

ФОРМУВАННЯ МІЖОСОБИСТІСНОЇ КОМУНІКАЦІЇ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ МУЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ

THE FORMATION OF INTERPERSONAL COMMUNICATION OF TEENAGE STUDENTS BY MEANS OF MUSIC THERAPY

Стаття висвітлює результати емпіричного дослідження феномену міжособистісної комунікації особистості. Розкривається сутність таких понять, як арт-терапія, комунікація. Основна увага зосереджується на теоретико-методичних засадах формування міжособистісної комунікації особистості засобами музикотерапії. Ця проблема сьогодні є малодослідженою та потребує детального комплексного аналізу. Виникнення наукового інтересу до процесу міжособистісної комунікації є закономірним. Особлива увага до вивчення феномену музичної терапії пояснюється інформаційною перенасиченістю сучасного соціокультурного простору.

В освіті та вихованні проблема особистості частіше пов'язується із проблемою комунікації – формою психолого-педагогічної взаємодії між учителем і учнем. Співрозмовник сприймається як індивідуальність зі своїми інтересами та потребує зацікавленості, співпереживання його успіхам або невдачам, визнання його права на власну думку. Виникає необхідність у створенні психологічно оптимальних умов для підвищення рівня соціальних та індивідуальних якостей особистості. Музичне мистецтво відіграє роль своєрідного музично-комунікативного поля у навчально-виховному процесі, яке покликане створити позитивну атмосферу.

Основна мета арт-терапії – гармонізація розвитку особистості через розвиток здатності самовираження й самопізнання. Музична терапія як її різновид розкриває ресурси людини, дозволяє робити помилки, одержувати досвід, що був неможливий у реальному житті. За допомогою аналізу психолого-педагогічної літератури обґрунтовано компоненти, рівні та критерії міжособистісної комунікації, сучасні прийоми музичної терапії.

Особливу увагу приділено методам корекційного впливу, кожен із яких має свій психологічний механізм – соціометрії Дж. Морено, шкали емоційного відгуку А. Меграбяна і Н. Епштейна, фронтальний аналіз ситуацій, рішення комунікативних завдань, комунікативно-ігрові методи та вправи за М. Кіпрісом.

Ключові слова: арт-терапія, підлітки, музикотерапія, міжособистісна комунікація.

The article highlights the results of an empirical study of the phenomenon of individual's interpersonal communication. It is opened the essence of concepts such as art-therapy, communication. The main attention is focused on the theoretical and methodological principles of formation of individual's interpersonal communication by music therapy means. The problem of studying this problem is little studied today and requires a detailed comprehensive analysis. The emergence of scientific interest in the process of interpersonal communication is natural. The particular attention to the study of the phenomenon of music therapy is explained by the information overload of the modern socio-cultural space.

In education and upbringing, the problem of personality is more often associated with the problem of communication – a form of psychological and pedagogical interaction between teacher and student. The interlocutor is perceived as an individual with their own interests and needs interest, empathy for his successes or failures, recognition of his right to his own opinion. There is occurred a need to create psychologically optimal conditions to increase the level of social and individual qualities of the individual. The musical art plays the role of a kind of musical and communicative field in the educational process, which is designed to create a positive atmosphere.

The main purpose of art therapy is to harmonize the development of personality through the development of the ability of self-expression and self-knowledge. Music therapy, as its variety, reveals human resources, allows you to make mistakes, to get experience that was impossible in real life. With the help of the analysis of psychological and pedagogical literature the components, levels and criteria of interpersonal communication, modern methods of music therapy are substantiated.

The particular attention is paid to methods of corrective influence, each of which has its own psychological mechanism – sociometry of J. Moreno, the scale of emotional response of A. Megrabyan and N. Epstein, the frontal analysis of situations, the solution of communicative tasks; communicative and game methods and exercises according to M. Kipnis.

Key words: art therapy, teenagers, music therapy, interpersonal communication.

УДК [373.5:316 772.4]:78

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/25-1.17>

Онофрійчук Л.М.,

канд. пед. наук,
старший викладач
кафедри вокально-хорової підготовки,
теорії та методики музичної освіти
Вінницького державного
педагогічного університету
імені Михайла Коцюбинського

Ігнатська І.Н.,

старший концертмейстер
кафедри вокально-хорової підготовки,
теорії та методики музичної освіти
Вінницького державного
педагогічного університету
імені Михайла Коцюбинського

Маліновська Л.В.,

старший концертмейстер
кафедри вокально-хорової підготовки,
теорії та методики музичної освіти
Вінницького державного
педагогічного університету
імені Михайла Коцюбинського

Постановка проблеми в загальному вигляді.

