

Список використаних джерел

1. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л. С. Выготский. - М.: Просвещение, 1991. – 93 с.
2. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики / А. Н. Леонтьев. – М., 1981. – 491 с.
3. Синев В. Н. Коррекционная работа на уроках географии и естествознания во вспомогательной школе / В. Н. Синев, Л. С. Стоженко – К.: Радянська школа, 1977. – 86 с.
4. Страхов И. В. Психология воображения / И. В. Страхов. – Саратов, 1971. – С. 3-70.

The article is devoted to the problem of the imagination correction of the senior mentally backward schoolchildren through the organization of the corresponding pedagogical conditions of the lessons of geography, natural sciens and history at the auxiliary school.

Keywords: auxiliary school, pedagogical conditions, senior intellectually backward children, imagination.

Отримано 14.6.2013

УДК 159.922.762.07:159.947.3

О.А. Прокопенко

ПСИХОКОРЕКЦІЙНЕ ПОДОЛАННЯ ПОРУШЕНЬ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПІДЛІТКІВ З РОЗУМОВОЮ ВІДСТАЛІСТЮ ЗАСОБАМИ МУЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ

У статті визначаються особливості психокорекційної та психотерапевтичної роботи з розумово відсталими підлітками засобами музичної терапії. Характеризується вплив музики на стан емоційно-вольової сфери підлітків з розумовою відсталістю. Описуються основні методи роботи засобами музичної терапії.

Ключові слова: підліток з розумовою відсталістю, терапія мистецтвом, музична психокорекція, музична терапія.

В статье определяются особенности психокоррекционной и психотерапевтической работы с умственно отсталыми подростками средствами музыкальной терапии. Характеризуется влияние музыки на состояние эмоционально-волевой сферы подростков с умственной

отсталостью. Описываются основные методы работы средствами музыкальной терапии.

Ключевые слова: подросток с умственной отсталостью, терапия искусством, музыкальная психокоррекция, музыкальная терапия.

Психотерапія мистецтвом – один з методів психологічного впливу в основу якого покладено мистецтво як засіб емоційного, інтелектуального і особистісного розвитку, формування гармонійно розвиненої особистості.

Вітчизняні розробки в сфері використання мистецтва з метою психокорекції та психотерапії за останні роки досягли значних успіхів і засвідчують, що різні засоби мистецтва, особливо музика, здійснюють лікувальний і корекційний вплив як на фізіологічні процеси організму, так і на психоемоційний стан особистості дитини, підлітка та дорослого. Сучасна спеціальна психологія і педагогіка значною мірою орієнтовані на використання в корекційній роботі музикотерапії як важливого засобу формування гармонійної особистості підлітка. Технології музичної терапії забезпечують активізацію емоційно-вольового потенціалу, корекцію та розвиток пізнавальних та мотиваційних компонентів особистості, виступають в якості засобу комунікації, та сприяють формуванню цілеспрямованого пізнання оточуючої дійсності тощо. Учені дедалі більше віддають перевагу мистецтву як засобу корекції психічних станів у підлітків, тим самим підтверджуючи ідею "виховання через мистецтво", яка була поширена на початку ХХ століття.

На сучасному етапі розвитку психотерапії музичну терапію застосовують практично у всіх країнах Західної Європи у роботі з дітьми з особливими освітніми потребами та вадами психофізіологічного розвитку. Музична терапія також широко використовується у наданні соціально-психологічної допомоги дітям з особливими освітніми потребами, їх сім'ям з метою ефективної соціалізації та адаптації у сучасному суспільстві. Наукові школи Європи та Америки здійснюють дослідження музики як лікувального методу, обстоюючи різні концептуальні аспекти у визначенні музики в якості та засобу психотерапії:

– Шведська школа, основоположником якої був А.Понтвік, дотримується концепції психорезонансу, який ґрунтується на положенні про проникнення музичного твору в глибинні пласти людської свідомості. Лікувальний ефект шведського напрямку музичної психотерапії ґрунтується на ідеях традиційного психоаналізу. Під час сеансу психотерапевт за допомогою музики доводить людину до катарсисної розрядки, полегшуючи його стан. У зв'язку з цим велике значення має підбір музичних творів, що викликають необхідні переживання.

– Американська школа працює над розробкою каталогів лікувальних музичних творів різноманітних жанрів і стилів з урахуванням стимулюючої або заспокійливої лікувальної дії.

