

вызначаны канкрэтны тэрмін засваення матэрыялу. Метадычныя ўказанні будуць прадугледжваць формы справаздачы студэнта-завочніка аб самастойнай працы, вызначаць формы кантролю за ёй выкладчыкам у час сесіі.

Гэта могуць быць экспрэс-апытанні, прагляды канспектаў абавязковай для вывучэння літаратуры, падрыхтоўчых матэрыялаў да семінараў, выпісак з кніг і артыкулаў, нататак планаў, тэзісаў, табліц, схем і г.д. З-за адсутнасці падручнікаў плануецца па ўсіх без выключэння тэмах курса даць пералік асноўных пытанняў і спісы абавязковай і дадатковай літаратуры. Вельмі неабходна зрабіць гэта па гісторыі замежнай кнігі. У такім выглядзе метадычныя матэрыялы, хоць яны і вырастуць па аб'ёме, аднак усё ж пазбавяць студэнтаў цяжкасцей у ходзе пошуку імі вучэбнай і іншай літаратуры.

Усё гэта дазволіць пераўтварыць самастойную працу студэнтаў у кіруемы і рэгулюемы працэс.

*Смагін А.І., дацэнт*

## **АСАБЛІВАСЦІ ІНФАРМАЦЫЙНАГА ЗАБЕСПЯЧЭННЯ СТУДЭНТАЎ ФЗН ПА МУЗЫКАТЭРАПІІ**

Нягледзячы на тое, што выкарыстанне музыкі ў лячэбных мэтах набывае сёння ўсё большае распаўсюджванне, падрыхтоўка спецыялістаў у галіне музыкатэрапіі ў Беларускім універсітэце культуры яшчэ толькі робіць свае першыя крокі. І гэта нягледзячы на тое, што ў гэтым годзе адбудзецца першы выпуск сацыяльных педагогаў завочнага навучання, якіх спецыяльна набіралі з ліку працуючых у забруджаных радыяцыйнай зонах Беларусі з мэтай даць ім спецыялізацыі рэабілітатараў вынікаў Чарнобыльскай катастрофы. Аднак такое становішча мае свае прычыны.

Не выклікае сумнення тое, што сярод лячэбна-выхаваўчых метадаў музыкатэрапія займае асобнае месца сваёй шматбаковай накіраванасцю і вялікім дыяпазнам

паказанняў да выкарыстання. Яна ўключае як актыўную, так і рэцэптыўную дзейнасць, якая мае жывую і непасрэдную сувязь са сферай эмацыянальных, этычных і эстэтычных перажыванняў як дарослага, так і дзіцяці. Пры гэтым эмацыянальнае ўздзеянне музыкі на чалавека не залежыць ад яго ўзросту, адукаванасці, прафесіі, сацыяльнай і нацыянальнай прыналежнасці. Таму музыка знаходзіцца на вышэйшай ступені эстэтычных каштоўнасцей, якія па сваім адчувальным выяўленні найбольш блізкія да натуральнага ўспрымання чалавека. Такія асноўныя элементы музыкі, як рытм, мелодыя і гармонія, пранікаюць у глыбіню псіхікі і выклікаюць рэакцыю ног і рук на рытмічна-тактавы элемент, працэсаў дыхання і крывазавароту на гармонію, а працэсаў, якія працякаюць у вегетатывнай нервовай сістэме, – на мелодыю.

За апошнія дзесяцігоддзі навукоўцамі розных краін праведзены значныя даследаванні ў галіне музыкатэрапіі. У выніку даказана, што галоўная мэта музыкатэрапіі ў тым, каб пры дапамозе спецыфічных выразных сродкаў музыкі спрыяць паляпшэнню агульнага стану чалавека з псіхічнымі і саматычнымі адхіленнямі. Пры гэтым зместам музыкатэрапіі з'яўляецца сістэма разнастайных дыферэнцыраваных метадаў, спосабаў і элементаў лячэбна-выхаваўчага ўплыву з дапамогай актыўнай і рэцэптыўнай дзейнасці. Да элементаў актыўнай музыкатэрапіі адносяцца разнастайныя па формах выражэння выхаваўчыя, інструментальныя, моўныя, драматургічныя, рухавыя і выяўленчыя праяўленні. А да рэцэптыўнай часткі музыкатэрапіі адносіцца непасрэднае ўздзеянне музыкі, якое праяўляецца як псіхічная і саматычная рэлаксацыя альбо як стымулюючае ўздзеянне спецыяльна адабраных твораў. Выкарыстанне псіхічна і саматычна актывізуючай музыкі, засвоенае на свядомым саўдзеце ў працэсе музычнай дзейнасці, накіравана на дынамічнае рэагаванне і пазітыўную стымуляцыю. Таму ў фазе дынамічнага рэагавання прысутнічае спецыяльна выкліканая канфрантацыя выразнага характару музыкі з унутраным суб'ектыўным свегам перажыванняў успрымаючага.

