

МУЗЫКОТЕРАПИЯ

Музикотерапия - как одно из важнейших методических средств, влияющих на психическое здоровье ребенка.

- Исследования известных ученых, педагогов доказывают возможность и необходимость формирования у ребенка памяти, мышления, воображения с очень раннего возраста.

Не является исключением и возможность раннего развития у детей музыкальных способностей. Есть данные, которые подтверждают факты влияния музыки на формирующийся в период беременности женщины плод и положительное ее воздействие на весь организм человека в дальнейшем.

✚ Музыка всегда претендовала на особую роль в обществе. В древние века музыкально-медицинские центры лечили людей от тоски, нервных расстройств, заболеваний сердечно-сосудистой системы. Музыка влияла на интеллектуальное развитие, ускоряя рост клеток, отвечающих за интеллект человека. Не случайно, занятия математикой в пифагорейской школе проходили под звуки музыки, повышающей работоспособность и умственную активность мозга.

Музыкой можно изменить развитие: ускорять рост одних клеток, замедлять рост других. Но, главное, музыкой можно влиять на эмоциональное самочувствие человека.

- **Бессмертные музыкальные произведения Моцарта, Бетховена, Шуберта, Чайковского способны активизировать энергетические процессы организма и направлять их на его физическое оздоровление.**

Для настоящей музыки не существует ничего невозможного! Необходимо лишь желать ее слушать и уметь слушать.

- Эмоциональное воздействие гармоничных звуковых сочетаний усиливается многократно, если человек обладает тонкой слуховой чувствительностью.

Развитый музыкальный слух предъявляет более высокие требования к тому, что ему предлагается. Обостренное слуховое восприятие окрашивает эмоциональные переживания в яркие и глубокие тона. Наиболее благоприятного периода для развития музыкальных способностей, чем детство, трудно себе представить.

✚ Развитие музыкального вкуса, эмоциональной отзывчивости в детском возрасте создает фундамент музыкальной культуры человека, как части его общей духовной культуры в будущем.

- Любой педагог, проработав в системе образования, замечает резкий рост детей с различными формами нарушений в поведении, с различными отклонениями в психике.

Проще говоря, с каждым годом увеличивается число нездоровых детей, детей с нарушениями психоэмоциональной сферы.

 *Замыкаясь на телевизорах, компьютерах, дети стали меньше общаться со взрослыми и сверстниками, а ведь общение в значительной степени обогащает чувственную сферу.*

- Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. В детских садах все больше детей с ярко выраженной гиперактивностью, детей с психосоматическими заболеваниями.
- **Любое неадекватное поведение: лень, негативизм, агрессия, замкнутость – всё это защита от нелюбви. Ребенок способен успешно развиваться, сохранять здоровье только в условиях психологического комфорта, эмоционального благополучия**

Уже в работах первого общепризнанного теоретика музыки – древнегреческого философа Пифагора - мы находим описание того, каким образом музыка может влиять на эмоциональное состояние человека.

 *Одним из важнейших понятий в*

 *этике Пифагора была «эвритмия» - способность находить верный ритм во всех проявлениях жизнедеятельности – пении, игре, танце, речи, жестах, мыслях, поступках, в рождении и смерти.*

- От Пифагора, пошла традиция, сравнивать общественную жизнь, как с музыкальным ладом, так и с музыкальным инструментом.

Вслед за Пифагором Аристотель полагал, что способность музыки воздействовать на душевное состояние слушателей, связана с подражанием тому или иному характеру.

 *Музыкальные лады существенно отличаются друг от друга, так что при слушании их у нас появляется различное настроение, и мы далеко не одинаково относимся к каждому из них; так, например, слушая другие, менее строгие лады, мы в нашем настроении размягчаемся: иные лады вызывают в нас уравновешенное настроение.*

- В античных источниках мы находим множество свидетельств, говорящих о чудесных исцелениях, достигнутых при помощи музыки. Согласно воззрениям древних, ритму пульса соответствовало то или иное заболевание, а ритмы эти располагались по порядку музыкальных чисел.
- У средневекового итальянского теоретика музыки Джозефа Царлино мы находим свидетельства, как некто Сенократ звуками труб возвратил безумным прежнее здоровье, а Талет из Кандии звуками Кифары изгнал чуму. Пророк

Давид своим пением и игрой на кифаре излечил библейского царя Саула от приступов тяжелой депрессии.

По преданиям, суровый царь Лакедемонян одобрял и даже сам сочинял музыку, и его войска никогда не шли в бой, если предварительно не были воодушевлены и подогреты звуками воинских труб и дудок.

