

РОЗДІЛ 1. ЗАГАЛЬНА ПЕДАГОГІКА ТА ІСТОРІЯ ПЕДАГОГІКИ

ТЕНДЕНЦІЇ ФУНКЦІОНУВАННЯ МУЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ
У СУЧАСНОМУ СОЦІОКУЛЬТУРНОМУ ПРОСТОРИFUNCTIONING TENDENCIES OF MUSIC THERAPY
IN THE MODERN SOCIO-CULTURAL SPACE

У соціокультурному просторі інформаційного суспільства, у 21 столітті посилюється інтерес науки і практики до розв'язання проблем кризових станів, в які потрапляє людина в обставинах війни та інших кризових ситуацій; збереження психологічного здоров'я, використання тих технологій профілактики синдрому «емоційного вигорання», які створюють комфортні об'єктивні умови для емоційно-психологічної саморегуляції, забезпечують емоційну стабільність особистості та є важливим чинником у досягненні успіхів. Саме інформаційне суспільство характеризується зростаючим потоком інформації, великою кількістю кризових ситуацій, прискоренням темпів суперечливого життя сучасної людини, тому інтенсивність комунікативних зв'язків, пов'язаних з негативом, впливають на психологічне здоров'я людини, якість її життя, душевний баланс і благополуччя, рівновагу й гармонію, здатність до подолання стресу, підтримку працездатності у різних сферах життя і професійної діяльності. Сучасних позиції функціонування музичного терапевта у соціокультурному просторі полягають у проведенні сеансів музичної терапії, виходячи з попередньо вивчених даних клінічного діагнозу, орієнтуючись на фізичні, емоційні, соціальні та психологічні потреби пацієнта. На даний час ефективність музичної терапії у соціокультурному просторі підтверджена представниками різних наукових шкіл Європи та США. Це дозволяє використовувати різноманітні підходи та методики, що підвищує ефективність лікування, також зростає увага до індивідуальних потреб клієнтів, їхніх особистих характеристик та смаків.

У статті описано тенденції функціонування музичної терапії у сучасному соціокультурному просторі України та країн Європи і США.
Ключові слова: музична терапія, психотерапевтичний метод, музичний терапевт, соціокультурний простір, сучасні тенденції.

In the socio-cultural space of the information society, in the 21st century, the interest of science and practice in solving the problems of crisis situations, which a person falls into in the circumstances of war and other crisis situations, is increasing; preservation of psychological health, the use of those technologies for the prevention of the "emotional burnout" syndrome, which create comfortable objective conditions for emotional and psychological self-regulation, ensure the emotional stability of the individual and are an important factor in achieving success. The information society itself is characterized by a growing flow of information, a large number of crisis situations, an acceleration of the pace of the contradictory life of a modern person, therefore the intensity of communication links associated with negativity affect a person's psychological health, quality of life, mental balance and well-being, balance and harmony, ability to overcome stress, maintenance of work capacity in various spheres of life and professional activity. The modern positions of the functioning of the music therapist in the socio-cultural space consist in conducting music therapy sessions, based on the previously studied data of the clinical diagnosis, focusing on the physical, emotional, social and psychological needs of the patient. Currently, the effectiveness of music therapy in the socio-cultural space has been confirmed by representatives of various scientific schools in Europe and the USA. This allows the use of various approaches and methods, which increases the effectiveness of treatment, as well as increasing attention to the individual needs of clients, their personal characteristics and tastes.

The article describes the trends in the functioning of music therapy in the modern socio-cultural space of Ukraine and the countries of Europe and the USA.

Key words: music therapy, psychotherapeutic method, music therapist, socio-cultural space, modern trends.

