

Музыкотерапия в работе с детьми

Многим людям нравится музыка, не осознавая как она воздействует на человека и его психику. Иногда музыка вызывает излишнюю энергию, а порой оказывает расслабляющее действие. Психологи выяснили, что классическая музыка благоприятно воздействует на память, стимулирует мышление помогает сосредоточиться, расслабиться. Церковная музыка укрепляет дух, придает уверенность, помогает расслабиться и даже уменьшает болезненные ощущения. А вот ряд музыкальных стилей обладают неоднозначным и индивидуальным влиянием на психику человека. Музыка влияет на психологическое состояние человека путем воздействия на нервные клетки. В состоянии стресса, повышенной тревожности частота волн головного мозга превышает допустимые нормы. Музыка с ритмом 60 ударов в минуту, как « медитация» , может замедлить мозговую деятельность. При ее прослушивании улучшается внимательность и трудоспособность. Мозг перестает тратить энергию на негативные эмоции. Постепенно общее состояние стабилизируется, наступает умиротворение. Музыка положительно влияет не только на психологическое состояние, но так же она способна исправить различные нарушения. Высокое значение лечебному влиянию музыки придавалось в медицинской науке древнего Египта, Греции, Рима. Бог Солнца – Апполон был одновременно богом музыки и медицины, что свидетельствует о тесных отношениях, существующих между этими видами знаний в умах древних греков. В своем трактате « Обобщение о действии музыки » И. Тинкторис изложил о «влиянии музыки на человека», в которых систематизировал высказывания по этому предмету почти всех музыкальных авторитетов прошлого, как античных, так и средневековых. Современная медицина воспользовалась

давно накопленными наблюдениями и разработала метод лечения музыкой.
Так родилась музыкотерапия.

Музыкотерапия- это система психосоматической регуляции функций организма человека.

Музыкотерапия входит в состав арт- терапии (лечение искусством), которая представляет собой целый комплекс методов и приемов вовлечения людей, в различные виды деятельности, благодаря которым удается заблокировать, погасить, переключить зоны отрицательных переживаний мозга и наполнить сознание положительно окрашенными чувствами и мыслями.

Занятия с использованием музыкотерапии направлены на:

- создание положительного эмоционального фона коррекционных занятий;
- стимуляция двигательных функций;
- развитие и коррекция сенсорных процессов (ощущений, восприятий, представлений) и сенсорных способностей;
- растормаживание речевой функции;
- развитие и коррекция психических процессов (внимания, памяти, мышления);
- формирование произвольной регуляции поведения;
- развитие эмоциональной сферы.

Музыкотерапия представляет собой метод, использующий музыку в качестве средства психологической коррекции состояния ребенка в желательном направлении развития. Многочисленные методики музыкальной терапии предусматривают как целостное использование музыки в качестве основного и ведущего факторов воздействия (прослушивание музыкальных произведений, музицирование), так и

дополнение музыкальным сопровождением других коррекционных приемов для усиления их воздействия.

Правильный выбор музыкальной программы – ключевой фактор музыкотерапии. Для того чтобы музыка оказывала благотворное влияние на ребенка, она должна соответствовать его эмоциональному состоянию. Еще в 1916 г. В.М.Бехтерев писал: «Музыкальное произведение, по своему состоянию совпадающее с настроением слушающего, производит сильное впечатление. Произведение, дисгармонирующее с настроением слушающего, может не только не нравиться, но даже раздражать».

Подробный разбор литературы, посвященный различным аспектам музыкотерапии, представлен в работах Л.С.Брусилковского (1971), В.Ю. Завьялова (1995), К.Швабе (1974) и др.

Существуют различные формы музыкальной терапии в работе с детьми:

1. «Свободное движение» «под музыку включает пространственные перестроения в процессе движения по залу и различные виды шагов. Формирует легкость вступления в контакт; развивает двигательную координацию, умение ориентироваться в игровом пространстве; «будит тело».

2. Ритмическая разминка направлена на внесение дисциплины и организованности; формирование навыков движения в коллективе, ритмичного и координированного движения; координирование вокально-речевой интонации с движением; осознание схемы собственного тела.

3. Пальчиковые игры способствуют развитию тонких движений пальцев рук, психических процессов (внимания, памяти, мышления).

4. Пение организует правильное дыхание, облегчает легкость дикции.

5. Игра на детских музыкальных инструментах позволяют обогатить общие представления детей, ознакомить их со звуковыми свойствами инструментов, конкретными приемами звукоизвлечения.

6. Танцы, хороводы вырабатывают навыки взаимодействия с партнерами, ритмичного и координированного движения. При этом решаются многие проблемы — двигательные, эмоциональные, познавательные и социальные.

7. Коммуникативные, ритмические игры и игры по правилам регулируют у детей процессы возбуждения и торможения; создают дополнительную мотивацию; способствуют выработке позитивного, доброжелательного отношения к окружающим.

Достоинствами музыкотерапии является: абсолютная безвредность; легкость и простота применения; возможность контроля; уменьшение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и отнимающих больше времени.

Таким образом, музыкотерапия — это психотерапевтический метод, использующий музыку в качестве средства коррекции. Многочисленные методики музыкотерапии предусматривают как целостное и изолированное использование музыки в качестве основного и ведущего фактора воздействия (прослушивание музыкальных произведений, индивидуальное и групповое музицирование), так и дополнение музыкальным сопровождением других коррекционных приемов для усиления их воздействия и повышения эффективности.

Список литературы:

- 1) Котышева Е.Н. Музыкальная психокоррекция детей с ограниченными возможностями здоровья. - СПб. 2010.
- 2) Поваляева. М.А.Справочник логопеда. Изд.9-е. Ростов-на-Дону: Феникс, 2008.