– Німецька школа, представниками якої є В. Келер, Х. Кеніг, К. Швабе, основну увагу зосереджували на розвитку різних форм комплексного використання різних форм мистецтва і їх впливу на психофізичний стан особистості.

– Паризька школа, засновником якої є А. Томатіс, акцентує увагу на терапевтичній здатності та ефективності творів В.А. Моцарта, їх здатності стимулювати інтелект, впорядковувати емоційні переживання.

– Італійська школа розробляє основи онтопсихологічної музикотерапії, спрямованої не стільки на зцілення, скільки на профілактику хвороби чи певного психічного стану, за допомогою комплексної дії через спів, звук, танець.

– Російська школа почала своє існування в кінці XIX на початку XX століття в роботах В. Бехтерева, І. Догеля, І. Сеченова, І. Тарханова та інших. Основні ідеї висвітлюють механізми впливу музики на особистість людини, зокрема вплив на нервову систему, дихання і кровообіг.

На важливу роль музичного мистецтва у вихованні дітей з розумовою відсталістю вказували представники зарубіжної спеціальної педагогіки (Е. Сеген, Ж. Демор, О. Декролі), а також вітчизняні психологи та лікарі (Л. Виготський, О. Граборов, В. Кащенко та ін).

Музика має особливу мову, яка дає можливість передавати відтінки людських станів, переживань, відношень, почуттів, емоцій тощо. "Музика виражає все те, для чого немає слів, але що проситься з душі, і що хоче бути висловлене", – писав П. Чайковський [1, с. 13].

Л. Виготський назвав музичне мистецтво "художньою концентрацією дійсності, знаряддям суспільства, за допомогою якого воно залучає в коло соціального життя найінтимніші, особистісні сторони нашої сутності". Учений писав про так званій "катарсис", який настає під час спілкування людини з мистецтвом, відзначаючи „це складне перетворення почуттів", їх прояснення, їх "розряд", який має значення для всієї особистості загалом та її майбутньої соціальної поведінки. Також Л. Виготський вказував на позитивний вплив мистецтва на розвиток дитини з атиповим розвитком, наголошуючи на особливій ролі художньої діяльності у розвитку психічних функцій дітей з проблемами розвитку [4, с. 35].

Е. Сурно у своїх працях про естетичне виховання зазначав, що мистецтво є важливим засобом виховання, впливаючи на духовність дитини, а також формує її мислення, уяву, емоції та почуття [3, с. 19].

Вітчизняні фахівці в галузі художньої педагогіки Н. Сакуліна, Н. Ветлугіна, В. Езікєєва, Т. Комарова та інші дослідники стверджують, що процес сприймання музики підлітками з обмеженими

інтелектуальними можливостями – це складна психічна діяльність, яка співвідносить пізнавальні й емоційні моменти психіки підлітка [4, с. 120].

Корекційні та терапевтичні можливості мистецтва у роботі з розумово відсталими підлітками пов'язані, перш за все, з тим, що воно є джерелом нових позитивних переживань підлітка, породжує нові емоційні почуття, естетичні потреби та засоби їх задоволення, шляхом використання музичних засобів.

Психологи зазначають, що психологічна спрямованість психокорекційної та психотерапевтичної роботи з підлітками розумовою відсталістю засобами музичного мистецтва здійснюється двома шляхами:

– через виховання здатності емоційно (чуттєво) сприймати події власного життя використовуючи музичне мистецтво;

– через діяльність, пов'язану з музичним мистецтвом (гра на музичних інструментах, танець, ритмопластика т.і.) [5, с. 118].

Таким чином у психотерапевтичній роботі можна виділити два напрямки у роботі з підлітками з розумовою відсталістю. По-перше, пасивний напрям. Пасивний напрям має на меті використання музичних творів як допоміжного засобу під час проведення бесід, ігор, або ж його пасивне прослуховування. По-друге, активний напрям, який передбачає творення музики самим підлітком за допомогою допоміжних засобів (музичних інструментів, власного тіла т.і.).

Сучасні дослідження у спеціальній психології та педагогіці об'єктивно підтверджують позитивний вплив музичного мистецтва на підлітків з порушеннями розумового розвитку. У результаті спілкування з музикою підлітку передаються її настрої і почуття: радість, сум, тривога, жаль, рішучість, ніжність тощо. Завдяки цьому виду мистецтва, розвивається сприйнятливність, чуттєвість, емпатійність. Вдало підібраний стиль музики може забезпечити різний вплив на організм дитини – седативний або тонізуючий.