УДК 37.011

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/57.1.1>

Добровольська Р.О.,

доктор філософії, PhD,

ст. викладач кафедри вокально-хорової підготовки, теорії та методики музичної освіти

Вінницького державного педагогічного університету

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Незважаючи на відмінність підходів у напрямках, методах музикотерапії, поясненні, інтерпретації ефектів впливу музики на людину, безперечним є зростаючий інтерес до цієї галузі психотерапії. Великого успіху на цьому шляху досягла NAMT, створивши статут, розробивши стандарти для освітніх та клінічних вимог до навчання на університетському рівні, зробивши дослідження та клінічну підготовку пріоритетними, створивши реєстр, а потім і вимоги до сертифікації ради директорів, та опублікувавши дослідні та клінічні журнали. NAMT діяв у 1950-1997 роках і став свідком створення програми сертифікації ради

директорів (1985), визнаних критиками слухань у Сенаті з проблем старіння (1991) та зростання музичної терапії з кількох десятків практикуючих до тисяч. Виокремлення музичної терапії у сучасному соціокультурному просторі України та країн Європи і США в самостійний підрозділ нашого обумовлено наступними умовами. Перша умова – це підвищений запит сучасного суспільства у впровадженні теоретичних досліджень науковців у практику збереження здоров'я громадян, підвищенні їх професійної активності, культурного і освітнього рівнів саме у соціокультурному просторі. Друга умова - це спроба дослідників музичної терапії: перейти від теорії музичної терапії

до використання інновацій в галузі мистецтва на практиці; науково осмислити теоретичні і практичні проблеми, які потребують розв'язання. Актуальність зазначеної проблеми загострює те, що питання застосування музичної терапії у професійній діяльності майбутніх фахівців мистецького спрямування не мали достатнього відображення у наукових працях.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Глибокий аналіз проблеми психологічного здоров'я особистості здійснила О. Завгородня [3]. Дослідниця підкреслює, що саме у інформаційному суспільстві загострюється проблема психологічного здоров'я людини, зокрема фахівців різного профілю. Ми згодні з аргументами дослідниці І. Галецької, яка довела, що психологічне та психічне здоров'я людини є результатом або ресурсним станом емоційного, духовного та соціального добробуту, тому що це основна умова задоволення людських потреб та бажань. Все це шлях до досягнення успіху у житті та професії, активного способу життя, гармонійної та ефективної взаємодії з соціальним оточенням [1].

Аналіз наукової літератури свідчить про те, що механізм впливу музикотерапії пов'язаний із музикою, музичним звуком, який володіє стимулюючою дією на настрій, емоції, почуття і переживання людини, оскільки він є одним із основних носіїв інформації, найбільш могутній за силою впливу на мозок людини. Сучасні досягнення вітчизняних вчених у галузі музикотерапії довели, що емоційний вплив музичного мистецтва на інтелектуальний, психологічний і фізіологічний стан людини, адекватно сприяють розвитку особистісних якостей людини (комунікативності, креативності, перцептивності, емоційної стабільності, сугестивності), вмінню керувати власним емоційно-психологічним станом, активізації творчого потенціалу з виходом за межі ситуацій. Тому ми вважаємо, музикотерапію засобом формування емоційної стабільності у професійній діяльності, керування психічним станом фахівця, що відповідно впливає на збереження психологічного здоров'я. Адже вітчизняні науковці наголошують, що саме музична терапія є ефективним механізмом збереження психологічного здоров'я фахівців, профілактики синдрому «емоційного вигорання» [5].

Проблемами становлення і розвитку музичної терапії як елементу арт-терапії, результатами впливу мистецтва на психіку людини займаються такі відомі українські науковці як: Н. Вареник, В. Газолишин, О. Львов., Н. Жабко.

Виклад основного матеріалу дослідження. В означеному контексті можемо зазначити, що у 21 столітті роль технологій, які ефективно діють на відновлення та збереження психологічного здоров'я людини, регулювання її фізичних, емоційно-психологічних станів, протистояння стресовим ситуаціям тощо значно зростають. Одним з найбільш ефективних засобів цих технологій є музикотерапія.

Такі вітчизняні вчені як В. Гриньова, Г. Побережна та ін. вважають музикотерапію одним із найефективніших видів корекційно-розвивального впливу на особистість і збереження психологічного здоров'я [2].

