

## РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ МУЗИКИ

УДК 159.942:78-053.6

**РАПАЦЬКИЙ Б.І.**

аспірант кафедри екологічної психології та психічного здоров'я Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка., м. Чернігів

У статті розглянуто психологічні особливості емоційного розвитку дітей підліткового віку. Розкрито вплив музики на розвиток емоційної сфери підлітків як важливого компоненту соціалізації та формування особистості.

**Ключові слова:** підліток, підлітковий вік, емоції, емоційна сфера, вплив музики.

## РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ПОДРОСТКА СРЕДСТВАМИ МУЗЫКИ

В статье рассмотрены психологические особенности эмоционального развития детей подросткового возраста. Раскрыто влияние музыки на развитие эмоциональной сферы подростков как важного компонента социализации и формирование личности.

**Ключевые слова:** подросток, подростковый возраст, эмоции, эмоциональная сфера, влияние музыки.

**Постановка проблеми.** Інформаційне перенавантаження людини, напружений ритм життя, нестабільність в сучасному житті впливає на емоційний розвиток особистості, що позначається на адаптаційних процесах до трудової діяльності, міжособистісних стосунках, соціалізації. Тому проблема розвитку її емоційної сфери є дуже важливою в сучасному суспільстві. Вона впливає на все психічне життя людини, є фактором, який визначає суб'єктивну якість буття особистості, характеризує соціальні та індивідуальні процеси. В певній мірі "емоційне" дає нам знання про будову душевного, внутрішнього світу людини [9].

Від розвитку емоцій, почуттів, здатності мислити образами залежить повноцінне життя підростаючої особистості, її моральні якості, відношення до оточуючих людей і світу в цілому.

Важливим періодом емоційного розвитку дитини є підлітковий вік, який характеризується інтенсивним психофізіологічним розвитком, емоційною нестабільністю, імпульсивністю.

Емоції є важливим компонентом формування особистості. Вони визначають успішність реалізації отриманого життєвого досвіду, є невід'ємним компонентом психічної діяльності дитини, впливають на протікання багатьох психічних процесів, відіграють важливу роль у соціалізації підростаючого покоління.

Проблемі емоційного розвитку дітей підліткового віку присвячені праці вітчизняних і зарубіжних психологів В.К. Вілюнас, Г.М. Бреслава, Л.С. Виготського, Г. Крайн, П.Я. Гальперина, С.Л.

Рубінштейна, Б.М. Теплова, Д.Б. Эльконіна, О.М. Леонтьєва та інших. Загальнотеоретичні основи розвитку емоційної сфери школярів, образного мислення, художнього переживання розглядали в своїх дослідженнях Б.В. Асаф'єва, Ю.Б. Алієва, Д.Б. Кабалевського, О.М. Малюкова та інші.

Психологи визначають емоції як особливий клас суб'єктивних психологічних станів, що відображаються у формі безпосередніх переживань, відчуття приємного і неприємного, відношення людини до світу і людей, процес і результати її практичної діяльності. До класу емоцій відносяться почуття, настрої, пристрасті, афекти, стреси. Це так звані "чисті" емоції, які включені у всі психічні процеси і стани людини.

Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, С.Л. Рубінштейн наголошували на залежності емоцій від характеру діяльності суб'єкта, регулюючій їх ролі в цій діяльності і на їх розвитку в процесі засвоєння людиною суспільного досвіду.

**Метою статті** є розглянути психологічні особливості дітей підліткового віку, роль музики у розвитку їх емоційної сфери як важливого компоненту соціалізації підростаючого покоління.

**Теоретичне дослідження проблеми.** Підлітковий вік – один з найбільш складних періодів розвитку людини, який багато в чому визначає все подальше життя індивідуума. Він характеризується фізіологічними змінами організму, рівнем розвитку пізнавальних процесів, інтелекту, здібностей, а також змінами в емоційній сфері. Це період підвищеної емоційності, що проявляється в легкій збудливості, в зміні настроїв і переживань, виникненні тривожності, агресивності та інших бурхливих реакціях. Вони можуть бути швидкими, радикально протилежними і навіть поєднувати амбівалентні емоції чи почуття. Представники даного вікового періоду є дуже чутливими у ставленні інших до себе, водночас здатними до сильних емоційних прив'язаностей та самопожертви [7].

Е.Еріксон, Л.І.Божович, Д.Б.Ельконін, І.С.Кон, Г.С.Костюк, А.В.Петровський, Д.І.Фельдштейн розглядають підлітковий вік як критичний період формування самосвідомості, становлення образу "Я". Перехід від дитинства до дорослості містить основний зміст і специфічну відмінність усіх сторін розвитку у цей період – фізичної, моральної, розумової, соціальної складових.

