

"Лечебные свойства музыки".

Ребенок в детском саду – самое уязвимое звено педагогического процесса. Только придя в детский сад, он испытывает сильнейший стресс, который иногда затягивается на несколько месяцев, переходя в тяжелую форму адаптации. В течение последующих 4-5 лет пребывания в ДОО у любого ребенка еще не раз могут возникнуть ситуации, вызывающие сильное эмоциональное напряжение. Цель ДОО – адаптировать личность ребенка к социуму. Самым оптимальным подходом в адаптации является творческий подход, когда человек не противостоит изменяющимся условиям в ущерб своему здоровью, но и не проявляет конформность, т.е. соглашательство со всем, что ему предлагается, а находит способы оказывать влияние на внешние обстоятельства с максимальной пользой для себя. Работа музыкального руководителя в дошкольном образовательном учреждении на современном этапе наполняется новым содержанием. Его задача – растить человека, способного к самостоятельному творческому труду, личность активную, ищущую. Выполнить эту задачу эффективно можно на основе интеграции деятельности всех участников образовательного процесса: воспитатели, психологи, педагоги дополнительного образования. Учитывая особенности детей, они должны искать наиболее рациональные и эффективные пути стимулирования их гармоничного развития. Музыкальному руководителю в этом вопросе отводится особая роль, так как музыкальная деятельность носит не только творческий характер, но оказывает влияние на развитие всех сторон личности и сферу познавательного развития. Поэтому цель работы педагога - музыканта – сохранение психического здоровья ребенка путем создания комфортных условий для творческого самовыражения и развития личности. В практике ведения музыкальных занятий арт-терапевтические методы и технологии пока применяются крайне редко. Вместе с тем, арт – терапевтические методики, широко используемые психотерапевтами, уже адаптированы в отдельных педагогических исследованиях последних лет к работе с обычными детьми с целью профилактики и коррекции их негативных эмоциональных состояний, нормализации эмоционально – волевой сферы личности, способствующих как духовно – нравственному, так и физическому оздоровлению. Конечно, на музыкальных занятиях могут быть использованы только научно обоснованные и экспериментально проверенные элементы арт - терапии в форме различных упражнений, целенаправленно отобранного музыкального материала для слушания и исполнения, а также музыкально – творческих заданий, способствующих самопознанию, самооценке, творческому

самовыражению, саморазвитию и самокоррекции личности. В Российской энциклопедии социальной работы указано, что арт-терапия – это способы и технологии реабилитации лиц средствами искусства и художественной деятельности. К средствам искусства относятся: музыка, живопись, литературные произведения, театр и.т. д. Эмоционально-образная природа искусства позволяет активно влиять на работу правого полушария головного мозга, а через него - на всю структуру личности, формируя и трансформируя систему ее духовно-нравственных ценностей и идеалов. Традиционные для отечественной культуры образы-идеалы человека и человеческих отношений, значимость которых в современных условиях особенно ощутима, отражены в народных песнях и произведениях русской классической музыки. Эти образы могут транслироваться и закрепляться в структуре личности ребенка с помощью арт-терапевтических методов. В этом состоит особая педагогическая значимость таких методов, их роль в решении острых социальных проблем и воспитательных задач, стоящих перед современными ДОУ.

