

## **Музыкотерапия как стимул для развития**

### *Консультация для родителей*

Все мы рождаемся с разными возможностями. Иногда ограничения накладываются самой природой. Но это не значит, что шансов быть счастливыми у людей, а точнее, детей с ограниченными возможностями, меньше. И этому найдется свое решение - музыкотерапия.

Помните поговорку: "Терпение и труд все перетрут"? Вам нужно именно это, если у вас ребенок с ограниченными возможностями (нарушение опорно-двигательного аппарата, нервные заболевания, олигофрения, проблемы со слухом или зрением). Еще древние знали, что искусство обладает лечебным эффектом, но сильное воздействие на здоровье, конечно, оказывает музыка. Уже в Древней Греции Пифагор в своем университете в Кротоне начинал и заканчивал день пением: утром - чтобы очистить ум ото сна и возбудить активность, вечером - успокоиться и настроиться на отдых.

Современные нейрохирурги и психологи считают, что музыка оказывает магическое воздействие на развитие мозга человека. Удивительно, что конкретные типы нервных клеток реагируют на конкретные частоты звуковых колебаний, соответствующие определенным музыкальным нотам. Поэтому и возникла музыкотерапия как психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека.

### **Лечение музыкой**

Музыкотерапия - наиболее древняя и естественная форма коррекции эмоциональных состояний, которыми многие люди пользуются, чтобы снять накопленное психическое напряжение, успокоиться, сосредоточиться.

Специалисты различают пассивную и активную формы музыкотерапии. В первом случае пациентам предлагают прослушивать различные музыкальные произведения, соответствующие состоянию их психологического здоровья и ходу лечения. Те, кто хоть раз общался с ребенком с ограниченными возможностями, знают, как трудно найти тропинку к его сердцу. Поэтому естественность и доступность, которая есть в музыке, - одна из причин бурного развития музыкальной терапии в последние 2-3 десятилетия. Полезность музыкотерапии в работе с детьми с ограниченными возможностями в том, что она:

- помогает укрепить доверие, взаимопонимание между участниками процесса;
- помогает ускорить прогресс терапии, так как внутренние переживания легче выражаются с помощью музыки, чем при разговоре;

- музыка усиливает внимание к чувствам, служит материалом, усиливающим осознание;
- косвенно повышается музыкальная компетенция, возникает чувство внутреннего контроля и порядка.

Чем раньше начинается лечение, тем больше шансов на успех. Поэтому уже с двух лет детей с ограниченными возможностями можно лечить и развивать с помощью музыкотерапии. У детей второго года жизни круг представлений о внешнем мире очень узкий, слабо развита речь, а также слуховые и зрительные восприятия, слабая нервная система, плохая координация движений, неустойчивое внимание. Как правило, у этих детей отсутствуют навыки и умения в звукоподражании, в слоговом подпевании и интонировании простейших мелодий. Дети не умеют согласовывать движения с музыкой, подчинять свои действия различным внешним сигналам - зрительным, слуховым. Но у них есть одно свойство - подражательность, - которое проявляется как в музыкально-ритмических движениях, так и в подпевании и пении.

### **Лечебная физкультура**

На занятиях лечебной физкультурой происходит не только развитие физических способностей детей - движения исполняются под музыку, что существенно способствует улучшению координации ребенка.

Музыкальные занятия могут проводиться в любой форме: прослушивание музыки, подпевание. Помните лишь принципы работы в музыкотерапии: с целью успокоения необходимо прослушать тихую и спокойную музыку, а для активизации - веселую и громкую. Возможности музыкальных произведений, особенно классических, широко используются для передачи чувств, переживаний, настроений ребенка с целью изменения структуры его мироощущения. При активной музыкотерапии дети сами участвуют в исполнении музыкальных произведений (пение), при этом применяются как обычные музыкальные инструменты, так и необычные, например, собственное тело (хлопки, постукивания). Основная цель музыкальных занятий - интеграция ребенка в социальную группу, так как в музыкальном сотворчестве хорошо отрабатываются различные коммуникативные навыки, устраняется повышенная застенчивость, формируется выдержка и самоконтроль.

Музыкально-двигательный показ хорошо влияет на развитие ребенка, что, во-первых, вызывает интерес и сосредоточивает внимание детей на том или ином предмете, во-вторых, обучает игровым приемам, выполнению движений в соответствии с текстом песни.