У підлітковому віці закладаються основи наступного емоційного життя у зрілі роки, емоційна чутливість підлітка до впливів сучасного соціуму є особливо підвищеною, що позначається на процесі його соціалізації.

Цей період є одним із ключових етапів становлення емоційно-вольової регуляції дитини. Широке коло різноманітних явищ і подій в житті підлітка стають йому небайдужими і породжують в

нього різні емоції. У цьому віці їх вплив на його духовне життя стає найбільш очевидним [16].

Розкриваючи розвиток емоційної сфери дітей підліткового віку Г.С. Костюк наголошував на тому, що він часто відзначається бурхливим перебігом емоцій, раптовими змінами емоційних станів, переживань, настроїв, переходами від піднесення до нестриманості, галасливості, від надмірної рухливості до спокою, байдужості. У цій динаміці емоцій виявляються стосунки підлітків з близькими людьми, з колективом, успіхи і невдачі в діяльності.

Потреби, інтереси підлітків завжди емоційно забарвлені. Саме завдяки емоціям вони набувають спонукальної сили, дієвості. Будучи компонентами потреб, інтересів, ідеалів, емоції перетворюються на відносно стійкі властивості особистості підлітка.

Велике значення в цьому віці має спілкування з однолітками, які стають для підлітка гострою потребою і пов'язані з його багатьма переживаннями. Спілкування з товаришами стає джерелом не тільки появи нових інтересів, але і становленням норм поведінки. Це пов'язано з тим, що серед підлітків виникають певні вимоги до дружніх стосунків – до чуйності, вміння зберігати таємницю, розуміти і співпереживати [16].

В підлітковому віці вперше створюються основи для, так званого, підліткового комплексу емоційності, який поєднує в собі сентиментальність і вражаючу байдужість, хворобливу сором'язливість з розв'язаністю, бажання бути визнаним іншими з прагненням до усамітнення. Водночас переживання підлітка стають глибшими, багатограннішими і сильнішими. Пізніше, "підлітковий комплекс емоційності" буде суттєво впливати і на поведінку дитини, і на її взаємини з оточенням, і на вольову регуляцію[7].

У цей період вираження емоцій бурхливе і щире. Підліток не може стримати радість, гнів, афективні його реакції часті і тривалі. Часто зустрічається "ефект неадекватності" – емоційна реакція великої сили по незначному приводу, що пов'язаний з протиріччям між низькою самооцінкою підлітка та високим рівнем домагань [8].

Таким чином, діти потребують емоційного розвитку, прагнуть досягнути нові емоційні стани.

Підлітковий вік – це вік коли підліток починає себе усвідомлювати як особистість та індивідуальність. Оскільки цей період є перехідним, складним і критичним, то розвиток емоційної сфери має важливе значення у становленні особистості підлітка, який намагається пізнати себе, самовиразитись та самоствердитись, та виступає важливим чинником його успішної соціальної адаптації.

Особливого значення в цей період набуває музика, яка супроводжує у всіх його щоденних заняттях, виконуючи багато різних функцій; вона дозволяє пережити і виразити свої емоції, які не можна передати

словами. Наділена багатством інтонацій, які виражають різноманітні відтінки людських почуттів і переживань, музика надає невичерпні можливості для пізнання душевного світу людини.

На думку В.І Петрушина, наявність розвинутої емоційної сфери має велике значення для соціалізації особистості дитини. Музичне виховання, ознайомлюючи школярів з різними емоційними станами, робить його одночасно і більш здатним до переживань тих емоцій, котрі не входять в структуру темпераменту даного школяра, тим самим, розширюючи і поглиблюючи його контакти з навколишньою дійсністю з іншими людьми[15]. У своїх дослідженнях Б.Г. Ананьєв встановив, що музика, впливаючи на емоційну сферу школяра, може виступати в якості регулятора його поведінки[14].

При розвитку емоцій, як вказує Е.Б. Абдулін, не менш важливою умовою є знання про музику як емоційного виду мистецтв, знання особливостей емоційної сфери людини, знання про специфіку розвитку художнього образу різних творів мистецтв[1].

