

УДК 159.9

ВЛИЯНИЕ ПОСЕЩЕНИЯ МУЗЫКАЛЬНОЙ ШКОЛЫ НА АДАПТАЦИЮ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Федорова А.М.

Студент

КГУ им. К. Э. Циолковского,

Россия, Калуга

Ключевская Л.В.

Преподаватель

КГУ им. К. Э. Циолковского,

Россия, Калуга

Аннотация

В статье представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление различий в социально-эмоциональном развитии у детей, занимающихся и не занимающихся музыкой. Исследование проводилось среди учащихся средних классов в возрасте 10-11 лет. Выборка составила 80 человек, разделенных на две группы: 1 группа - 40 воспитанников детской музыкальной школы со стажем обучения не менее 2 лет и 2 группа- 40 учащихся общеобразовательной школы, не занимающихся музыкой систематически. Для диагностики использовались проективная методика "Дерево и человечки" Л.П.Понамаренко, оценивающая уровень самооценки, тревожности и социальной адаптации, и методика "Мой класс" А.А.Лескова, выявляющая статус ребенка в коллективе.

Ключевые слова: музыкальное образование, социальная адаптация, сравнительное исследование, воспитанники музыкальной школы, адаптация, эмоциональное состояние.

THE IMPACT OF MUSIC SCHOOL ATTENDANCE ON THE ADAPTATION AND EMOTIONAL STATE OF YOUNGER STUDENTS

Fedorova A.M.

Student

KSU named after K.E. Tsiolkovsky,

Russia, Kaluga

Klyuchevskaya L.V.

Lecturer

KSU named after K.E. Tsiolkovsky,

Russia, Kaluga

Annotation

This article presents the results of an empirical study aimed at identifying differences in the socio-emotional development of children with and without musical training. The study was conducted among middle-school students aged 10-11. The sample consisted of 80 individuals, divided into two groups: Group 1, 40 students from a children's music school with at least two years of training experience; Group 2, 40 students from a comprehensive school with no regular musical training. The projective "Tree and Little People" method by L.P. Ponomarenko, which assesses self-esteem, anxiety, and social adaptation, and the "My Class" method by A.A. Leskov, which assesses a child's status within a group, were used for assessment.

Keywords: musical education, social adaptation, comparative study, music school students, adaptation, emotional state.

Младший школьный возраст представляет собой один из наиболее значимых и одновременно критических периодов в становлении личности ребенка. Согласно периодизации Д.Б. Эльконина, ведущей деятельностью в этом возрасте становится учебная, которая определяет основные психические новообразования [1]. Однако,

как подчеркивал Л.С. Выготский, социальная ситуация развития в этот период коренным образом перестраивается, выдвигая на первый план не только усвоение знаний, но и необходимость успешной интеграции в новый коллектив и выстраивание системы отношений со сверстниками и учителями [2]. Именно в этом контексте проблема адаптации и стабильного эмоционального состояния становится ключевой для психологического благополучия и успешности ребенка.

Рассмотрим особенности адаптации и эмоциональной сферы в младшем школьном возрасте

Данный возрастной этап характеризуется прохождением двух важных переломных моментов [5;8]. Первый связан с кризисом 7 лет и поступлением в школу, когда ребенок сталкивается с кардинально новой социальной ролью и системой строгих требований. Это сопровождается напряжением адаптационных механизмов, что может проявляться в повышенной тревожности, неуверенности в себе и колебаниями настроения.

Второй переломный момент приходится на окончание начальной школы (4 класс), знаменующее начало перехода к подростковому возрасту. Нарастает потребность в признании со стороны сверстников, повышается значимость общения и социального статуса в группе. Учебная деятельность, оставаясь ведущей, начинает делить свое влияние с интенсивно развивающейся коммуникативной сферой. В этот период эмоциональное состояние ребенка становится крайне уязвимым и напрямую зависит от качества его межличностных отношений и чувства принадлежности к коллективу [10].

