

education policy formation of health-saving, the greening education and improving education valeological culture.

Using of the term «the final activity in extreme conditions» was justified in the article. The aspects of psychophysiological state before the concert and prelaunch state from the positions of health-saving were reviewed.

The object of the study was the phenomenon of prelaunch excitement in his the basic characteristics.

The typical features of scenic and prelaunch excitement and disclose the physiological mechanisms of nascence of generalized nature of prelaunch states as adaptive reactions in response to changes in emotional state were defined.

We assume that the resulting activity is the implemented in a short period of time and provides the ultimate, concentrated result of certain activity which was preparing for a long time.

Given the specificity of adversarial and live performances, they can be regarded as extreme conditions, that is, requiring maximum exertion of physiological and mental functions wich going beyond the limits of the physiological norm.

The state of «excitement-rise» before the concert, as well as combat readiness in sports, providing the best mental attitude and functional training musicians and athletes to the work.

Conclusions. The analysis of scientific literature allows to generalize information on the psychophysiological aspects of functional states in final professional work in extreme conditions, such as state before the concert and prelaunch condition in music and performing activities and sports.

Prospects for further research are in the scientific substantiation of preventive measures to prevent psychosomatic diseases and scientific research in the field of of mental hygiene of professions with significant intensity of working process.

Key words: *of health-saving, scenic excitement, prelaunch condition, excitement-rise, anxiety-panic, anxiety-apathy, mental hygiene.*

УДК 37.032 +159.91

Я. Калиниченко

Сумський державний педагогічний
університет імені А. С. Макаренка

ВПЛИВ СЛУХАННЯ МУЗИКИ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ПІДЛІТКІВ

У статті розглядаються особливості психо-емоційного стану підлітків під час слухання музики. Встановлено, що під час звучання сучасної музики у 84,78 % випадків виникає підвищення настрою, відчуття збудження, наступальні тенденції, висока активність, потреба активно діяти і досягати успіху. Слухання класичної музики викликає відчуття впевненості, наполегливості, високої працездатності, спокою (58,71 %) та музичного «ознобу» (23,91 %). Музика допомагає подолати та зменшити неприємні відчуття за умови негативного емоційного стану для 60,87 % опитаних підлітків. При цьому пріоритети надаються класичній музиці (21,74 %), року (19,57 %), поп-музиці (17,39 %), рідко використовується шансон (4,35 %), диско (4,35 %) та кантрі (2,17 %).

Ключові слова: *підлітки, психо-емоційний стан, класична музика, сучасна музика, слухання, музична психологія, музичні стилі.*

Постановка проблеми. Стрімкі перетворення в системі шкільної освіти, інтенсифікація процесу навчання, створення спеціалізованих загальноосвітніх навчальних закладів із поглибленим вивченням різних предметів призводять

до значного збільшення інформаційного навантаження учнів. Загальновідомо, що надмірне інформаційне навантаження, гіподинамія, порушення режиму сну та відпочинку сприяють зниженню функціональних можливостей організму, процесів адаптації та збільшенню психофізіологічної «ціни» інноваційного навчання та проявам загальних негативних тенденцій в динаміці психофізіологічного здоров'я дітей шкільного віку [1, 85–90; 4, 27; 8, 124–125]. Епідеміологічні дослідження останніх років переконливо свідчать про те, що на сьогодні питома вага людей з невротичними реакціями в різних країнах коливається від 25 до 75%. За даними комітету експертів ВООЗ, розлади психічного здоров'я, які порушують процеси соціального становлення особистості, зустрічаються практично в кожній двадцятій дитини.

Розвиток емоційної сфери особливо значимий у підлітковому віці, який характеризується психологами та фізіологами як перехідний, складний, критичний і має особливе значення у становленні особистості: розширюється обсяг діяльності, якісно змінюється характер, закладаються основи свідомої поведінки, формуються моральні уявлення. Значимий вплив на психоемоційний стан підлітків відіграє художньо-естетичне виховання як універсальний засіб особистісного розвитку школярів на основі виявлення індивідуальних здібностей, різнобічних естетичних потреб та інтересів [6].

