

Трудновоспитуемыми называют детей, которые при нормальных педагогических мероприятиях не объединяются с коллективом сверстников и к тому же, как правило, плохо учатся. Они нуждаются в специальном педагогическом воздействии на протяжении многих лет, однако и в этом случае шансы на успех не очень велики. Трудновоспитуемость может быть обусловлена рядом причин. В отдельных случаях это наследственно обусловленная абсолютная эмоциональная холодность, которая порой может отражать подобное поведение с отсутствием эмоциональной отзывчивости по крайней мере одного из родителей, что определяет атмосферу в семье. Можно предположить, что и второй из родителей не слишком эмоционален, в противном случае их совместная жизнь едва ли была бы возможна. Чаще всего это люди, ориентированные на профессиональную деятельность с внешне упорядоченными семейными отношениями.

Литература.

1. Мухина В.С. Шестилетний ребенок в школе: Кн. для учителя нач. классов - М.: Просвещение, 2006
2. Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. - М.: Генезис, 2001.
3. Реан А.А., Костромина С.Н. «Как подготовить ребенка к школе» - М.: «Питер.ком», 1998.
4. Пауэр Ф. К., Яшине Э., Кольберг Л. Подход Лоуренса Кольберга к нравственному воспитанию / Психологический журнал. 1992. 3. Т. 13.

МУЗЫКОТЕРАПИЯ КАК ФАКТОР СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Камолов Ш.Х, Мурадова М.Р.
(г.Бухара, Узбекистан)

Аннотация: В данной статье дается представление о развитии детей, обучающихся по направлению дошкольного образования средствами музыкотерапии.

Ключевые слова: Тональность, ритм, частотность, эмоциональное активирование, эстетических потребностей, актив, пассив.

Abstract: This article gives an idea of the development of children studying in the direction of pre-school education through the means of music therapy.

Key words: Tonality, rhythm, frequency, emotional activation, aesthetic needs, asset, passive.

Музыкальная терапия (или “музыкотерапия”, дословно - “исцеление музыкой”, от лат. musica “музыка” и греч. therapeuein “лечить”) – это психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека, где музыка используется как лечебное средство. Музыкотерапия относится к комплексным средствам эмоционального и психосенсорного воздействия. [3]

Терапевтическое воздействие музыки известно с древних времен. Совершив небольшой экскурс в историю музыкального врачевания, которая уходит своими корнями далеко в прошлое. Музыкотерапию связывают с именем Аполлона – покровителя искусств и его сына Асклепия – покровителя врачевания. Древняя медицина была тесно связана с религией, философией, мифологией и искусством, особенно с музыкой. Умение петь и играть на музыкальных инструментах было одной из обязанностей врача. О целебной силе музыки мы находим упоминание в трудах древнегреческих ученых и философов. Платон предлагал лечить ревматизм пением и игрой на музыкальных инструментах. Пифагор утверждал, что музыка помогает человеку поддерживать внутреннюю гармонию, Ему принадлежит известный афоризм: «Музыка может врачевать безумства людей». Аристотель считал, что музыка влияет на освобождение от эмоционального напряжения и психологического надлома. Многие мыслители высказывали свое убеждение в том, что музыка формирует характер и помогает взаимопониманию.

Древние врачи прописывали больным курсы музыкотерапии (Гиппократ). Авиценна утверждал в «Каноне врачебной науки»: «Страдающих меланхолией необходимо развлекать музыкой», считал, что хорошее пение утишает боль, отвлекает от нее и даже усыпляет. У великого Гомера описывалось, как исполнение мелодичных песен способствовало исцелению ран героев.

В Парфянском царстве в III веке до нашей эры с помощью специально подобранных мелодий лечили от тоски, нервных расстройств и сердечных болей. В XIX столетии французский психиатр Эскироль начал использовать музыкальную терапию в психиатрических заведениях. [1]

Дальнейшее распространение музыкотерапия получила после первой мировой войны. В 1930-х годах опыт военных врачей использовали немецкие терапевты при лечении язвы желудка, швейцарские — при лечении легких форм туберкулеза. Австрийские акушеры с помощью музыки обезболивали роды. Использование музыки и звука как анестезирующего средства стало применяться и в стоматологической и хирургической практике. Вся эта практика стала основой развития музыкотерапии после второй мировой войны.

