

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Педагогический институт

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ПРОФИЛАКТИКА НЕГАТИВНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ
СОСТОЯНИЙ У ЛЮДЕЙ ВЫРАЖЕННЫМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ
СПОСОБНОСТЯМИ**

АВТОРЕФЕРАТ

ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 442 группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля подготовки «Психология образования и социальной сферы»
факультета психолого-педагогического и специального образования

ВАЩЕНКО ДИАНЫ АЛЕКСАНДРОВНЫ

Научный руководитель

доктор. психол. наук, профессор _____

Т.В. Белых

Зав. кафедрой

доктор психол. наук, профессор _____

Р.М. Шамионов

Саратов 2025

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Профилактика негативных эмоциональных состояний, как временных, текущих состояний психики, сопровождающихся преимущественно отрицательными эмоциями, вызванными определенными обстоятельствами и содержанием деятельности человека, а также его личностным отношением к этой деятельности, что выражается в снижении продуктивности и общего качества самочувствия, является одной из актуальных проблем современности, что связано с увеличением объема общих негативных событий, происходящих в стране и в мире в последние несколько лет. Указанные состояния, в свою очередь, снижают качество жизни людей, препятствуют их общему, личностному и профессиональному развитию, что отрицательно сказывается на стабильности и благосостоянии общества в целом.

Особую актуальность проблема профилактики негативных эмоциональных состояний обретает в контексте психологического благополучия людей с выраженными музыкальными способностями, как категории населения, отличающейся высокой эмоциональной восприимчивостью и часто неустойчивой эмоциональной сферой в целом. При этом данная группа людей составляет пласт общества, отвечающий за его духовно-нравственное развитие и культурное самосовершенствование. Преобладание у людей с выраженными музыкальными способностями негативных эмоциональных состояний может привести к их уходу из исполнительской деятельности и, соответственно, к снижению качества культурного развития населения.

Все это определяет необходимость проведения среди людей с выраженными музыкальными способностями целенаправленной профилактической работы по преодолению ими указанных состояний. Вместе с тем, эффективность данной работы обуславливается наличием детальных представлений о том, как проявляются негативные эмоциональные состояния

у указанной группы людей, в том числе в рамках определенных поведенческих схем.

Степень разработанности проблемы. Понятие и виды негативных эмоциональных состояний изучаются в психологических исследованиях Т.А. Рибо, У. Джеймса, Н.Д. Левитова, Б.Б. Айсмонтас, К.Е. Изарда, А.О. Прохорова, М.Е. Валиуллиной, А.Е. Ловягиной, В.А. Ганзена и др. Особенности эмоциональной сферы людей с выраженными музыкальными способностями описываются в работах Е.И. Роговой, К.К. Платонова, В.Д. Шадриковой, Е.Н. Гарькиной, Л.Р. Шакировой, Б.М. Абушкиной, Е.П. Ильиной и др. Способы и методы профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями изучаются Н.А. Бабаевой, Г.Ш. Габдреевой, Т.В. Нещерет, М. Станишевским, Я.В. Васильевой, Н.И. Ереминой и др.

Между тем, на современном этапе недостаточно исследований, посвященных вопросу профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями с учетом особенностей проявлений указанных состояний у данной группы людей, что обуславливает недостаток научно-методической базы для проведения работы подобного рода и, соответственно, снижает ее эффективность. Изучение вопроса профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями, таким образом, позволит восполнить данный пробел. Все это в своей совокупности определяет актуальность выбранной темы исследования «Профилактика негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями».

Объект исследования: негативные эмоциональные состояния людей с выраженными музыкальными способностями.

Предмет исследования: процесс профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями.

Цель исследования: изучение особенностей негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями с последующей разработкой рекомендации по профилактике данных состояний у указанной группы людей.

Гипотеза исследования: профилактика негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями должна строиться и проводиться с учетом следующих факторов:

– у людей с выраженными музыкальными способностями преобладающими являются такие негативные эмоциональные состояния как тревога, неустойчивость эмоционального фона и неудовлетворенность жизнью, что определяет их преимущественно отрицательное восприятие своего образа;

– люди с выраженными музыкальными способностями склонны к использованию дезадаптивных поведенческих схем, связанных с недостаточностью самоконтроля, со склонностью к привилегированности, к следованию жестким стандартам, к придирчивости, с проявлением уязвимости, зависимости и беспомощности, а также с чрезмерно жестким оцениванием своих поступков и поступков и других людей.