Таким образом, устойчивое положительное эмоциональное состояние служит не только фоном, но и необходимым условием для успешной учебной деятельности и построения конструктивных социальных связей [13]. Напротив, дезадаптация и негативный эмоциональный фон могут привести к школьной неуспешности и социальной изоляции.

Музыка как фактор регуляции эмоциональных состояний и социальной адаптации

Музыка, обладая уникальной способностью напрямую воздействовать на лимбическую систему мозга, ответственную за эмоции, признается мощным инструментом психолого-педагогического воздействия. По мнению В.И. Петрушина, музыка выступает эффективным невербальным средством коррекции психоэмоционального напряжения и формирования настроения, что особенно актуально для детей, еще не владеющих навыками рефлексии и вербализации своих переживаний [3;6].

С точки зрения социальной адаптации, коллективные формы музыкальной деятельности (хор, оркестр, ансамбль) создают естественную и эмоционально насыщенную среду для отработки социальных навыков. Как указывает Г.М. Цыпин, совместное музицирование требует от ребенка координации действий, эмпатического слушания, подчинения единой цели и чувства ответственности перед группой, что является прямым тренингом социальной компетентности, столь необходимой для преодоления возрастных кризисов [4].

Механизмы влияния музыки на адаптацию и эмоциональное состояние детей младшего школьного возраста

Теоретический анализ позволяет выделить несколько ключевых механизмов, посредством которых музыка способствует оптимизации адаптации и эмоционального состояния у детей:

Механизм эмоциональной саморегуляции. Через прослушивание и исполнение музыки ребенок эмпирическим путем обнаруживает ее способность влиять на его внутреннее состояние. В период школьных стрессов и возрастной неустойчивости эмоций этот механизм позволяет ребенку находить ресурс для успокоения (через спокойную музыку) или активизации (через ритмичную) [12].

Механизм катарсического отреагирования. Музыка, особенно связанная с исполнением (пение, игра на инструменте), предоставляет социально приемлемый канал для высвобождения накопленных негативных эмоций (агрессии, страха, обиды), неизбежных в процессе адаптации к новым требованиям и сложностям общения.

Механизм социальной интеграции и идентификации. Участие в общем музыкальном деле (школьный хор, оркестр) создает у ребенка чувство общности, «мы-принадлежности», которое является мощным противоядием против чувства одиночества и дезадаптации. Совместное достижение художественного результата повышает самооценку и статус в группе, что особенно важно в период формирования самооценки и поиска своего места в коллективе [9;11].

Механизм развития невербальной коммуникации. Музыка, будучи языком чувств, развивает способность воспринимать и интерпретировать невербальные сигналы. Этот навык переносится на сферу межличностного общения: ребенок становится более чутким к эмоциональным состояниям сверстников и учителей, что облегчает установление контактов и разрешение конфликтов.

Проведенный теоретический анализ с учетом возрастных особенностей младших школьников демонстрирует, что музыкальная деятельность является не просто дополнением к образовательному процессу, а значимым ресурсом для поддержки ребенка на протяжении всего периода обучения в начальной школе. Она помогает нивелировать негативные последствия возрастных кризисов, предоставляя инструменты для эмоциональной саморегуляции и создавая благоприятную среду для успешной социальной интеграции. Выделенные механизмы образуют теоретический фундамент для разработки целевых музыкально-педагогических интервенций, направленных на укрепление психологического здоровья младших школьников [7;8].

Перейдем к результатам эмпирического исследования. Цель эмпирического исследования: сравнить особенности эмоционального и социального развития учащихся 10-11 лет, систематически занимающихся музыкой, и их сверстников, не вовлеченных в специализированную музыкальную деятельность. Гипотеза исследования: дети, занимающиеся в музыкальной школе, будут демонстрировать более высокие показатели по параметрам социальной адаптации, эмоционального благополучия и интеграции в коллективе по сравнению с детьми, не занимающимися музыкой систематически. В исследовании приняли участие 80 учащихся в возрасте 10-11 лет: Для диагностики использовались проективная методика "Дерево и человечки" Л.П.Понамаренко, оценивающая уровень самооценки, тревожности и социальной адаптации, и методика "Мой класс" А.А.Лескова, выявляющая статус ребенка в коллективе.