Ми розділяємо думку Г. Побережної, яка визначила музичну терапію як універсальну виховну систему. За допомогою музикотерапії сучасне суспільство може розв'язувати проблеми екстремальних ситуацій та кризового стану, може ефективно налагодити особистісний розвиток індивіда в суперечливих умовах інформаційного суспільства. «Музика як носій сакральної інформації і музична терапія як могутній інструмент впливу спроможні допомогти людині гармонізувати себе і свої стосунки зі світом... Саме поєднання педагогічних, психотерапевтичних методів із керованим музичним впливом може зробити переворот у долі як окремої людини, так суспільства загалом» [7, с. 96]. Ми згодні з думкою дослідниці Г. Шанських, що психологічне здоров'я залежить від емоційного центру людського організму. науковець підкреслює, що хаос не у світі, він усередині нас. І саме музика є психомоторним ресурсом гармонізації емоційної сфери людини [8].

Осмилення природи і закономірностей феномену музичної терапії ґрунтується на важливих думках В. Гриньової щодо біорезонансного сполучення музичних звуків із вібраціями окремих органів і систем організму. Нам імponує думка науковця, що саме звук є носієм інформації та моделює біоритми людини. Вібрації музичних звуків активізують вегетативні механізми вищої нервової діяльності, викликають особливі вібраційні відповіді в підсвідомості людини. Це пояснюється тим, що музика, як ритмічний подразник, стимулює фізіологічні процеси організму, що відбуваються як у руховій, так і вегетативній сфері. Ритмічні рухи є єдиною функціональною системою, руховим стереотипом. Механізм такого впливу музики пов'язаний із діяльністю центральної нервової системи людини, у якій темпоритм є співробітником почуття, механічним збудником пам'яті [2].

Зазначимо, що В. Гриньова вважає: музична терапія – це «процес міжособистісного спілкування, у якому кваліфікований музикотерапевт застосовує музику та всі сторони її впливу – фізичну, емоційну, інтелектуальну, соціальну, естетичну і духовну – з метою покращення чи збереження здоров'я» [2, с.20].

Зазначимо, що можливість дії музичної терапії на емоційний та інтелектуальний розвиток людини залежать від психо-емоційно-моторних музичних здібностей людини, її зв'язку з активністю психічних процесів та психо-емоційно-моторною природою музики. Як вважає С. Ковальова, вплив музичної терапії налаштовано на формування умінь міжособистісної комунікації, побудови емоційного, позитивного, комунікативного середовища, стабілізацію нервово-психічного стану людини, нормалізацію функціонального стану

фахівця, активізацію когнітивних процесів та рефлексивних механізмів [4]. Ми повністю поділяємо думку дослідниці.

Ми повністю поділяємо думку О. Плаксіної, що вказує одну з функцій музичної терапії в українському соціокультурному просторі – оздоровчу рекреаційну функцію, яка полегшує експресі емоцій, спонукає людину до невербальних комунікацій [6].

Таким чином, в інформаційному суспільстві 21 століття музикотерапія є важливим ресурсом у збереженні та відновленні психологічного здоров'я людини, особливо в умовах війни, пандемії та інших кризових ситуацій. Однак, музикотерапія ще не посіла достойне місце у вітчизняному суспільстві. І якщо на сучасному етапі у психолого-педагогічній науці значно зріс інтерес до вивчення її релаксично-педагогічних і психотерапевтичних властивостей, а також існує глибокий науковий фундамент для дослідження різних аспектів проблеми, цього не можна сказати про практику професійної діяльності, у якій недостатньо використовуються унікальні можливості музикотерапії у створенні позитивного емоційно-психологічного середовища, самозбереженні та саморегуляції емоційних станів, використанні музикотерапевтичних тренінгів тощо. У музикотерапевтичній практиці для збереження психологічного здоров'я людини в соціокультурному просторі необхідно не тільки розуміти природу музичності та природу музичного мистецтва, враховувати психофізіологічні властивості музичного звуку, особливості музичного сприйняття, природу музичного мистецтва, її фізичні характеристики, але й обирати ті форми, методи і засоби, які адекватно сприяють позитивним якісним динамічним змінам. Музикотерапія у сучасному суспільстві має стати життєвою і професійною потребою, необхідною кожній людині, незалежно від її віку, професії, музичних уподобань, досвіду, особистості, яка здатна і прагне до пізнання глибин своєї душі, самозбереження здоров'я.