Тому подальшої розробки потребують засоби позитивного впливу на формування психоемоційної сфери підлітків, адаптації їх організму до певних, іноді незвичних, умов повсякденної діяльності, забезпечення адекватного формування психофізіологічних можливостей організму. У цьому контексті музика має унікальні можливості впливу на людину, тому художньо-естетичне виховання потрібно розглядати не лише як процес набуття художніх знань і вмінь, а, насамперед, як універсальний засіб особистісного психо-емоційного розвитку школярів на основі виявлення індивідуальних здібностей, різнобічних естетичних потреб та інтересів.

Аналіз актуальних досліджень. Загальновідомо, що психоемоційний стан є узагальненою характеристикою психічного функціонування вищої нервової діяльності організму у певний проміжок часу, що реалізується на основі самооціночних процесів.

Основними факторами формування особистості підлітка є: особливості побуту, середовище безпосереднього спілкування (друзі, знайомі, сусіди, родичі, вчителі, однокласники); позашкільні заклади. Необхідно констатувати, що на психо-емоційний стан суттєво впливають стихійні фактори соціального оточення, зокрема засоби масової інформації, особливо телебачення та інтернет. У той самий час дисципліни художньо-естетичного циклу в загальноосвітніх навчальних закладах мають досить скромний вплив на формування музичних смаків, естетичних потреб, інтересів і профілактику негативних порушень нервово-психічного розвитку дітей.

Підлітковий вік, незважаючи на відносну короточасність, багато в чому визначає все подальше життя індивідуума. Перехід до підліткового віку характеризується глибокими змінами умов, що впливають на особистісний розвиток дитини. Вони стосуються фізіології організму, відносин, що складаються у підлітків із дорослими людьми і однолітками, рівня розвитку пізнавальних процесів, інтелекту та здібностей. Крім того, емоційний розвиток зазнає в цей час значних змін [7, 269–274.].

Подібна суперечливість особистісних проявів, вважає Б. М. Теплов, свідчить про відсутність стабільності особистості, про не сформованість взаємин між її окремими компонентами [8, 124–125]. Ця характеристика, за В. В. Ковальовим, стосується першої фази підліткового віку, яку він назвав негативною (12–14 років). Підліткам у цій стадії властиві такі характерологічні реакції, як реакція активного й пасивного протесту.

Друга фаза підліткового віку – позитивна (15–16 років) – відрізняється поступовою гармонізацією особистості підлітка. Це проявляється в поступовому врівноважуванні емоційно-вольової сфери, згладжуванні імпульсивності, зменшенні контрастності й суперечливості емоційно-вольових реакцій [3, 25–28].

Це чітко проявляється в підлітковому віці, бо саме в цей вік особистість є найбільш відкритою для різних етнічних і культурних впливів, а також саме в цей час відбувається видозміна підлітка як на морфологічному, гормональному, так і на соціальному рівні.

Музичне мистецтво є специфічним генератором ціннісного ставлення до довкілля, що розширює можливості пізнання художньої картини світу через передачу різноманітних настроїв, активізує сферу власних почуттів і психічних станів людини і може використовуватись як дієвий засіб саморегуляції. Це підтверджують досліді в галузі музикознавства (В. Медушевський, Л. Мазель, В. Конен), музичної психології та музичного сприйняття (О. Костюк, О. Рудницька, В. Остроменський, А. Сохор, О. Лосєв, С. Раппопорт) [5, 18]. Використання музичного мистецтва як засобу саморегуляції потребує інтеграції здобутків теоретичних знань та практичних розробок різноманітних галузей наук для подальшого застосування на службі людині.

Потужний вплив якої на емоційний стан людини, а опосередковано і на загальний розвиток особистості, відзначали у своїх роботах Б. Г. Ананьєв, Н. Б. Берхін, А. М. Виногородський, Ю. Б. Гиппенрейтер, Т. О. Гордєєва, Д. О. Леонтьєв, О. В. Овчинникова, В. І. Петрушин, Б. М. Теплов [8, 12–14].

У руслі сучасної психологічної та музично-педагогічної думки (В. Л. Леві, В. І. Петрушин, М. Роджерс, О. П. Рудницька) питання вивчення закономірностей музичного сприймання почало набирати розмаху в системі «музика-слухач» при створенні психокорекційних та профілактичних програм для сприяння особистісного розвитку, полегшення процесів емоційного оздоровлення, вирішення внутрішніх конфліктів, пробудження творчого начала [2, 3–8].

