

Руфіна Добровольська,
доктор філософії (PhD), старший викладач кафедри вокально-хорової підготовки,
теорії та методики музичної освіти імені Віталія Газинського
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського
вул. Острозького, 32, м. Вінниця, Україна
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1414-8861>

ФЕНОМЕНОЛОГІЯ ПОНЯТТЯ «МУЗИЧНА ТЕРАПІЯ» В СУЧАСНОМУ НАУКОВОМУ ДИСКУРСІ КРАЇН ЄВРОПИ ТА США

Ця стаття досліджує феноменологію поняття музичної терапії в контексті сучасного наукового дискурсу країн Європи та США. Сьогодні науковці різних галузей (лікарі, соціологи, психологи, педагоги) в усьому світі, покликаючись на переконливі статистичні дані, відзначають тенденцію до погіршення стану здоров'я дітей і молоді. Україна тут не є виключенням, відтак актуальним завданням вищої освіти в державі в умовах її модернізації, є збереження і зміцнення фізичного і психічного здоров'я. Одним із плідних напрямів роботи у цьому аспекті вважають стимуляцію та оздоровлення організму засобами музикотерапії.

Проблема впровадження здоров'язберігаючих технологій у зміст масової педагогічної практики стала предметом наукових розвідок низки дослідників. Але історичні і теоретико-методологічні аспекти використання музикотерапії як засобу оздоровлення і профілактики захворювань школярів ще не знайшли достатнього обґрунтування і аналізу. Автор аналізує ключові аспекти та тенденції розвитку цієї дисципліни, висвітлюючи її вплив на сучасне суспільство та науку. Дослідження базується на огляді літератури та аналізі висновків провідних дослідників у галузі музичної терапії. Результати статті дозволять глибше зрозуміти сутність музичної терапії в контексті сучасних наукових дебатів та практики в Європі та США.

Дослідження концентрується на сучасних підходах до музичної терапії, її впливі на пацієнтів та результативності заходів. Результати виявлених тенденцій можуть внести вагомий внесок у подальший розвиток музичної терапії як ефективного методу лікування.

Ключові слова: музична терапія, феноменологія, здоров'язберезувальні технології, вища освіта, Європа та США.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

Музична терапія – це форма лікування, яка використовує музику та музичні інструменти для поліпшення фізичного та психологічного стану людини. Музична терапія здатна знизити рівень стресу, покращити настрої, сприяти розвитку соціальних навичок, а також поліпшити фізичне здоров'я пацієнта. У сучасному науковому дискурсі країн Європи та США, музична терапія визнана як важлива і ефективна форма лікування.

Феноменологія – це філософський термін, який використовується для описування способу сприйняття людиною світу. У контексті музичної терапії, феноменологія досліджує спосіб, за допомогою якого люди сприймають музику та як музика впливає на їх емоції та психологічний стан.

Феноменологічний підхід до музичної терапії дозволяє розглядати музику як особливий вид мови, що може використовуватися для комунікації та вираження емоцій. Цей підхід підкреслює важливість індивідуального підходу до кожного пацієнта та необхідності урахування його особливостей сприйняття музики.

Основні принципи музичної терапії включають в себе використання музики для стимулювання фізичних та психологічних реакцій, підбір музики, що відповідає потребам кожної людини та пацієнта.

Основні принципи музичної терапії включають в себе використання музики для стимулювання фізич-

них та психологічних реакцій, підбір музики, що відповідає потребам кожної людини та пацієнта.

Феноменологія музичної терапії в Європі та США включає в себе визнання музики як ефективної форми лікування та засобу знання стресу, визнання професії музичного терапевта як важливої складової здоров'язберезувальної ланки. Тому більшість країн Європи та США віддають перевагу інтеграції музичної терапії в систему охорони здоров'я та педагогіки.

Мета та завдання. Метою статті є конкретизація поняття «музична терапія» як окремого феномену у медицині, педагогіці та психології. Основним завданням є розкриття змісту використання музичної терапії у професійній діяльності фахівців в країнах Європи та США.

Методи дослідження. Для виконання поставлених у роботі завдань було використано узагальнення даних наукової, методичної та спеціальної літератури, аналіз документальних матеріалів.

Результати та обговорення. У Австрії музична терапія – це незалежний, науково-творчий метод терапії, орієнтований на переживання, творчість та самовираження пацієнта.