Зауважимо, що в умовах інформаційного суспільства теорія і практика музичної терапії продовжує більш динамічно розвиватися у країнах Західної Європи та США. Сучасні науковці цих регіонів дійшли до висновку, що ідентифікація психогенних факторів у розвитку захворювань є показанням до призначення психотерапевтичних заходів. Водночас дослідники підкреслюють, що відкритими залишаються питання пошуку методів, які в тій чи іншій мірі поєднують вплив на ментальний, психічний та фізичний рівень існування людини і дозволяють таким чином здійснювати індивідуальну психосоматичну гармонізацію особистості з позицій цілісного організму. Вчені вказують, що зазначена проблематика може бути застосована до такого виду оздоровчої практики, як музична терапія. Відповідно до класифікації, запропонованої Національним центром комплементарної та альтернативної медицини Національного інституту здоров'я США, музична терапія відноситься

до групи тілесно-ментальних впливів та енергетичної медицини (звуко терапія) рівною мірою [13].

Зазначимо, що це підкреслює цілісність зазначеного методу. Таким чином, є актуальним розгляд музичної терапії із позицій пошуку ефективних, рентабельних та легко відтворюваних технологій оздоровлення.

Кеннет С. Ейген зазначає, що в США зараз є дві найбільш відомі, репрезентативні та впливові організації в музичній терапії – Американська асоціація музичної терапії (AMTA) і Всесвітня федерація музичної терапії (WFMT). На відміну від офіційного визначення музичної терапії AMTA, наведеного раніше, WFMT надає більш розгорнуте визначення для соціокультурного простору 21 століття: музична терапія – це професійне використання музики та її елементів як втручання в медичне, освітнє та повсякденне середовище з окремими особами, групами, родинами чи спільнотами, які прагнуть оптимізувати якість свого життя та покращити свої фізичні, соціальні, комунікативні, емоційні, інтелектуальне та духовне здоров'я та благополуччя. Дослідження, практика, освіта та клінічне навчання в галузі музичної терапії базуються на професійних стандартах відповідно до культурного, соціального та політичного контексту. Можемо зазначити, що сьогодні музична терапія неможлива без фахівців мистецького спрямування, тому одним з важливіших завдань сучасного суспільства є підготовка таких фахівців до застосування музичної терапії у професійній діяльності [9].

З 2000 року спостерігається тенденція до більш відкритого включення змісту з таких галузей, як антропология, соціология та етномузикология, у створення теорії музичної терапії. Збірка досліджень під редакцією P.Gouk, *Musical Healing in Cultural Contexts*, була однією з перших публікацій, у яких згадується сучасна професія музичної терапії з точки зору «вчених, які займаються соціальними, культурними та історичними дослідженнями» [12]. Науковець Р. Норден, стверджує, що «соціальна антропология музики та зцілення» може допомогти музичним терапевтам у вирішенні проблем, з якою вони боролися. Горден критикує музичних терапевтів за те, що вони не приділяли багато уваги зв'язку соціуму у якому живе клієнт з програмою музичної терапії [14; 15].

Таким чином, в тенденції функціонування в соціокультурному просторі США спостерігається більша увага до соціальних процесів, до антропології та етнічного мистецтва. У сучасних дослідженнях музичної терапії вчені різною мірою роблять більший акцент на музиці та музичних процесах. Дослідники в своїх наукових працях прагнуть більш глибокого розуміння дихотомії «засоби–ціль», яка лежить в основі проблем використання музичної терапії К. Айген [10], Р. Гарред [11], С. Лі [16], Р. Ролвсjord [18], В. Стіге [21],

Вчені продовжують досліджувати зони на які музична терапія впливає найбільш ефективно,

це в першу чергу – головний мозг. Це висвітлено в працях М. Thaut [25].