Широко відомий феномен особливого потягу підлітків до музики свідчать про те, що якраз з музичним матеріалом, в силу його емоційності і абстрактності, встановлюються найбільш тісні інтимні стосунки. Музика – єдина із мистецтв, яка створює емоції і звертається до емоційного світу людини як до матеріалу [4]. Разом з тим, вона впливає і на фізіологічні реакції – підсилює метаболізм (обмін речовин), підсилює або зменшує мускульну енергію, змінює дихання і кров'яний тиск, дає фізичну основу для емоцій. Музика, особливо музичний ритм, викликає в організмі фізіологічні зміни, які подібні реакціям, що відбуваються при сильному хвилюванні та афектах [14].

Сила емоційно-чуттєвого та ідейно-художнього впливу мистецтва робить його одним з найефективніших засобів формування ціннісних орієнтацій дітей, зокрема, створення умовної реальності, в якій дитина вчиться визначати і розвивати свої потреби, інтереси, загальну спрямованість життєвого шляху [10].

С.Якушева стверджує, що, в силу специфіки своєї природи, музика зручна в якості “входу” у внутрішній простір особистості. Вона відрізняється від інших видів мистецтва особливою таємністю впливу на людину. Її смисл проникає в слухача не через розум, а через переживання. Музика потрапляє в глибини людської сутності, де всі почуття знаходяться в гармонії і цілісності. Тому вона подібна психічному життю, вона адекватна людській душі. Основою змісту музики є цілісність емоційного і смислового життя людини [18].

Музичне мистецтво, як один з найефективніших засобів формування емоційної сфери людини, розглядали ще античні мислителі (Піфагор, Платон, Арістотелі, Аристотель). Вони вважали, що музика

врівноважує зовнішню сторону життя людини з її психологічним станом; встановлює порядок у всьому Всесвіті, в тому числі порушену гармонію в людському тілі. За її допомогою можна змінювати настрої людини, перебудовувати її емоційний стан [12].

Сприятливі умови для вирішення завдання розвитку емоційної сфери особистості школяра створюються на уроках музичного мистецтва, яке займає особливе місце у розвитку дитини. Вплив мистецтва на рівень розвитку емоційно-естетичного співпереживання відображено в працях Л.С. Виготського, В.Г.Ражнікова, С.Х.Рапопорта та ін. Музика, на думку багатьох авторів, розвиває здатність співпереживати, відчувати всю палітру людських емоцій, мобілізуючи емоційно-чуттєвий світ особистості (О.О.Апраксіна, Н.Л.Гродзенська, Д.Б. Кабалевський, Є.В. Назайкинський, В.Д. Остроменський, В.І. Петрушин).

Згідно досліджень Г.С. Тарасова [15], Б.В. Асаф'єва [2], В.В. Медушевського [13], музика здатна пробуджувати у слухача його індивідуальність, прагнення до самовдосконалення, розкрити в індивідуумі і винести на розсуд його свідомості реальні, дійсно притаманні даному індивіду якості особистості. Як засіб виразності, музика здатна збільшити та перебільшити ту емоційну якість індивіда, яка не мала виходу і застосування, вважалась чужорідною до моменту впливу.

Усвідомлюючи почуття, викликані музикою, людина збагачується новими для неї переживаннями у всьому багатстві їх відтінків. Вона відкриває в собі невідомі їй почуття, знаходить в собі здатність розуміти людей, співпереживати і співчувати їм, що має велике особисте і соціальне значення як важлива умова спілкування. Музика, використовуючи фізичну природу звуків, відображає інтелектуальне й емоційне багатство духовного світу людини [5].

Вищим проявом впливу музики на емоційну сферу людини є феномен катарсису, вивченням якого займалися Г. Лессінг, И. Бернайс, Л. Виготський та інші. В емоційному аспекті катарсис виражається в процесі, який веде до стану полегшення, звільнення від важких переживань і позитивному просвітленню почуттів, не дивлячись на їх трагічну основу.

Це дає можливість використовувати музику як засіб психологічної корекції девіантних підлітків в процесі їх соціалізації.

Але музика може по-різному впливати на слухача. В. Морозов [11], А. Васильєва, Е. Удачина [6] прийшли до висновку про значні зміни в стані людини в залежності від жанру музичного твору. На їх думку, особливість емоційних станів, які виникають при прослуховуванні рок-музики, становлять в підсиленні активно-агресивних компонентів, а класична музика в підсиленні почуття психологічного благополуччя і рефлексивних переживань,

що, на наш погляд, сприяє більш успішній соціалізації дітей підліткового віку.

