповнення музичним супроводом інших корекційних прийомів для посилення їх впливу і підвищення ефективності [1; 3; 4].

Науковці (Е.Федорович, Е.Тихонова) під артерапевтичними техніками пропонують розуміти: позасуб'єктні організаційні форми навчально-виховного процесу, засоби формування здоров'язберігаючого виховного середовища, методи музикотерапії [2].

Нині музикотерапія визнана в багатьох країнах і вважається одним з найефективніших видів корекційно-розвивального впливу на особистість

Передумовою використання музикотерапії у практиці діяльності вчителів є психофізіологічні дослідження почуттєво-емоційних реакцій особистості на музику.

Матерією музики є звук. Звучання музики в тимчасовій довжині, вплив її на почуття слухачів у процесі музикотерапії базується на частотному коливанні різних звуків, що резонують з окремими органами чи системами організму людини в цілому. Вченими встановлено твердий взаємозв'язок між частотою звукових коливань і конкретними фізіологічними процесами в організмі людини. Звук є одним із основних носіїв інформації, найбільш могутній за силою впливу на мозок людини. І неважливо про що йдеться: шум на вулиці чи концерт симфонічної музики. На сьогодні детально розроблена наукова теорія впливу різних видів звуку на людину. Відповідно до неї звукотерапія підрозділяється на музикотерапію, словотерапію, лікування звуками природи й ультразвуком. Ефективність музикотерапії зумовлюється не тільки емоційним впливом на людину, але й біорезонансним сполученням музичних звуків з вібраціями окремих органів і систем організму. Вібрації музичних звуків активізують

вегетативні механізми вищої нервової діяльності, викликають особливі вібраційні відповіді у підсвідомості людини.

Таким чином можемо стверджуємо, що музикотерапія є позитивним чинником становлення й розвитку гармонійної особистості через вплив на емоційно-почуттєву сферу; інтелектуальні здібності; психотерапевтичний і фізіологічний стан та чудовою арт-терапевтичною технікою саморегуляції функціонального стану особистості.

Джерела

1. Жавініна О. Музичне виховання: пошуки і знахідки / О.Жавініна, Л.Зац // Мистецтво в школі. - 2003. - № 5.
2. Федорович Е.Н., Тихонова Е.В. Основы музыкальной психологии: Учеб. пособие. / Е.Н. Федорович, Е.В. Тихонова. – [2-е издание]. – М. : Директ-медиа, 2014. – 279 с.
3. Шанских Г. Музыка як засіб корекційної роботи / Г.Шанских // Мистецтво в школі. - 2003. - № 5.
4. Яковенко Т.Е. Музыка и здоровье человека: Фестиваль педагогических идей "Открытый урок" / Т.Е.Яковенко. - М.: Первое сентября, Чистые пруды. – 2004.

УДК 364.622-785.4:7.02:[94-043.86]

**Беспалько Леся Антоніївна,
Куцик Ольга Гаврилівна,**
гуманітарно-педагогічний коледж
Мукачівського державного університету
м. Мукачево, Україна

ДО СУТНОСТІ ПОНЯТТЯ «АРТ-ТЕРАПІЯ»

Арт-терапія є надзвичайно затребуваним феноменом сьогодення. Її зміст, особливості та методику використання досліджують фахівці різних галузей знань. При цьому, немає єдино прийнятого визначення цього неоднозначного поняття.

Великий тлумачний словник сучасної української мови дає таке визначення арт-терапії - це «метод лікування нервових і психічних



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>