Рассмотрим кратко сущность музыкальной терапии. 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. Сегодня этот метод активно используется в коррекции эмоциональных отклонений у детей младшего возраста. Они касаются их страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении и др. Положительные эмоции при музыкальном прослушивании, «художественное наслаждение», по мнению Л.С. Выготского, не есть чистая рецепция, но требует высочайшей деятельности психики. Мучительные и неприятные аффекты при этом подвергаются некоторой разрядке, уничтожению, превращению в противоположное. 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 нравится, но даже раздражать». Подробный разбор литературы, посвященный различным аспектам музыкотерапии, представлен в работах Л.С.Брусиловского (1971), В.Ю. Завьялова (1995), К.Швабе (1974) и др. В 70 – 80-е годы вышло несколько монографий, посвященных музыкотерапии, в которых описываются методы по применению музыки с лечебной целью у детей, страдающих неврозами (К.Швабе, 1974), ранним детским аутизмом (Р.О. Бенензон, 1973). В 1982 г. в Берлине вышла книга Ю. Брюкнер, И.Медераке и К.Ульбрих «Музыкотерапия для детей», в которой подробно рассмотрены виды детской музыкотерапии, включая пантомиму и различные способы рисования под музыку. Однако методика рассчитана на детей школьного или старшего дошкольного возраста. В этих научных трудах не уделено внимания коррекционным возможностям музыки в раннем возрасте, тогда как, по мнению Н.М. Щелованова, давшего физиологическое обоснование основополагающим вопросам развития и воспитания детей раннего возраста, «важно не запустить детей снизу». Музыка – источник особой детской радости. В раннем возрасте ребёнок открывает для себя красоту музыки, её волшебную силу, а в различной музыкальной деятельности раскрывает себя, свой творческий потенциал. Раннее общение с музыкой, занятия основными видами музыкальной деятельности способствуют полноценному психическому, физическому и личностному развитию малыша. Важнейшей задачей музыкального воспитания детей раннего возраста является формирование ведущего компонента музыкальности – развитие эмоциональной отзывчивости на музыку. На этом фундаменте ярких музыкальных впечатлений, образов, характеров базируется и развитие активности в детском музыкальном исполнительстве, и музыкально-творческие проявления детей. Дети раннего возраста не очень хорошо говорят, действия их ограничены, но эмоций они испытывают порой больше, чем взрослые люди. И вот здесь бесценную помощь оказывает музыка. Сила ее заключается в том, что она способна передавать смену настроений, переживаний – динамику эмоционально-психических состояний человека. Детям не нужно долго объяснять, что чувствует человек, когда ему грустно; достаточно только сыграть грустную мелодию, и малыши начинают понимать состояние печали с первых тактов. Музыка помогает им осваивать мир человеческих чувств, эмоций, переживаний. Установлено, что музыка - воздействует на многие сферы жизнедеятельности человека через три основных фактора: вибрационный, физиологический и психический. Звуковые вибрации являются стимулятором обменных процессов в организме на уровне клетки. Эти

вибрации способны изменять различные функции организма (дыхательную, двигательную, сердечнососудистую). Благодаря ассоциативным связям, возникающим в процессе восприятия и исполнения музыки, меняется и психическое состояние ребенка.

Исследователи рекомендуют использовать в работе с детьми широкий спектр музыкальных инструментов и виды музыки, воздействующие на различные функции организма. Например, для укрепления и оздоровления дыхательной функции можно использовать духовые инструменты (глиняные свистульки, свирели, игрушечные дудочки, губные гармошки, блок-флейты и др.), при слабой мелкой моторике пальцев - клавишные инструменты (игрушечное пианино или детский синтезатор), при эмоциональных проблемах, для снятия стресса или, напротив, активизации эмоциональной сферы личности ребенка - прослушивание музыки для релаксации, а также записей-шумов природы (звуков моря, леса, грозы и др.). Дыхательная музыкотерапия, включающая игру на духовых музыкальных инструментах, дыхательную гимнастику под музыку и различные упражнения для развития певческого дыхания, позволяет детям заниматься оздоровлением, не замечая процесса лечения.

Дыхательная музыкотерапия – это тренинг дыхательной функции человеческого организма. Особое место в ней отводится пению. Тембр голоса, манера говорить, интонации, наряду со смыслом слов, много могут рассказать о чувствах и характере говорящего, о его настроении и внутреннем состоянии. Голос «говорящий музыкальный инструмент». Голос является составляющей различных психофизиологических процессов, происходящих в организме. На тембр, громкость и другие качества голоса влияют такие факторы как эмоциональный тонус, мышечный тонус и др. Следовательно, можно по голосу определять некоторые состояния организма, а также через голосовые упражнения влиять на эти состояния. Таким образом, изучение и использование музыкальным руководителем основ музыкальной терапии является важным фактором повышения психолого - педагогической эффективности курса в дошкольных образовательных учреждениях.