Древние врачи прописывали больным курсы музыкотерапии (Гиппократ). Авиценна утверждал в «Каноне врачебной науки»: «Страдающих меланхолией необходимо развлекать музыкой», считал, что хорошее пение утишает боль, отвлекает от нее и даже усыпляет. У великого Гомера описывалось, как исполнение мелодичных песен способствовало исцелению ран героев. В Парфянском царстве в III веке до нашей эры с помощью специально подобранных мелодий лечили от тоски, нервных расстройств и сердечных болей. В XIX столетии французский психиатр Эскироль начал использовать музыкальную терапию в психиатрических заведениях. [2]

Дальнейшее распространение музыкотерапия получила после первой мировой войны. В 1930-х годах опыт военных врачей использовали немецкие терапевты при лечении язвы желудка, швейцарские — при лечении легких форм туберкулеза. Австрийские акушеры с помощью музыки обезболивали роды. Использование музыки и звука как анестезирующего средства стало применяться и в стоматологической и хирургической практике. Вся эта практика стала основой развития музыкотерапии после второй мировой войны.

Человеческий мозг — это очень хороший прогностический механизм. Он должен непрерывно предсказывать развитие событий, потому что это дает нам возможность подготовиться к их последствиям. Однако, с научной точки зрения объяснить феномен получения удовольствия от музыки весьма трудно. Ведь для человеческого инстинкта музыка бесполезна, то есть без музыки человек не умрет, но существует теория, согласно которой музыка представляет тренажерный зал для мозга. Именно музыка позволяет нашим прогностическим механизмам делать предположения о том, как она будет развиваться, куда повернет мелодия, насколько она нас удивит. Мы можем формировать ожидания на разных уровнях. Конечно, в случае с музыкой мы делаем это не для выживания, но, согласно этой теории, нам от природы интересно предсказывать развитие событий, мы ничего не можем с этим поделать. С другой стороны, человек не может вообразить себе жизнь без музыки, она ему нужна как все остальные жизненные человеческие потребности, чтобы жить в гармонии. Получается, что музыка — прекрасная возможность потренироваться в таких предсказаниях. Таким образом, Слушая музыку, мы строим догадки, какая нота прозвучит дальше и как будет меняться ритм. Если мы угадали, в мозге активируется система вознаграждения и мы испытываем положительные эмоции.

Как однажды сказал Эрнест Ансерме: «Музыка вызвала к жизни величайшую историю, но человек - движущая сила музыки - так и не составил, более того, даже не осознал необходимость составить себе ясное представление о явлении, которое он так назвал». [1]

Отдельные элементы музыки имеют прямое влияние на различные системы человеческого организма:

- **Ритм.** Правильно подобранный музыкальный ритм путем нормализации биологических ритмов способствует правильному перераспределению энергии, гармонии, хорошему самочувствию. Если звучание ритма музыки реже ритма пульса - то мелодия будет оказывать релаксационный эффект на организм, мягкие ритмы успокаивают, а если они чаще пульса, возникает возбуждающий эффект, при этом быстрые пульсирующие ритмы могут вызывать отрицательные эмоции.

- **Тональность.** Минорные тональности обнаруживают депрессивный, подавляющий эффект. Мажорные - поднимают настроение, приводят в хорошее расположение духа, повышают артериальное давление и мускульный тонус.

- **Частотность.** Высокочастотные звуки (3000-8000 Гц и выше) вызывают в мозге резонанс, пагубно воздействуя на познавательные процессы. Длительный и громкий звук вообще способен привести к полному истощению организма. Звуки среднего диапазона (750-3000 Гц) стимулируют сердечную деятельность, дыхание и эмоциональный фон. Низкие (125-750 Гц) воздействуют на физическое движение, вызывают напряжение и даже спазмы в мускулатуре. Музыка с низкими вибрациями не дает возможности сконцентрироваться или успокоиться.