Таблица 1: Распределение социальных статусов в группах (в % от численности группы), (авторское исследование)

| Социальный статус | Характеристика статуса | Группа номер 1(дети посещают музыкальную школу) (муз. школа) (n=40) | Группа номер 2 (дети посещают музыкальную школу) (n=40) |
|-------------------|---|---|---|
| "Звезды" | Лидеры, получающие максимальное число выборов | 15% | 10% |
| "Предпочитаемые" | Популярные дети, имеющие широкие социальные связи | 45% | 25% |
| "Принятые" | Дети со средним числом выборов, хорошие интегрированные в коллектив | 35% | 45% |
| "Непринятые" | Дети, получающие минимальное число | 5% | 20% |

| | | | |
|--|---------------------------------|--|--|
| | выборов, находящиеся в изоляции | | |
|--|---------------------------------|--|--|

На основе рисунка 1 можно сделать следующие выводы: в первой группе наблюдается смещение распределения в сторону более благоприятных статусов. Суммарный процент "звезд" и "предпочитаемых" составляет 60%, что в 1,7 раза выше, чем во второй группе (35%).

Во второй группе значительно выше доля "непринятых" детей (20% против 5% в 1 группе), что может свидетельствовать о наличии проблем социальной адаптации. Показатель взаимности выборов (количество взаимных положительных выборов) в 1 группе составил 68%, в то время как во второй группе – 52%. Это говорит о более прочных и осознанных эмоциональных связях в группе детей, занимающихся музыкой.

Таблица 2: Распределение выборов по зонам в методике "Дерево и человечки" Л.П.Пономаренко (в %), (авторское исследование)

| Выбранная зона | Интерпретация | Экспериментальная группа (n=40) | Контрольная группа (n=40) |
|----------------|---|---------------------------------|---------------------------|
| Зона 1 | Стремление преодолению препятствий, высокая мотивация | 40% | 20% |
| Зона 2 | Благополучие, уверенность, стабильность | 50% | 45% |
| Зона 3 | Тревожность, чувство одиночества, низкая самооценка | 10% | 35% |

На основе таблицы 2 можно сделать следующие выводы: результаты по методике "Дерево и человечки" Л.П.Пономаренко. Детям предлагалось выбрать

человечка, с которым они ассоциируют себя. Позиции человечков условно делятся на три зоны:

Зона 1 (позитивная): человечки на дереве, карабкающиеся вверх – амбициозность, стремление к успеху. Зона 2 (нейтральная/благополучная): человечки на ветвях, сидящие или идущие – уверенность, хорошая адаптация, комфорт. Зона 3 (проблемная): человечки под деревом, падающие, отдаляющиеся – тревожность, изоляция, чувство неудачи.

Среди детей из музыкальной школы: часто выбирались человечки, уверенно сидящие на ветвях и наблюдающие за происходящим (позиция 7, 8) – что трактуется как уверенность и социальная активность.

В Зоне 1 популярна была позиция 1 (карабкающийся вверх) – комментарии детей: "Я стараюсь достичь цели", "Мне нравится учиться сложным вещам". В комментариях преобладали формулировки, связанные с достижением, общением и помощью: "Я на вершине, но готов помочь другим подняться", "Мы вместе с друзьями на этом дереве".

Среди детей из второй группы (дети не посещают музыкальную школу):

Значительно чаще встречались выборы человечков из Зоны 3, особенно позиции 20, 21, 22 (одиночество, отдаление от группы). Комментарии: "Иногда чувствую себя одиноко", "Я как будто в стороне". В выборах присутствовала большая разрозненность, реже встречались взаимосвязанные сюжеты.