Музичну терапію в Бельгії можна визначити як форму психотерапії з акцентом на формуючий музичний обмін між терапевтом та пацієнтом, який здійснюється під час музичних імпровізацій або за допомогою прослуховування музики. Терапевтична система цього

обміну заснована на психологічній теорії, яка описує ментальні структури та процеси, що викладено роботах S. Freud, M. Klein, та W. Bion, D. Winnicott та ін. (Klein, 1948; Bion, 1962; Winnicott, 1971; Freud, 2012). Цей терапевтичний момент, використовує специфічні психоаналітичні феномени та втручання, такі як перенесення, контрперенесення, утримання, стримування, проєктивна ідентифікація, вільно плаваюча увага та мрійливість. Ці важливі психоаналітичні концепції, які є сусідами зі специфічними музично-терапевтичними феноменами, такими як терапевтична провокація, попередження внутрішньої тиші, музична задумливість, пост резонанс. У цих концепціях здійснюється інтеграція мистецтва, науки, нейрофізіології, філософії та психотерапевтичних теорій, що є дуже важливим. D. Winnicott писав про важливий зв'язок між грою та творчістю. Він вважав, що не може бути ніякого зцілення, поки клієнт не навчиться грати, бо гра – джерело творчості і «само у творчості індивід проявляє себе, свою сутність» (Winnicott, 1985). D. Winnicott також підкреслював важливість здатності до гри і самого психотерапевта. Всі ці явища є способами опису того, як одна людина може взаємодіяти з іншою, а також того, де взаємодія змінюється і перетворюється на стосунки. У музичній психотерапії це включає процес, заснований на музичній імпровізації, що виконується пацієнтом і музичним терапевтом. Якщо пацієнт не в змозі брати активну участь в імпровізації, ми стверджуємо, що музична імпровізація все ще присутня, тому що лікування починається з емоційного резонансу пацієнта. Ми вважаємо, що музика резонує на тому ж рівні, що й травма, пережита пацієнтом, і тому є ідеальним методом лікування (Bruscia, 1988; De Backer, 2008).

У Болгарії, музична терапія – це підхід у психотерапії, під час якого музика та музична імпровізація застосовуються для навмисного посередництва зв'язку тіло-розум-емоції в процесі переживання та пробудження до усвідомлення переживань, спрямованих на забезпечення позитиву, здоров'я та особистісного розвитку.

У Німеччині музична терапія – це систематичне використання музики у терапевтичних відносинах, спрямованих на відновлення, підтримку та зміцнення емоційного, фізичного та психічного здоров'я. Музична терапія – це орієнтована на практику наукова дисципліна, яка тісно пов'язана з іншими науковими дисциплінами, особливо медициною, соціальними науками, психологією, музикознавством і педагогікою. Музична терапія – це всеосяжний термін для позначення різних концепцій музичної терапії, які є на відміну від фармакологічних та фізіотерапевтичних методів лікування. Різні методи музичної терапії, відповідно, засновані на різних психологічних, психотерапевтичних чи філософських традиціях, таких як глибинна психологія, біхевіоризм, системний, антропософський чи цілісно-гуманістичний підходи (Vonderlin, 2010).

В Ісландії музична терапія – це структуроване використання музики, звуку та руху для досягнення терапевтичних цілей, спрямованих на відновлення, підтримку та розвиток психічного, фізичного та емоційного здоров'я. Систематично спеціально навчена людина використовує властивості та унікальні можливості музики та звуку, а також відносини, що розвиваються завдяки музичному досвіду, щоб змінити поведінку людини, допомогти людині максимально використати свій потенціал, повідомити про свою унікальність та підвищити свій добробут.

У Латвії прийнято визначення W. Strobel та G. Hurrpman: музична терапія – це наукове застосування музики у терапевтичних цілях, це застосування музики та інструментів її вираження (звук, ритм, мелодія, гармонія, динаміка тощо) в індивідуальних чи групових відносинах між музичним терапевтом та пацієнтом/клієнтом з метою встановлення та розвитку відносин, спілкування, навчання, пізнання, мобільності, самовираження, активності, або сприяння потенційного розвитку або відновленню функцій фізичного, психічного та соціального здоров'я індивідуума, досягаючи кращої якості життя (Strobel, 1997).

Такі країни як Естонія, Греція, Угорщина та Італія посилаються на визначення Всесвітньої федерації музичної терапії (WFMT).

Американська асоціація музичної терапії (АМТА) дає таке офіційне визначення: Музична терапія – це клінічне та науково обґрунтоване використання музичного втручання для досягнення індивідуальних цілей у рамках терапевтичних відносин сертифікованим фахівцем, який пройшов затверджену програму музичної терапії. Втручання музичної терапії можуть вирішувати різні медичні та освітні завдання: підтримувати здоров'я; справлятися зі стресом; полегшити біль; виразити почуття; поліпшити пам'ять; поліпшити спілкування; сприяти фізичній реабілітації та ін.

