

Лекционный материал в рамках программы «Школа для родителей»

Музыкотерапия как одно из средств оздоровления детей с ОВ

«Музыка — могучий источник мысли. Без музыкального воспитания невозможно полноценное умственное развитие»

Сухомлинский В.

Подготовила психолог реабилитационного отделения

Н.А. Василевич

Цель музыкотерапии

- ❑ В наше время проблема воспитания и обучения детей с ОВЗ стоит весьма остро. Музыкальная коррекция в тесной связи с лечебной педагогикой дает возможность создать особые предпосылки для успешного обучения, воспитания и адаптации в социуме каждого ребенка с неврологическими, психическими заболеваниями и умственной отсталостью. Музыка является не только основным методом влияния на ребенка, но и сопровождает учебно-воспитательную, лечебную и коррекционную деятельность.
- ❑ ***Влияние музыки не только подготавливает ребенка к учебе, но и улучшает психические процессы и познавательную деятельность.*** Помогает сформировать нужный эмоциональный настрой, даёт возможность расслабиться и отдохнуть. Музыка даёт возможность ребенку находить свое место в группе детей, выбирать и высказывать свои предпочтения, формирует умение слышать других, сопереживать, общаться, что особенно важно для детей с проблемами в здоровье.
- ❑ ***Основная цель музыкального занятия*** — это коррекция сенсомоторных, эмоционально-волевых, речевых, коммуникативных навыков у детей, путем объединения музыки, слова, движения, наглядного материала, упорядоченных в четкой ритмической последовательности.

Музыкотерапия как один из видов арт-терапии

В последние годы заметно вырос интерес специалистов к механизму воздействия музыки на ребенка с ограниченными возможностями здоровья. Современная специальная психология и педагогика в значительной степени ориентированы на использование в коррекционной работе музыкотерапии как важного средства воспитания гармоничной личности ребенка с проблемами, его культурного развития.

- **Музыкальная терапия** - это контролируемое использование музыки в лечении, реабилитации, образовании и воспитании детей и взрослых, страдающих от соматических и психических заболеваний.

Существует множество различных подходов, направленных на реабилитацию детей-инвалидов посредством музыкотерапии. Мы рассматриваем музыкотерапию как один из видов арт-терапии (синтез нескольких областей научного знания: искусства, медицины и психологии), как совокупность методик, построенных на применении разных видов музыкальной деятельности.

Важность музыкотерапии для детей с ОВЗ

- В практике **музыкальной** терапии с детьми дошкольного возраста, имеющими ОВЗ, могут успешно сочетаться игровые, психоаналитические методики, метод направленных фантазий, метод внушения и т. д. такое комплексное воздействие позволяет психотерапевту воздействовать на все струны душевной и физической сторон детей. Приведём ряд методов, которые могут успешно применяться в работе с дошкольниками, имеющими ОВЗ.
- **Музыка и релаксация.** Дети нуждаются в том, чтобы их научили расслабляться также, как и взрослых, так как дети бывают очень напряжены как физически, так и эмоционально, что приводит к раздражению и иррациональному поведению. Релаксация может применяться на сеансах **музыкальной терапии** как в чистом виде, так и в сочетании с другими приёмами.
- Медитация – один из успешных способов обучения детей расслаблению. Она может использоваться в начале сеанса музыкотерапии для настройки. Сеанс музыкотерапии может быть объединён единым сюжетом, и тогда медитация вводит в него ребёнка, настраивает его, позволяет сосредоточиться.