Роль естетики в теорії музичної терапії досліджував такий вчений як Smeijsters [22].

R. Garred висловлює думку, що музика більше стосується засобів практики, ніж результатів терапії [11].

Ми повністю поділяємо думку науковця G. Ansdell, який пропонує розглядати сферу музики та здоров'я в суспільстві як континуум між додатками та ролями музики у повсякденному житті і ролями музики у «житті фахівця» (тобто музичної терапії). Схожу думку пропонує сучасний дослідник К. Bruscia: ключем до визначення музичної терапії є те, що вона має місце у музичних відносинах між музичним терапевтом та клієнтом (клієнтами). Таким чином, прослуховування музики вдома не визначається як музична терапія, тому що воно не виконується разом із музичним терапевтом. Тим не менш, багато людей знаходять прослуховування музики терапевтичним, і прослуховування музики зазвичай використовується у повсякденному житті людьми для регулювання емоцій, рівнів енергії та станів стресу, як допомога у концентрації уваги або як мотивація для роботи чи руху. Саме такої думки дотримуються дослідниці Т. DeNora та М. Skånland [23].

Науковець М. Skånland вважає однією з тенденцій функціонування музичної терапії в сучасному соціокультурному просторі те, що прослуховування музики також може допомогти заснути або впоратися з розумовим та фізичним болем [24].

З такою функцією музичної терапії погоджується дослідник Е. Ruud. Він описує прослуховування музики вдома як музичну аптечку [19].

Можемо підкреслити, що музична терапія може бути максимально корисною і не завдавати шкоди пацієнту тільки під наглядом компетентного музичного терапевта, тому що більшість людей є компетентними слухачами музики в тому сенсі, що вони знають, як на них впливає різна музика. Але люди схильні до депресії, можуть слухати музику руйнівним чином, що зрештою призводить до погіршення самопочуття [20]. Такої думки дотримуються К. McFerran та S. Saarikallio. Вони зазначають, що саме у таких випадках музичний терапевт може бути корисним, спрямовуючи людину та допомагаючи їй розрізнити заняття музикою, що зміцнює самопочуття, та заняття музикою, пов'язані з показниками здоров'я [17].

Отже, можемо зазначити, що найчастішими показаннями до призначення музичної терапії є: функціональні захворювання нервової системи, неврози, неврастенія, перевтома, безсоння; деякі психічні захворювання; у тому числі дефензивні психопатії, мало-прогресивні шизофренічні розлади та ін.; захворювання серцево-судинної системи, гіпертонічна хвороба, вегетативні дисфункції, ішемічна хвороба серця та ін.; захворювання шлунково-кишкового тракту: гастрит, спастичний коліт, виразкова хвороба шлунку та ін.;

захворювання органів дихання, у тому числі бронхіальна астма, хронічні бронхіти та ін.; захворювання сечостатевої системи; больові синдроми; синдром Альцгеймера; аутизм, відставання у розвитку, заїкуватість; функціональні порушення мікроциркуляції та гемодинаміки внутрішніх органів; зниження неспецифічної резистентності та резервних можливостей організму.

Підкреслимо, що залежно від діагнозу та загального стану пацієнта методи музичної терапії можуть застосовуватись як самостійно, так і в комплексі з іншими методами лікування.

Можемо зробити висновок, що з сучасних позицій функції музичного терапевта у соціокультурному просторі полягають у проведенні сеансів музичної терапії, виходячи з попередньо вивчених даних клінічного діагнозу, орієнтуючись на фізичні, емоційні, соціальні та психологічні потреби пацієнта.