Отже, музикотерапія – це метод психотерапії, який базується на лікувальному ефекті музики на психіку особистості. Музична терапія розглядається як система психосоматичного регулювання людського організму, в процесі цього акустичними хвилями музики здійснюється вплив на духовну, емоційну, тілесну сферу пацієнта. Визначають активну і пасивну музикотерапію. Під час активної музикотерапії клієнти безпосередньо виконують інструментальну або вокальну музику, а під час пасивної музикотерапії пацієнти тільки сприймають музичні твори. Науковці виокремлюють інтегративну музикотерапію, або музиковокалотерапію. У пасивній музичній терапії виділяють два спрямування:

- музична психотерапія (регулятивна, динамічна) – основною метою її є приведення психоемоційного стану людини до норми,

- музична терапія (зональна, точкова), – її метою є контактний лікувальний вплив безпосередньо на тіло людини.

Динамічна музична психотерапія служить для емоційної активізації пацієнта. Регулятивна музична психотерапія провокує афективно-динамічні емоції, що веде до катарсису.

Як наслідки музичної терапії спостерігається низка таких ознак:

1. Мінорна, помірна, тиха, повільна, мелодійна музика сприяє седативній дії. Прослуховування помірної гучної, енергійної, мажорної музики сприяє активізації фізіологічних функцій організму людини.

2. Асоціації та естетичні переживання, які збуджує музика, створюють сприятливі умови для благодійного впливу на емоції та психіку індивіда.

3. Регулюється інтенсивність дихальної, серцево-судинної системи та обмінних процесів внаслідок біохімічних і гормональних змін, які відбуваються завдяки впливу емоційної реакції на музику.

4. Позитивний емоційний стан людини під впливом музичної терапії активізує центральну нервову систему; стимулює інтелект, покращує пам'ять та когнітивні функції.

5. Вірний добір музики веде до такого налаштування біоритмів організму людини, завдяки якому відбувається баланс фізіологічних процесів та підвищується їх ефективність.

Зазначимо, що для правильного добору музики слід зробити діагностику людини, визначити рівень її музичної освіти і її особливості сприйняття музики (при цьому можна застосовувати електропунктурне тестування). Метою такого дослідження особистості клієнта є виявлення синдрому гіперфункції або гіпофункції. При синдромі гіперфункції потрібно впливати на седативну точку меридіану, при синдромі гіпофункції – на тонізуючу точку.

Музичні терапевти до алгоритму музично-терапевтичних програм включають:

1. Діагностику психоемоційного стану людини.

2. Визначення функціонально-енергетичного стану організму в цілому та меридіанів з використанням методів електропунктурної діагностики R. Voll та Y. Nacatani.

3. Виявлення основного синдрому та супутньої соматичної патології.

4. Вибір музично-терапевтичного впливу з урахуванням підбору музичних інструментів, характеру мелодико-динамічних властивостей музики.

5. Призначення рецепту музикотерапії із зазначенням способу, послідовності, часу проведення, кратності музично-терапевтичної дії, а також тривалості курсу лікування.

6. Оцінку ефективності музикотерапії у поступовій динаміці.

Музичні терапевти часто працюють безпосередньо з лікарями та іншими членами медичних команд, фахівцями мистецького спрямування. У такому випадку необхідно, щоб музичний терапевт та інші спеціалісти, зокрема фахівці мистецького спрямування, надавали свої послуги відповідно до попередньо узго-

джених специфікацій, щоб усі зацікавлені сторони працювали на підтримку один одного на благо клієнта. R. Graham підкреслює, що «основним засобом в музикотерапії є музика. Майже будь-яка ситуація, що складається навколо музики та музичних ідей, може бути використана як терапія. Музичний терапевт усвідомлює, що він не психотерапевт, і, отже, намагається не втягувати клієнта в будь-які розширені розмови. Мета сеансу музикотерапії полягає в тому, щоб допомогти пацієнту почуватися та поводитися краще через навчання та експресивний досвід виконання, композиції, прослуховування, обговорення та руху під музику» (Graham, 1974). Дослідник зазначає, що одержувач музичної терапії може бути пацієнтом, клієнтом або студентом, який отримує послуги в будь-якому середовищі допомоги. Ці умови варіюються від класів спеціальної освіти до державних психіатричних лікарень і від педіатричних відділень до будинків або палат для пацієнтів літнього віку. Саме тому, що музику можна використовувати різними способами, вона настільки ж ефективна, як і в терапії. Існує певна форма музики, яка може викликати позитивні відгуки практично у кожної людини. Робота кваліфікованого персоналу полягає в тому, щоб спланувати та розробити найвигідніший вид музичного досвіду для кожного зі своїх клієнтів. Кваліфікований персонал, згаданий у визначенні музичної терапії, – це музичні терапевти, фахівці мистецького спрямування, навчання та досвід яких забезпечили їм місце в національному реєстрі, асоціації музичної терапії.

