

КОРРЕКЦИЯ СЛАБЫХ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ОТКЛОНЕНИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ПОМОЩЬЮ ХОРОВЫХ ЗАНЯТИЙ

М. А. Мачульная

Научный руководитель — канд. психол. наук, доц. О. В. Сусоева
ФГБОУ ВПО «Тверской государственный университет», Тверь

Дошкольный возраст является периодом наиболее стремительного физического и психического развития ребенка, первоначального формирования физических и психических качеств, необходимых человеку в течение всей последующей жизни. Хоровые занятия могут являться средством коррекции слабых психоэмоциональных отклонений у детей старшего дошкольного возраста, средством снижения у них тревожности и агрессивности.

Ключевые слова: музыковалотерапия, агрессивность, тревожность, голос, коррекция, хор.

Одной из характерных черт XXI в. является бурный научно-технический прогресс. Решение с помощью современных технологий материальных проблем общества отрицательно воздействует на здоровье детей. Учитывая тревожное и агрессивное состояние детей, актуальной становится проблема разработки психокоррекционных программ и методических методик для коррекции слабых психоэмоциональных отклонений у детей старшего дошкольного возраста. Разработка психокоррекционных программ и методик для детей дошкольного возраста имеет ряд существенных отличий от таких же программ для взрослых. Это обусловлено особенностями детской психики и уровнем эмоционально-волевого и интеллектуального развития, определяющими восприятие и переработку различных факторов, воздействующих на ребенка в процессе лечения и коррекции.

Одними из первых работ о лечебном, воспитательном и гигиеническом значении музыки стали труды В.М. Бехтерева. «Коль скоро, — считает В.М. Бехтерев, — мы знаем, что музыка является властительницей наших чувств и настроений, мы вправе ожидать от нее, что она по решению врача может и должна создавать определенное настроение, где нужно ослабить излишнюю возбудимость, в других случаях перевести больного из грустного состояния в хорошее настроение, в третьих случаях подействовать соответствующим образом на дыхание и кровообращение, устранить гнетущую усталость и придать членам физическую бодрость» [2, с. 105]. Интерес к музыкальной терапии в настоящее время сильно вырос, она сделалась чрезвычайно востребованной специализацией и наиболее активно

развивается в двух отраслях: в современной психологии развития и в холистической медицине.

Старший дошкольный возраст является этапом интенсивного психического развития. В этом возрасте происходят прогрессивные изменения во всех сферах, начиная с совершенствования психофизиологических функций и заканчивая возникновением сложных личностных новообразований. Поэтому в коррекционных программах необходимо осуществлять психокоррекцию не только познавательной сферы ребенка, но и личностной. Наиболее актуальной становится потребность создания программ по коррекции личностной сферы детей. Назрел момент более широкого внедрения психологической службы в практику дошкольных учреждений. К этому также относятся повышение уровня психологических знаний у педагогов и родителей, обобщение опыта психологической работы. Успехи практической психологии несомненны, и есть резервы для её значительного совершенствования.

Психокоррекционные возможности активных форм музыкотерапии («вокалотерапии») отмечают И. Е. Вольперт [3] и Б. Д. Карвасарский [6]. Ю. М. Кузнецов указывает на силу эмоционального и воспитательного воздействия хорового искусства на людей, зависящую от эмоционального отношения к песне [7, с. 147–148], Э. Б. Абдуллин — на зависимость психокоррекции от уровня «духовного овладения произведением» [1, с. 227]. Коррекционная работа представляет большую сложность из-за повышенной чувствительности ребенка, поэтому должна выполняться с большой осторожностью.

Одним из методов музыкотерапии является вокалотерапия (хоровые занятия). Самым древним музыкальным инструментом является человеческий голос. Природа наградила человека этим даром, дав ему возможность выражать свои чувства и мысли при помощи звуков. Свойство голоса выражать чувства и эмоции наилучшим образом проявляется в искусстве пения, имеющего многовековую историю. История вокального искусства ведет свое начало с далеких времен. Художественное пение существовало уже до нашей эры в Египте, Малой Азии, в восточных странах, и, особенно, в Древней Греции [4]. Хор — это форма совместной коллективной деятельности, заключающая в себе большие воспитательные возможности. По словам Н. Л. Гродзенской, в основе хорового пения лежит общность чувств, «чувство переживания совместного действия», и чем сильнее, ярче «чувство переживания совместного действия», тем больше близость исполнителей [5, с. 47]. К. Д. Ушинский писал о хоровом единстве как об «организующем труде, располагающем дружных певцов к дружному

делу», что «очень важно в школе, где общими усилиями должно побеждать трудности учения» [8, с. 168].