Ми поділяємо думку сучасних науковців D. Aldridge, M. Butterton, D. Grocke, T. Wigram що, оздоровлення за допомогою музики є системним процесом інтерактивного співробітництва. Пацієнти залучаються до різноманітних форм роботи, включаючи прослуховування лікувальної інструментальної музики, руху під музику, імпровізацію та лікувальний спів. В цілому, музична терапія - це систематичне використання музики з метою досягнення немuzичного результату, коли музика застосовується для корекції фізичних, психологічних, когнітивних та соціальних функцій.

На даний час ефективність музичної терапії у соціокультурному просторі підтверджена представниками різних наукових шкіл Європи та США. Численними дослідженнями, спрямованими на вивчення можливостей музичної терапії, виявлено її гармонізуючу роль як антистресової активаційної терапії при порушеннях адаптації, що мають психосоматичну природу та основу у вигляді емоційного стресу.

Дослідники в галузі музичної терапії відзначають широкий діапазон ефективності її застосування:

- розвиток комунікативних навичок та реабілітація пацієнтів з органічними ураженнями нервової системи;
- формування здатності до релаксації;
- розвиток творчих здібностей, творчого мислення, естетичних потреб;
- корекція та відновлення емоційної сфери;
- модуляція діяльності функціональних систем;
- терапія болю;

Висновки. Музична терапія, будучи однією з найдавніших прикладних форм застосування мистецтва у суспільстві, у XXI столітті набуває особливого формату. Інтенсивний розвиток технологій музичної терапії у соціокультурному просторі дозволяє говорити про перспективність зазначеного напрямку в рамках вирішення основних питань відновлювальної медицини. При цьому, на думку німецьких дослідників, музична терапія як наука має щонайменше три суттєві переваги в порівнянні

з іншими методами лікування, оскільки не викликає побічних ефектів, звання, економічно доцільна, оскільки при максимумі результативності потребує витрат мінімуму коштів [26].

