



**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ
ПСИХОЛОГИИ, ПЕДАГОГИКИ,
ФИЛОСОФИИ
XXI ВЕКА
СБОРНИК НАУЧНЫХ СТАТЕЙ**



КИЕВ –2020

Рецензенты:

Максименко Сергей Дмитриевич - академик Национальной академии педагогических наук Украины, доктор психологических наук, профессор, директор Институт психологии имени Г. С. Костюка Национальной академии педагогических наук Украины (г. Киев, Украина)

Баратов Шариф Рамазанович - заведующий кафедрой психологии Бухарского государственного университета, доктор психологических наук, профессор (г. Бухара, Республика Узбекистан)

Актуальные вопросы психологии, педагогики, философии XXI века: Сборник научных статей по материалам Международной научно-практической конференции (г. Киев, Украина - г. Бухара, Республика Узбекистан) 25 июня 2020 года /Под ред. В.П.Чудаковой, М.Н.Усмановой. – Киев, 2020. – 366 с.

Дизайн и макет – **Ш.Ш.Останов**

Сборник научных статей посвящён актуальным вопросам психологии, педагогики и философии. В сборнике опубликованы статьи учёных Узбекистана, Украины, Казахстана, Белоруси.

Книга адресована всем, кто интересуется вопросами психологии, педагогики и философии. Ответственность за аутентичность представленного материала несёт автор статьи.

привлечения внимания, для выразительности речи, но они должны быть очень редкими, иначе должный эффект не достигается.

Можно включить в изложение анекдот или шутку, раскрывающие тему, можно посмеяться над собой (редко и осторожно), шутить над обучаемыми можно только в случае необходимости восстановить рабочую атмосферу, дисциплину. Самому педагогу над шутками и анекдотами лучше не смеяться, как это делают известные юмористы, важнее вызвать эмоции у слушателей. Сформированный устойчивый индивидуальный стиль общения говорит о достигнутом человеком уровень коммуникативной мастерства. Он предусматривает дальнейшее усвоение новых умений и навыков общения, средств воздействия и влияния на людей, способам снятия напряженности и приспособления, адаптации, преодоления сложностей. Особое внимание на стиль общения человека накладывает ее профессиональная деятельность, которая требует интенсивного и разнопланового общения.

Таким образом, стиль общения в совместной деятельности является выражением в профессиональном преломлении, с учетом профессиональных навыков и умений индивидуального стиля деятельности человека.

Учитель обязан быть не только компетентным специалистом с высокой научной и деловой квалификации, исполнительской дисциплиной; не только духовно богатой личностью, несет моральную ответственность за свою учебную и воспитательную деятельность в школе; педагог должен быть одновременно коммуникабельным личностью с высокой культурой общения, умением вести диалог, обсуждать, обеспечивать положительный моральный и эмоциональный настрой в педагогическом взаимодействии.

Литература.

1. Абрамян В.Ц. Театральная педагогика / Абрамян В.Ц. - М.: Весы, 1996. - 224 с.
2. Грехнев В.С. Культура педагогического общения / В.С. Грехнев. - М.: 1990. - 144 с.
3. Омельяненко В.Л. - [2-е изд., Перераб. и доп.]. - М.: Знание-Пресс, 2004. - 445 с.
4. Педагогическое мастерство: учебник. пособие. / Под ред. Зязюна И.А. - М.: Высшая школа, 2006. - 606 с.
5. Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг / Л.А. Петровская. - М.: Изд-во МГУ, 1989. - 216 с.
6. Радевич-Винницкий Ю. Этикет и культура общения: Учебное пособие. пособие / Я. Радевич-Винницкий. - М.: Знание, 2006. - 291 с.

ИНСТРУМЕНТАЛЬНАЯ МУЗЫКА КАК ОРУДИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВЛИЯНИЯ НА ЧЕЛОВЕКА

*Ибодов Уктам Расулович
(г. Бухара, Узбекистан)*

Нашу жизнь постоянно окружает различные звуки и музыка. Мы слышим пение птиц, лай собак, шум машин, музыку, когда смотрим телевизор, слушаем радио или плеер. Практически невозможно представить жизнь без звуков и музыки. Да и не нужно это делать, ведь музыка и разнообразные звуки украшают нашу жизнь, делают ее более яркой и запоминающей. Музыка способна влиять на нашу жизнь как положительно, вдохновляя нас, так и способна уничтожить нас, расстроить нашу психику.