Музичне виховання, пропонуючи учням у змісті музичних творів емоції різної модальності, робить їх одночасно і більш здатними до переживання тих емоційних станів, які не входять в структуру емоцій їх природного темпераменту, тим самим розширюючи і поглиблюючи контакти з оточуючими людьми і дійсністю.

Сьогодні уяву підлітків і молоді полонить музика масової культури (рок, реп, поп тощо). Під час перегляду чергового відеокліпу поєднання мерехтливого зображення (кольорів, образів, сцен) з гучною ритмічною музикою епохи НТР допомагає «втекти» від буденності, опинитися в іншій «уявній» реальності. Однак спеціалісти переконливо доводять, що сучасна музика не завжди позитивно впливає на емоційну сферу підростаючої особистості. Цей жанр мистецтва може викликати ефект спрощених емоційних станів, посилення агресивності.

У науково-експериментальних працях вітчизняних учених доведено статистично-достовірні порушення ряду психічних функцій під дією року (об'єми короткочасної пам'яті). Зниження рівня зрозумілого спілкування, виникнення почуття роздратованості й туги, зниження писемної продуктивності, виникнення почуття тяжкості) з паралельним порушенням електроенцефалограмних характеристик мозку. Ефективність музикотерапії обумовлюється не лише емоційним її впливом на людину, а й біорезонансною співзвучністю музичних звуків із вібрацією окремих органів і системою організму.

Накопичений психологією мистецтва значний фактичний матеріал дає підстави для вивчення процесу розвитку емоційної сфери на основі сприйняття музики. У контексті цього підходу вченими визначена динаміка її розвитку в процесі сприйняття музики на різних вікових етапах онтогенезу. Зокрема в підлітків, завдяки контакту з музикою підвищується самоаналіз внутрішніх інтимних переживань, пов'язаних переважно із стосунками з однолітками, та виникає здатність дивитися на себе «зі сторони» і створювати на основі точки зору інших власний «Я-образ» (В. М. Безкоровайна, В. Г. Багреева, Л. Г. Григоровська, М. П. Павлович, Т. О. Флоренська).

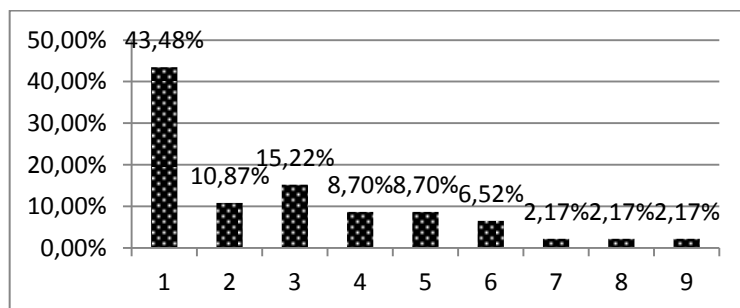
Метою статті було вивчити особливості психо-емоційного стану підлітків під час слухання музики

Методи дослідження. Об'єктом дослідження був процес сприйняття музики дітьми підліткового віку. У дослідженні брали участь 76 школярів віком від 16 до 17 років загальноосвітніх навчальних закладів м. Суми. Необхідність здійснення поглибленої оцінки особливостей психо-емоційного стану та емоційних переживань зумовлювала потребу у використанні в ході виконання наукового дослідження тестової методики колірному тесту Люшера. Для характеристики впливу музичного слухання на життєдіяльність та емоційну сферу підлітків було розроблено спеціальну анкету.

Одержані результати підлягали стати стичній обробці з використанням стандартних пакетів прикладних програм багатовимірного статистичного аналізу “Statistica 5.5 for Windows”. Для первинної підготовки таблиць використовувався пакет Excel.

Виклад основного матеріалу. Серед школярів 89,13 % опитаних не мали музичної освіти, тільки 8,7 % респондентів закінчили музичну школу і 2,17 % – музичне училище. При цьому 60,87 % підлітків позиціонували себе успішними в навчанні за основними предметами.