✚ Знаменитый оратор Гай Гракх всегда, когда выступал перед народом, держал позади себя раба-музыканта, который звуками флейты давал ему верный тон и ритм речи, умеряя или возбуждая дух красноречия своего господина.

- Певец Орфей мог своим пением смягчить души не только людей, но даже диких зверей и птиц. Врач Асклепиад звуками музыки умирал раздоры, а звуками трубы восстанавливал слух глухих.
- Пифагорец Дамон своим пением обратил юношей, преданных вину и сластолюбию, к жизни умеренной и честной.

✚ Слушание музыки, исполняемой на митре, по мнению древних греков и римлян, способствовало процессу пищеварения. Римский врач Гален рекомендовал использовать музыку как противоядие от укусов ядовитых змей.

- ✚** Демокрит рекомендовал слушать флейту при смертельных инфекциях. Платон предлагал от головных болей лекарство, состоящее из набора трав. Лечение сопровождалось пением магического характера. Считалось, что без пения и музыкального сопровождения лекарство теряло свои лечебные свойства.

В середине века практика музыкальной психотерапии была тесно связана с широко распространенной в то время теорией аффектов, которая изучала воздействие различных ритмов, мелодий и гармоний на эмоциональное состояние человека. Устанавливались различные отношения между темпераментом пациента и предпочтением им того или иного характера музыки.

- ✚** Согласно А.Кирхеру, немецкому ученому-музыканту, психотерапевтические возможности музыки заключались в ее посредничестве между музыкой сфер и той, которая заключена в движении физиологических процессов в теле. Приводя в соответствие последнюю с первой, музыка, оказывает оздоровительное воздействие.

✚ Начало нынешнего этапа развитие музыкальной психотерапии берет с конца 40-х годов, когда во многих странах западной Европы и США стали организовываться музыкально-психотерапевтические центры и школы в Швеции, Австрии, Швейцарии, Германии.

- ✚** Работая в детском саду, можно наблюдать большое количество детей, которые самостоятельно не могут справиться с нервно-психическими нагрузками и перегрузками, получаемыми как в детском саду так и дома.

Именно это приводит многих детей к различным формам отклоняющегося поведения. И педагоги должны всеми возможными средствами решать эти проблемы. Одним из таких средств является музыкотерапия.

✚ Музыкотерапия – метод, использующий музыку, как средство нормализации эмоционального состояния, устранения страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях.

Музыкотерапия представляет собой совокупность приемов и методов, способствующих формированию богатой эмоциональной сферы, и практических занятий и упражнений, способствующих нормализации психической жизни ребенка.

✚ Музыкотерапия предусматривает как целостное и изолированное использование музыки в качестве основного и ведущего фактора воздействия (музыкальные произведения), так и дополнение музыкальным сопровождением других коррекционных приемов (психогимнастика, логоритмика).

Основными и главными задачами, определяющими музыкотерапию, являются формирование и развитие музыкальных и творческих способностей, расширение и развитие эмоциональной сферы, обучение средствами музыки ауторелаксации, развитие нравственно-коммуникативных качеств.

✚ Организация занятий музыкотерапией требует от педагога и музыкального руководителя специального психологического образования, знания основ общей и клинической психологии, наличия музыкального педагогического образования.

Музыкотерапия ориентирует педагога на сотрудничество с ребенком, на интеграцию различных видов художественной деятельности.

✚ Поэтому музыкотерапию, как метод коррекции, рекомендуется использовать не только на музыкальных, но и на физкультурных занятиях, на утренней гимнастике, бодрящей гимнастике после дневного сна, на вечерах досуга, на занятиях по развитию речи, изобразительной деятельности, в повседневной деятельности, самостоятельных играх и т.д.

Таким образом, каждый педагог может использовать данные упражнения в сочетании с другими играми и упражнениями, «конструировать» из отдельных композиций необходимую форму занятий.

✚ Все элементы упражнений по музыкотерапии дают возможность использовать их не только как средство развития музыкальных и двигательных способностей детей на занятиях ритмикой, но и как игровой тренинг психических процессов: внимания, памяти, воли, творческого воображения и фантазии, а так же, как средство расслабления, переключения внимания или повышения психофизического тонуса и т.д., в самых различных формах организации педагогического процесса в детском саду.

Если воспитатель имеет определенный навык, он может за считанные минуты снять умственную усталость, взбодрить, раскрепостить, повысить настроение, сконцентрировать внимание.

Например, на занятиях с высокой умственной нагрузкой и малой подвижностью следует использовать танцевальные композиции в качестве физкультминуток.

Использование композиций на основе быстрой, веселой музыки позволяет поднять настроение детей, активизировать их внимание.