В наше время использование возможностей музыки поставлено на научную основу. Множество серьезных ученых исследуют резервы музыкального воздействия на самые разные области человеческой жизни.

Чтобы человеку на чем-то сконцентрироваться – слушать музыку необязательно, ведь для лучшей концентрации хорошо подходит полная тишина и это касается большинства из нас. Однако некоторым людям в процессе работы, для обдумывания и принятия важных решений необходим какой-нибудь фон. Им звуки музыки помогают не только сосредоточиться, но и повысить умственную работоспособность. И наоборот, воздействие музыки на человека, настраивающегося на работу, а не слушающего ее непосредственно во время работы, в большинстве случаев положительное. И лишь немногие, не придают никакого значения музыке, как чему-то вдохновляющему.

В 2005 году, ученые из Великобритании выяснили, что спортсменам во время тренировок прослушивание музыки помогает увеличить результативность на двадцать процентов. Получается, что влияние музыки на психику человека подобно допингу, применяемому некоторыми спортсменами. Вот только в отличие от запрещенных веществ музыка не нанесет вред здоровью и не проявится в антидопинговых тестах. Спортсменам для улучшения результатов можно посоветовать, во время интенсивных тренировок слушать музыку с быстрым темпом, а во время перерывов медленную музыку.

Самое всестороннее влияние на человека оказывает классическая музыка. Она же считается самой полезной по своему воздействию на слушателей. Именно о влиянии классической музыки на человека говорится больше всего. Ученые приписывают классическим произведениям просто чудодейственный эффект.

Больше всего разговоров ведется вокруг творений таких признанных гениев как Вивальди, Моцарт, Бетховен, Чайковский, Шуберт, Григ, Дебюсси и Шуман. А из всего многообразия классики на первое место ставится музыка Моцарта. Многочисленные исследования показали, что она активизирует практически все участки коры головного мозга, при этом повышает интеллектуальный уровень, способствуют быстрому усваиванию информации, влияет на умственную работоспособность, улучшает внимание, память и математические способности, обостряет слух и зрение. Существует даже специальный термин "эффект Моцарта", который обозначает благотворное воздействие музыки на умственные и физические способности человека.

Например, снять мигрень помогут «Венгерская рапсодия» Листа, Полонез Огинского и «Фиделио» Бетховена; лучшим средством от бессонницы считаются пьесы Сибелиуса и Грига, Чайковского. Если не знаете, что делать с плохой памятью, вам должно помочь периодическое прослушивание произведений, входящих в цикл «Времена года» Вивальди.

В отличие от классической музыки медики не рекомендуют долго слушать группы, играющие в стиле рэп, хард-рок и хеви-метал. Об этом говорят исследования, проведенные недавно мельбурнскими учеными. Многие исследователи сходятся во мнении, что тяжелая музыка возбуждает у своих поклонников агрессивность, неуравновешенность, и даже может вызывать психические расстройства. Хард-рок часто является причиной несознательной агрессии, рэп также пробуждает отрицательные эмоции, а хеви-метал и вовсе может стать причиной психических расстройств. В негативном воздействии тяжелой музыки обвиняется ее громкость и жесткий ритм, а также сверхчастоты, которые влияют на психику. Однако здесь не все так просто. Известно, например, что именно тяжелый рок предпочитают слушать подростки, опережающие сверстников в умственном развитии. Такая музыка помогает им справляться со сложностями переходного возраста, избавлять от отрицательных эмоций и

поднимать настроение. Выявлено даже, к удивлению самих исследователей, что поклонники классической музыки и тяжелого рока очень похожи между собой и обладают более высоким интеллектом, чем любители других музыкальных жанров. Фанаты стилей рэп и хип-хоп показывают самый низкий уровень интеллекта.

Такие жанры как блюз, джаз и регги могут вывести вас из стрессового состояния; такая музыка считается непревзойденной для избавления от депрессии. Она дарит ощущение легкости и безмятежности, помогает стать более общительным и развивает чувство юмора.