- **Также очень важны такие характеристики, как диссонансы** - дисгармоничное сочетание звуков - они возбуждают, раздражают, и консонансы - гармоничное сочетание звуков - они,

напротив, успокаивают, создают приятное ощущение. Так, например, рок-музыка отличается частым диссонансом, нерегулярностью ритмов, отсутствием формы. Она воздействует ультра- и инфразвуками, мы их не слышим, но их воспринимают наши органы, а это может действовать разрушающе на мозг по принципу «25-го кадра».

Выделяют три основных направления лечебного действия музыкотерапии:

- эмоциональное активирование;
- регулирующее влияние на психовегетативные процессы;
- повышение эстетических потребностей.

Музыка.... Когда мы слышим это слово - для каждого из нас в воображении звучит что-то своё. Но, безусловно, это всегда та мелодия, которая даёт нам силы, заряжает энергией и позитивом.

Различают следующие формы музыкотерапии:

- активную (двигательные импровизации под соответствующий характеру музыки словесный комментарий);
- пассивную (прослушивание стимулирующей, успокаивающей или стабилизирующей музыки специально или как фон).

Музыкотерапия - одно из перспективных направлений в жизни ДОУ. Она способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности.

Литература.

1. Васильченко Е.В. Культура звука в традиционных восточных цивилизациях. Автореф. дис. доктора культурологических наук. - М., 1997. - С. 10-26.
2. Минаев Е. Музыкально-информационное поле в эволюционных процессах искусства. Авт. дис. на соиск. уч. ст. д. искусствоведения. - М., 2000.
3. Музыкальный энциклопедический словарь. - М., 2000.

ЛЮБОВЬ И СВОБОДА КАК ТРАНСПЕРСОНАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ

Капырин М.В.
(г. Дубна, Россия)

Аннотация: статья базируется на основных подходах интегративной психологии, гуманистический и трансперсональный подходы. Рассматриваются базовые переживания любви и свободы, имеющие свое выражение в трансперсональной сфере. Описаны способы постижения данных конструктов психики и их возможное распознавание и творческое взаимодействие друг с другом. Также, в статье затронута тема актуальности иерогамии в наши дни в контексте достижения самости как пика самореализации.

Ключевые слова: интегративный подход, самость, трансперсональный подход, любовь и свобода, универсализм.

Annotation: the article is based on the main approaches of integrative psychology, humanistic and transpersonal approaches. The basic experiences of love and freedom, which have their expression in the transpersonal sphere, are considered. The ways of comprehending these constructs of the psyche and their possible recognition and creative interaction with each other are described. Also, the article touches upon the topic of the relevance of hierogamy today in the context of achieving selfhood as the peak of self-realization.

Keywords: Integrative approach, self, transpersonal approach, love and freedom, universalism.

Любовь и свобода представляют собой две наиболее значимые ценности, без которых невозможно существование современной личности. Однако следует отметить, что кроме личностного аспекта данные понятия имеют глубокие трансперсональные корни. При этом в личностном и социальном аспекте зачастую имеют тенденцию противопоставляться или даже быть антагонистами. Предлагается пролить некоторый свет на эту проблему при помощи интегративного подхода, который позволяет объединить ощущения, эмоции, чувства, мышление и духовные переживания в целостность, в единство системы «Человек». И таким образом, показать, при ка-

The background of the cover is a vibrant, abstract composition. It features a central, slightly tilted image of the Earth, showing the Americas in shades of green and blue. This central image is surrounded by a series of concentric, swirling bands of color, primarily yellow and orange, which create a sense of dynamic movement and energy. The overall effect is reminiscent of a cosmic or psychological vortex.