Сфера музико-терапевтичної практики визначає коло обов'язків повністю кваліфікованого фахівця з музичної терапії, який має необхідну освіту, клінічну підготовку та сертифікацію. Така практика також регулюється вимогами до безперервної освіти, професійної відповідальності та підзвітності.

Музичний терапевт у США – це людина, яка виконала вимоги до освіти та клінічної підготовки, встановлені Американською асоціацією музичної терапії (АМТА), і має чинний сертифікат від Ради з сертифікації музичних терапевтів (СВМТ). Сфера застосування музично-терапевтичної практики включає професійні та поглиблені компетенції. Музичний терапевт надає тільки ті послуги в межах своєї практики, які відображають його рівень компетентності. Клінічна практика музичного терапевта ґрунтується на інтеграції найкращих доступних наукових даних, потреб, цінностей та вподобань клієнта, а також досвіду клініциста (АМТА, 2014; СВТМ, 2014).

Музикотерапевтичні втручання можуть включати музичну імпровізацію, рецептивне слухання музики, написання пісень, обговорення текстів, музику та образи, спів, виконання музики, навчання через музику, музику в поєднанні з іншими видами мистецтва, релаксацію за допомогою музики, навчання пацієнтів на основі музики, електронні музичні технології, адаптовані музичні втручання та рух під музику. Клінічна практика музичної терапії може бути спрямована

на розвиток, реабілітацію, абілітацію, лікування, психічне здоров'я, профілактику, оздоровлення або освіти (АМТА, 2013).

Музичні терапевти використовують свої знання, навички, підготовку та досвід, щоб сприяти терапевтичній, цілеспрямованій музичній взаємодії, яка є значущою та підтримує функції та здоров'я їхніх клієнтів. Ці компоненти клінічної практики продовжують розвиватися з розвитком фундаментальної науки, трансляційних досліджень і терапевтичного впровадження. Тому музичні терапевти беруть участь у безперервній освіті, щоб залишатися компетентними, знати свої обмеження у професійній практиці та розпізнавати, коли доречно звернутися за допомогою, порадою чи консультацією, або направити клієнта до іншого терапевта чи фахівця. Крім того, музичні терапевти практикують безпечно та етично, як визначено Етичним кодексом АМТА, Стандартами клінічної практики АМТА, Кодексом професійної практики СВМТ, Областями сертифікації Ради СВМТ та іншими застосовними законами штату та федеральними законами. І АМТА, і СВМТ мають механізми, за допомогою яких проводяться розслідування щодо музичних терапевтів, які порушують правила безпечної та етичної практики (АМТА, 2013).

Висновки. Велика кількість наукових праць присвячена дослідженню музичного впливу на функціональні системи людського організму. Науковці визначили, що робота системи обміну, нервова, серцево-судинна системи залежить від тембру, тональності, темпу, сили і висоти звуку у музиці. Мажорна музика швидкого темпу частішає пульс, підвищує тиск, температуру шкіри, тонус організму. Повільний темп мінорної музики сприяє зниженню пульсу, тиску, температури шкіри, тону організму. Акустичні вібрації визначених частот у музичній терапії дозволяють досягти знеболюючого ефекту завдяки рефлекторній активізації антиноцицептивної системи з виділенням ендогенних опіатів – ендорфіну та енкефаліну. Знеболюючий ефект також досягається під час аплікації на тіло звуковідтворювальних засобів у біологічно активних точках або у проекції проблемних органів з налаштуванням на біорезонансну частоту. Музичні терапевти використовують свої знання, навички, підготовку та досвід, щоб сприяти терапевтичній, цілеспрямованій музичній взаємодії, яка є значущою та підтримує функції та здоров'я їхніх клієнтів. Ці компоненти клінічної практики продовжують розвиватися з розвитком фундаментальної науки, трансляційних досліджень і терапевтичного впровадження. Тому музичні терапевти беруть участь у безперервній освіті, щоб залишатися компетентними, знати свої обмеження

у професійній практиці та розпізнавати, коли доречно звернутися за допомогою, порадою чи консультацією, або направити клієнта до іншого терапевта чи фахівця.

