

## ДОСВІД ПРАКТИЧНО ОРІЄНТОВАНОГО ВИКЛАДАННЯ МУЗИКОТЕРАПІЇ

Національна медична академія післядипломної освіти  
імені П.Л. Шупика

**Вступ.** У статті наведено досвід практично орієнтованого викладання музикотерапії лікарям-слухачам циклів удосконалення санологічного профілю в післядипломній медичній освіті.

**Основна частина.** Викладання музикотерапії на післядипломному етапі медичної освіти санологічного профілю спрямоване на збагачення арсеналу практичного лікаря будь-якого фаху сучасними, біологічними технологіями оздоровлення. В процесі вивчення курсу слухачам пропонуються практичні вправи. Завдання спрямовані на опанування базовими навичками функціональної диференціації музичного матеріалу, вибору типу рецептивної музикотерапії на основі опитування, а також планування індивідуально спрямованої рецептивної музикотерапії з метою психосоматичної корекції.

**Висновки.**Знання основ функціональної музики розширює потенціал лікувально-оздоровчих впливів у сфері лікувальної фізкультури, фізіотерапії, курортології. Застосування окремих рецептивних методик музикотерапії виправдано збагачує відновлювальні технології в клінічній психосоматичній медицині.

**Ключові слова:** музикотерапія, післядипломна медична освіта, методика та практика викладання.

**Вступ.** Музична терапія (МТ) є однією з форм терапії мистецтвом (креативної психотерапії – creative arts therapies) поряд із такими спорідненими напрямками, як арт-терапія, танцювально-рухова терапія та драматерапія [1]. Професійне застосування оздоровчого потенціалу звуку потребує від фахівця ґрунтовних знань, щонайменше, з медицини, музики та психології [2]. Однак в межах санологічного базису післядипломної медичної освіти, враховуючи тісний природно-історичний зв'язок музики та медицини, уявляється виправданим та можливим вивчення окремих технологій МТ, які, не потребуючи від лікаря будь-якого фаху вмінь імпровізації на музичному інструменті чи вокальних навичок, ефективно доповнюють лікувально-оздоровчий процес. В післядипломній медичній освіті за фахом «Санологія» розділ збереження та відновлення здоров'я поряд з іншими напрямками представлений методами терапії мистецтвом. Кафедрою спортивної медицини та санології (з 02.01.2013р. – кафедра медичної реабілітації, фізіотерапії і спортивної медицини) НМАПО імені П.Л. Шупика було розроблено та впроваджено новий теоретико-практичний цикл тематичного удосконалення для лікарів «Терапія мистецтвом». Метою навчання на вказаному циклі є ознайомлення лікарів лікувально-профілактичних закладів будь-якого фаху з можливостями психосоматичної гармонізації особистості засобами мистецтв, зокрема МТ. Вказаний цикл є частиною роботи по виконанню програм Міністерства охорони здоров'я України з формування здорового способу життя населення та профілактики захворюваності. Поряд зі спеціальним курсом тематичного удосконалення,

вивчення оздоровчих музикотерапевтичних моделей передбачено також навчальними програмами спеціалізації та передатестаційного циклу за фахом «Санологія», а також циклів тематичного удосконалення «Дитяча санологія» та «Психовалеологія».

**Основна частина.** Викладання МТ на післядипломному етапі медичної освіти за санологічним профілем має на меті збагатити арсенал практичного лікаря будь-якого фаху сучасними, біологічними технологіями оздоровлення. Так, на практичних заняттях відповідних навчальних циклів слухачі вивчають не лише теоретичні принципи, психофізіологію звукового впливу, психологію музичного сприйняття тощо, але й конкретні методики застосування звуку та музики в оздоровчій роботі лікаря, що обумовлює практичну орієнтованість методології викладання. Під час практичних занять лікарі-слухачі, насамперед, опрацьовують навички диференціації музичного матеріалу за принципом функціональної відповідності. З переліку музичних творів слухачам пропонується, аналізуючи засоби музичної виразності, обрати кілька композицій, які можна рекомендувати для прослуховування при гіпо- чи гіперфункціональних станах відповідно. Виконуючи завдання, слухачі аналізують наступні засоби музичної виразності, характерні для музики ерготропного чи трофотропного спрямування: а) ритм і музична артикуляція – пунктирний чи менш виділений, плавний та ін.; б) лад (основна тональність) – мажор, мінор; в) темп – аналіз за відповідними позначеннями темпів музичних творів, використовуючи наочні матеріали (CDз описовою частиною позначень темпу за метрономом і характеру виконання) та на слух; г) динаміка та її відтінки – голосно, тихо та ін.; д) особливості гармонії та мелодики (милозвучність, плавність мелодії чи навпаки, переважання дисонансів).