В соответствии с этим, в **задачи исследования** входило следующее:

1. Рассмотреть теоретические аспекты профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями.

2. Провести эмпирическое исследование негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями.

3. Проанализировать результаты эмпирического исследования.

4. Разработать рекомендации по организации профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ научной литературы по теме исследования.

2. Эмпирические:

- методика «Доминирующее состояние» (ДС-8) Л.В. Куликова;
- схемный опросник Янга (Young Schema Questionnaire, YSQ S3R).

3. Математико-статистические: количественный и качественный анализ данных; методы описательной статистики; коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Теоретическая значимость исследования заключается в расширении уже существующих представлений об особенностях проявления негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями и проведения профилактики развития у данной группы людей указанных состояний.

Практическая значимость исследования состоит в возможности использования его результатов практикующими психологами при организации работы с людьми с выраженными музыкальными способностями в рамках профилактики развития у них негативных эмоциональных состояний.

База исследования: исследование проводилось на базе военного оркестра. В исследовании принимали участие 50 испытуемых в возрасте 25-50 лет.

Структура работы: работа включает введение, две главы, список использованных источников и приложения.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе «Теоретические аспекты профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями» изучены понятие и виды негативных эмоциональных состояний, особенности эмоциональной сферы людей с выраженными музыкальными способностями, а также способы и методы профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями. В ходе изучения этих аспектов были сделаны следующие выводы. Негативное эмоциональное психическое состояние – это временное, текущее состояние психики индивида, сопровождающееся

преимущественно отрицательными эмоциями, вызванными определенными обстоятельствами и содержанием деятельности человека, а также его личностным отношением к этой деятельности, которое, в свою очередь, выражается в снижении продуктивности и общего качества самочувствия. Структуру этих состояний составляют социально-психологический, психологический, психофизиологический и физиологический компоненты, а результат зависит от ситуации деятельности, личностных характеристик человека и его личностного отношения к этой ситуации. Негативные эмоциональные состояния разделяются на виды в соответствии с доминирующей эмоцией и по уровню психической активности – равновесные и неравновесные, последние из которых не позволяют адаптироваться к возникшей ситуации и, соответственно, действовать продуктивно.

Музыкальные способности, как специфические способности, определяющие успешное осуществление человеком музыкальной деятельности, что, прежде всего, касается способности глубоко эмоционально воспринимать и реагировать на музыку, в первую очередь, проявляются в музыкальности, то есть в эмоциональной отзывчивости на музыку. В зависимости от развитости музыкальности эмоциональная сфера человека будет иметь различные характеристики. При отсутствии музыкальности наблюдаются ригидность эмоций, склонность к переживанию негативных эмоций, преобладание тревоги, недостаточность эмпатии и несформированность эмоционального интеллекта на вербальном уровне. В обратном случае человек не склонен долго переживать негативные эмоции, отличается более высоким уровнем психологического благополучия и отсутствием склонности к тревожности. Соответственно, у людей с выраженными музыкальными способностями может наблюдаться как преобладание негативного, так и преобладание позитивного эмоционального состояния. Однако основное направление, в котором стоит действовать в этом случае, должно затрагивать именно развитие музыкальности.

В целом, профилактика негативных эмоциональных состояний у указанной группы людей может осуществляться в разных направлениях и на основе целой группы способов и методов. Базовыми являются такие способы и методы, как: арт-терапия, музыкотерапия, цветотерапия, либротерапия, обучение релаксации, саморегуляции, трудотерапия, вовлечение в спортивные занятия, имитационные игры, гипноз и самовнушение. Однако в контексте указанного выше вывода приоритетной выступает именно музыкотерапия, которая может применяться при проведении эмоционально-стрессовой психотерапии, предполагающей прохождение ряда этапов, начиная с определения проблемы клиента и заканчивая формированием у него установки на стабилизацию своего образа жизни и, соответственно, психологического состояния.

Во второй главе «Эмпирическое исследование негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями» представлены гипотеза, этапы и методики исследования, результаты диагностики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями, а также приведено обоснование справедливости гипотезы.

В частности, исследование проводилось на базе военного оркестра. В исследовании принимали участие 50 испытуемых в возрасте 25-50 лет.

Цель исследования заключалась в изучении особенностей негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями с последующей разработкой рекомендации по профилактике данных состояний у указанной группы людей.

