

1. Матяж С.В., Березнянська А.О. Класифікація цінностей та ціннісних орієнтацій особистості. Наукові праці. 2013. Вип. 213. С. 27-30.
2. Банах В.А., Банах Л.С. Трансформація ціннісних орієнтацій молоді в умовах кризового суспільства. Гуманітарний вісник ЗДІА. 2016. № 64. С.13-21.
3. Долинська, Л.В., Стахова, О. О. (2016). Ціннісні орієнтації як психологічний механізм розвитку професійної самосвідомості майбутнього вчителя початкових класів. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки: Збірник наукових праць. №3. С. 224-231.

## ПОДОЛАННЯ ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ У МУЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ

**Роксоляна Призванська,**

*асистент кафедри спеціальної освіти та соціальної роботи*

*Аутизм є проявом порушення в системі, що відповідає за сприйняття зовнішніх стимулів, і це змушує дитину гостро реагувати на одні явища зовнішнього світу і майже не помічати інші.*

*Темпл Грендін, жінка з аутизмом*

Аутизм є важкою формою порушення розвитку, що характеризується розладом соціальних, комунікативних і мовленнєвих функцій, а також наявністю нетипових інтересів і форм поведінки. Аутизм впливає на всі види взаємодії дитини з навколишнім світом і виявляється в ураженні багатьох ділянок мозку, руйнуючи функції, які формують реакції на дію соціуму, здатність до комунікації і співчуття, що ми їх виражаємо іншим людям. Коли говорять про аутизм, йдеться про цілий спектр розладів. На даний момент є чітке усвідомлення, що РСА – це широкий спектр різних форм розладів, багатоманітних



різновидів, відмінностей, відхилень, що об'єднаних спільними характеристиками, а саме – труднощами у побудові соціальних стосунків, проблемами у спілкуванні та стереотипністю поведінки. Власне впровадження поняття спектру окреслює, що ці характеристики зазвичай можуть бути виражені по-різному, і що у групі таких дітей ми побачимо також різні ступені важкості розладу: діти з розладами спектра аутизму можуть мати різну здатність до встановлення контактів із оточуючими за допомогою мови та (або) невербального спілкування та за рівнем інтелектуального розвитку. Важко знайти хоча б двох дітей, які мають однакові симптоми аутизму. І якщо говоримо про спектр та крайні форми вираження симптомів – то це, з одного боку, немовні соціально ізольовані діти з вираженою інтелектуальною недостатністю, та з іншого – діти з високим інтелектом, розвиненою мовою, проте обмеженим колом інтересів і труднощами у спілкуванні і встановленні стосунків.

Дитина з аутизмом страждає від невміння зрозуміти логіку явищ, хоча вона й здатна певним чином спів ставити причини і наслідки конкретної ситуації. На час спілкування з музикою вона відходить від травмуючих ситуацій, тривожності та страхів. Взаємодія з музикою допомагає дитині очиститися від нашарування негативних переживань, негативних проявів, вступити на новий шлях відносин з навколишнім світом. Відомо, що музика має потужне комунікативне начало, а тому її можливості міжособистісної взаємодії можуть компенсувати емоційно-поведінкові розлади дітей та стимулювати їх зовнішню активність, тобто забезпечити адаптацію до соціального середовища.

Оскільки розвиток аутичних дітей має дезінтегрований характер, в рамках музичної терапії ми намагаємося використати музику в якості інтегруючого впливу, коли в одній дії об'єднані інтелектуальні, емоційні, фізичні і навіть соціальні фактори, які безпосередньо впливають на дитину на рівні її інтелектуального і емоційного розвитку. Ця методика повинна сприяти тому, щоб дитина розвивалася власними темпами. Кожна з цих дітей – унікальна особистість, треба лише, наскільки це можливо, зібрати до купи її здібності, що ніби «розсипаються». Цілком ймовірно, що тяга цих дітей до музики зумовлюється відчуттям повного занурення в музичний простір і більшої цілісності всередині нього. Музична терапія часто має за мету обійти або подолати емоційні та інтелектуальні перепони, що стоять між дитиною і її оточенням. Іншими словами, сприяти здоровій зміні поведінки дитини, пов'язаній з її розумінням себе самої та оточуючих людей. Світ дітей з аутизмом є непередбачуваний, мінливий та фрагментований, наче калейдоскоп звуків, образів і тілесних відчуттів. За словами особи, що страждає на аутизм: «Світ для мене немов оповитий туманом, і з цього туману



виринають звуки, люди, предмети – і я ніколи не знаю, чого чекати...». Очевидно, що такий світ викликає страх, у ньому панує непевність і до нього важко пристосуватися.