Методи, які застосовує сучасна музикотерапія є відповідними до актуальних проблем та потреб підлітків з розумовою відсталістю. Так, у класифікації сучасних методів музикотерапії за критерієм переважаючої терапевтичної дії зазначається [2, с. 92]:

– методи, спрямовані на "реагування", а також емоційну активацію;

– тренінгові методи, які застосовуються у контексті поведінкової терапії;

– релаксаційні і регулятивні методи;

– комунікативні методи;

– творчі методи у формі інструментальної, вокальної, рухової імпровізації тощо.

Специфіка застосування цих методів для підлітків з розумовою відсталістю полягає в їх спрямованості на такі аспекти: корекція

порушень в соціальній взаємодії і комунікації, корекція неадекватності функціонування емоційної сфери, формування гнучкої поведінки у відповідності із соціальним контекстом засобами різноманітної спонтанної соціальної гри-імітації, корекція стереотипних видів їхньої поведінки, відсутності самоконтролю та проблем із самоорганізацією і саморегуляцією.

Використання музики як методу психологічної корекції та психотерапії з такою категорією підлітків базується на таких основних принципах [2, с. 105], [5, с. 83]:

– принцип екологічності, заснований на корисності для підлітка та відповідності до його психічного стану та потреб. Психолог протягом роботи з підлітком повинен відстежувати емоційний стан дитини, відповідно корегувати інтенсивність корекційних робіт, тривалість заняття, його доцільність, безпечність для психічного стану підлітка.

– принцип кінестетичності або чуттєвості, що має на меті не просто прослуховування музики, а й її переживання через використання якомога більшої частини аналізаторів підлітків (зорових, слухових, тактильних);

– максимальне задіяння довільних рухових реакцій. Важливість орієнтури на цей принцип обумовлена тим, що кінестезія є обов'язковим елементом будь-якої асоціації та центральною поєднувальною функцією відчуття (адже відчуття будь-якої модальності, за Б.Г. Анан'євим, породжується кінестетичним відчуттям, тобто рухом) [3, с. 19]. Виходячи з того, що будь-яке повноцінне сприймання музики є ритмічним сприйманням, ми робимо процес сприймання музики, активним, співтворчим, таким, що включає різноманітні осмислені рухи і стає слухо-руховим процесом.

Завдання психолога під час використання музичної терапії – зрозуміти, яка саме музика сприятиме перцептивному, емоційному і соціальному розвитку підлітка. Важливим аспектом у цьому процесі є стан довіри та відкритості підлітка у спілкуванні з психологом.

Всі методичні прийоми музичної терапії базуються на почутті задоволення від звуку, тону, тембру мелодії, від інструменту у своїх руках (якщо відбувається творення музичного твору), від повторення вдалого малюнку чи звуків (під час музичного малювання), від самоствердження у безпечних обставинах під час роботи підлітка з музикою.

Важливим показником успішності використання музичної терапії у роботі з підлітками з розумовою відсталістю є поява розуміння у них того, що музика є засобом вираження самих себе, своїх почуттів, емоцій, бажань. Якщо у підлітка з розумовою відсталістю формується таке уявлення, воно стає частиною його "Я-концепції", усвідомлення себе "тут" і "зараз", як наслідок є базою для формування саморегуляції. Саме тому можна стверджувати, що музика допомагає цим дітям у

самоусвідомленні себе і своїх вчинків, почуттів т.і. При вдалих музичних корекційних та психотерапевтичних заняттях у підлітків з'являється впевненість у своїх вміннях, почуття радості і глибокого задоволення від таких занять.

Особливо важлива умова роботи психолога на музично спрямованих заняттях – звернення уваги на стан тіла підлітка, почуття комфорту та дискомфорту. Спочатку, необхідно підбирати таку музику у запису, під яку можна було б рухатися. Буває так, що потрібно "керувати", спрямовувати дитину. Оскільки підлітки можуть соромитися проявити себе, особливо, якщо це групове заняття, або подібний ігровий досвід є новим, і потребує допомоги у його засвоєнні чи першому переживанні.

Музична терапія – це не лише використання вже готових музичних творів, це також використання музичних інструментів та власного тіла для творення музики, звуків. Використання допоміжних засобів для створення музики сприяє розвитку здатності підлітка до діалогу та взаємодії. Це позитивно відображається на розвитку їх комунікативних умінь та способів взаємодії з іншими людьми.