Гипотезой исследования выступило предположение о том, что профилактика негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями должна строиться и проводиться с учетом следующих факторов:

– у людей с выраженными музыкальными способностями преобладающими являются такие негативные эмоциональные состояния как

тревога, неустойчивость эмоционального фона и неудовлетворенность жизнью, что определяет их преимущественно отрицательное восприятие своего образа;

– люди с выраженными музыкальными способностями склонны к использованию дезадаптивных поведенческих схем, связанных с недостаточностью самоконтроля, со склонностью к привилегированности, к следованию жестким стандартам, к придирчивости, с проявлением уязвимости, зависимости и беспомощности, а также с чрезмерно жестким оцениванием своих поступков и поступков и других людей.

В соответствии с этим, в ходе эмпирического исследования решались следующие задачи: подобрать диагностические методики для изучения негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями; реализовать данные методики, определить особенности проявления данных состояний; проанализировать результаты исследования и на этой основе разработать рекомендации по организации профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями.

Для достижения цели, обоснования гипотезы и решения поставленных задач в ходе исследования использовались следующие психодиагностические методики:

1. Методика «Доминирующее состояние» (ДС-8) Л.В. Куликова. Цель: определение доминирующего у испытуемых психического состояния и его психологических и социально-психологических характеристик.

2. Схемный опросник Янга (Young Schema Questionnaire, YSQ S3R). Цель: выявление дезадаптивных поведенческих схем, свойственных испытуемым.

Для проведения анализа полученных в ходе тестирования результатов использовались математико-статистические методы: для проведения корреляционного анализа показателей, полученных в результате тестирования, использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

Результаты диагностического исследования показали следующее. В ходе изучения эмоционального интеллекта студентов первого курса ВУЗа было определено следующее. Большинство людей с выраженными музыкальными способностями отличаются преобладанием негативных эмоциональных состояний, связанных с тревогой, неустойчивостью эмоционального фона, неудовлетворенностью жизнью и преимущественно негативным восприятием своего «Я-образа». В поведении данная группа людей также склонна воспринимать и представлять себя в качестве привилегированной личности, но при этом отличается недостаточностью самоконтроля, уязвимостью, зависимостью от других, беспомощностью, хоть и стремится действовать в соответствии с жесткими стандартами, характеризуется придирчивостью и пунитивностью.

Эмоциональные состояния людей с выраженными музыкальными способностями связаны с применяемыми ими дезадаптивными поведенческими схемами. В частности, активное отношение к жизни у указанной группы людей наблюдается при отсутствии ощущения покинутости и нестабильности жизни, а пассивное – при наличии недоверия к людям и ожидания жесткого обращения с их стороны. Бодрость, в свою очередь, обуславливает отсутствие социальной отчужденности, а низкий жизненный тонус определяет переживание ощущения покинутости и нестабильности, дефективности и стыдливости, а недостаточность их самоконтроля.

Раскованность указанной группы людей основывается на сформированной самоидентичности и отсутствии склонности к поиску одобрения со стороны других людей, завышенный уровень тревожности связан с беспомощностью и зависимостью, неустойчивость эмоционального фона – с уязвимостью, негативизмом и пессимизмом в различных жизненных ситуациях, а неудовлетворенностью жизнью – с социальной отчужденностью и недостаточностью самоконтроля. Отрицательное восприятие себя обуславливает стремление к большему совершенству, уход от контроля других людей, развитие способности к самоконтролю и склонности к

одобрению со стороны окружающих. Указанные результаты подтвердили гипотезу исследования.

Указанные выводы подтвердили гипотезу эмпирического исследования.

На основе данных результатов были разработаны рекомендации по организации профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями. В частности было рекомендовано следующее. При профилактике указанных состояний у отмеченной группы людей основной акцент должен быть сделан на применении музыкотерапии для решения задач по: развитию способности к саморегуляции; активизация личностных ресурсных состояний; снижению нервно-психического напряжения и тревожности; формированию установки на сохранение и укрепление психического и физического здоровья; усилению восприимчивости и открытости новому опыту; развитию качеств, способствующих повышению саморегуляции, и эмоционального интеллекта.

Оптимально решение этих задач в рамках психокоррекционной тренинговой работы, включающей рецептивную, активную, интегративную и функциональную музыкотерапию. Дополнительно могут использоваться: метод мозгового штурма, деловые игры, колориттерапия и логотерапия, метод психологического просвещения.

