

Сенік А.

Науковий керівник – доц. Пеньковська Н.М.

МУЗИКОТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПСИХОКОРЕКЦІЇ АГРЕСИВНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Актуальність дослідження. На даний час досить гостро постала проблема дитячої агресивності. У повсякденному житті зустрічаються безліч випадків агресивних проявів з боку дошкільників, а, як відомо, жорстокість породжує жорстокість. Неабияких зусиль докладають психологи, педагоги та інші фахівці для того, щоб знайти оптимальний засіб, який дасть можливість подолати агресивність у дітей. Одним із дієвих методів можна назвати терапію музикою. Варто лише згадати її чудодійний вплив на організм людини, її здатність не лише впливати на емоційну сферу людини, а і частково змінювати навіть вегетативні реакції. Власне, це наштовхнуло нас на думку про спробу застосувати метод музикотерапії у роботі з агресивними дошкільниками. Таким чином, ми розробили та апробували програму корекції дитячої агресії з елементами музикотерапії.

Мета дослідження. Вивчення можливості застосування методу музичної терапії в процесі психокорекційної роботи із дітьми старшого дошкільного віку, у поведінці яких спостерігаються прояви агресивності.

Для досягнення мети було поставлено наступні **завдання**:

1. Вивчити основні психологічні особливості дітей старшого дошкільного віку та їх емоційної сфери зокрема.

2. Дослідити основоположні принципи музикотерапії як напряму арттерапії та визначити можливості її застосування у психокорекційній роботі з агресивними дітьми старшого дошкільного віку.

3. Розробити програму психокорекції агресивності у дітей старшого дошкільного віку із застосуванням методу музикотерапії та перевірити її ефективність.

Виклад основного матеріалу. Дошкільне дитинство охоплює період з трьох до шести-семи років. У цей час відбувається відокремлення дитини від дорослого, що веде до зміни соціальної ситуації розвитку. Дитина вперше залишає межі світу сім'ї і входить у світ дорослих людей з певними законами і правилами, розширюється коло її спілкування. Ідеальною формою, з якої починає дитина взаємодіяти, стають соціальні відносини, що існують в світі дорослих людей [7].

Дошкільне дитинство можна назвати періодом пізнавальних емоцій, до яких відносяться почуття здивування, зацікавлення, допитливості. Діяльність дітей, стосунки з дорослими й однолітками, реакції на нові обставини, ставлення до персонажів казок, розповідей сповнені емоцій і почуттів, що спонукають активно сприймати світ, стимулюють вплив на пізнавальні та інші психічні процеси, виробляють індивідуальне ставлення та сприймання світу, мотивують їхні вчинки.

Період від двох до шести років називають віком афективності, який характеризують бурхливі, нестійкі емоції, швидкий перехід від одного емоційного стану до іншого. Емоційну сферу дошкільника можна описати наступними тезами:

- емоції дошкільника опосередковуються його ставленням до тих чи інших явищ;
- внаслідок появи опосередкованості емоцій, вони стають більш узагальненими, усвідомленими, керованими;
- емоції включаються у внутрішні механізми забезпечення супідрядності мотивів як важливий їх компонент;
- інтенсивний розвиток вищих почуттів відбувається у процесі виконання різних видів діяльності малюка – трудової, продуктивної, ігрової;
- особливістю вищих почуттів є їх тісний взаємозв'язок [4].

В останні роки науковий інтерес до питань дитячої агресивності істотно зріс. Нас шокують звістки про те, що діти жорстоко знущуються один над одним. Значне зростання агресивності дітей є однією з найбільш гострих проблем не тільки для педагогів та психологів, а й для суспільства загалом. Крім того, агресивна дитина створює масу проблем не тільки оточуючим, а й собі.