Адначасова з'яўляецца магчымасць сімвалічнай транспазіцыі суб'ектам чыста паталагічна дэфармаваных вобразаў у дынаміку музыкі, якая з'яўляецца носьбітам спецыфічных выразных эмацыянальных фактараў працэсу першапачатковага рэагавання.

Фаза станоўчай стымуляцыі пры рэцэптыўным успрыманні музыкі данаўняе працэс дынамічнага рэагавання ў тэарэтычным і выхаваўчым накірунку. Пры яго рэалізацыі выкарыстоўваюцца спецыяльна адабраныя, якія маюць толькі станоўчае ўздзеянне, музычныя творы, што сваім эмацыянальным, этычным і эстэтычным характарам непасрэдна ўплываюць на слухача і фарміруюць яго новыя станоўчыя адносіны да жыццёвых каштоўнасцей.

Звычайна дысгармонія ўнутранага свету звязана з парушэннямі адносін паміж асобамі ў больш высокіх сферах, звязаных з грамадска плённай працай і сацыяльным функцыянаваннем. У гэтым выпадку, на думку В.І.Пятрушына, задача музыкатэрапеўта заключаецца ў тым, каб дабіцца сцірання адмоўных перажыванняў у хворых, пашырыць поле даступных яму пачуццяў і сфарміраваць правільную ацэнку ўзніклых цяжкасцей, узвысіць строй думак у выніку музычнага перажывання. Своеасаблівым індыкатарам падобнага ўзвышэння можа служыць характар музычных вобразаў, узніклых у хворых у працэсе праслухоўвання музычнага твора таго ці іншага кампазітара. Гэта дае музыкатэрапеўту магчымасць выявіць паспяховасць лячэння, аналізуючы ўзніклія ў хворага вобразы.

Нягледзячы на арыгінальнасць, музыкатэрапія шырока выкарыстоўвае прыёмы і метады агульнай псіхатэрапіі, такія як псіхааналіз, групавая псіхатэрапія, эмацыянальна-стрэсавая тэрапія, медытацыя. У сённяшняй практыцы пад уплывам В.Е.Ражнова і М.Е.Бурно найбольш распаўсюджана музычна-вобразная медытацыйная псіхатэрапія, заснаваная на дабратворным уздзеянні на душэўны стан чалавека слыхавых і зрокавых вобразаў, якія маюць розную эмацыянальную афарбоўку, а таксама на ўзвышэнне зместу гэтых вобразаў у ходзе роздумаў да

ўзроўню іх агульначалавечай значнасці. У выніку ў аснове гэтага напрамку музыкатэрапіі, з аднаго боку, ляжыць абуджэнне ўнутраных сіл глыбокай рэлаксацыяй, своеасаблівым лячэннем арганізму самога сябе пад накіраваным уздзеяннем слова і музыкі і з другога – фарміраваннем лячэбнага светапогляду.

Аналіз заняткаў са студэнтамі паказаў значную складанасць успрымання імі тэарэтычных асноў музыкатэрапіі не толькі з-за іх нераспрацаванасці, але і з прычыны адсутнасці неабходных метадычных матэрыялаў для своечасовага інфармавання студэнтаў-завочнікаў. Яшчэ больш праблем з практычным выкарыстаннем музыкатэрапіі ў рабоце як з дзецьмі, так і з дарослымі.

Пытанне выбару музычнага твора з пункту гледжання рэцэптыўнага кампаненту музыкатэрапіі сёння яшчэ з'яўляецца праблемным і патрабуе эксперыментальных даследаванняў. Даследчыкі лічаць, што музыка, накіраваная на змяненне настрою пацыента, не павінна быць занадта канфліктнай, аднак павінна мець шырокі эмацыянальны ахоп. У гэтых адносінах пасляхова зарэкамендавалі сябе праслухоўванне пры адмоўных псіхалагічных станах наступных музычных твораў: Р.Вагнер, “Песня вячэрніх зорак” з оперы “Тангейзер”; В.Беліні, уверцюра да оперы “Норма”; К.Дэбюсі, “Мора, месячнае святло”, І.Брамс “Калыханка”; пры дэпрэсіўных станах рэкамендуюцца: Л.Бетховен, сімфанічная уверцюра “Эгмант”; Ж.Бізэ, сюіта з оперы “Кармэн”; К.Дэбюсі, “Іверыя”; І.Гайдн, “Стварэнне свету”; пры значных праявах псіхічнай і саматычнай стомленасці: І.С.Бах, “Кававая кантата”; Б.Брытэн, “Пітэр Граймс”; Г.Гендэль, “Музыка на вадзе”; пры трывожных станах: Ф.Шалэн, “Прэлюды”, І.Штраус, “Вальсы”; Ф.Шуберт, “Вясёлыя песні”; Дж.Вэрдзі, меладычныя арыі з опер.