Примеры упражнений

- Медитативное упражнение «Океан». Детям предлагается закрыть глаза и ощутить себя в океане голубого цвета, почувствовать и поверить, что ребёнок – волна в этом океане или какой-нибудь персонаж подводного мира созерцающий красоты океана, выполняющий простые неторопливые действия (*передвижение, плавание, качание и т. д.*) Упражнение выполняется в удобной для детей позе, для фона используется **музыка для релаксации**, которая может включать в себя запись природных шумов – морской прибой, голоса дельфинов, чаек и т. д.
- **Музыку** можно с успехом использовать в методе направленных фантазий В. Оклендер. Фантазии чрезвычайно важны и ценные для развития ребёнка. Они применяются как терапевтическое средство, **музыка** при этом может звучать фоном или органично вплетаться в задание.
- Фантазировать можно как с открытыми, так и с закрытыми глазами. К фантазиям помимо **музыки** побуждают и другие виды искусства, которые могут использоваться на сеансах МТ, например, живопись.
- Придуманные детьми истории излагаются:
 - — в виде импровизационных сценок-спектаклей с участием детей;
 - — в устной форме в виде рассказов;
 - — в рисунках, лепке, аппликации;
 - — в виде импровизации на **музыкальных инструментах**;
 - — в двигательной, песенной импровизации и др.
- После фантазий обязательно проводится беседа с ребёнком о том, что он изобразил, показал, сыграл, спел и т. д.



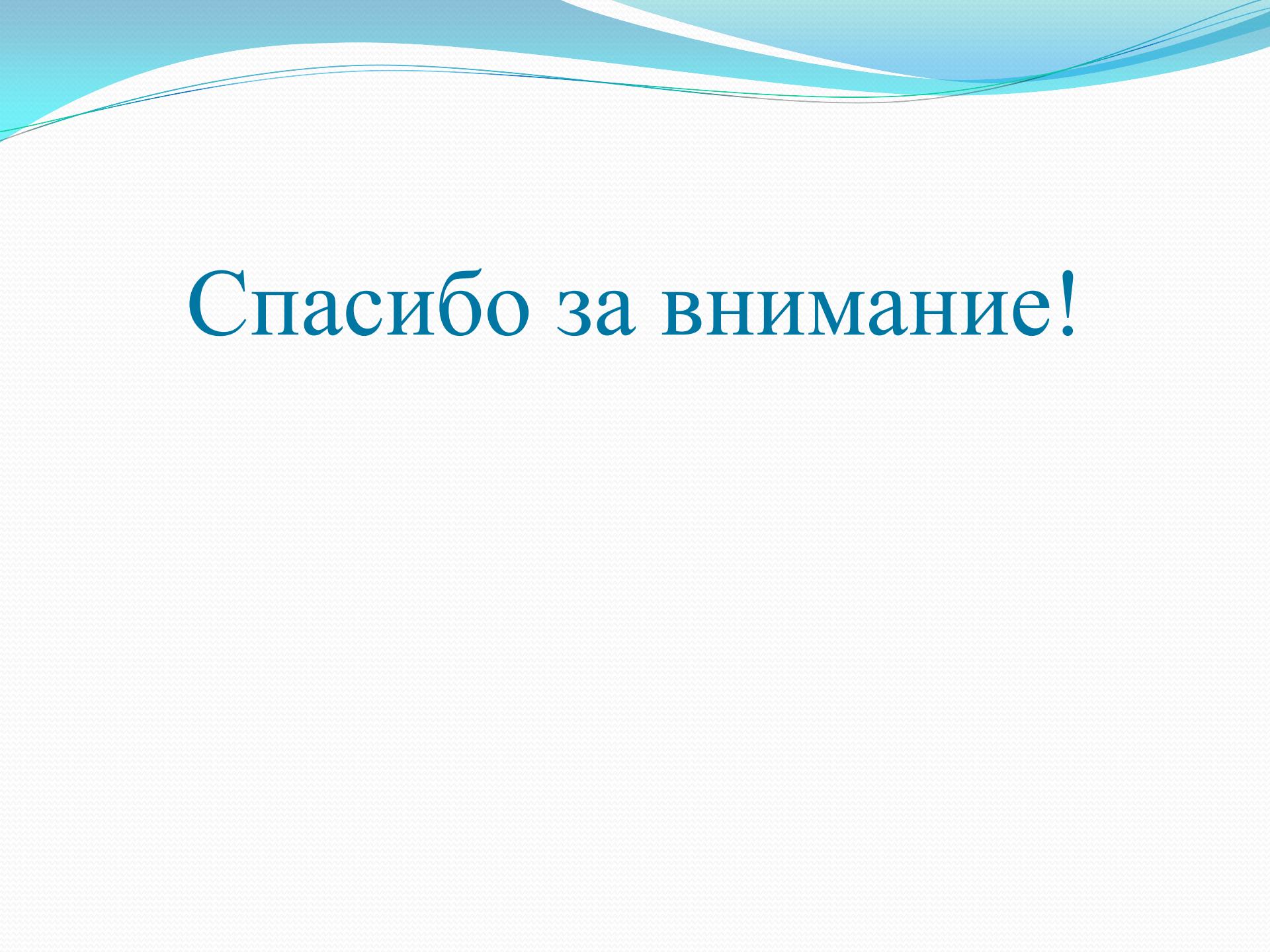
- Фантазия «Пещера». Проводится с закрытыми глазами, музыка используется как фон. **Музыкотерапевт** вводит ребёнка в медитативное состояние, предлагая отправиться в путешествие через горы, лес. На пути встречается пещера, где на дверях есть табличка с именем ребёнка, за дверью – его дом. Ребёнку предлагается пройти в этот дом, осмотреться. Что он там видит? Как себя чувствует? Хорошо там или нет? После этого ребенок выражает свои чувства по отношению к этому месту.
- Формирование образа «Я». Эта техника создания и анализа ребёнком своего образа предполагает значительные психотерапевтические возможности. Главное в этой технике – научить ребёнка тому, что каждое его переживание, любое душевное движение может быть выражено непосредственно в звуках **музыкальной** или вокальной импровизации, которая отражает его отношение к различным событиям его жизни.



