

Консультация для родителей

Музыкотерапия как стимул развития



*Подготовила: Тоскунова С.Д.,
музыкальный руководитель*

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.

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.

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.



Источник: 1. М.Б. Зацепина, Г.Е. Жукова Музыкальное воспитание. Дидактические игры. Мозаика – Синтез / Москва 2022