## **Игра**

Наглядность (иллюстрации, игрушки) помогает установлению контакта с детьми, дает возможность привлечь их внимание к занятиям, расширяет представление малышей об окружающем мире.

Между прочим, игра - оптимальная форма постижения всего нового. Лучше всего использовать сюжетные игрушки, которые своей художественной яркостью побуждают малышей к проявлению радостных эмоций. Это может быть зайчик, петушок, птичка. К тому же по ходу игры стоит знакомить детей с повадками птиц и животных, звукоподражать им, формировать у ребят представление о предметах, обогащать активный словарь и расширять представление о внешнем мире.

В качестве средств, способствующих музыкотерапии, часто используют дополнительные приемы: дыхательные упражнения, аутотренинг, гипноз, живопись или танец. Эффективно применяется метод "гипносон" - отдых под музыку.

## **Работа с особыми детьми**

Работая с детьми с ограниченными возможностями, нужно иметь определенные навыки. Это, во-первых, умение создавать атмосферу психологического комфорта, что позволит достичь положительной динамики реабилитационного периода для ребенка. Во-вторых - умение установить контакт с ребенком. Такое возможно с помощью мимики, взгляда, улыбки, жеста, ласковой выразительной речи, а главное - положительным эмоциональным настроем.

Также необходимо вызвать у детей интерес к занятиям, научить понимать простейшие игровые ситуации по сигналу: убегать от собачки, птички, кошки, грозить ей пальцем, догонять куклу, искать ее, выразить удивление по поводу ее исчезновения. Используя все эти методы в процессе систематической работы, вы всесторонне развиваете ребенка, обогащаете его новыми музыкальными впечатлениями, помогаете овладеть различными навыками.

Таким образом, искусство развивает и воспитывает, позволяет разобраться в жизни и понять самого себя, оно формирует самооценку, так как, вне зависимости от болезни, это понятно всем. Игра поможет организовать и активизировать детей с ограниченными возможностями, собрать их внимание, установить с ними контакт, а присутствие живой музыки на занятиях и праздниках становится для них мощным стимулом в процессе реабилитации.

## На заметку

Список произведений классической музыки для регуляции психоэмоционального состояния детей с ограниченными возможностями:

- Для уменьшения чувства тревоги и неуверенности - "Мазурка" Шопен, "Вальсы" Штрауса, "Мелодии" Рубинштейна.
- Для уменьшения раздражительности, разочарования, повышение чувства принадлежности к прекрасному миру природы - "Кантата № 2" Баха, "Лунная соната" Бетховена.
- Для общего успокоения - "Симфония №6" Бетховена, часть 2, "Колыбельная" Брамса, "Аве Мария" Шуберта.
- Для снятия симптомов гипертонии и напряженности в отношениях с другими людьми - "Концерт ре-минор" для скрипки Баха.
- Для уменьшения головной боли, связанной с эмоциональным напряжением, - "Дон Жуан" Моцарт, "Венгерская рапсодия №1" Листа, "Сюита Маскарад" Хачатуряна.
- Для поднятия общего жизненного тонуса, улучшение самочувствия, активности, настроения - "Шестая симфония", Чайковского, 3 часть, "Увертюра Эдмонд" Бетховена.
- Для уменьшения злобности, зависти к успехам других людей - "Итальянский концерт" Баха, "Симфония" Гайдна.
- Для повышения концентрации внимания, сосредоточенности - "Времена года" Чайковского, "Лунный свет" Дебюсси, "Симфония № 5" Мендельсона.

## Список литературы:

1. Березинская Е.И. Воспитание музыкой //Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения. - 2007. - № 5. - с.38 - 45
2. Слепнев А., Слепнев Д. Руки в музыке искупают: мелодии здоровья. - ФАИР - ПРЕСС, 2000. - 256 с.
3. Степанова Г. Эмоциональные состояния ребёнка - дошкольника и их педагогическая оценка в условиях детского сада // Дошкольное воспитание. - 1998. - №5. - с. 39 - 53
4. Тютюнникова Т. Э. Речевые игры и упражнения в концепции К. Орфа // Дошкольное воспитание. - 1998. - № 9. - с.115 - 128