Перспективи розвитку музичної терапії бачаться насамперед у розширенні та об'єднанні інформаційного простору, зусилля мають бути спрямовані на досягнення належного науково-практичного відповідності між представниками мистецтва та науки. Подібний ефективний діалог є запорукою успіху у становленні та визнанні музичної терапії як саногенетичної технології у масштабі соціального суспільства, що забезпечить нові можливості усвідомленого застосування звуку як основи розглянутого методу оздоровлення.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Галецька І., Сосновський Т. Психологічне здоров'я. *Психологія здоров'я : теорія і практика*. Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2006. С. 89–122.
2. Гриньова В. Музикотерапія як складова здоров'язбережувальної технології виховання студентської молоді. *Витоки педагогічної майстерності*. 2015. Випуск 16. С. 20–27.
3. Завгородня О.В. Проблема психологічного здоров'я : спроба теоретичного аналізу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 1. С. 55–60.
4. Ковальова С. В. Музикотерапія як ресурс збереження здоров'я та попередження синдрому «професійного вигорання» в педагогічних працівників. Народна освіта: електронне фахове видання. 2018. Вип. 1. С. 15–22. URL: https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=5236 (дата звернення: 12.01.2023).
5. Ковальова С.В. МУЗИКОТЕРАПІЯ У ЗБЕРЕЖЕННІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПЕДАГОГІВ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ *Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної online-конференції «Світові освітні тренди: створення творчого середовища STEAM-навчання»*. Київ : Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2021. 134 с.
6. Плаксина О. Ф. МУЗИЧНА ТЕРАПІЯ ЯК ОДИН ІЗ ЗАСОБІВ ОЗДОРОВОЇ РЕКРЕАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ. Науковий журнал «Інноваційна педагогіка». Вип. 22. Т. 2. 2020. С. 47-49. URL: http://www.innovpedagogy.od.ua/archives/2020/22/part_2/12.pdf (дата звернення: 12.01.2023).
7. Побережна Г. І. Музикотерапія як інноваційна технологія особистісного розвитку. *Вища освіта України*. 2010. № 3. С. 87 – 97.
8. Шанских Г. Музыка як засіб корекційної роботи. *Мистецтво в школі*. 2003. № 5. С. 28 – 31.
9. Aigen, K. S. The study of music therapy: current issues and concepts. New York, NY, Routledge, 2014. 262 p.
10. Aigen K. Social interaction in jazz: Implications for music therapy. *Nordic Journal of Music Therapy*. 2013. Vol. 22, №2. P. 180-209. URL: <https://doi.org/10.1080/08098131.2012.736878> (Last accessed: 15.01.2023).
11. Garred R. Music as therapy: A dialogical perspective. Gilsum, NH: Barcelona Publishers. 2006. 344 p. ISBN 1-891278-40-1.
12. Gouk, P. Introduction. In P. Gouk (Ed.), *Musical healing in cultural contexts*. Aldershot, UK: Ashgate, 2000. P. 1–25.
13. Hawks J.H., Moyad M.A. CAM: definition and classification overview. *Urologic Nursing*. 2003. Vol. 23. Iss. 3. P. 221–223.
14. Horden, P. (Ed.). Music as medicine: The history of music therapy since antiquity. Aldershot, UK: Ashgate. 2000. 414 p.
15. Horden, P. Musical solutions: Past and present in music therapy In P. Horden (Ed.), *Music as medicine: The history of music therapy since antiquity*. Aldershot, UK: Ashgate. 2000. P. 4–40.
16. Lee C. The Architecture of Aesthetic Music Therapy. Gilsum N.H: Barcelona; 2003. 254 p.
17. McFerran K. S., & Saarikallio S. Depending on music to feel better: Being conscious of responsibility when appropriating the power of music. *The Arts in Psychotherapy*. 2014. Vol. 41, № 1. P. 89–97. URL: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2013.11.007> (Last accessed: 17.01.2023).
18. Rolvsjord, R. Resource-oriented music therapy in mental health care. Gilsum, NH: Barcelona Publishers, 2010. 282 p.
19. Ruud E. Can music serve as a "cultural immunogen"? An explorative study. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 2013. Vol. 8, №1. 20597. URL: <https://doi.org/10.3402/qhw.v8i0.20597> (Last accessed: 17.01.2023).
20. Stewart, J., Garrido, S., Hense, C., & McFerran, K. Music Use for Mood Regulation: Self-Awareness and Conscious Listening Choices in Young People With Tendencies to Depression. *Frontiers in Psychology*. 2019. Vol.10, 1199. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01199> (Last accessed: 17.01.2023).
21. Stige B. *Culture-Centered Music Therapy*. Dallas TX ; Gilsum NH: Barcelona; 2002. 361 p.
22. Smeijsters, H. Sounding the self: Analogy in improvisational music therapy. Gilsum, NH: Barcelona Publishers. 2005. 214 p.
23. Skånland M. S. A young woman's narrative on the role of mobile music in coping with everyday life. *In Musical life stories: Narratives on health musicking*. 2013. Vol. 6, P. 59–74. NMH-publikasjoner. URL: https://www.academia.edu/4448120/A_Young_Womans_Narrative_on_the_Role_of_Mobile_Music_in_Coping_With_Everyday_Life (Last accessed: 16.01.2023).
24. Skånland M. S. «Music is something to cling to; a lifeline» – Music listening in managing life with chronic pain and anxiety. *Approaches: An Interdisciplinary Journal of Music Therapy*, 2020, P. 1–16. URL: https://approaches.gr/wp-content/uploads/2020/11/Approaches_FirstView-a20201102-skanland.pdf (Last accessed: 16.01.2023).
25. Thaut M. Rhythm, Music, and the Brain: Scientific Foundations and Clinical Applications (1st ed.). New York: Routledge. 2007. 272 p. URL: <https://doi.org/10.4324/9780203958827> (Last accessed: 16.01.2023).
26. Tüpker R. Reader Musiktherapie – Masterstudiengang Musiktherapie. Hg. Norderstedt: BoD 2008. 174 p.