

*Долбєва О.В. здобувач другого
(магістерського) рівня вищої освіти
1-го року навчання
спеціальності «Соціальна робота»,
Сопівник І.В. доктор пед. наук, професор
Національний університет біоресурсів і
природокористування України
(м. Київ, Україна)*

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДОРΟΣЛИХ ЗАСОБАМИ МУЗИКОТЕРАПІЇ

У контексті соціально-психологічних викликів сучасності проблема емоційного благополуччя дорослого населення набуває особливої актуальності. Стресові чинники, емоційне вигорання, кризи середнього віку, соціальна ізоляція — все це суттєво впливає на психологічний стан людини та її здатність до соціальної адаптації. У таких умовах зростає інтерес до інноваційних методів соціально-психологічної підтримки, серед яких помітне місце посідає музикотерапія.

Музикотерапія – це науково обґрунтований метод терапевтичного впливу за допомогою музики, який ґрунтується на здатності музичних стимулів активізувати емоційно-афективну сферу особистості, сприяти емоційному розвантаженню, покращенню когнітивних функцій, міжособистісної комунікації та саморефлексії [1; 2]. Дослідження засвідчують, що музикотерапія може бути ефективним засобом не лише в роботі з дітьми, людьми з інвалідністю чи літніми особами, а й у контексті підтримки соціально активного дорослого населення, особливо у віці 30–60 років.

Особливого значення набуває музикотерапія у роботі з особами, які переживають кризу середнього віку, зниження мотивації, втрату сенсів або проблеми в міжособистісному спілкуванні. Під впливом музики активізуються

психоемоційні процеси, знижується рівень тривожності, покращується здатність до самовираження та рефлексії. У групових форматах музикотерапія сприяє розвитку емпатії, довіри, відчуття приналежності до соціуму [3].

Особисті спостереження за поведінкою дорослих, які професійно займаються класичною музикою, демонструють високий рівень емоційної стійкості, глибокої саморегуляції та соціальної чутливості. У порівнянні з представниками інших сфер або слухачами, які не мають сталої звички слухати музику, ці люди краще справляються зі стресовими ситуаціями та зберігають внутрішній баланс. Це підтверджує припущення, що регулярна музична практика може бути ефективним засобом підтримки психоемоційного здоров'я.

Науковий інтерес також становить вивчення особливостей впливу різних стилів музики на емоційний стан дорослих. Зокрема, мелодійна класична музика, інструментальні композиції або етнічна музика викликають переважно заспокійливі та відновлювальні реакції, тоді як ритмічна енергійна музика стимулює активність, підвищує мотивацію, допомагає в подоланні апатії.

Таким чином, музикотерапія виступає потужним інструментом соціально-психологічної реабілітації, здатним задовольнити потреби дорослих у самовираженні, емоційній підтримці та гармонізації психосоціального стану. Подальше теоретичне обґрунтування та практичне впровадження музикотерапевтичних програм у соціальну роботу створює перспективи для формування нових підходів до реабілітації та профілактики емоційного виснаження дорослого населення.

Список використаних джерел

1. Bruscia, K. E. *Defining Music Therapy*. Gilsum, NH: Barcelona Publishers, 2014. 275 p.
2. Gouk, P. *Musical Healing in Cultural Contexts*. Aldershot: Ashgate, 2000. 246 p.
3. Гребенюк О. С. Музикотерапія як засіб соціальної реабілітації осіб із порушеннями психічного здоров'я. *Соціальна робота та освіта*. 2021. №2(8). С. 56–63.
4. Базима Т. М. Музикотерапія як метод психокорекційної роботи з особами, що переживають кризу середнього віку. *Психологія і суспільство*. 2020. №1. С. 48–55.
5. Magee, W. L. (Ed.). *Music Technology in Therapeutic and Health Settings*. London: Jessica Kingsley Publishers, 2013. 320 p.



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ
Факультет аграрного менеджменту
(кафедра виробничого та інвестиційного менеджменту)
Гуманітарно-педагогічний факультет
(кафедри соціальної роботи та реабілітації)
Purdue University (USA)
Fater Academy of India (India)
Національний університет «Запорізька політехніка»
НТУ «Дніпровська політехніка»**

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
ІХ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ, АСПІРАНТІВ І МОЛОДИХ ВЧЕНИХ
«РОЛЬ МОЛОДИ У РОЗВИТКУ АПК УКРАЇНИ»**



**15-16 квітня 2025 р.
Київ, онлайн, Zoom**

Роль молоді у розвитку АПК України [Електронний ресурс]: зб. матеріалів ІХ міжнар. наук.-практ. конф. (15-16 квітня 2025 р.). Київ: НУБіП України, 2025. 362 с. PDF-формат; мережеве видання; інституційний репозитарій.

**КОНФЕРЕНЦІЯ ПРОВЕДЕНА В РАМКАХ ІМПЛЕМЕНТАЦІЇ ПРОЄКТУ
МОДУЛЬ ЖАНА МОНЕ «ПРАКТИКИ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ЕКОНОМІЧНОЇ
ІНКЛЮЗІЇ В ЄС» ЗА ПІДТРИМКИ ЕРАЗМУС+,
101127466 – EPSEI – ERASMUS-JMO-2023-HEI-TCH-RSCH**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the authors only and do not necessarily reflect those of the European Union or European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

*Рекомендовано до друку Вченою Радою факультету аграрного менеджменту
(протокол № 11 від 19 травня 2025 року)*

Збірник укладено за матеріалами ІХ міжнародної науково-практичної конференції «Роль молоді у розвитку АПК України». Наповнення рубрик синхронізовано з основними напрямками роботи конференції.

Видання розраховано на науковців, викладачів, аспірантів, здобувачів вищої освіти.

The collection is based on the materials of the V International Scientific and Practical Conference "The Role of Youth in the Development of AIC of Ukraine", conducted by the Faculty of Agrarian Management and the Faculty of Humanities and Education of the National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine. The content of the sections is synchronized with the main directions of the conference.

The publication is designed for scientists, teachers, graduate students, students.

Редакційна колегія:

Шинкарук Л.В., д. екон. наук, проф., член-кореспондент НАН України (голова);
Деліні М.М., д. екон. наук, професор; Прушківська Е. В., д. екон. наук, професор;
Сопівник І.В., д. пед. наук, доцент, завідувач кафедри соціальної роботи та реабілітації;
Супрун Д.М., д. пед. наук, професор; Осадченко І.І., д. пед. наук, професор;
Власенко Т.О, к. екон. наук, доцент, звідувач кафедри виробничого та інвестиційного менеджменту;
Алексєєва К.А., к.наук з держ. упр., доцент; Гаврилюк В.П. к.екон. наук, доцент;
Дергач А.В., к.наук з держ. упр., доцент; Лобунець Т.В., к. екон. наук, доцент;
Чемодуров О.М., к. екон. наук, доцент; Юзба В.О. к. екон. наук, доцент;
Прохорчук О.М., к. пед. наук, доцент; Тілікіна Н.В., к. екон.наук, доцент;
Мовчун С.В., к.екон.наук; Власенко К.О., к.пед.наук; Голева М.С., PhD, асистент;
Будегай В.А., асистент; Кендус Д.І., асистент.

Тези доповідей подано в авторській редакції.

Автори відповідають за достовірність викладеного матеріалу,
за правильне цитування джерел, посилання на них та інших відомостей.

Передруковувати опубліковані в збірнику матеріали
дозволяється тільки за згодою авторів

© НУБіП України,
2025 © Автори, 2025