Кінцевою метою наведеного завдання є створення програми музичних творів та наведеного прикладів гіпо- чи гіперфункціональних станів, при яких може бути рекомендована відібрана слухачами музика. Приклади музичних творів ерготропного спрямування, які можуть бути рекомендовані при астеничних, гіпотензивних станах: І.С. Бах «Жарт» із сюїти № 2 h-moll, BWV 1067; Е. Гріг «Ранок» із сюїти «Пер Гюнт» E-Dur, op. 46; В.А. Моцарт Серенада № 13 («Маленька нічна серенада») G-Dur, KV 525, частини I: Allegro та IV: Rondo; В.А. Моцарт Дивертисмент B-Dur, KV137, частина II: Allegro di molto та III: Allegro assai; В.А. Моцарт Концерт для фортепіано з оркестром № 9 E-Dur, KV 271, частина I: Allegro; В.А. Моцарт Концерт для фортепіано з оркестром № 15 B-Dur, KV 450, частина III: Allegro. Приклади музичних творів трофотропного спрямування, які можуть бути рекомендовані, зокрема, при вегетативно-судинній дисфункції за гіпертонічним типом, синдромі дефіциту уваги з гіперактивністю, есенційній артеріальній гіпертензії, функціональних станах з гіперсимпатикотонічною вегетативною реактивністю: І.С. Бах Арія з сюїти № 3, D-Dur, BWV 1068; І.С. Бах Концерт для фортепіано з оркестром № 5 f-moll, BWV 1056, частина II: Largo; В.А. Моцарт Концерт № 3 для скрипки з оркестром G-Dur, KV 216, Adagio; Ф. Шопен Колицька пісня Des-Dur, op. 57; Зд. Фібіх Поема; Й. Брамс Колицька, op. 49, № 4; В.А. Моцарт Концерт для фортепіано з оркестром № 23 A-Dur, KV 488, частина II: Adagio [3].

В такий спосіб, керуючись у своєму виборі попередньо отриманими знаннями про засоби музичної виразності, які визначають стимулююче чи релаксуюче спрямування музики на рівні безумовного реагування на неї

організму, лікарі-слухачі мають можливість самостійно скласти власний «міні-каталог» функціональної музики ерготропного та трофотропного характеру з подальшим застосуванням у практичній діяльності.

Наступним етапом є опанування навичок планування індивідуально спрямованої рецептивної МТ (PMT). Суть індивідуально спрямованої PMT полягає в прослуховуванні спеціально відібраних музичних творів із подальшим обговоренням переживань, спогадів, думок, можливих фізичних відчуттів, що виникали в ході сеансу. Слухачам пропонується скласти індивідуальну музичну програму для психосоматичної корекції, враховуючи як об'єктивний принцип функціональної соматичної відповідності, так і психоемоційні принципи подібності, аналогії (за допомогою викладача), а також етнокультуральної відповідності, емоційного комфорту, контрасту (емоційна контрастність творів, що співставляються) та помірності (індивідуальна комфортність гучності звучання та тривалість сеансу). Принципи подібності, емоційного комфорту, етнокультуральної відповідності передбачають спільність емоційного фону музики та власне емоційного стану слухача, а також індивідуального рівня розвитку особистості. Важливо звернути увагу слухачів на те, що успішному проведенню індивідуального підбору музичного матеріалу, враховуючи власне психологічний компонент впливу музики, має передувати ретельне попереднє вивчення музичного анамнезу потенційного пацієнта. Поняття музичний анамнез включає таку необхідну інформацію, як відношення до музики в цілому, з'ясування музичних уподобань реципієнта: музичні жанри, які найбільш близькі та зрозумілі пацієнту (опера, симфонія, джаз, легка музика, народна музика тощо), музичні інструменти, музичні твори, композитори, виконавці. Вкрай важливо з'ясувати існування музики, що свідомо негативно сприймається слухачем. Музичні уподобання, які виявляють в ході опитування, дають цінну інформацію про особливості темпераменту та стан пацієнта. Не менш цінними є музичні заперечення, на які часто вказують пацієнти. В подальшому отримана інформація застосовується при формуванні терапевтичної програми МТ. При вивченні загальної моделі індивідуально спрямованої PMT особлива увага звертається на етапність музичного впливу протягом кожного сеансу прослуховування та поступову модуляцію засобів музичної виразності.