В рамках реализации психокоррекционной работы также необходимо повышать уровень грамотности исполнителей в части самостоятельной профилактики и преодоления негативных эмоциональных состояний. С этой целью среди исполнителей могут быть распространены брошюры с соответствующей информацией. К данным брошюрам также может быть приложен список литературы, знакомство с которой позволит расширить свои представления о негативных эмоциональных состояниях, свойственных людям с выраженными музыкальными способностями, и способах борьбы с ним и его профилактики.

Программа должна организовываться в соответствии с принципами добровольности, комплексности, межведомственности, адресности и

доступности, конфиденциальности, непрерывности, эффективности. Таким образом, программа должна быть направлена, как на внешние факторы развития негативных эмоциональных состояний, так и на внутренние.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Структуру негативного эмоционального психического состояния составляют социально-психологический, психологический, психофизиологический и физиологический компоненты, а результат зависит от ситуации деятельности, личностных характеристик человека и его личностного отношения к этой ситуации. Среди личностных особенностей людей с выраженными музыкальными способностями выделяют музыкальные способности, высокий уровень развития которых обусловливается наличием у человека музыкальности. При развитой музыкальности люди не склонны к переживанию негативных эмоциональных состояний. Профилактика негативных эмоциональных состояний у указанной группы людей должна проводиться опорой на музыкотерапию с применением других психокоррекционных методов.

Эмпирическое исследование по теме работы показало, что большинство людей с выраженными музыкальными способностями склонны испытывать негативные эмоциональные состояния тревоги, неустойчивости эмоционального фона, неудовлетворенности жизнью и негативного восприятия своего «Я-образа». Данная группа людей также склонна воспринимать и представлять себя в качестве привилегированной личности, отличается недостаточностью самоконтроля, уязвимостью, зависимостью от других, беспомощностью, хоть и стремится действовать в соответствии с жесткими стандартами, характеризуется придирчивостью и пунитивностью.

Эмоциональные состояния данной группы людей связаны с применяемыми ими дезадаптивными поведенческими схемами: активное отношение к жизни – с отсутствием ощущения покинутости и нестабильности, пассивное – с наличием недоверия к людям и ожиданием жесткого обращения с их стороны; бодрость – с отсутствием социальной отчужденности; низкий

жизненный тонус – с ощущением покинутости и нестабильности, дефективности и стыдливости, недостаточностью их самоконтроля; раскованность – со сформированной самоидентичностью и не востребованностью одобрения со стороны других людей; завышенный уровень тревожности – с беспомощностью и зависимостью; неустойчивость эмоционального фона – с уязвимостью, негативизмом и пессимизмом; неудовлетворенностью жизнью – с социальной отчужденностью и недостаточностью самоконтроля; отрицательное восприятие себя – со стремлением к большему совершенству, уходом от контроля других людей, развитием способности к самоконтролю и склонностью к одобрению со стороны окружающих.

Указанные результаты подтвердили гипотезу исследования. На основе данных результатов были разработаны рекомендации по организации профилактики негативных эмоциональных состояний у людей с выраженными музыкальными способностями.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абушкин, Б. М. Психологический анализ особенностей эмоциональных переживаний школьников, получающих музыкальное образование / Б. М. Абушкин // Системная психология и социология. – 2011. – № 4. – С. 24-32.
2. Адмакина, Т. А. Психологические характеристики эмоциональной отзывчивости на музыку : автореферат дис. ... канд. психол. наук / Т. А. Адмакина. – СПб., 2012. – 24 с.
3. Айсмонтас, Б. Б. Общая психология: схемы / Б. Б. Айсмонтас. – М. : Изд-во ВЛАДОС–ПРЕСС, 2003. – 287 с.
4. Бабаева, Н. А. Негативные эмоциональные состояния и методы их преодоления / Н. А. Бабаева // Психология. Серия: Познание. – 2022. – № 9. – С. 32-34.
5. Большой психологический словарь / Под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2003. – 666 с.
6. Васильев, Я. В. Футурреальная психология личности / Я. В. Васильев. – Николаев : Илион, 2007. – 519 с.
7. Ветлугина, Н. А. Музыкальное развитие ребенка / Н. А. Ветлугина. – М. : Просвещение, 1968. – 405 с.
8. Гаджиева, А. М. Психофизиологическое влияние музыки на психоэмоциональное состояние человека / А. М. Гаджиева // Молодой ученый. – 2023. – № 45 (492). – С. 438-441.
9. Ганзен, В. А. Системный подход в психологии : конспект лекций / В. А. Ганзен. – Л. : ЛГУ, 1983. – 51 с.
10. Гарькина, Е. Н. К вопросу о музыкальных способностях / Е. Н. Гарькина // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2008. – № 1. – С. 345-349.
11. Джеймс, У. Психология / У. Джеймс. – М. : Гаудеамус, 2011. – 316 с.