Таким чином відбувається налагодження музичного невербального і вербального співробітництва між психологом і підлітком з розумовою відсталістю, між підлітком і класом, між підлітком і його "Я-структурою". Переживання підлітка, відчуття успіху і впевненості у собі впливає на розвиток у нього самопізнання, здатності відслідковувати свою поведінку та підлаштовуватись до сумісної діяльності, сприяє становленню його самоідентичності та розширенню усвідомлення дитиною власного тіла, власного "Я". Завдяки цьому відбувається розвиток здатності підлітка до виявлення своєї особистості через музику.

У роботі з підлітками з розумовою відсталістю музика переважно застосовувалась як пасивний метод, тобто вона супроводжувала те чи інше заняття, вправу. Але нами також були задіяні активні вправи з музичної терапії.

У роботі з підлітками з розумовою відсталістю в спеціальних школах було використано низку вправ на розвиток емоційно-вольової сфери, саморегуляції, самоконтролю.

Вправа 1. Перед підлітком викладено декілька музичних інструментів на вибір. Він має обрати той інструмент, який йому найбільше подобається (зовнішньо та за звучанням). Перед дитиною ставиться завдання: "Уяви, що ти не можеш говорити. А твій язик – це маракаси (або бубен, кастаньети – дивлячись, який інструмент обрав підліток). Розкажи (зіграй) мені, як ти радієш (сумуєш, злишся, боїшся, сердишся, дивуєшся, дружиш, кохаєш, тобі хтось не подобається)". На кожному занятті підліток має показувати від 1 до 4 почуттів або ситуацій, залежно від його стану, можливостей та сприйняття/несприйняття даної вправи.

Вправа дає змогу зрозуміти сприймання дитини різних емоцій, переживання їх, також можна діагностувати проблемні аспекти емоційної сфери та чуттєвого досвіду у спілкуванні з оточуючими.

Вправа 2. Ця вправа є аналогом першої, але проводиться у групі. Технологія подібна. Перед підлітками розкладені музичні інструменти, їм необхідно обрати той, який найбільше подобається. Потім психолог дає завдання без слів зобразити учасників у певній ситуації:

1. Настрій на певному уроці
2. Настрій з друзями
3. Настрій вдома (з сім'єю)
4. "Покажи як ти сваришся з ..."
5. "Покажи як ти любиш ..."

Вправа 3. Вправа ще має назву "Ку-ка-рі-ку". Приймає участь весь клас. Це варіант музичної терапії із використанням власного тіла та звуків, які воно може створювати. Обирається ведучий. Він стає до класу спиною. Підлітки мають сказати "Ку-ка-рі-ку", а ведучий має вгадати, хто це був. При чому підлітків необхідно попередити, щоб вони намагалися змінювати голос. Після того як підліток нарешті вгадує, необхідно поцікавитись чи легко це вдавалося, як він здогадувався хто це був. Цей варіант гри гарно підходить для перерви або на початку заняття, як спосіб налагодження контакту та налаштування на спілкування, встановлення довірчого дружнього спілкування.

Вправа 4. Жестове малювання. Вправа проводиться індивідуально. Необхідно підготувати паперове полотно, розміром 2х2 метри, та застелити ним стіл, або ту робочу поверхню, де буде працювати підліток. Ввімкнути музику, одягнути пов'язку на очі підлітка, в обидві руки дати крейду (з воску) або олівці. Підліток малює те, що відчуває під час прослуховування композиції, або малює на задану тематику (мій гнів, мій страх, моя радість тощо). Аналогом цієї вправи може бути положення дитини лежачи, але такий варіант потребує низки умов: довіри підлітка, відсутність тілесних блоків, відсутність страху та тривожності, просторові можливості тощо.

Після отримання малюнку, відбувається обговорення результату, почуттів, які виникали в ході роботи, бажання повторити чи домалювати щось у отриманому зображенні тощо.

Варто відмітити, що підбір музичних композицій можна обирати із різних стилів: фольклорна музика, рок, класика, трансіві твори, вальси, колискові, музика стилю кантрі, танго, дитячі пісні тощо.

Виходячи з вправ, які були використані, варто підкреслити, що музичну терапію з підлітками з розумовою відсталістю можна використовувати у трьох варіантах:

1. Творення музики підлітком (власним тілом, за допомогою додаткових предметів чи музичних інструментів). Цей спосіб, зазвичай, є найбільш дієвим, викликає спочатку скептичне ставлення, особливо у

старших підлітків (14-16 років), потім інтерес, жвавість у процесі виконання та обговорення, задоволення від виконання та створює атмосферу довіри у групі.