Класична музика заставляє слухача переживати, відчувати різні емоції і почуття, внутрішньо змінюватись, пізнавати себе. Сучасна музика, стимулює в людині не духовне і інтелектуальне, а фізичне начало. Головним при сприйнятті сучасної музики стає самопочуття і активність людини, задоволення її тілесних потреб. При цьому виникає емоційно нейтральний психічний стан. Порівняння емоційно-психологічних можливостей різних класичних і сучасних музичних жанрів показало, що відмінність між ними в сприйнятті і впливу на людину обумовлено поєднанням об'єктивних властивостей музики і складаються в орієнтації класичної музики на перетворювання емоційної сфери, а сучасної рухливої сфери і функціонального стану [3].

**Висновки.** Отже, емоції відіграють важливу роль у формуванні системи духовних цінностей та поведінки дітей підліткового віку. Так, як музика є найбільш емоційним мистецтвом, то вона може виступати ефективним засобом впливу на їх психічний розвиток, на емоційну сферу, характер, морально-естетичні якості, розвиток емоційно-образних уявлень підлітка про оточуючий його світ, впливати на міжособистісні стосунки школярів, сприяючи тим самим їх соціалізації та соціальній адаптації.

#### Література

1. Алиев, Ю. Б. Настольная книга школьногоучителя-музыканта / Ю. Б. Алиев. – М. : Владос, 2000. – 336 с.
2. Асафьев Б.В. Музыкальная форма как процесс [Текст]: Кн. 1–2 / Б.В. Асафьев; ред., вступ. ст. и коммент. Е.М. Орловой – 2-е изд. – Л.: Музыка. Ленинград.отд., 1971. – 376 с.
3. Гончарук, А. Ю. Педагогическиеэскизы, эссе и зарисовки : и в шутку, и всерьёз! / А. Ю. Гончарук : монографическийсборник. – М. : Изд-воРоссийскогоуниверситетадружбынародов, 2002. – 617 с.
4. Гордеева Т.О. Особенности переживаний школьников среднего и старшего возраста при восприятии классической музыки / Т.О. Гордеева// Вестн. Моск. Ун-та. Сер. 14– Психология. №1. 1992. – С.30-40.
5. Готсдинер А.Л. Музыкальнаяпсихология / А.Л. Готсдинер – М.: «НВМагистр», 1993. – 190 с.
6. Гребенникова Н.В., Васильева А.Г., Удачина Е.Г. Влияние различных-видов музыки на психическое состояние человека // Невербальное полекультуры. - М., 1995. (55)
7. Коханова О.П. Вікова психологія / О.П. Кахонова, О.В. Пасека //http://imanbooks.com/book\_290
8. Колесов Д.П. Современный подросток. Взросление и пол : учеб.пособие / Д. П. Колесов. – М. : МПСИ Флинта, 2003. – 145с.

9. Крюгер Ф. Сущностьэмоциональных переживаний / Ф. Крюгер // Психологияэмоций: тексты/ под ред. В.К. Виллонаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-воМоск. ун-та, 1984. – С.108-118.
10. Ларин В.И. Социализациямладшихшкольниковсредствамиискусства / В.И.Ларин. –Минск.: Наука, 1992.
11. Морозов В.П. К проблеме эмоционально-психологического воздействия музыки на человека // Вестник Российского гуманитарного научного фонда. –1977. – № 3. – С. 234-243.(129)
12. МедведеваЕ.А. Артпедагогикаи арттерапия в специальном образовании: Учебник для вузов / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. – М.: Академия, 2001. – 248с.
13. Медушевский В.В. Человек в зеркале интонационной формы / В.В. Медушевский // Советская музыка. – 1980. – № 6. – С. 39-48. (124)
14. Мухина В.С. Возрастная психология. Феноменология развития: учебник для студ. высш. учеб.заведений / В.С. Мухина. – 10-е изд. перераб. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 608 с.
15. Петрушин В.И. Музыкальная психология: учеб. пособие для студ. и преподавателей / В.И. Петрушин. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997. – 384с.
16. Психология человека от рождения до смерти / Под ред. А.А. Реана– СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. – 656 с. – (Серия «Психологическая энциклопедия»).
17. Тарасов Г.С. О двух подходах к развитию восприятия музыки // Психологический журнал.– 1994.–Т. 15. – № 6 – С. 130-132. (191)
18. Якушева С.Д. Эстетическая культура в развитии творческого потенциала личности студентов колледжа: Монография[Текст] / С.Д. Якушева. – М.: АПКиППРО, 2010. –172с.

In the article are considered the psychological features of the teenagers' emotional development. It is also exposed the influence of music on development of the teenagers' emotional sphere as an important moment of the socialization and forming the personality.

**Key words:** *teenager, teen age, emotions, the emotional sphere, the influence of music.*