Чтобы понять, какое на вас воздействие оказывает музыка того или иного жанра, следует просто понаблюдать за своими эмоциями и ощущениями. К этому можно добавить, что влияние музыки на организм зависит от восприятия. Чтобы проявлять свои лучшие стороны, музыка должна нравиться тому, кто ее слушает.

Влияние тембра музыкального инструмента на человека. Некоторые специалисты убеждены, что не только жанр, ритм и тональность произведения имеют значение, а и то, на каком именно музыкальном инструменте было сыграна мелодия. Звучание отдельно взятого музыкального инструмента влияет на определенный орган человеческого организма. Так, например струнные инструменты (скрипка, гитара, арфа и виолончель) – оказывают оздоровительный эффект на работу сердечно-сосудистой системы. Помимо этого, звучание струнных инструментов вызывают у человека чувство благодарности, сострадания и жертвенность.

Игра на пианино и рояле гармонизирует психику, очищает щитовидную железу, приводит в норму работу мочеполовой системы. Звуки органа нормализуют энергетические потоки в позвоночнике и стимулируют мозговую активность. Духовые инструменты очищают бронхи и улучшают работу дыхательной системы, а также положительно влияют на кровообращение. В свою очередь ударные инструменты лечат печень и кровеносную систему. Впрочем, у тех, кто серьезно занимается изучением воздействия музыки на здоровье человека, порой мнения о том какой из инструментов положительно сказывается на каком органе, расходятся.

На способности к обучению благотворно действует слушание классической музыки, а еще лучше – занятия ею. На первом месте здесь называются имена таких композиторов как Моцарт, Вивальди и Бах. Всего 10 минут звучания фортепианной музыки Моцарта повышает коэффициент интеллекта на 8-10 единиц, а 5-минутный музыкальный сеанс заметно увеличивает концентрацию внимания. Сонаты Моцарта положительно влияют на память даже при болезни Альцгеймера.

Есть данные и о том, что запоминанию информации помогает поп-музыка 1980-90-х годов. Именно в этот период большинство композиций содержали 50-80 ударов в минуту – ритм, который настраивает мозг на запоминание и улучшает логическое мышление.

Как известно, обучение игре на музыкальных инструментах в раннем возрасте благоприятно влияет на дальнейшее развитие ребенка.

В 2008 г. Мэри Форджерд, Эллен Уиннер и Андреа Нортон (преподаватели Сент-Эндрюсского университета) обнаружили, что дети, занимающиеся музыкой около трех лет, превосходят своих сверстников сразу по четырем показателям: восприятие информации на слух, моторика, словарный запас и логическое мышление.

Таким образом, ученые пришли к выводу, что многолетняя интенсивная музыкальная практика оказывает положительное влияние не только на межполушарную организацию слуховых и двигательных функций, но и на процесс перераспределения психических функций между левым и правым полушариями головного мозга (латерализация).

Согласно мнению американского теоретика музыки Джеральда Левинсона (Jerrold Levinson), музыкальный язык является не менее выразительной системой коммуникации, нежели обычный человеческий язык как предмет изучения лингвистики.

Поскольку музыка несет в себе гораздо более мощный эмоциональный заряд, чем реальные жизненные события, современные психологи все чаще прибегают к использованию музыкотерапии. Объяснить ее положительное влияние на состояние человека можно хотя бы тем, что реакции нашей нервной системы на жизнерадостные и сентиментальные музыкальные произведения совершенно разные. К примеру, участники недавнего эксперимента, прослушав короткую композицию, интерпретировали нейтральное выражение лица как счастливое или грустное в зависимости от того, какую мелодию услышали.

Эмоции, возникшие под влиянием музыки, можно условно разделить на два вида — воспринимаемые и прочувствованные. Это значит, что человек способен понять настроение музыкального произведения, даже если ему никогда не приходилось испытывать подобные ощущения в реальной жизни. Так, при психологических расстройствах депрессивного характера веселая музыка только усугубляет состояние человека, тогда как грустные мотивы, наоборот, возвращают в жизнь яркие краски.

Музыка очень плотно вошла в жизнь каждого человека. Во все прошедшие и будущие времена музыка была и будет тем, что нас сопровождает. И недооценивать ее важность в нашей жизни, по меньшей мере, глупо. Поэтому только нам решать, какая музыка будет формировать нас и наше будущее поколение как личностей. От нас зависит, какое влияние музыки мы выберем.