**ВЕСТНИК
ИНТЕГРАТИВНОЙ
ПСИХОЛОГИИ**

СОДЕРЖАНИЕ

- 3 Абдукаххарова Г. А. (г. Карши, Узбекистан)
Роль Социально-Психологической Службы В Предотвращении Девиантного Поведения У Подростков
- 5 Абу-Талеб Д. В. (г. Москва, Россия)
Межпоколенная коммуникация и феномен затрудненного общения, в контексте современного образования личности в актуальную эпоху
- 11 Акрамов М.Р. (г.Ташкент, Узбекистан)
Психологические механизмы формирования экологического сознания личности
- 13 Ахмадов Н.Р. (г.Бухара, Узбекистан)
Суицидальное поведение подростков
- 15 Ахмедова М. (г.Бухара, Узбекистан)
Социально-психологические проблемы формирования представлений учащихся об узбекском музыкальном фольклоре
- 17 Баймурадов Р.С., Файзиев Я.З. (г.Бухара, Узбекистан)
Особенности взаимоотношений в системе «Тренер - спортсмен» «Спортсмен - спортсмен»
- 20 Баратов Ш.Р. (г.Бухара, Узбекистан)
Актуальные и перспективные направления развития психологической службы в системе образования
- 24 Баратова Д.Ш., Аъзамова М.А. (г.Бухара, Узбекистан)
Жизненные стратегии современной молодежи
- 26 Бобомирзаев Х. (г. Навои, Узбекистан)
Активизации познавательного процесса личности как условие её благополучного развития
- 30 Бутаева У.А. (г.Самарканд, Узбекистан)
Социально-психологическая интерпретация психологической зрелости
- 34 Рузиев У.М. (г.Бухара, Узбекистан)
Социальная фобия-и его влияния на поведение человека
- 37 Галдиева М.Д. (г.Ташкент, Узбекистан)
Психологические особенности проявлений национального воспитания у младших школьников
- 40 Гальмак М. В. (Ярославль, Россия)
Суверенность вещей в семьях с разным количеством детей
- 44 Гусев А.Н., Манолова О.Н. (Россия)
Психологическая оценка готовности к профессиональной деятельности работников транспортной безопасности
- 45 Девочкина В.В. (Россия)
Тенденции к интеграции восточного и западного подходов психосоматической терапии
- 48 Джабборов Х.Х. (г.Ташкент, Узбекистан)
Социально-психологические механизмы национального воспитания
- 51 Дилова Н.Г. (г.Бухара, Узбекистан)
Использование интерактивных методов в школьном обучении
- 54 Ермакова Е.С. (г.Гомель, Республика Беларусь)
Ресурсный подход в терапии психосоматики
- 56 Жаббор А.М. (г.Ташкент, Узбекистан)
Школьное образование как фактор развития когнитивных стилей
- 59 Жумаев Н.З. (г. Бухара. Узбекистан)
Современные проблемы семейного воспитания
- 62 Журакулов Ж.Ж. (г.Бухара, Узбекистан)
Взаимосвязь психологии, педагогики и информатики