Музичні уподобання визначалися відповідями на запитання «Якому стилю музики віддаєте перевагу?». Встановлено, що в підлітковому віці перевага надається поп-музиці (43,48 %), на другому місці за пріоритетністю – рок (15,22 %), на третьому – реп (10,87 %), четверте місце посідають повністю протилежні за стилем – класична і електронна музика (по 8,7 % відповідей) (рис. 1).

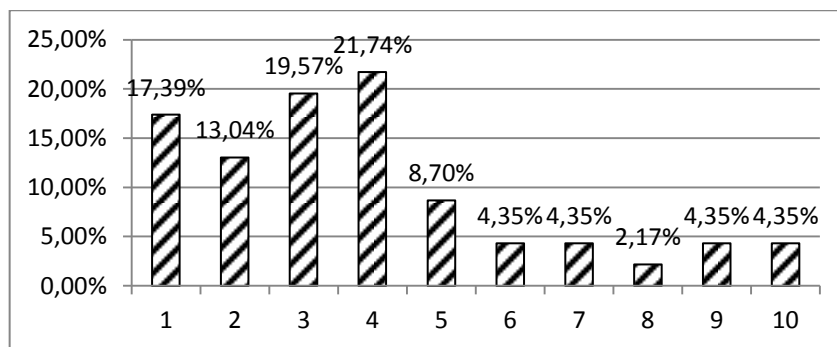


Примітка: 1-поп-музика; 2 – реп; 3-рок; 4 – класична музика; 5-електронна музика; 6-джаз; 7 – кантрі; 8 – диско; 9 – шансон

Рис. 1. Розподіл підлітків за музичними вподобаннями (%)

Причому серед хлопців перші три позиції займають такі стилі: поп-музика (30,77 %), електронна музика (23,08 %) і рок (15,38 %). Серед дівчат аналогічно поп-музиці надають перевагу 48,48 % опитаних, на другому місці – рок (15,15 %), на третьому – реп (12,12 %). Класичну музику виокремлюють 7,69 % хлопців і 9,05 % дівчат. Слід відмітити, що серед підлітків, які мають музичну освіту у 50,0 % випадків визначили для себе пріоритетним класичну музику, що підтверджує вплив наявності музичного досвіду і музичної чуйності [5, 45].

Слухання музики супроводжує, у тій чи іншій мірі, життя кожної людини. Для підліткового віку виявилось притаманним те, що виконання роботи по дому у 82,61 % опитаних супроводжується звучанням музичних творів. У випадку поганого настрою, негативних емоцій, подолати такі стани допомагає музика у 60,87 % опитаних, і тільки 6,52 % респондентів дали негативну відповідь. При цьому пріоритети, за умови негативного психо-емоційного стану, надавалися класичній музиці (21,74 %), року (19,57 %), поп-музиці (17,39 %), рідко використовувався шансон (4,35 %), диско (4,35 %), кантрі (2,17 %), (рис. 2).



Примітка: 1 – поп-музика; 2 – реп; 3 – рок; 4 – класична музика; 5 – електронна музика; 6 – джаз; 7 – кантрі; 8 – народна музика; 9 – диско; 10 – шансон

Рис. 2. Розподіл підлітків за музичними вподобаннями на фоні негативних емоцій (%)

На протигагу загальноовизнаному релаксуючому впливу музикотерапії на організм людини (з використанням окремих музичних творів класичного стилю), підлітки відповіли, що стан релаксації вони досягають через слухання музики у рок – стилі (73,91 %) і поп-музики (8,7 %). Використання класичної музики з цією метою визнали тільки 4,35 % опитаних. Ймовірно, тому слухання «важкої» музики не викликає дискомфорту і головних болей у переважній більшості підлітків (60,87 %), а 73,4 % опитаних навіть засинають під час слухання. З фізіологічної точки зору встановлений факт можна пояснити розвитком процесів позамежного індукваного охоронного гальмування у корі головного мозку внаслідок надмірного збудження клітин головного мозку [1, 85–90].

На думку школярів, бадьора музика у 91,3 % випадків підвищує працездатність та у 80,48 % – стимулює до занять спортом. Неоднозначно оцінюють підлітки вплив слухання музики на навчання. Майже порівну розподілилися відповіді про позитивний (58,7 %) і відсутній (41,3 %) вплив музики на процес навчання.