Музыка может не только снизить уровень стресса в психологическом отношении — отвлечь от повседневных неприятностей, подавить или разрядить негативные эмоции, — но и регулировать биологическую реакцию. Есть две основные биологические системы, связанные с реакцией на стресс. Одна из них — симпатическая нервная система, которая быстро реагирует на стресс и затрагивает работу многих органов: у нас учащается пульс и поднимается давление, происходит выброс адреналина. Вторая система — гипоталамо-гипофизарно-адреналовая ось. Это часть нашей эндокринной или гормональной системы, которая запускает каскад гормонов в ответ на стрессовую ситуацию или событие. Один из них — кортизол, известный гормон стресса.

Мы часто ходим на концерты, чтобы расслабиться. Уровень кортизола одинаково снижается после посещения разных типов концертов — как выступлений поп-артистов, так и исполнения классической музыки, хотя психологические механизмы снижения стресса срабатывают по-разному.

Стресс может снижаться и при исполнении музыки, однако это сильно зависит от контекста. Когда профессиональные певицы исполняют музыку друг для друга в спокойной обстановке, уровень кортизола у них снижается, но, когда они делают это перед огромной аудиторией, он, наоборот, увеличивается.

Восприятие музыки — это процесс, в котором мы пытаемся интерпретировать музыкальную информацию, чтобы получить ее образ. Музыка сложно организована: в ее основе лежит множество составляющих, таких как тональность, тембры инструментов, ритм, движение мелодии. Мозг обрабатывает эту информацию, и на ее основе создается образ композиции.

Нам нравится слушать музыку, хотя она бесполезна для выживания. Но есть теория, согласно которой такая сложная структура музыки помогает нашему мозгу развиваться. Во время прослушивания песни срабатывают прогностические механизмы, которые делают предположения о том, как она будет развиваться, куда повернет мелодия, какую сбивку в конце припева сделает барабанщик. Когда

мы оцениваем точность своих догадок, в мозге срабатывают системы вознаграждения, и мы испытываем наслаждение. Прослушивание музыки — прекрасная возможность натренировать прогностические механизмы, чтобы лучше предсказывать возможные варианты развития событий в реальной жизни. Пение и музыка полезны в интенсивной терапии недоношенных младенцев: дети становятся спокойнее, меньше двигаются и лучше питаются, что важно для увеличения веса. Кроме того, песни помогают в развитии языковых навыков у малышей, так как музыку легко воспринимать и язык содержится в простых мелодических фразах.

Музыка оказывает положительное влияние и на матерей. Прослушивание музыки во время беременности связано с более низким уровнем стресса и тревожности, а также более низким уровнем депрессии у матерей. Женщинам, которые слушают музыку во время родов, нужно меньше обезболивающих, а некоторые исследования показали, что роды проходят быстрее. Кроме того, пение и прослушивание музыки помогают справиться с послеродовой депрессией. Исследование британского психолога Дэйзи Фанкерт и ее коллег показало, что при групповой психотерапии, во время которой молодые мамы занимаются пением, выздоровление происходит быстрее, чем при обычной групповой терапии. Респондентки из певческой группы отмечали, что после пения они ощущали более тесную связь с ребенком; кроме того, исполнение песен помогало им выплеснуть накопившиеся негативные эмоции. Уровень кортизола у них снижался сильнее, чем у женщин, проходивших обычную групповую терапию.

Литература.

1. Барышева Т.А., Шекалов В.А. Креативный ребёнок: Диагностика и развитие творческих способностей. – Ростов-на Дону: 2004.
2. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. – С.П.: 2007.
3. Лобанова Е.А. Здоровье сберегающие технологии на уроках музыки. – Образование в современной школе, 2005, №9.
4. Петрушин В.И. Музыкальная психология. – Минск, 2004.

СУЩНОСТЬ ПОНЯТИЯ «ИННОВАЦИЯ» И «ИННОВАЦИОННЫЕ ПРОЦЕССЫ»

*Исаев Мовлади Исаевич
(г. Грозный, Россия)*

Решение социальных вопросов всегда было мотивацией для научных достижений. Все, что делает нас людьми – наше сострадание, любознательность и разум побуждает нас укреплять наши сообщества. За последнее столетие технологические инновации, улучшающие качество нашей жизни, развивались все более быстрыми темпами.