Велика кількість літератури та експериментальних робіт з даної проблеми дозволяє стверджувати, що на даний час у руслі окресленої проблематики створена серйозна теоретична база. На питання дитячої агресивності звертають увагу такі дослідники як А. Бандура, Р. Берон, Л. Берковіц, Д. Доллард, Б. Крейжі, К. Лоренц, Н. Міллер, А.В. Грицько, М.С. Жамкочьян, С.Л. Колосова, Н.М. Платонова, А.А. Реан, Л.М. Семенюк, Є.О. Смирнова, В.С. Собкін, І.А. Фурманов, Г. Р. Хузеева та інші [6].

Методи, спрямовані на подолання агресивності у дошкільників повинні формувати у дітей доброзичливе ставлення до оточуючих, розвивати почуття емпатії, здатність відчувати почуття та переживання інших, вміння

виражати негативні емоції адекватними та прийнятними способами. Тому у психокорекції емоційної сфери широко застосовуються рольові та психотехнічні ігри, казкотерапія, релаксація, психогімнастика, арттерапія, танцювально-рухова терапія тощо.

Одним із ефективних методів подолання дитячої агресивності визнано музикотерапію. Лікувальним ефектом музики цікавились вчені різних епох – від Стародавнього світу до сучасності. Вони зосереджували увагу не лише на тому, як музика може впливати на емоційний фон людини, а й на фізіологічні зміни організму. Можливо, саме тому знання, пронесені крізь століття, стають такими корисними для нас і варто зосередити на них увагу. Вивченням лікувального впливу музикотерапії займалися такі відомі вчені, як Гесде-Кальве, Дж. Л. Корнінг, А. Понтівік, К. Швабі, В.М. Бехтерев, І.М. Догель, В.І. Петрушин, І.Р. Тарханов.

Музикотерапія – це контрольоване використання звуків і музики в лікуванні та реабілітації клієнтів, що являє собою діяльність, яка включає: відтворення, фантазування, імпровізацію за допомогою людського голосу і вибраних музичних інструментів або прослуховування спеціально підібраних музичних творів [1].

Роботі з агресивними дошкільниками присвячено низку праць, серед яких велику роль відіграла теорія музично-раціональної психотерапії В.І. Петрушина, яка являє собою сукупність прийомів і методів, спрямованих на формування у дитини багатой емоційної сфери за рахунок залучення її в широке коло музичних художніх переживань. На думку дослідника, за допомогою музики можна моделювати емоції, тому важливо у агресивних, неврівноважених дітей сформувати почуття внутрішнього спокою, радості, позитивні емоції [5].

Для роботи з агресивними дітьми використовують як пасивну музикотерапію (прослуховування музики), так і активну (відтворення звуків та створення музики самостійно), крім того активно поєднують різноманітні методи, які в комплексі можуть давати надзвичайно вдалий ефект. Оскільки агресивність відноситься до порушень емоційної сфери, тому доцільно поєднувати терапію музикою з іншими методами терапії мистецтвом – арт-терапією, танцювально-руховою терапією, піськовою терапією. Крім того, великого успіху досягає поєднання музикотерапії з казкотерапією, різноманітними психомоторними вправами, рольовими іграми тощо. Тобто варіативний ряд може бути досить довгим і кожен науковець намагається розширити його, застосовуючи та розробляючи найновіші методи та техніки.

Г. Батишцева виділяє такі основні форми застосування музикотерапії в корекційній роботі: рухове розслаблення і злиття з ритмом музики; музично-рухові ігри та вправи; психічна та соматична релаксація за допомогою музики; вокальне вираження – співи; гра на музичних інструментах та ритмічна декламація; рецептивне сприймання музики; музичне малювання; пантоміма; музична розповідь; дихальні вправи з музичним супроводом [3].

Проаналізувавши різноманітні літературні джерела з приводу проблеми агресивності та її подолання шляхом застосування елементів музикотерапії, ми розробили корекційну програму, яка, на нашу думку, дозволяє зменшити прояви агресії у дошкільників.