2. Робота з вже готовими музичними композиціями. Малювання під ці композиції, ліплення, робота з піском тощо. Тобто музика тут відіграє роль допоміжного засобу. Часто цей спосіб залишається непоміченим підлітками, але виникають такі ситуації, коли дітей дратують фонові звуки під час бесіди, гри чи, наприклад, малювання.

3. Компонування (поєднання музичних відрізків в одну композицію та завдання змінювати рухову діяльність у відповідності із зміною ритму, темпу тощо). Досить складний вид музичної терапії у роботі з підлітками з розумовою відсталістю, оскільки вимагаю довіри підлітка до класу та до психолога. Часто діти соромляться виконувати подібні рухи чи танець, боячись бути висміяними колективом однолітків.

Проводячи зазначені вправи музичної терапії з підлітками, варто відмітити, що найбільше їм імпонували вправи із використанням музичних інструментів та використання музики як фонового супроводу. Підліткам найбільше подобались ритмічні мелодії, ніж повільні та розслаблюючі. Під швидкі мотиви вони активно рухались, вигадували нові рухи, повторювали один за одним, були у бадьорому, піднесеному настрої, а під повільні – їм було складно танцювати, вигадати рух, вони інколи просто стояли, або легко похитувались, знизуючи плечима, швидко зникла мотивація виконання завдання. Експериментуючи зі стилями та музичними напрямками, було помічено, що найбільш улюблений стиль музики – це популярні мелодії, зокрема в стилі реп, RnB та хіп-хоп. Здивовані діти були, почувши музику кантрі. Деякі підлітки, чуючи класичні дитячі пісні, відмітили, що не чули їх раніше. Наприклад, "Вместе весело шагать...", "Прекрасное далеко", "ПесенкаКрасной Шапочки" т.і.

Дискомфорт викликали вправи з рухами, діти часто соромились один одного. Найменш ефективним були вправи спрямовані лише на прослуховування музичного твору без додаткового завдання. Концентрації уваги в таких вправах вистачало у підлітків не на багато. Через 3-4 хвилини у підлітків виникало бажання щось розповісти, виникали запитання про подальші завдання нашої зустрічі тощо.

Музична терапія як один із психокорекційних та психотерапевтичних методів дає змогу встановлювати ефективний контакт з підлітком з розумовою відсталістю, допомагати йому проявити себе у колективі, зрозуміти свої почуття, потреби, естетичні вподобання. Підсумовуючи, варто відмітити, що засобами музичної терапії можна сприяти загальному розвитку особистості підлітка з розумовою відсталістю, формувати навички диференціації власних почуттів, активізувати механізми самоконтролю та адекватної реакції на ті чи інші

емоційні стани, події, формувати та корегувати функціонування саморегуляції емоційно-вольової сфери.

Список використаних джерел

1. Иванченко Г.В. Психология восприятия музыки: подходы, проблемы, перспективы / Г.В. Иванченко – М.: Смысл, 2001. – 264 с.
2. Копытин А.И. Основы арт-терапии / А.И. Копытин. – СПб.: Гиппократ, 1999. – 360 с.
3. Лобанова О. Терапевтичні можливості музичного мистецтва / Олена Лобанова. // Психологический журналю – 1999. – № 4. – С. 18-24.
4. Медведева Е.А., Левченко І.Ю. Арт-педагогіка и арт-терапия в специальном образовании / Е.А. Медведева, І.Ю. Левченко, Л.М. Комісарова, Т.А. Добровольська. – М.: Наука, 2001. – 386 с.
5. Петрушин В.І. Музична психотерапія: Теорія і практика. / В.І. Петрушин. – К.: Знання, 1999. – 216 с.

The article sets out the features and psycho-therapeutic work with mentally retarded teenagers using music therapy. Characterized by the influence of music on the state of emotional and volitional adolescents with mental retardation. Describes the basic methods work and musical therapy.

Keywords: teens with mental retardation, art therapy, music correction, music therapy.

Отримано 12.6.2013

УДК 376.1-056.36

Т.Ю. Радкевич

ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНО-БЫТОВОЙ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ

В статье рассматривается проблема социально-бытовой подготовки учащихся с интеллектуальной недостаточностью.

Ключевые слова: социально-бытовая ориентировка, учащиеся с интеллектуальной недостаточностью, мультимедийные технологии.