Дети, систематически занимающиеся в музыкальной школе, демонстрируют статистически значимо более высокие показатели социальной адаптации и эмоционального благополучия.

Результаты методики "Мой класс" А.А.Лескова свидетельствуют, что юные музыканты обладают более развитыми социальными навыками, позволяющими им занимать устойчивое и благоприятное положение в коллективе. Коллективные

формы деятельности в ДМШ (ансамбли, хор) напрямую способствуют развитию эмпатии, кооперации и чувства ответственности перед группой.

Данные методики "Дерево и человечки" Л.П.Пономаренко показывают, что у детей из 1 группы выше уровень притязаний, уверенности в себе и ниже уровень тревожности. Постоянная необходимость публичных выступлений, преодоления страха ошибки и работа над выразительностью исполнения, по-видимому, формируют более устойчивую самооценку и способность к эмоциональной саморегуляции.

Полученные данные косвенно подтверждают теоретическое положение о влиянии музыки на развитие эмоционального интеллекта и эмоционального состояния. Более высокие социальные навыки и эмоциональная стабильность учащихся музыкальной школы являются маркерами развитого эмоционального интеллекта, позволяющего эффективно выстраивать отношения с окружающими и управлять своим состоянием. Систематические занятия музыкой в учреждениях дополнительного образования создают обогащенную среду не только для художественного, но и для социально-эмоционального развития ребенка, что находит прямое отражение в его положении в коллективе сверстников и субъективном ощущении благополучия.

Библиографический список:

1.Березин Ф.Б. Психическая адаптация и тревога [Текст] / Ф. Б. Березин // Психические состояния: хрестоматия / сост. Л. В. Куликов. — СПб., СПб., 2000. — С. 219-229.

2.Битянова, М.Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция. Педагогическая поддержка [Текст] / М.Р. Битянова. – М.: Педагогический поиск, 2014.- 256с

3.Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л.И. Божович. – СПб.: Питер, 2008. – 400 с.

4. Выготский, Л.С. Педология подростка [Текст] / Л.С. Выготский // Собр. соч.: В 6 т. – М.: Педагогика, 1984. – Т. 4. – С. 5–242.
5. Баданина, Л.П. Адаптация первоклассника: комплексный подход [Текст] / Л.П. Баданина // Начальная школа плюс. До и После. - 2014. - № 2. - С. 59- 62
6. Дубровина, И.В., Данилова, Е.Е., Прихожан, А.М. Психология [Текст] / И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан – М., 2003. – 464с.
7. Зимняя, И.А. Педагогическая психология [Текст]: Учеб. для студентов вузов по пед. и психол. направлениям и спец. / И.А. Зимняя. — 2-е изд., доп., испр. и перераб. — М.: Логос, 2004. — 384с
8. Кумарина, Г.Ф. и др. Коррекционная педагогика в начальном образовании [Текст] / Г.Ф. Кумарина и др. – М., 2003. – 320 с.
9. Марцинковская, Т.Д. Общая психология [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия». 2010. — 384 с.
10. Овчарова, Р.В. Практическая психология образования [Текст]: учеб. пособие для студентов вузов по направлению и спец. психологии / Р.В. Овчарова. — М.: Академия, 2005. — 448 с.
11. Петрушин, В.И. Музыкальная психотерапия [Текст] / В.И. Петрушин. – М.: ВЛАДОС, 2000. – 176 с.
12. Цыпин, Г.М. Психология музыкальной деятельности: теория и практика [Текст] / Г.М. Цыпин. – М.: Академия, 2003. – 368 с.
13. Эльконин, Д.Б. Избранные психологические труды [Текст] / Д.Б. Эльконин. – М.: Педагогика, 1989. – 560 с.

Оригинальность 85%