12. Дикая, Л. Г. Психология саморегуляции функционального состояния субъекта в экстремальных условиях деятельности : автореферат дис. ... доктора психологических наук : 19.00.03 / Л. Г. Дикая. – М., 2002. – 49 с.

13. Дунаева, В. А. Влияние музыкальных предпочтений на эмоциональное состояние молодежи [Электронный ресурс] / В. А. Дунаева, С. С. Петрова // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал [Электронный ресурс]. – 2024. – № 11 (100). – URL: <https://scipress.ru/pedagogy/articles/vliyanie-muzykalnykh-predpochtenij-na-emotsionalnoe-sostoyanie-molodyozhi.html> (дата обращения: 25.01.2025). – Загл. с экрана. – Яз. рус.

14. Еремина, Н. И. Научная музыкотерапия в коррекции и профилактике стрессов: передовые методы и технологии / Н. И. Еремина // Медицина и искусство. – 2003. – Т. 1. – № 1. – С. 48-65.

15. Изард, К. Е. Психология эмоций / К. Е. Изард. – СПб. : Питер, 2006. – 460 с.

16. Ильин, Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Питер, 2009. – 364 с.

17. Ильин, Е. П. Эмоциональные особенности музыкантов-инструменталистов в процессе становления их профессионального мастерства / Е. П. Ильин, Р. Ф. Сулейманов // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2006. – Т. 6. – № 14. – С. 42-50.

18. Ионина, О. С. Приемы танцевально-двигательной терапии в коррекции негативных проявлений личности / О. С. Ионина // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2016. – № 2 (30). – С. 107-113.

19. Касьяник, П. М. Диагностика ранних дезадаптивных схем / П. М. Касьяник, Е. В Романова. – СПб.: Изд-во Политехн. Унта, 2013. – 120 с.

20. Конурова, Л. Р. Преодоление эмоциональных состояний подростков с помощью музыкальной терапии / Л. Р. Конурова // Scientific progress. – 2022. – Т. 3. – № 2. – С. 421-429.
21. Крутецкий, В. А. Психология математических способностей школьников / В. А. Крутецкий; под ред. Н. И. Чуприковой. – М. : Ин-т практ. психологии, 1998. – 411 с.
22. Куликов, Л. В. Руководство к методикам диагностики психических состояний, настроений и сферы чувств. Описание методик, инструкции по применению / Л. В. Куликов. – СПб.: СПбГУ, 2003. – 183 с.
23. Ланина, Н. В. Отрицательные эмоции как психологический ресурс для развития осознанности / Н. В. Ланина // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 67-1. – С. 312-315.
24. Левитов, Н. Д. О психических состояниях человека / Н. Д. Левитов. – М. : Просвещение, 1964. – 344 с.
25. Леонова, А. Б. Психологические технологии управления состоянием человека / А. Б. Леонова, А. С. Кузнецова. – М. : Смысл, 2007. – 311 с.
26. Ловягина, А. Е. Психические состояния человека / А. Е. Ловягина. – СПб. : СПбГУ, 2014. – 120 с.
27. Медведев, В. И. Адаптация человека / В. И. Медведев. – СПб. : Ин-т психологии, 2003. – 551 с.
28. Музыкальное воспитание в XX веке / Сост. и общ. ред. Л. А. Баренбойма. – М. : Советский композитор, 1978. – 376 с.
29. Мясищев, В. Н. Личность и неврозы / В. Н. Мясищев. – Л. : Изд-во Ленинградского университета, 1960. – 428 с.
30. Назарова, К. А. Влияние музыкальных стимулов на работоспособность и функциональное состояние человека / К. А. Назарова, Л. Д. Чайнова, В. В. Ковалев // Акмеология. – 2012. – № 4 (44). – С. 78-82.
31. Нещерет, Т. В. Технологии управления стрессом / Т. В. Нещерет, Е. Н. Жаринова // Теоретические и практические акметехнологии в

фундаментальном образовании: коллективная монография / Под редакцией Н. В. Кузьминой, Е. Н. Жариновой. – СПб. : Центр стратегических исследований, 2018. – С. 28-44.