Програма спрямована на подолання проявів агресивності у поведінці, зниження агресії до рівня норми за допомогою вправ з елементами музикотерапії. До структури програми увійшли три традиційні блоки (діагностичний, корекційний та оцінково-прогностичний), які дають можливість всебічно охопити процес корекції. Програма складається із 8 занять тривалістю 30 хв. кожне. Кожне заняття програми є тематичним, тобто спрямоване на розвиток чи корекцію певних характеристик, наприклад розвитку емпатії, зниження імпульсивності, розвиток доброзичливого ставлення до дітей, дорослих, тварин тощо. Під час занять використовувались психотехнічні вправи, пасивне сприймання музики та її аналіз, створення власної музики (шумові оркестри), малювання під музику, релаксаційні вправи, рольові ігри, обговорення. Така різноманітність вправ та технік дозволяє зробити корекційний процес максимально цікавим для дітей.

Апробація програми відбулась у Волочиському ДНЗ «Сонечко». У дослідженні взяли участь вихованці I та II старшої груп (діти віком 5-6 років). До діагностичного блоку програми увійшли такі методики: «Неіснуюча тварина» (модифікація Фурманова І. О.), «Опитувальник з дитячої агресивності для батьків» О.О. Романова та «Критерії агресивності дитини» (анкета для вихователів) Г.П. Лаврентевої та Т.М. Титаренко. Завдяки такому підбору діагностичних методик ми мали можливість всебічно вивчити особливості прояву агресивних тенденцій у дошкільнят, оскільки інформація надходила від батьків, вихователів та самих дітей.

За результатами згаданих методик та на основі спостереження ми виділили групу дітей (10 осіб), у яких найбільшою мірою спостерігався підвищений рівень агресивності. З цими дітьми проводилась подальша корекційна робота. Під час занять використовувались різні види діяльності – ігрова, зображувальна, творча, тому досліджуваним подобався такий експеримент. Це, відповідно, і позначилось на результативності програми.

По завершенню корекційних занять проводилась повторна діагностика, яка дала можливість оцінити ефективність та доцільність психокорекційної роботи. Для підсумкової діагностики використовувались ті самі методики, що і на попередньому етапі дослідження. Проведена робота засвідчила ефективність розробленої програми, що відображено не лише в результатах діагностики, а й у даних спостереження за дітьми та спілкування з педагогами та батьками.

Для порівняння результатів попереднього та підсумкового діагностування, а також, відповідно, оцінки ефективності корекційної програми, ми використовували статистичний t-критерій Стьюдента. Статистична оцінка даних виявила значущі відмінності між результатами попередньої та підсумкової діагностики. Відмінності можна спостерігати на діаграмі (рис. 1).