- 65 *Зайцева И.Б. (г. Москва, Россия)*
Изучение вопросов взаимосвязи факторов, влияющих на формирование жизненного пути личности, с изменениями на всех уровнях личностной сферы индивида
- 67 *Зорина Н.Н. (г. Москва, Россия)*
Эмоциональный интеллект как фактор успешности работающей женщины (и его развитие средствами нейрографики)
- 73 *Islamova S.S. (Karshi, Uzbekistan)*
Interpretation which is learned by philosophical of conception
- 75 *Исмамова Д.Т. (г. Бухара, Узбекистан)*
Семья и проблема семейных кризисов
- 78 *Кадырова Д.М., Ахмедова З.Д. (г. Бухара, Узбекистан)*
Психологические трудности младшего школьного возраста
- 80 *Камолов Ш.Х., Мурадова М.Р. (г. Бухара, Узбекистан)*
Музыкотерапия как фактор сохранения и укрепления психологического здоровья детей дошкольного возраста
- 82 *Капырин М.В. (г. Дубна, Россия)*
Любовь и свобода как трансперсональные переживания
- 84 *Каршибаева Г.А. (г. Джиззак, Узбекистан)*
Диагностика суицидального поведения у подростков
- 90 *Kharshieva D, Atabaeva N. (Tashkent, Uzbekistan)*
Stress and altruism
- 92 *Kasimov U.A. (Bukhara, Uzbekistan)*
Modern professional development problems and solutions
- 96 *Козлов В.В., Огнева И.В. (Ярославль, Россия)*
К проблеме личности и сущности
- 100 *Козлов В.В. Президент МАПН (Ярославль, Россия)*
Интегративный подход к управлению психическими процессами
- 102 *Кузнецов Д.В. (г. Москва, Россия)*
Современные проблемы гипнотерапии
- 104 *Курбонова Г.Р. (г. Бухара, Узбекистан)*
Формирование гендерной толерантности у детей старшего дошкольного возраста
- 106 *Кучкарова Ф.Х. (г. Самарканд, Узбекистан)*
Социально-психологические основы общественного контроля в узбекистане
- 109 *Лупекина Е.А. (г. Гомель, Республика Беларусь)*
Профессиональное родительство и просоциальное поведение
- 113 *Musinova R. Y, Murtazaeva Sh. (Samarkand State University, Uzbekistan)*
Theories of self-regulation as a structural element of pedagogical activity in the professional training of a teacher
- 116 *Маратов Т.Г. (г. Ташкент, Узбекистан)*
Теоретические факторы в изучении идентификации личности
- 118 *Муминова Д.М. (г. Наманган, Узбекистан)*
Анализ теорий делинквентного поведения
- 123 *Мухлисов С.С. (г. Бухара, Узбекистан)*
Психолого-педагогические основы применения икт на уроках в начальной школе
- 127 *Mukhtorov E.M. (Bukhara, Uzbekistan)*
The development of professional weltanschauung of doctors as basis of their creative professional activity
- 132 *Назаров А.М. (г. Бухара, Узбекистан)*
Особенности механизмы психологической защиты у спортсменов, различающихся по гендерному признаку
- 136 *Наркевич А.В. (Москва, Россия)*
Особенности влияния занятий медитативными практиками на волевую саморегуляцию личности

- 139 *Одилжонов А.А. (г.Андижан Узбекистан)*
Креативное мышление: психологические характеристики и способы его совершенствования
- 142 *Останов Ш.Ш. (г.Бухара, Узбекистан)*
Использование техник арт-терапии в психокоррекции
- 144 *Остонов Ж.Ш. (г.Бухара Узбекистан)*
Изучение копинг-стратегий и психологических защит у подростков в трудных учебных ситуациях
- 146 *Павлова Ю.Б. (г. Гомель, Беларусь)*
Развитие представлений о феномене трудоголизма
- 149 *Рамазонов Ж.Д. (г.Бухара, Узбекистан)*
Мотивация к самоуправлению при психических состояниях
- 150 *Расников Е.Ф.(г. Ярославль, Россия)*
Представления об околосмертном опыте (осо) с точки зрения психологической науки и различных религиозных систем
- 153 *Рахимова Д.Ш. (г.Ташкент, Узбекистан)*
Значение психологического здоровья в воспитании подрастающего поколения
- 156 *Рузиев У.М. (Бухара, Узбекистан)*
Социальная фобия-и его влияния на поведение человека
- 160 *Рузиева Д.Н. (г.Бухара, Узбекистан)*
Лидерские качества в зависимости от половой принадлежности на примере студенческих групп
- 162 *Рустамов Ш.Ш. (г.Бухара, Узбекистан)*
Обработка психологических данных математическими методами (на примере программы spss)
- 164 *Сабирова Д.А. (г.Бухара, Узбекистан)*
Изучение факторов социально-психологической компетентности медицинских работников
- 168 *Содиқова Г.О. (г.Ташкент, Узбекистан)*
Психологические особенности самостоятельного принятия решений у школьников
- 171 *Садыкова Э.И. (г.Бухара, Узбекистан)*
Особенности проявления стресса у студентов во время экзаменационной сессии
- 174 *Салахутдинова М.И. (г.Самарканд, Узбекистан)*
Психологические мотивы поведения потребителей
- 177 *Саломова Г.Ш. (г.Ташкент, Узбекистан)*
Критическое мышление как результат межкультурной компетентности личности
- 179 *Сандалова А.В. (г.Санкт-Петербург, Россия)*
Реализация принципа свободы в контексте свободной занятости
- 182 *Saparov M.Y. (Tashkent, Uzbekistan)*
Psychological interpretation of the perfect human being problem in the sect of Kubroviya
- 185 *Смирнова С.С. (г.Ташкент, Узбекистан)*
Развитие коммуникативной компетенции будущих педагогов русского языка и литературы
- 189 *Собиров А.А. (г.Бухара, Узбекистан)*
Социально-психологические механизмы формирования возможностей психологической защиты у спортсменов
- 192 *Товбаева М.С. (г.Самарканд, Узбекистан)*
Влияние ревности на возникновение насилия в семейных отношениях
- 195 *Токарев Я.В. (г. Магнитогорск, Россия)*
Научно-перспективный обзор семантического поля
- 201 *Умаров Б.М. (г.Ташкент, Узбекистан)*
Социально-психологические причины преступного поведения несовершеннолетних