Не зважаючи на те, що усі респонденти прослуховують музику, тільки 60,87 % з них відповіли ствердно, що мають улюбленого виконавця або групу. Проте їх концерти мали змогу відвідати тільки 15,22 % опитаних.

Підлітки використовують для слухання музики матеріали з домашньої фонотеки (34,78 %), з телевізійних передач, Інтернету (47,83 %) та з концертних виступів (17,39 %).

У ході дослідження необхідно було припустити, що слухання музики обов'язково пов'язано зі знаннями про виконавців, композиторів. Проте тільки 25,0 % опитаних змогли дати відповідь на поставлене питання про композиторів сучасності та класичної музики, творам яких надається перевага. Серед сучасних композиторів вказані В. Вакарчук, К. Меладзе, Т. Кароль, згадані композитори класичної музики (Й. Бах, В. Моцарт, Л. Бетховен, А. Вівальді, Ф. Шопен).

Особливої уваги заслуговують відповіді на питання про почуття і емоційний стан, що викликає слухання різної музики. Зокрема слухання сучасної музики у 84,78 % випадків викликає підвищення настрою. Спокій та музичний «озноб» з відчуттям «мурашок» виникає у 6,52 % підлітків для кожної із зазначених позицій (рис. 3).

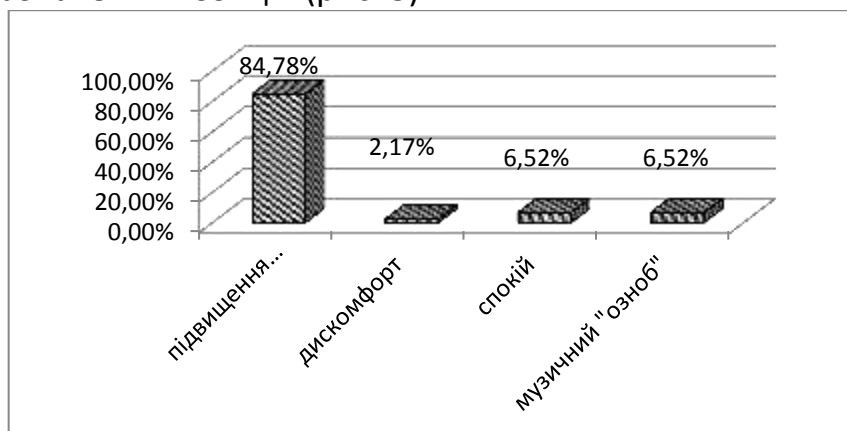


Рис. 3. Питома вага різних груп почуттів, що виникають під слухання сучасної музики (%)

У той самий час слухання класичної музики викликає зовсім інші почуття: спокою (58,71 %) та відчуття музичного «ознобу» (23,91 %) (рис. 4).

Як відомо, підліткам притаманна висока емоційність, досить глибокі емоційні переживання, що супроводжують не тільки їх повсякденне життя, але й процес слухання музики, сприймання картин мистецтва, особлива чутливість до поезії. Емоційне благополуччя – це стійке домінування позитивних емоційних станів (щастя, радості), що не виключає негативних емоцій за умови їх конструктивного вираження (наприклад, в творчій грі). У свою чергу, емоційне неблагополуччя – це стійке переважання у дитини негативних емоційних станів, пов'язане з недовірою до себе і світу та іншими проблемами [1, 85–90]. Для корекції емоційних станів та підтримки емоційного благополуччя найчастіше використовується слухання музичних творів.