Всякого типа новшества в образовательном процессе, первоначально, несут существенные и положительные результаты. Это усиление и повышение интеллектуальности (образованности) учащихся, становление личности, обогащения их физического здоровья, а также осуществлении благоприятствующего психологического климата.

- 198 Психолого-педагогические особенности патриотического воспитания студенческой молодежи
Хавроненко В.Д. (г. Киев, Украина)
- 200 Китайские национальные культуры
Ципуринда В.С. (г. Киев, Украина)
Философия и стратегия развития
- СЕКЦИЯ 3. ПЕДАГОГИКА XXI ВЕКА**
- 206 *Абдуллаева С.К. (г. Бухара, Узбекистан)*
Авторитет учителя-воспитателя как педагогический феномен
- 210 *Алаева З. (г. Бухара, Узбекистан)*
Современная вокальная педагогика и психология
- 213 *Ашурбаева Р.К. (Бухара, Республика Узбекистан)*
Сущность интеграции в письме - эссе
- 219 *Выхрестенко Ж.В. (г. Белая Церковь, Украина)*
Формирование готовности к групповой учебной деятельности учителей начальных классов
средствами технологии партнерства
- 225 *Гадоева Ш.Д. (г. Бухара, Узбекистан)*
Методика обучения биологии
- 227 *Гамзаева М.В. (г. Махачкала, Россия)*
Возможности использования дистанционных технологий в условиях модернизации российской
системы высшего образования
- 231 *Григорьева О.Н., Кананович А.В. (Минск, Республика Беларусь)*
Парадигмальный подход к определению качества высшего образования
- 235 *Зарипов Г.Т. (г. Бухара, Узбекистан)*
Взаимодействие личности с миром природы
- 239 *Засекина Т.Н. (г. Киев, Украина)*
Интеграция как дидактический принцип обучения
- 242 *Звекова В.К. (г. Измаил, Украина)*
Ораторское искусство педагога на современном этапе обучения
- 244 *Ибодов У.Р. (г. Бухара, Узбекистан)*
Инструментальная музыка как орудие психологического влияния на человека
- 248 *Исаев М.И. (г. Грозный, Россия)*
Сущность понятия «инновация» и «инновационные процессы»
- 252 *Исламов Э.Ю. (г. Бухара, Узбекистан)*
Место гимнастики в педагогической системе физического воспитания
- 257 *Kariyev A.D., (Almaty, The Republic of Kazakhstan)*
The content structure of macro components of student's subjectivity
- 261 *Колесник М.А. (г. Чернигов, Украина)*
Подготовка будущих учителей в системе непрерывного образования согласно модели
формирования универсальной научной картины мира
- 270 *Мажидов Ш.М. (г. Навои, Узбекистан)*
Уроки музыки с использованием ИКТ
- 273 *Мамарасулзода З. (г. Джиззак, Узбекистан)*
Музыкальная память и ее роль в исполнительской деятельности учащегося
- 276 *Мирзаев У.О. (г. Навои, Узбекистан)*
Историко-культурные основы развития народной музыкальной культуры узбекистана
- 280 *Муртазов Д.Р. (г. Навои, Узбекистан)*
Основные принципы взаимодействия ребёнка и педагога в пространстве музыки
- 284 *Мухлисов С.С. (г. Бухара, Узбекистан)*
Об эффективности использования новых информационных технологий в обучении математике
- 287 *Носиров Л.Н. (г. Навои, Узбекистан)*
Учёт возрастных особенностей при обучении вокалу
- 291 *Перминова Л.А. (Херсон, Украина)*
Инновационная деятельность педагога в изменяющихся условиях университетского
образования
- 298 *Поляков В.А. (г. Одесса, Украина)*
Универсальная доктрина системы образования в международной научной школе универсологии
как экспериментальной площадки для внедрения в обществе
- 313 *Рахимов О.Д. (г. Навои, Узбекистан)*
Интернет-обучение музыке
- 315 *Садуллаева Ф. (г. Джиззак, Узбекистан)*
Обучение дошкольников игре на детских музыкальных инструментах
- 319 *Сайфиддинова Д.А. (г. Бухара, Узбекистан)*