Вокалотерапия (хоровые занятия) — это новый метод повышения резервных возможностей организма человека и коррекции нарушенных функций, в основе которого лежит использование особой системы активного вокального тренинга в сочетании с музыкой. Вокальный тренинг разработан на принципах классического пения, состоит из специальных упражнений, осуществляющих биоакустическую стимуляцию жизненно важных органов и упражнений, повышающих адаптационные и интеллектуально-эстетические способности человека [4]. Процесс пения — сложный психофизиологический акт, в котором сочетаются стимуляция внутренних органов, достижение самоуправляемой психической релаксации, а также создание положительного психо-эмоционального фона.

Мы предполагаем, что занятия по вокалотерапии (хоровому пению) могут являться средством коррекции слабых психоэмоциональных отклонений у детей старшего дошкольного возраста. Эмпатически-аффилиационная обстановка межличностных отношений в хоре, снимая разные виды психологических защит, делает всех творцами. Развивающиеся дружеские отношения порождают глубокое единство и непрерывное чувство каждым общего настроения исполнителей и самой песни. Это ощущение творчества приносит поющим детям большую радость. В силу своих художественных особенностей хоровые занятия близки детям, доступны их пониманию, воспроизводятся в самостоятельной деятельности, что способствует появлению чувства удовлетворения, радости, созданию эмоционально благоприятной обстановки для детей. Они получают эмоционально-положительное подкрепление в виде успешного осуществления деятельности, испытывая от этого чувство уверенности и связанного с ним удовольствия. Занимаясь художественно-творческой деятельностью, особенно хоровой, дети отвлекаются от грустных мыслей, обид, печальных событий, поэтому отмечается терапевтический эффект хорового искусства, которое используется на занятиях с детьми.

Мы пришли к выводу, что хоровая деятельность обладает большим психокоррекционным потенциалом, действующим через коллективность творчества, предполагающего монолитное единство с созданием сильного эмоционального поля, отвечающего содержанию песни. Первичная работа опирается на аффилиационность коллектива, принцип распределения голосов, театрализованный шуточный репертуар, снимающий напряженность атмосферой радости и искреннего смеха. Хоровая репетиция направлена на развитие

коммуникативности, терпеливости, внимания, воли, уважения к окружающим и песне в условиях постепенно нарастающих трудностей на фоне устойчивого удержания эмпатической атмосферы в коллективе, повсеместно корригирующей проявления грубости и развязности, пресыщаемости и пассивности у дезадаптированных детей. Когда борьба за глубину эмоционального переживания песен становится осмысленной потребностью, воспитывая в исполнителях волевые качества и принципиальную жизненную позицию, хор становится психокоррекционным не только для детей старшего дошкольного возраста, но и для зрителей, захватывая зал мощной волной благородных эмоций. Разработка новых методик, связанных с хоровыми занятиями, призвана стать средством коррекции слабых психоэмоциональных отклонений у детей старшего дошкольного возраста при снижении у них тревожности и агрессивности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдуллин Э. Б. Теория и практика музыкального обучения в общеобразовательной школе: пособие для учителя. М.: Просвещение, 1983. 227 с.
2. Бехтерев В. М. Вопросы, связанные с лечебным и гигиеническим значением музыки // Обзорение психиатрической, неврологической и экспериментальной психологии. М., 1916. № 1–3. С. 105–124.
3. Вольперт И. Е. Лечение музыкой // Вольперт И. Е. Психотерапия. Л.: Медицина, 1972. С. 146–155.
4. Василенко А. М. Физиологические основы электропунктурной профилактики стрессорных нарушений функций организма: автореф. дис. ... д-ра мед. наук. М., 1989. 48 с.
5. Гродзенская Н. Л. Воспитательная работа на уроках пения. М.: АПН РСФСР, 1953. 156 с.
6. Карвасарский Б. Д. М.: Медицина, 1985. 303 с.
7. Кузнецов Ю. М. Эмоции в хоровом исполнительстве // Художественный тип человека. М.: Институт психологии РАН, Моск. гос. конс. им. П.И. Чайковского, 1994. С.147–148.
8. Ушинский К.Д. Педагогические сочинения: в 6 т. / сост. С. Ф. Егоров. М.: Педагогика, 1988. Т.2. 496 с.

Об авторе:

МАЧУЛЬНАЯ Марина Александровна, магистрант I курса ФГБОУ ВПО «Тверской государственный университет», направление подготовки 050100.68 Педагогическое образование; программа «Музыкальное искусство в образовании» (научный руководитель — канд. психол. наук, доц. О. В. Сусоева), старший преподаватель кафедры музыкального образования ФГБОУ ВПО «Тверской государственный университет», e-mail: marina.ma5555@yandex.ru.