Відомо, що найменша невдача, заперечення чи заборона може викликати у дитини з аутизмом спалах гніву, агресії або спровокувати істерику. Агресія аутичних дітей може виявлятися нападами, кусанням, бійкою та бути спрямованою як на інших, так і на себе самих (зафіксовано у 30% дітей). У випадку, коли дитина прийшла збуджена, або такий стан настав з якихось причин вже під час сеансу музичної терапії, ми пропонуємо як зміну діяльності, гру на ударному інструменті. Це може бути барабан, бонго, тамбурин, чи інший інструмент, залежно від уподобань дитини. Таким чином ми не намагаємося «придушити» агресію, а перенаправляємо її в інше (мирне) русло. Гра на барабані чи бубні, окрім вивільнення енергії, тренує вестибулярний апарат дитини з аутизмом, покращує зорово-рухову координацію та візуальне сприйняття, адже для цієї категорії дітей важливе фізичне відчуття того, що вони чують, а в нашому випадку дитина здійснює ритмічні рухи руками та тілом, сприймає інструмент на дотик та усвідомлює звук, що виникає внаслідок її рухів. Така діяльність допомагає дитині розслабитися, переключитись та переводить її в інший емоційний стан. Зазвичай діти охоче долучаються до такого роду заняття, спочатку музичний терапевт сам бере інструмент та дуже делікатно і обережно відбиває на ньому простий ритмічний малюнок чи відстукує його за допомогою паличок, тоді пропонуємо дитині зробити те саме. В основі такої гри лежить дія виду «питання – відповідь». Таким чином ми можемо також проводити «ритмічний діалог», або ж грати одночасно, якщо це більше подобається нашому підопічному. Згідно з дослідженнями, ритмічна робота рук сприяє активізації правої півкулі мозку, яка формує цілісне сприйняття дійсності, наочно-образне мислення, допомагає у сприйнятті музики та художніх образів, а також покращує міжпівкульну взаємодію. Дітям з порушеннями аутистичного спектра подобається повторюваність і структурованість барабанної гри і це допомагає їм вивільнити свої емоції. В нашій роботі ми мали нагоду переконатися, що музичний терапевт, який проводить корекційне заняття, має попередньо вивчити слабкі і сильні сторони дитини і знати, що може привести її у збудження. Гра на музичному інструменті вимагає, щоб до його поверхні приклали певне фізичне зусилля, а це дозволяє нам спрямувати енергію в «мирне» русло. В основі будь-якої інструментальної техніки лежить фізичний спротив самого предмету: наприклад, клавіші фортепіано чинять спротив натиску, струни – доторку руки або смичка, барабан – ударам паличок і т.д. Нам треба дати дитині усвідомити цей спротив, бо він здатен закласти в ній відчуття сили і почуття опори одночасно. Такий новий перцептивний досвід сприяє зменшенню або



й повному подоланню агресії, бо надає дитині відчуття впевненості в собі, відчуття свого тіла та взаємодії з предметами і переключає її увагу з невдачі або заборони на фізичне відчуття подолання спротиву.