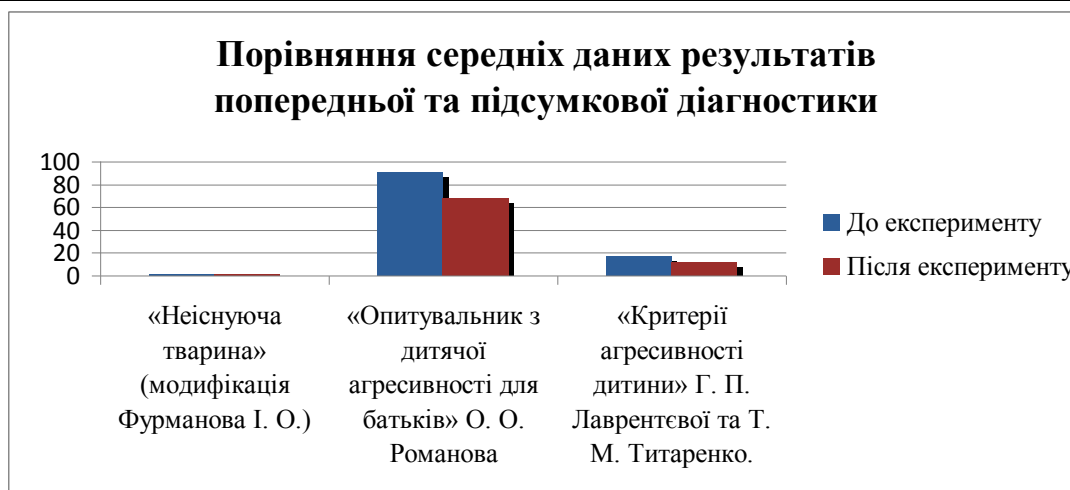


Рис. 1. Порівняння середніх даних результатів попередньої та підсумкової діагностики

Висновок. Проблема дитячої агресивності викликає значне зацікавлення у дослідників, оскільки важливим завданням кожного члена суспільства є виховання людини, яка б могла безперешкодно інтегруватись в це суспільство. Аналізуючи результати проведеного дослідження, можна сказати, що ми підтвердили дієвість методу музикотерапії. Саме тому не варто зупиняти пошуки оптимального способу подолання агресивності, оскільки для того, щоб вирішити проблему, необхідно творчо та різнобічно до неї підходити. До того ж власне позитивний ефект музики може не тільки сприяти подоланню даного порушення, а й попередити його, що ще раз доводить необмеженість творчого простору для фахівця, який має на меті ґрунтовно вивчати дитячу агресивність, способи її попередження та подолання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Киселева М. Арттерапия в практической психологии и социальной работе / М. Киселева. – СПб.: Речь, – 2007. – С. 115-128.
2. Лаврентьева Г.П. Практическая психология для воспитателя / Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титаренко. – К., 1992. – 29 с.
3. Музикотерапія як метод психокорекції / Г. Батищева // Психолог. – 2005. – № 14. – С. 25-32.
4. Павелків Р.В. Дитяча психологія. Навч. посіб. / Р.В. Павелків, О.П. Цигипало. – К.: Академвидав, 2008. – 432 с.
5. Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия: Теория и практика: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В. И. Петрушин. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2000. – 176 с.
6. Фомиченко А. С. Причины проявления агрессии в детском возрасте / А. С. Фомиченко // Культурно-историческая психология. – 2010. – № 2. – С. 83- 87.
7. Хилько М. Е. Возрастная психология. Конспект лекцій / М. Е. Хилько, М. С. Ткачева. – М.: Юрайт, 2010. – 192 с.

Пилипчук Т.

Науковий керівник – доц. Шпак М.М.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ У ПЕДАГОГІЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

Актуальність дослідження. Інтенсифікація життя, соціально-економічні зміни, які відбуваються сьогодні в Україні, висувають до працівників освіти нові, більш складні вимоги, що, безумовно, впливає на їхній психічний стан, зумовлює виникнення емоційного напруження, розвиток професійних стресів. Особливо часто стреси проявляються у педагогічній діяльності через підвищену відповідальність за розвиток підростаючого покоління, активну міжособистісну взаємодію, надмірну емоційну напруженість, недостатню соціальну та матеріальну забезпеченість вчителя. Одним із найважливіх наслідків довготривалого професійного стресу є синдром «емоційного вигорання».

Аналіз психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження свідчить, що проблема синдрому емоційного вигорання вчителя знайшла своє відображення у роботах зарубіжних і вітчизняних вчених (М.О. Буриш, Л.М. Карамушка, Н.О. Левицька, Г.В. Ложкін, С.Д. Максименко, Л.П. Малець, В.Є. Орел, А.О. Реан, М.Л. Смульсон, Т.В. Форманюк та ін.). Наукові дослідження синдрому «емоційного вигорання» в педагогічній діяльності дозволили виявити причини виникнення та наслідки цього явища, його структуру та динаміку розвитку. Що ж до особливостей прояву синдрому емоційного вигорання у вчителів початкових класів та детермінант його виникнення, то ця проблема потребує ще подальших психологічних досліджень.