За сучасних умов розвитку суспільства відбувається переосмислення культурних і науково-педагогічних цінностей, спрямованих на модернізацію освіти. Завдяки прогресу науки та техніки постійно оновлюються форми міжособистісної комунікації. Взаємодія між людьми стає більш опосередкованою, що веде до високого ступеня індивідуалізму та зростання відчуження за умов психологічної напруженості. Пріоритетного значення набуває турбота про емоційне самопочуття і психологічне

здоров'я людини. Виникає нагальна проблема – зовнішнім стресогенним факторам протиставити відповідне естетичне середовище, яке допоможе творчо осмислювати та долати проблемні ситуації, адаптуватися у незвичних міжособистісних системах відносин.

Важливим завданням сучасної школи стає створення інноваційної інфраструктури, що сприяє гармонізації суспільних, педагогічних і сімейних виховних впливів. У понятійному апараті психології та педагогіки виникає тер-

мін «art-therapeia» (від грец. – art – мистецтво, therapy – догляд, лікування), який інтерпретується як турбота про емоційне самопочуття і психологічне здоров'я особистості засобами художньої діяльності. Як системна інновація, арт-терапія характеризується різноманітністю зв'язків із соціальними, психологічними та педагогічними явищами та має кілька напрямів, такі як: ізотерапія, музикотерапія, казкотерапія, лялькотерапія, імаготерапія (театральне дійство), кінезітерапія (рух танцю), бібліотерапія, фототерапія.

У нашому дослідженні ми звертаємося до музичної терапії як найбільш екологічного та ресурсного методу формування міжособистісної комунікації учнів. У визначенні, запропонованому Всесвітньою федерацією музичної терапії (1996), вказані основні напрями її застосування: «Використання музики і / або її музичних елементів (звуку, ритму, мелодії та гармонії) лікарем-музикотерапевтом і пацієнтом або групою у процесі, призначеному полегшувати та розвивати комунікацію, відносини, самовираження й організацію (фізичні, емоційні, розумові, соціальні та пізнавальні), розвивати потенційні можливості та розвивати або відновлювати функції індивіда таким чином, щоб він міг досягти кращої внутрішньої і / або міжособистісної інтеграції, а отже, найкращої якості життя» (Т. Wigram, 2002).

Загалом музична терапія – це систематичне використання музики з метою корекції фізичних, психологічних, когнітивних і соціальних функцій, що відрізняє її від звичайних музичних занять [7; 8].

У процесі музичної терапії на шляху до самовизначення, самореалізації та самоактуалізації поступово відбувається гармонізація розвитку особистості, її особистісне зростання і становлення здорової Я-концепції. На думку педагога-гуманіста Карла Роджерса, діти повинні «слухати себе», «бути самими собою», оскільки допомогти людям стати особистостями – це більш важливо, ніж допомогти їм стати математиками або знавцями французької мови [6, с. 207].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Найважливішою потребою й основним чинником становлення людини як соціального феномену є спілкування. Початок розуміння міжособистісного спілкування як особливої цінності, невіддільної від людини в рамках філософії, психології, соціології, культурології, поклали А. Адлер, М. Бахтін, Т. Грушевицька, А. Камю, Ф. Ніцше, Ж-П. Сартр, М. Каган, Ю. Лотман, О. Леонтьєв, Б.Ф. Ломов, А. Петровський, А. Соколов, З. Фрейд, Е. Фромм, К. Юнг та багато інших.

З позиції діяльнісного підходу комунікація – це складний, багатоплановий процес встановлення і розвитку контактів між людьми, в основі якого – потреби у спільній діяльності, обмін інформацією, взаємодія, сприйняття і розуміння іншої людини.

Необхідною умовою такої комунікації є суспільна потреба, суспільна необхідність [4, с. 31].

Визначаючи міжособистісну комунікацію як взаємодію з метою встановлення контактів і стійких відносин, ми розглянемо процес її формування в учнів підліткового віку. У цьому віці дитина переживає два важливі етапи: психофізіологічний (внутрішні гормональні та фізіологічні зміни) та соціальний (розвиток критичного рефлексорного мислення в розумовій формі). Тому створення певних умов психологічного супроводу підлітків за допомогою арт-терапії на етапі їх життєвого самовизначення веде до відкриття власного «Я» і налагодження контакту зі світом.

Саме групова форма музичної терапії (спів, музикування, слухання музичної класики, танцювальні, музично-ритмічні ігри та вправи, релаксація під музику) вимагає певних комунікативних навичок і здатності адаптуватися до групових «норм», дозволяє розвивати цінні соціальні навички, пов'язані з наданням взаємної підтримки членам групи; дозволяє освоювати нові ролі, а також спостерігати, як модифікація рольової поведінки впливає на взаємини з оточуючими [5, с. 12].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Для перевірки цих тверджень було сформульовано припущення, що оптимізація спілкування і міжособистісної взаємодії учнів підліткового віку відбувається у процесі групового соціально-психологічного тренінгу, музичної терапії та психогімнастичних вправ.