Діти з аутизмом є більш схильними до тривожних розладів, аніж їхні однолітки з типовим розвитком, для них характерне швидке виникнення сенсорного дискомфорту, також ці діти легко лякаються при найменшому порушенні звичного ходу подій, у випадку невдачі чи виникненні перешкоди. Їхня особливість у тому, що вони більше своїх однолітків залежать від близьких людей, від їхньої допомоги, потребують постійної підтримки та підбадьорення. Діти з аутистичними розладами мають унікальне, відмінне від інших сприйняття світу, їх досвід також може дуже відрізнятись, тому їм притаманні соціофобія і генералізована тривожність, окрім того, в них можуть проявлятися інші, характерні саме для аутистів форми тривожних розладів. Прояви тривожності можуть приховуватися або збігатися зі стереотипними рухами, агресією, проявлятися у соціальних дефіцитах та інших аутистичних характеристиках. Ця проблема ускладнюється тим, що діти із спектром аутизму не можуть розповісти нам про що вони думають або що відчувають. Або, навіть ті, що можуть розповісти, не в стані зрозуміти і визначити власні емоції та описати свій стан оточуючим. Діти із РАС живуть у своєму особливому світі, тому в умовах музичної терапії вони можуть негативно реагувати на гучні звуки ударних чи шумових інструментів або навіть – світлові подразники. Інколи ці діти не люблять дотиків, для них важко переносити, наприклад, обійми. Тому нам треба бути вкрай спокійними і уважними поруч з ними, сильно не жестикулювати, голосно не розмовляти і не сподіватися на миттєву зміну. Дослідження впливу засобів музичної терапії на дітей з аутизмом дозволяє зробити висновок, що діти, з якими була проведена музикотерапевтична робота менш тривожні та емоційно врівноважені. Спостерігаючи за проявами тривожності, ми помітили, що звучання спокійної, тихої музики здатне зменшити ці прояви, пом'якшити почуття тривоги у дитини та назагал покращити її стан. Особливо вдалими для вирішення такого роду завдань є колискові пісні, адже визначальним у них є не змістовий, а звуковий компонент. Як жанр, колискова пісня призначається для присипляння малюка у колисці, тому ці пісні заспокоюють і допомагають збудувати емоційний зв'язок з дитиною. Народні колискові пісні мають відповідний характерний зміст і повторювану форму, що сприяє розслабленню і заспокоєнню. Якщо дитина не заперечує, пробуємо злегка розхитувати її в такт, це створює враження колісання. В деяких випадках діти відразу ж намагаються підспівувати, мугикаючи з закритим ротом. Інші підспівують лише



голом, але короткочасний позитивний ефект ми спостерігаємо у переважній більшості випадків. Такого роду заняття допомагає прокласти емоційні «містки» між дитиною та терапевтом, формує довіру, може бути поштовхом до візуального контакту і звільняє нашого підопічного від деструктивного відчуття тривоги.

1. Драганчук В.М. Психофізіологічні аспекти музичного мистецтва та його впливу // IV Міжнародний конгрес україністів. Етнологія. Фольклористика. Доповіді та повідомлення. – Кн. I / Інститут мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М.Т.Рильського НАН України. – Одеса – Київ, 2001. – С. 324-327

2. Зденек М. Розвиток правої півкулі / Мерілі Зденек. – Мінськ: Попуррі, 2004. – 352 с.

## ПІДХІД ОРІЄНТОВАНИЙ НА РІШЕННЯ В РОБОТІ З ДУХОВНИМИ АБО РЕЛІГІЙНИМИ КЛІЄНТАМИ

Олівет Саламон,

*асистент кафедри спеціальної освіти та соціальної роботи*

Наше дослідження є присвячене застосуванню методів короткотермінової терапії орієнтованої на рішення (BSFT – Brief Solution Focused Therapy) в роботі з людьми, які ідентифікують себе як духовні або релігійні. Особливо актуальним сьогодні у сфері психічного здоров'я стоїть питання про те, що при психологічному консультуванні чи психотерапії не завжди в повній мірі вдається враховувати те, як релігія і духовність впливають на клієнтів. Адже досить часто їх релігійні переконання або духовні практики ігноруються або розглядаються в якості потенційних бар'єрів стосовно успішного результату психологічної або психотерапевтичної підтримки.

Обрана тема дослідження зумовлена потребою поєднати методи праці короткотермінової терапії орієнтованої на рішення з релігійним світоглядом та духовними цінностями клієнтів для ефективного використання їх в психотерапевтичній праці.

Метою наукового дослідження є аналіз та ґрунтовне вивчення можливості застосування принципів і методів короткотермінової терапії орієнтованої на рішення (BSFT) з проблемами і запитамі клієнтів, які презентують себе, як особи духовні або релігійні.