- 205 Умурзоков Д.Х. (г.Навоий, Узбекистан)
Социально-психологические, этнопсихологические особенности образов национальной идентичности в сознании ранних подростков
- 210 Усманова М.Н. (г.Бухара, Узбекистан)
Лидерство как феномен психологической власти в группе
- 212 Fayziyev Z.X. (Karshi, Uzbekistan)
The stress phenomenon and its impact on managerial performance
- 215 Фарфиев Ё.А. (г.Ташкент, Узбекистан)
Динамика профессионально личностных качеств руководителя
- 219 Халилова М.Р. (г.Навои, Узбекистан)
Особенности развития компетентности в педагогической профессии
- 221 Хасанов Р. А. Файзиев Я.З. (г.Бухара, Узбекистан)
Особенности межличностных отношений в командных видах спорта
- 225 Хасанов С.Ш. (г.Бухара, Узбекистан)
Особенности эмоциональных переживаний в спорте
- 228 Холматов М.А. (г.Ташкент, Узбекистан)
Психологические характеристики религиозной толерантности
- 231 Хусенов М. (г.Бухара, Узбекистан)
Цифровизация образования: проблемы и перспективы
- 233 Шукуров Р.С., Болтаев С.Б. (г. Бухара, Узбекистан)
Психолого-педагогические аспекты формирования культуры здорового образа жизни студентов
- 236 Шукуров Р.Э. (г.Ташкент, Узбекистан)
Психологические защитные механизмы личности как фактор, определяющий типы религиозности
- 240 Шукурова Я.С., Усманова М.Н. (г.Бухара, Узбекистан)
Причины формирования агрессивного поведения в дошкольном возрасте
- 244 Хайдаров М.Х. (Бухара, Узбекистан)
История формирования научных школ и теорий в психологии

**МЕЖДУНАРОДНАЯ АКАДЕМИЯ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК**

ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

**Выпуск 22 2021
ЖУРНАЛ ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ**

Журнал ВЕСТНИК ИНТЕГРАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ рекомендован Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов докторских диссертаций. Постановление Президиума ВАК Республики Узбекистан (20.03.2015 г., № 214/2; 18.11.2015 г., №218/5; 22.12.2015 г., №219/5).

Вестник интегративной психологии // Журнал для психологов. Вып. 21. /Под ред. В.В.Козлова, Ш.Р. Баратова, М.Н.Усмановой. – Бухара- Ярославль: МАПН, 2021. – 252 с.

Бухара- Ярославль, 2021