Мета статті – визначення особливостей формування міжособистісної комунікації у контексті музичної терапії.

Завдання роботи: 1) провести експериментальне дослідження для виявлення психологічних особливостей формування міжособистісної комунікації у підлітковому віці засобами музикотерапії; 2) проаналізувати зміни у структурі міжособистісної комунікації підлітків; 3) розкрити особливості впливу музикотерапії на психоемоційну установку учнів.

Виклад основного матеріалу. Музикотерапія як психотерапевтичний метод заснована на цілющому впливі музики на психологічний стан людини. У психотерапевтичній енциклопедії під ред. Б.Д. Карвасарського зазначено: «Лікувальний вплив музики на організм людини відомий здавна. Перша спроба наукового пояснення цього феномену віднесена до XVII ст., а експериментальні дослідження – до XIX ст. У кінці XIX ст. на зміну емпіричному етапу використання музики прийшов етап експериментально-фізіологічних досліджень, вчені почали робити спроби підвести фізіологічний базис під емпіричні факти. Під керівництвом В.М. Бехтерева у 1913 р. в Росії була заснована «Спілка для дослідження лікувально-виховного значення музики та гігієни».

Використання музичної терапії як різновиду арт-терапії у навчально-виховному процесі дозволить учителям отримати дані про психічний та емоційний стан учнів; виявити соціальну сприйнятливості для кожного учня, визначити особливості міжособистісних стосунків у колективі з можливістю одночасного використання кількох каналів передачі та сприйняття інформації. Ідеальний зразок – неформальна бесіда двох осіб. Головні суб'єкти арт-терапевтичного процесу: учень і арт-терапевт (педагог, психолог) взаємодіють між собою вербально на символічному, асоціативному рівні, а також засобом невербальної, візуальної комунікації через «продукти творчості» [2, с. 167].

Отже, теоретичний аналіз дослідження показав, що процес одночасної взаємодії та взаємовпливу комунікантів більшістю вчених розуміється як міжособистісна комунікація. Звертання до потенціалу музичної терапії, яка разом із катарсичною, регулятивною функціями має потужну комунікативно-рефлексивну дію, забезпечує корекцію порушень спілкування, сприяє гармонізації та самоактуалізації особистості у навколишньому світі.

Комплексна суб'єктно-орієнтована психолого-педагогічна діагностика рівня сформованості міжособистісної комунікації підлітків включала в себе дослідницьку методику за трьома напрямками: 1) продуктивний аспект комунікативної дії, спрямований на співробітництво у процесі емоційно-усвідомленого слухання музики, практичного музикування, пластичного інтонування з використанням методів спостереження й аналізу процесу взаємодії учнів; 2) етичний аспект комунікативної дії, спрямований на виявлення рівня знань правил мовного етикету, який передбачає використання методів соціометрії Дж. Морено, шкали емоційного відгуку А. Меграбяна та Н. Епштейна, фронтального аналізу ситуацій, рішення комунікативних завдань; 3) діалогічний аспект комунікативної дії – передбачає взаємообмін інформацією з урахуванням позиції співрозмовника, використання комунікативно-ігрових методів і вправ за М. Кипнісом; складені нами анкети для самооцінки й експертної оцінки особливостей міжособистісної комунікації в підлітковому віці.

Кожен із методів має свій психологічний механізм корекційного впливу: катарсис – емоційну розрядку, регулювання емоційного стану, підвищення естетичних потреб; формування установок на позитивні зміни у відносинах із собою, колективом, зі світом. Методи музичної терапії дозволяють уявити максимально повну феноменологічну картину досліджуваних явищ, забезпечити глибоке їх розуміння.

Дослідження проводилося впродовж 2016–2019 рр. з учнями віком від 12 до 15 років. Загальна кількість респондентів – 88 осіб (40 хлопців і 48 дівчат). Ця методика активно використовува-

лася на уроках музичного мистецтва та в діяльності шкільного музичного театру «Фантазія» в ході реалізації музично-творчих проектів «Завжди разом», «Із друзями цікавіше», «Музично-ігровий вернісаж», «Ширше коло» тощо.