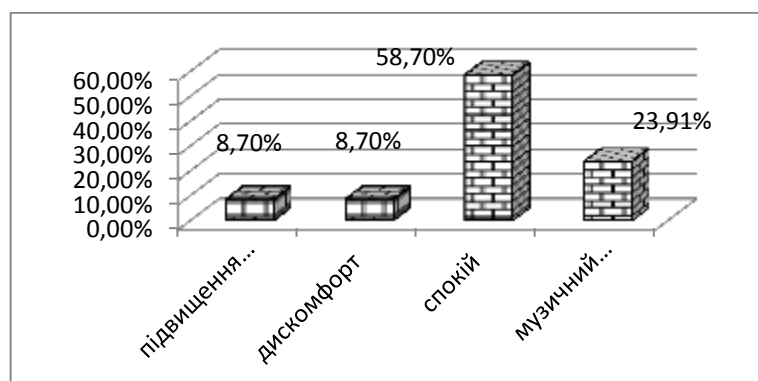


Рис. 4. Питома вага різних груп почуттів, що виникають під слухання композиторів класичної музики (%)

У ході дослідження було встановлено, які, переважно, емоційні відчуття викликає слухання улюбленої музики. Для оцінки емоційної сфери використовувався елемент інтерпритації кольорового тесту Люшера, а саме трактування індивідуального змісту кольору, що базується на особливостях відношення людини до відповідного кольору.

Встановлено, що слухання музики сучасних композиторів у підлітків асоціюється з жовтим кольором (28,89 %), червоним кольором (24,44 %) та зеленим (22,22 %).

Таким чином, можна стверджувати, що яскраві кольори є ознакою таких особистісних особливостей: збудження, наступальні тенденції, висока активність, веселість, експансивність, сприйняття збудження для розрядки напруження, потреба активно діяти й досягати успіху. Вибір зеленого кольору, що асоціюється із сучасною, переважно «важкою» музикою, ймовірно, характеризує гнучкість вольових проявів у складній діяльності, підтримка високої працездатності. Вірогідних відмінностей у відповідях юнаків і дівчат не встановлено.

Під час слухання класичної музики у підлітків частіше виникали асоціації з зеленим (44,44 %) та синім (15,56 %) кольорами, що можна прокоментувати як прояв самоствердження, володіння собою, відчуттям впевненості, наполегливості (інколи впертості), високої працездатності. Значна кількість (17,78 %) відповідей щодо асоціації з білим кольором, ймовірно, свідчить про складність кольорової інтерпретації відчуттів у підлітків.

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок. 1. Під час слухання класичної музики в підлітків частіше виникали асоціації із зеленим (44,44 %) та синім (15,56 %) кольорами, що можна прокоментувати як прояв самоствердження, володіння собою, відчуттям впевненості, наполегливості (інколи впертості), високої працездатності. Слухання сучасної музики викликали відчуття збудження, наступальні тенденції, висока активність, веселість, експансивність, потреба активно діяти й досягати успіху, про що свідчили асоціації із жовтим кольором (28,89 %), червоним кольором (24,44 %).

2. Стан релаксації підлітки досягають через слухання музики в рок-стилі (73,91 %) і поп-музики (8,7 %). Використання класичної музики з цією метою визнали тільки 4,35 % опитаних.

3. Слухання музичних творів можна використовувати для корекції емоційних станів, розвитку емоційних відгуків на окремі музичні твори й естетичного виховання школярів, адаптації організму до певних, іноді незвичних, умов повсякденної діяльності, забезпечення адекватного формування психофізіологічних можливостей організму.

4. На сьогодні загальноосвітні школи й позашкільні навчальні заклади мають стати провідними установами виховання духовності, формування

творчої особистості, виховання людини високої емоційно-естетичної культури.

5. Музика має унікальні можливості впливу на особистість у підлітковому віці, тому художньо-естетичне виховання потрібно розглядати не лише як процес набуття художніх знань і вмінь, а, насамперед, як універсальний засіб особистісного психо-емоційного розвитку школярів на основі виявлення індивідуальних здібностей, різнобічних естетичних потреб та інтересів.

