

ПРИСТРАСТИЕ К ПРОСЛУШИВАНИЮ МУЗЫКИ КАК РЕСУРС ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ СТУДЕНТОВ

В.В. Плохих

доктор психологических наук, профессор кафедры психологии развития и социальных коммуникаций Южноукраинский национальный педагогический университет им. К.Д. Ушинского

Т.А. Яковлева

Магистрант Южноукраинский национальный педагогический университет им. К.Д. Ушинского

Ю.В. Майер

Магистрант Южноукраинский национальный педагогический университет им. К.Д. Ушинского

Технический прогресс, способствуя удовлетворению многих потребностей человека, ведет к усложнению информационного обеспечения жизнедеятельности, повышению неопределенности оценок, решений и действий. Как следствие, нервно-психическое напряжение человека при взаимодействии с социумом, с искусственной реальностью и естественным окружением все более возрастает. В частности, необходимость усвоения значительного объема учебной информации, неопределенность перспективы профессиональной востребованности, вместе с остальным существенно усиливают эмоциональный прессинг на психику современного студента. Все это обуславливает потребность в поиске новых средств и способов психологической защиты и достижения субъективного благополучия.

Музыка – явление культурного порядка, отражающее ключевые отношения в социуме к жизни, человеку, природе, обществу [2]. Большое внимание уделяется такой функции музыки, как изменение психического состояния исполнителя и слушателя [4]. Под влиянием музыки может меняться настрой психической организации, нервных процессов, физиологических систем. Отмечается важность субъективного контроля человека над

музыкальными воздействиями. Утрата слушателем самоконтроля может способствовать актуализации и спонтанному развертыванию скрытых личностных комплексов, последствий психологических травм, нарастанию нервно-психического напряжения, нарушениям в организме [5].

Возникающее под воздействием музыки трансовое состояние может рассматриваться как потоковое состояние [3]. Существенно различается потоковая погруженность в деятельность исполнителя музыкального произведения и увлеченность музыкой слушателя. В первом случае – это активный, контролируемый субъектом порождающий процесс. Во втором варианте, если не брать в расчет критическое отношение, слушатель больше выступает как пассивный приемник последовательности звуковых сигналов.

«Погруженный» в музыку человек может переживать и всеобъемлющую сопричастность мировым процессам, и полное единение с частью окружения при уравновешенном отношении к естественному и социальному контексту, и увлечение музыкальной темой с намерением ухода от объективной реальности в беспроблемную виртуальную реальность. В последнем случае потребность в прослушивании музыки может возникать у человека спонтанно и в силу ранее укрепившихся условных связей, успешно подкрепленных удовольствием и эффективным снятием нервно-психического напряжения. В таком отношении музыка может становиться для человека объектом пристрастного отношения, желанным средством защиты и иллюзорного ухода от требований объективной реальности с укрепляющимися признаками аддиктивного агента [1].

Целью исследования является определение личностных предпосылок и особенностей пристрастного использования студентами музыки в качестве ресурса психологических защит.

В эмпирическом исследовании испытуемыми были 97 студентов (возраст: от 17 и до 26 лет). Испытуемые оценивали (пять уровней) следующие аспекты отношения к музыке: субъективную значимость музыки; частоту прослушивания музыки в общем и в процессе обучения; предпочтения в громкости воспроизведения и в выраженности ритма музыкальной темы;

частоту утраты чувства времени под влиянием музыки; использование музыки для устранения плохого настроения. Применялись следующие методики: шкала субъективного контроля Р. Баумейстера; опросник временной перспективы Ф. Зимбардо; Фрайбургский личностный опросник; «Защитные стили поведения» LSI Келермана-Плутчика. Для статистической обработки данных применялся кластерный анализ (метод К-средних), корреляционный анализ (по Спирмену), непараметрический критерий U Манна-Уитни.

На основе выделенных ключевых характеристик увлечения музыкой (высокая значимость музыки, уровень самоконтроля, гедонистическое настоящее, изменение чувства и оценки времени при прослушивании музыки) посредством кластерного анализа группа испытуемых была разделена на две подгруппы. В подгруппе 2 (53 испытуемых) более высокий уровень увлечения музыкой, в сравнении с подгруппой 1 (44 испытуемых). Установлено, что подгруппа 2 превосходит первую по уровню гедонистической направленности настоящего ($U=618,5$; $p<0,001$), по степени субъективной значимости музыки ($U=858,0$; $p=0,017$), по частоте изменения чувства и оценки времени ($U=875,5$; $p=0,029$), но уступает по уровню самоконтроля ($U=0,5$; $p<0,001$).

Оценивались межгрупповые различия в операциональном аспекте прослушивания музыки. Установлено, что в подгруппе 2, в сравнении с подгруппой 1, частота прослушивания музыки выше ($U=883,0$; $p=0,025$) при более высоком желаемом уровне громкости звучания ($U=847,5$; $p=0,013$). По предпочтению выраженности ритма в музыке подгруппы не отличаются. Однако корреляционный анализ данных группы показывает, что предпочтение выраженности ритма усиливается с увеличением желаемой громкости звука ($r=0,319$; $p=0,001$) и частоты прослушивания музыки ($r=0,339$; $p=0,001$).