На підставі аналізу психолого-педагогічної літератури дослідження ми пропонуємо структуру міжособистісної комунікації, яка містить такі компоненти: *інформаційно-світоглядний* («налаштування» на міжособистісне спілкування) – систему знань і перцептивних, інтерактивних, комунікативних умінь, етичних і естетичних норм, спрямованих на досягнення результату у спільній діяльності; *мотиваційний* (мотиви комунікативної поведінки, комунікативні установки на конкретний мовний акт) – усвідомлення ролі комунікативних умінь, внутрішню спрямованість на встановлення і підтримування зворотного зв'язку; *комунікативно-діяльнісний* (набуття комунікативних вмінь і навичок для встановлення контакту, самопрезентації, спонування та ін.) – усвідомлення спілкування як засобу досягнення мети в міжособистісних стосунках, розвитку й саморозвитку особистості; *емоційно-вольовий* (тактовність, толерантність, стриманість) – відображає рівень комунікативної культури, ступінь адекватного смислового сприйняття засобів вербального і невербального впливу у процесі спілкування.

Методичними критеріями відбору та розробки нами діагностичного матеріалу для виявлення рівня сформованості міжособистісної комунікації підлітків стали: інформативність, вмотивованість, дієвість, саморегуляція.

Особистість із високим рівнем міжособистісної комунікації можна віднести до мобільного типу комуніканта, який легко налагоджує контакт, поводить впевнено в незнайомій ситуації, багато й із задоволенням спілкується. Для нього характерний збалансований розвиток інформаційно-світоглядного, мотиваційного, комунікативно-діяльнісного й емоційно-вольового компонентів, який характеризується високими показниками керованості емоційного стану; уміннями дискутувати та знаходити компроміси; проявляти емоційне захоплення й активність.

Учні середнього рівня – ригідний тип комуніканта – відчують труднощі тільки на початковій фазі встановлення контакту; характерна чіткість і логічність дій у колективі, наявність творчого діалогічного спілкування з учителем, однолітками, але відсутній зворотний зв'язок на рівні інтерактивного спілкування. Характеризуються середніми показниками міжособистісної комунікації за усіма структурними компонентами, окрім інформаційно-світоглядного та мотиваційного.

Учні низького рівня – комуніканти інтровертного типу – сором'язливі, у незвичній ситуації спілкування можуть розгубитися, виявляють від-

сутність ініціативи та зацікавленості у спілкуванні, стереотипність і невпевненість у розв'язанні творчих завдань, що перешкоджає встановленню естетично-комунікативних зв'язків із партнерами.

Нами була висунута гіпотеза про те, що висока ефективність формування міжособистісної комунікації учнів підліткового віку може бути досягнута завдяки впровадженню музично-терапевтичної системи, що передбачає стимулювання процесу спілкування учнів у спільній музично-творчій діяльності.

На основі сучасних прийомів музичної терапії – ритмічних, логоритмічних, дихальних і вокально-рухових вправ, гри на музичних інструментах, паралінгвістичної та візуальної системи спілкування – учні залучаються до різноманітних форм роботи: прослуховування, руху, музичної імпровізації. У дослідженні були використані методики: «Комунікативні й організаторські схильності» (КОС); опитувальник за В.В. Синявським, В.А. Федоришиним.

Висновки. Таким чином, узагальнюючи представлені міркування, варто відзначити, що музична терапія є системним процесом інтерактивного співробітництва і допомагає вирішити такі задачі: покращити соціальні контакти, емоційний тонус, розкрити музично-творчі здібності особистості.

Музична терапія розглядається нами як теоретичний і практичний інструмент нейтраліза-

ції захисних симптомокомплексів (тривожності, недовіри до себе, відчуття меншовартості), спричинених внутрішніми конфліктами особистості. Саме за допомогою музикотерапії можна сприяти та розуміти співрозмовника, взаємодіяти і вести з ним діалог.

Надалі слід вивчати можливості музичної терапії як чинника особистісного зростання, самовдосконалення учителя і розвитку таких його якостей, як креативність, щирість і людяність.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Грушевицкая Г., Попков В., Садохін А. Основы межкультурной коммуникации. Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2003. 298 с.
 2. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. Санкт-Петербург : Речь, 2003. С. 167.
 3. Леонтьев. Педагогическое общение. *Педагогика и психология*. 1979. № 1. 46 с.
 4. Практикум по арт-терапии / под ред. А.И. Копытина. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 28 с.
 5. Роджерс К. Свобода учиться / пер. с англ. А.Б. Орлова, С.С. Степанова. Москва : Смысл, 2002. С. 207.
 6. Шушарджан С.В. Руководство по музыкальной терапии. Москва : Медицина, 2005. С. 250–312.
- Aldridge D. Health, the Individual and Integrated Medicine: Revisiting an Aesthetic of Health Care. London and New York : Jessica Kingsley Publisher, 2004. 224 p.