Перспективи подальших наукових розвідок полягають у дослідженні формування музичних смаків у підлітковому віці з урахуванням рівня тривожності, типу темпераменту протягом кількох років навчання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Заїкіна Г. Л. Показники нервово-психічного перевантаження учнів загальноосвітніх навчальних закладів / Г. Л. Заїкіна // Освіта і здоров'я: формування здоров'я дітей, підлітків та молоді в умовах навчального закладу : тези доп. II Всеукраїнської науково-практич. конф. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2008. – С. 85–90.
2. Кальниш В. Вплив світлових феноменів на підсвідомість / В. Кальниш, В. Петрик. – Психолог. – К. : Вид. дім «Шкільний світ», 2007. – № 33 – С. 3–8.
3. Ковалев В. В. Семиотика и диагностика психических заболеваний у детей и подростков / В. В. Ковалев. – М. : Медицина, 1985. – 288 с.
4. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : [монографія] / О. М. Кокун. – К. : Міленіум, 2004. – 265 с.
5. Петрушин В. И. Музыкальная психология [Для студентов средних и высших музыкальных учебных заведений, 2-е издание, исправленное и дополненное] / В. И. Петрушин. – М. : «Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС», 1997. – 346 с.
6. Про затвердження Концепції художньо-естетичного виховання учнів у загальноосвітніх навчальних закладах та Комплексної програми художньо-естетичного виховання у загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lawua.info/bdata2/ukr2571/pg-4.htm>.
7. Сергета І. В. Особливості нервово-психічного стану учнів протягом навчання в старших класах сучасної школи / І. В. Сергета, О. Ю. Браткова, О. П. Мостова // Гігієна населених місць. – 2012. – Вип. 60. – С. 269–274.
8. Теплов Б. М. Психология индивидуальных различий [избр. труды : в 2-х т.] / Б. М. Теплов. – М. : Педагогика, 1985. – 329 с.

РЕЗЮМЕ

Калиниченко Я. Влияние слушания музыки на психо-эмоциональное состояние подростков.

В статье рассматриваются особенности психо-эмоционального состояния подростков во время прослушивания музыки. Установлено, что во время звучания современной музыки в 84,78 % случаев возникает повышение настроения, ощущение возбуждения, наступательные тенденции, высокая активность, потребность активно действовать и добиваться успеха. Слушание классической музыки вызывает чувство уверенности, настойчивости, высокой работоспособности, покоя (58,71 %) и музыкального «озноба» (23,91 %). Музыка помогает преодолеть и уменьшить негативное эмоциональное состояние для 60,87 % опрошенных подростков. При этом

предпочтение отдается классической музыке (21,74 %), року (19,57 %), поп-музыке (17,39 %), редко используется шансон (4,35 %), диско (4,35 %) и кантри (2,17 %).

Ключевые слова: *подростки, психо-эмоциональное состояние, классическая музыка, современная музыка, слушания, музыкальная психология, музыкальные стили.*

SUMMARY

Kalinichenko Y. Influence of Music on psycho-emotional state of adolescent.

In the article the features of psycho-emotional state while listening to music. Art of Music is a specific generator is a specific value attitude to the environment that enhances the knowledge of the artistic picture of the world through the transfer of various moods, activates the scope of their own feelings and psychic states of man and can be used as an effective means of self-regulation.

During the course of the research was implementation the methodology of Luscher color test. To characterize the impact on the livelihoods of adolescents during the music listening and their emotional sphere was developed a special questioners.

Found that in adolescence teens are prefer pop music (43,48 %), the second highest of priority - rock (15,22 %), in third - rap (10,87 %), fourth place is occupied completely opposite in style - classical and electronic music (by 8,7 % of respondents).

During the sound of modern music in 84,78 % of cases there is improvement in mood, a sense of excitement, offensive tendencies, high activity, the need to act and achieve success.

Listen to classical music evokes a feeling of confidence, perseverance, high efficiency, quietude (58,71 %) and musical «chills» (23,91 %). Music helps to overcome and reduce the discomfort provided negative emotional states for 60,87 % of the surveyed teenagers.

Wherein the priority given to classical music (21,74 %), rock music (19,57 %), pop music (17,39 %), rarely used chanson (4,35 %), disco (4,35 %) and country (2,17 %).

In contrast to the conventional relaxing influence of music therapy on human organism (with using separate music of classic style), adolescents responded that they reach a state of relaxation by listening to rock music - style (73,91 %) and pop-music (8,7 %).

Thus, listening music can be used for correcting the emotional states and emotional response to certain music and aesthetic education of pupils, adaptation of organism to specific, sometimes unusual conditions day to day operations, ensuring adequate physiological formation of the organism.

Prospects for further scientific studies should be study the formation of musical tastes as a teenager with the level of anxiety, such as temperament training for several years.

Key words: *adolescents, psycho-emotional state, classical music, contemporary music, listening, music psychology, music style.*