В подгруппе 2 выше частота прослушивания музыки при выполнении учебных заданий ($U=839,0$; $p=0,014$) и для устранения плохого настроения ($U=908,0$; $p=0,049$). В качестве личностных предпосылок увлечения музыкой в подгруппе 2 выступает большая выраженность следующих характеристик: спонтанная агрессивность ($U=840,0$; $p=0,016$); реактивная агрессивность

($U=856,5$; $p=0,023$); депрессивность ($U=697,5$; $p=0,001$); раздражительность ($U=755,5$; $p=0,003$). Увлечение музыкой у испытуемых подгруппы 2, в сравнении с остальными, больше связывается с такими психологическими защитами, как: отрицание реальности ($U=842,0$; $p=0,017$); замещение ($U=803,0$; $p=0,008$); регрессия ($U=694,5$; $p=0,001$); компенсация ($U=799,0$; $p=0,007$). Общее напряжение психологических защит у увлеченных испытуемых также более высокое ($U=860,0$; $p=0,026$). Наряду с этим корреляционный анализ данных группы выявил связь предпочитаемой выраженности ритма музыкальной темы с такими психологическими защитами, как: замещение ($r=0,306$; $p=0,002$); регрессия ($r=0,274$; $p=0,007$); компенсация ($r=0,220$; $p=0,030$); вытеснение ($r=0,215$; $p=0,034$).

Полученные эмпирические результаты в основном подтверждают правомерность теоретических построений в выделении базовых личностных оснований отношения человека к музыке. Прослушиваемая музыкальная тема может увлекать студента, снимать нервно-психическое напряжение и доставлять удовольствие, погружая умственную сферу в более или менее глубокое трансное состояние, в поток приятных образов и переживаний. Однако, как видно из полученных результатов, у студентов происходит и усиление склонности к использованию музыки как средства для устранения любых внутриличностных противоречий, для получения удовольствия. И эта тенденция также распространяется и на учебную деятельность, в рамках которой важна особая концентрация на изучаемом предмете, а не отвлечение от объективной реальности в неконтролируемые перемены образов и эмоций. Как следствие, выраженное, спонтанно возникающее, гедонистически ориентированное и эмоционально насыщенное увлечение прослушиванием музыки, учитывая практически неограниченную доступность средств звуковоспроизведения, вполне может рассматриваться как пристрастие, а при определенных обстоятельствах, и как аддиктивная проблема для студента [1].

У многих испытуемых музыка не предупреждает развитие личностных деструкций (агрессивности, депрессивности, раздражительности), а скорее их

сопровождает, компенсирует, скрывает под впечатлением сиюминутной эмоциональной разрядки и удовольствия. При этом музыка уподобляется относительно доступному и приятному лекарству, употребление которого вызывает малозаметное, но стойкое привыкание. И именно в этом качестве пристрастие к прослушиванию музыки у части студентов уже полноценно выступает как все более активно применяемое защитное средство, как ресурс психологических защит отрицания реальности, замещения, регрессии, компенсации и, с оговорками, вытеснения.

Выводы. Пристрастие к прослушиванию музыки у студентов обуславливается такими личностными особенностями, как: высокая субъективная значимость музыки, сниженный уровень самоконтроля, выраженная направленность на отдельные отношения реальности, гедонистическая ориентация в настоящем, склонность к уходу от реальности через изменение состояния сознания. Для современного студента укрепление пристрастия к прослушиванию музыки обеспечивается практически неограниченной доступностью электронных звуковоспроизводящих устройств и развлекательных заведений. Для пристрастных к музыке студентов имеет значения высокая частота прослушивания и громкость воспроизведения звука при наличии подчеркнуто выраженного ритмического построения музыкальных композиций. Пристрастие к прослушиванию музыки функционально выступает у студентов в качестве ресурса психологических защит отрицания реальности, замещения, регрессии, компенсации и вытеснения в связи со стремлениями не только к нейтрализации активности деструктивных личностных комплексов, относящихся к агрессивности, депрессивности, раздражительности, но для перемены настроения и получения удовольствия в текущий момент времени.

Литература:

1. Акопов А.Ю. Свобода от зависимости. Социальные болезни Личности. СПб. : Речь, 2008. 224 с.
2. Серебрякова Е.А. История развития музыкальной и вокальной терапии в древних цивилизациях. *Вестник Башкирского университета*. 2014. Т.19. №1. С. 285-288.
3. Чиксентмихайи М. Эволюция личности. М. : Альпина нон-фикшн, 2013. 420с.
4. Rentfrow P.J. The role of music in everyday life: Current directions in the social psychology of music. *Social and Personality Psychology Compass*. 2012. 6 (5). P. 402–416.

5. Sacks O. The power of music. *Brain*. 2006. Vol. 129. Iss. 10. P. 2528-2532.