REFERENCES

1. American Music Therapy Association & Certification Board for Music Therapists (2014). Legislative language template. [working document]. Copy in possession of authors. Retrieved from: <https://www.musictherapy.org/> (Last accessed: 09.01.2023) [in English].
2. American Music Therapy Association (2014). Therapeutic music services at-a-glance: An overview of music therapy and therapeutic music. Retrieved from: http://www.musictherapy.org/assets/1/7/TxMusicServicesAtAGlance_14.pdf (Last accessed: 09.01.2023) [in English].
3. American Music Therapy Association (2013). AMTA standards of clinical practice. Retrieved from: <http://www.musictherapy.org/about/standards/> (Last accessed: 09.01.2023) [in English].
4. American Music Therapy Association (2013). Bylaws. Retrieved from: <http://www.musictherapy.org/members/bylaws/> (Last accessed: 09.01.2023) [in English].
5. American Music Therapy Association (2013). Code of ethics. Retrieved from: <http://www.musictherapy.org/about/ethics/> (Last accessed: 09.01.2023) [in English].
6. Bion, W.R. (1962). *Learning from Experience*. London: Heinemann Medical Books [in English].
7. Bruscia Kenneth, E. (1988). A Survey of Treatment Procedures in improvisational Music Therapy. *Psychology of Music*. Vol. 16, P.10–24 [in English].
8. De Backer, J. (2008). Music and psychosis: A research report detailing the transition from sensorial play to musical form by psychotic patients. *Nordic Journal of Music Therapy*. Vol. 17, №2. P. 89–104 [in English].
9. Freud, S., & Brill, A. (2012). *The basic writings of Sigmund Freud*. Modern library, 973 p. [in English].
10. Klein, M. (1948). The development of a child In: *Contributions to Psycho-Analysis 1921-1945*. London, Hogarth Press [in English].
11. Richard, M. (1974). Graham The Education of the Music Therapist. *College Music Symposium*. Vol. 14 pp. 50–59 [in English].
12. Strobel, W., & Huppmann, G. (1997). *Musiktherapie: Grundlagen, Formen, Möglichkeiten*. Hogrefe, Verlag für Psychologie [in German].
13. Vonderlin, E., Nöcker-Ribaupierre, M., & Wilken, M. (2010). Unterstützende Behandlungsangebote in der Neonatologie: Neonatologische Abteilungen in Deutschland. *Monatsschrift für Kinderheilkunde*. Vol. 158, №1. P. 42–47 [in German].
14. Winnicott, D.W. (1971). *Playing and Reality*. London: Tavistock Publications [in English].
15. Winnicott, D.W., & Spitz, E.H. (1985). (Ed.), *Art and Psyche*. New Heaven: Yale University Press. P. 22–34 [in English].

Rufina Dobrovolska,

*Doctor of Philosophy (PhD), Senior Teacher of the department of vocal and choral training,
theory and methods of music education named after Vitaliy Gazinsky
Vinnytsia Mykhailo Kotsyubynskyi State Pedagogical University
32, Ostrozhskogo Str., Vinnitsa, Ukraine
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1414-8861>*

PHENOMENOLOGY OF THE CONCEPT «MUSIC THERAPY» IN THE MODERN SCIENTIFIC DISCOURSE OF THE COUNTRIES OF EUROPE AND THE USA

This article examines the phenomenology of the concept of music therapy in the context of modern scientific discourse in Europe and the United States. Today, scientists from various fields (doctors, sociologists, psychologists, teachers) all over the world, referring to convincing statistical data, note a tendency towards the deterioration of the health of children and young people. Ukraine is not an exception here, so the urgent task of higher education in the state in the conditions of its modernization is the preservation and strengthening of physical and mental health. One of the fruitful directions of work in this aspect is considered to be the stimulation and improvement of the body by means of music therapy.

The problem of introducing health-preserving technologies into the content of mass pedagogical practice has become the subject of scientific research by a number of researchers. But the historical and theoretical-methodological aspects of the use of music therapy as a means of improving the health and prevention of diseases of schoolchildren have not yet found sufficient justification and analysis. The author analyzes the key aspects and trends of the development of this discipline, highlighting its influence on modern society and science. The study is based on a literature review and analysis of the findings of leading researchers in the field of music therapy. The results of the article will allow a deeper understanding of the essence of music therapy in the context of modern scientific debates and practice in Europe and the USA.

Research focuses on modern approaches to music therapy, its impact on patients, and effectiveness of interventions. The results of the revealed trends can make a significant contribution to the further development of music therapy as an effective method of treatment.

Key words: *music therapy, phenomenology, health care technologies, higher education, Europe and the USA.*

Подано до редакції 28.02.2024