Неабходна мець на ўвазе рэкамендацыі музыка-тэрапеўтаў і пры лячэнні неўратычных пацыентаў падбіраць музыку з нарастаючай дынамікай. Спачатку трэба даваць слухаць творы, якія вызвалюць афекты, напрыклад:

Л.Бетховен, Пятая сімфонія, 1 ч.; Б.Сметана, “Влтава”, П.Чайкоўскі, Канцэрт сі-бемоль мінор, 1 ч.; Ф.Шуберт, Восьмая сімфонія, 2 ч., М.Равэль, “Балеро”. У наступнай фазе лячэння трэба дабівацца гарманізацыі, псіхалагічнай раўнавагі, напрыклад, творы І.С.Баха, Канцэрт для дзвюх скрыпак з аркестрам рэ мінор; Аркестравая сюіта до мажор, 2 ч., Брандэнбургскі канцэрт № 5, 2 ч.

Безумоўна, пры індывідуальнай музыкатэрапіі гатовых рэцэптаў выбару музыкі няма. Аднак многія лічаць мэтазгодным выкарыстоўваць інструментальную музыку XVIII ст. і павольныя інструментальныя творы класікаў і рамантыкаў. Так, псіхалагі М.Обазаў і Г.Шчокін прапануюць наступныя сем праграм індывідуальнай музыкатэрапіі для паляпшэння настрою, зняцця нервовага напружання, пачуцця трывогі і даследавання душэўнага камфорту:

— для змяншэння раздражняльнасці, асэнсавання жыцця – І.С.Бах, “Кантата № 2”, Л.Бетховен, “Месячная саната”, С.Пракоф’еў, “Саната рэ”, Л.Франк, “Сімфонія рэ мінор”;

— для змяншэння пачуцця трывогі, няўпэўненасці ў сваіх сілах – Ф.Шапэн, “Мазурка і прэлюдыі”, І.Штраус, “Вальсы”, М.Рубінштэйн, “Мелодыя”;

— для агульнага заспакаення, згоды з жыццём – Л.Бетховен, 6 сімфонія, 2 ч.; І.Брамс, “Калыханка”, Ф.Шуберт, “Авэ Марыя”, Ф.Шопэн, “Накцюрн соль мінор”, К.Дэбюсі “Святло месяца”;

— для зняцця эмацыянальных сімптомаў, гіпертаніі і насцярожанасці да другіх людзей: І.С.Бах, “Канцэрт рэ мінор для скрыпкі”, Б.Бартак, “Саната для фартэпіяна”, Брукнер, “Меса мі мінор”, І.С.Бах, “Кантата № 21”, Б.Бартак “Квартэт № 5”;

— для памяншэння галаўнога болю, звязанага з эмацыянальным напружаннем – Л.Бетховен, “Фідэлію”, В.Моцарт, “Дон Жуан”, Ф.Ліст, “Венгерская рапсодыя № 1”, А.Хачатуран, сюіта “Маскарад”;

— для ўздыму агульнага жыццёвага тону, паляпшэння самаадчування, павышэння актыўнасці, паляпшэння настрою – І.Бах, “Прэлюдыя і фуга мі мінор”, Л.Бетховен, уверцюра “Эгмант”, Ф.Ліст, “Венгерская рапсодыя”.

Безумоўна, музычных твораў, якія маюць тэрапеўтычнае значэнне, намнога больш. Каб студэнты-завочнікі ў сваіх пошуках ішлі ў верным напрамку, неабходна іх інфармаваць аб тым, што практыка адзначыла вялікую тэрапеўтычную каштоўнасць твораў І.С.Баха, якія адлюстроўваюць парадак і ствараюць умовы для правільнай саматычнай рэгуляцыі; творы Л.Бетховена, В.Моцарта, І.Брамса можна выкарыстоўваць для лячэння дэпрэсіўных пацыентаў, а творы М.Мусаргскага, П.Чайкоўскага, Б.Дворжака – для лячэння розных тыпаў неўрозаў.

Аднак дзеля таго, каб наладзіць дастатковае інфармацыйнае забеспячэнне лячэбнымі музычнымі праграмамі студэнтаў-завочнікаў, неабходна актыўнае функцыянаванне лабараторыі музыкатэрапіі, дзе па выніках даследаванняў можна будзе складаць і размнажаць такія музычныя праграмы для практычнага выкарыстання.

*Смолік А.І., дацэнт*

## **МУЛЬТМЕДЫЙНАЯ ГІПЕРТЭКСТАВАЯ КАМП'ЮТЭРНАЯ СІСТЭМА НА СЕМІНАРАХ ПА ГІСТОРЫІ БЕЛАРУСІ**

Семінарскія заняткі з'яўляюцца дзейснай формай развіцця прадукцыйнага мыслення студэнтаў у працэсе паглыбленага вывучэння гістарычных праблем, далучэння да самастойнай вучэбнай дзейнасці. Развіццю творчай актыўнасці і самастойнасці студэнтаў ФЗН, умацаванню іх цікавасці да гістарычнай навукі садзейнічаюць сучасныя тэхналогіі. Стала ўжо звыклым укараненне ў навучальны працэс камп'ютэраў. Удасканаленне праграмага забеспя-