32. Общая психология / В. В. Богословский, А. Д. Виноградова, А. Г. Ковалев [и др.] ; под ред. В. В. Богословского [и др.]. – 3-е изд., перераб. и доп. – М. : Просвещение, 1981. – 383 с.

33. Пашина, А. Х. Особенности эмоциональной сферы музыкантов с различным уровнем музыкальности / А. Х. Пашина, А. В. Торопова // Психологический журнал. – 2000. – Т. 21. – № 1. – С. 109-115.

34. Пинигин, В. Г. Эмоциональность и ее возрастно-половые особенности: дис. ... канд. психол. наук / В. Г. Пинигин. – СПб., 2002. – 18 с.

35. Платонов, К. К. Проблемы способностей / К. К. Платонов. – М. : Наука, 1972. – 312 с.

36. Пригожин, И. Конец определенности. Время, хаос и новые законы природы / И. Пригожин. – Ижевск : НИЦ «Регулярная и хаотическая динамика», 2000. – 208 с.

37. Психологический словарь / Редкол.: В. В. Давыдов [и др.]. – 2. изд., перераб. и доп. – М. : Педагогика-пресс, 2001. – 438 с.

38. Психология : словарь / В. В. Абраменкова [и др.] ; под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Политиздат, 1990. – 494 с.

39. Психология сознания / Сост. Л. В. Куликов. – М. : Питер, 2001. – 475 с.

40. Психология состояний / М. Е. Валиуллина, Г. Ш. Габдреева, В. Д. Менделевич, А. О. Прохоров ; под ред. проф. А. О. Прохорова. – М. : Когито-Центр, 2011. – 616 с.

41. Рибо, Т. А. Психология чувств / Т. А. Рибо. – Издание Ф. Павленкова. – СПб. : Ф. Павленков, 1898. – 248 с.

42. Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога. В 2 кн. Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста / Е. И. Рогов. – 4-е изд., перераб. и доп. – М. : Издательство Юрайт, 2024. – 412 с.

43. Станишевский, М. Профилактика и терапия негативных последствий стресса с помощью применения элементов эмоционально-стрессовой психотерапии / М. Станишевский // Перспективы стабилизации психологического состояния пациента и активизации внутренних резервов к преодолению последствий травмирующей ситуации. – 2020. – № 2. – С. 11-29.

44. Теплов, Б. М. Психология музыкальных способностей / Б. М. Теплов. – М. : АПН РСФСР, 1947. – 335 с.

45. Харина, Г. В. Роль музыкотерапии в поддержании комфортных условий жизнедеятельности человека / Г. В. Харина, М. С. Топорищев // Научное обозрение. Педагогические науки. – 2023. – № 6. – С. 53-57.

46. Ходоров, Дж. Танцевальная психотерапия и глубинная психология. Движущее воображение / Дж. Ходоров ; под общ. ред. И. В. Бирюкова. – М. : Когито-Центр, 2009. – 221 с.

47. Цагарелли, Ю. А. Психология музыкально-исполнительской деятельности: автореф. дис. ... д-ра психол. наук / Ю. А. Цагарелли. – Л., 1989. – 31 с.

48. Шадриков, В. Д. Психология деятельности и способности человека / В. Д. Шадриков. – М. : Издательская корпорация Логос, 1996. – 329 с.

49. Шакирова, Л. Р. Теоретические основы изучения музыкальных способностей детей старшего дошкольного возраста / Л. Р. Шакирова, А. Р. Чернышева // Молодой ученый. – 2019. – № 50 (288). – С. 408-411.

50. Шипкова, К. М. Использование музыкалобогащенной среды при нарушениях когнитивных функций у взрослых (теоретический обзор) / К. М. Шипкова // Клиническая и специальная психология. 2020. – Т. 9. – № 1. – С. 64-77.

51. Энциклопедический словарь по психологии и педагогике (сводный) [Электронный ресурс] // Наука. Искусство. Величие [Электронный ресурс]. – 2013. – URL: <http://med.niv.ru/doc/dictionary/psychology-and-pedagogy/index.htm> (дата обращения: 13.01.2025). – Загл. с экрана. – Яз. рус.

52. Юрченко, О. А. Психодраматический подход : тренинг импровизации : метод. описания, коммент. и рекомендации для психологов, работающих с группами / О. А. Юрченко. – Самара : Изд-во Самар. обл. ин-та повышения квалификации и переподгот. работников образования, 1998. – 63 с.

53. Ялом, И. Теория и практика групповой психотерапии / И. Ялом. – СПб. : Питер, 2000. – 640 с.