Перший твір обирається за принципом максимальної відповідності до поточного психоемоційного та функціонального стану пацієнта. Подібне звукове «віддзеркалення» здатне не лише підтримати у соматичному розумінні, але й стимулювати звільнення емоційних реакцій, що водночас потребує особливої уваги з боку лікаря. На наступному етапі прослуховування – так звана фаза «нейтралізації», або усвідомлення, прийняття ситуації – пропонується максимально гармонійна та безпечна в емоційному еквіваленті музична композиція або закінчений уривок. В кінці обирається музичний твір із чітко спрямованою терапевтичною дією (стимулюючою або заспокійливою за своєю функціональністю, а також з урахуванням психоемоційних чинників). Прикладом програми PMT, спрямованої на корекцію астено-депресивного стану, може бути наступна: 1) Ф. Шопен Балада № 1 g-moll, op. 23; 2) С. Рахманінов Концерт для фортепіано з оркестром № 2 c-moll, op. 18, частина II: Adagio sostenuto; 3) А. Вівальді Скрипковий концерт № 4f-moll «Зима», op. 8, RV 297, частина II: Largo.

Практичне опанування слухачами базових навичок застосування музики з позицій як функціонального, так і психоемоційного впливу на стан організму створює передумови для вивчення різноманітних рецептивних моделей МТ, пов'язаних із візуалізацією, керованим фантазуванням, арт-терапією, кольоровою та ароматерапією, рефлексотерапією, бальнеотерапією тощо.

**Висновки.** Таким чином, практично орієнтоване викладання МТ в межах санологічного базису післядипломної медичної освіти дозволяє впроваджувати в практику охорони здоров'я окремі моделі застосування музики в медицині. Знання основ функціональної музики розширює потенціал лікувально-оздоровчих впливів у сфері лікувальної фізкультури, фізіотерапії, курортології. Застосування деяких рецептивних методик МТ виправдано збагачує відновлювальні технології в клінічній психосоматичній медицині.

#### **Література**

1. Копытин А., Корт Б. Техники телесно-ориентированной арт-терапии / Александр Копытин, Беверли Корт. – М.: Психотерапия, 2011. – 128 с.
2. Нечай С. Музыка розвиває, виховує, оздоровлює: навч.-метод. посіб. / Світлана Нечай. – К.: Світич, 2012. – 144 с.
3. Савельєва-Кулик Н.О. Музична терапія в інтегративній медицині: навч.посіб. / Н.О. Савельєва-Кулик. – К.: Інтерсервіс, 2014. – 138 с.

**Н.А. Савельєва-Кулик**

### **Опыт практически ориентированного преподавания музыкотерапии**

**Национальная медицинская академия последипломного образования  
имени П.Л.Шупика**

**Введение.** В статье представлен опыт практически ориентированного преподавания музыкотерапии врачам-слушателям циклов усовершенствования санологического профиля в последипломном медицинском образовании.

**Основная часть.** Целью преподавания музыкотерапии на этапе последипломного медицинского образования санологического профиля является обогащение арсенала практического врача любой специальности современными, биологическими технологиями оздоровления. При изучении курса слушателям предлагаются практические упражнения. Задания направлены на освоение базовых навыков функциональной дифференциации музыкального материала, выбора типа рецептивной музыкотерапии на основе опроса, а также планирование индивидуально направленной рецептивной музыкотерапии с целью психосоматической коррекции.

**Выводы.** Знание основ функциональной музыки расширяет потенциал лечебно-оздоровительных воздействий в лечебной физкультуре, физиотерапии, курортологии. Применение отдельных рецептивных методик музыкотерапии обогащает восстановительные технологии в клинической психосоматической медицине.

**Ключевые слова:** музыкотерапия, последипломное медицинское образование, методика и практика преподавания.

*N.O.Savelyeva-Kulyk*

## **Experience of Practice-Oriented Teaching of Music Therapy**

**Shupyk National Medical Academy of Postgraduate Education**

**Introduction.** The article deals with the experience of practice-oriented teaching of music therapy for postgraduate doctors attending the advanced training courses in sanology.

**Main points.** The purpose of teaching music therapy at postgraduate medical education in sanology is to enrich the practicing physician of any specialty with modern, biological health promotion technologies. When instructing the attendees are offered practical exercises to do. The tasks aim to develop the basic skills of functional differentiation of musical material, select the type of receptive music therapy on the basis of the survey, as well as to design individual receptive music therapy with the aim of conducting a psychosomatic correction.

**Conclusions.** Knowing the essentials of functional music expands the potential therapeutic effects in remedial gymnastics, physical therapy, resort therapy. Applying individual receptive music therapy techniques enriches recovery technologies in clinical psychosomatic medicine.

**Key words:** music therapy, postgraduate medical education, methodology and practice of teaching.

***Відомості про автора:***

***Савельєва-Кулик Наталія Олександрівна*** - к.м.н., асистент кафедри медичної реабілітації, фізіотерапії і спортивної медицини НМАПО імені П.Л.Шупика. Адреса: м.Київ, вул. Тарасівська, 6, тел.: (044) 235-42-09.