- Первое упражнение из этой техники: игра «Я весь сотою из звуков». Ребенку предлагается выбрать из окружающих его **музыкальных** инструментов и звучащих предметов те, звучание которых, на его взгляд, наиболее подходит ему. Все выбранные инструменты раскладываются вокруг ребёнка. Затем в беседе психотерапевт выясняет, почему ребёнок выбрал тот или иной инструмент.
- При выполнении этого задания могут быть заданы более конкретные вопросы: «*Как ты себя чувствуешь?*», «*Как ты звучишь?*» и т. д. Ребёнок составляет из звучания нескольких инструментов и звучащих предметов свой автопортрет.
- Игра со своим звуковым автопортретом способствует экспрессии и самоидентификации. Звуковой портрет можно изменять по желанию ребёнка в ходе игры, тогда следует проанализировать, изменился ли звуковой образ и в какую сторону – к лучшему или нет.
- Второе упражнение – «*Составь портрет*». Ребёнку предлагается составить портрет мамы, папы, друга и т. д. с помощью ритма. Используются инструменты и предметы, из которых можно извлечь звук. Принцип работы как в предыдущем упражнении.

ПРЕДЛАГАЮ ВАМ ПОДБОРКУ ПРОИЗВЕДЕНИЙ ДЛЯ СЕАНСОВ МУЗЫКОТЕРАПИИ:

- Боккерини Л. «Менуэт»
- Григ Э. «Утро»
- Дворжак А. «Славянский танец»
- Лютневая музыка XVII века
- Лист Ф. «Утешения»
- Мендельсон Ф. «Песни без слов»
- Моцарт В. «Сонаты»
- Мусоргский М. «Балет невылупившихся птенцов»
- Мусоргский М. «Рассвет на Москва-реке»
- Сен-Санс К. «Аквариум»
- Чайковский П. «Вальс цветов»
- Чайковский П. «Зимнее утро»
- Чайковский П. «Песня жаворонка»
- Шостакович Д. «Романс»
- Шуман Р. «Май, милый май»
- Бах И. «Прелюдия до мажор»
- Кабалевский Д. «Клоуны»
- Кабалевский Д. «Петя и волк»
- Лядов А. «Музыкальная табакерка»
- Моцарт В. «Маленькая ночная серенада»
- Моцарт В. «Турецкое рондо»
- Мусоргский М. «Картинки с выставки»
- Чайковский П. «Времена года»
- Чайковский П. «Детский альбом»
- Шопен Ф. «Вальсы»
- Штраус И. «Вальсы»
- Штраус И. «Полька Трик-трак»
- Бах И. «Шутка»
- Брамс И. «Вальс»
- Вивальди А. «Времена года».
- Альбинони Т. «Адажио».
- Бах И. «Ария из сюиты №23»
- Бетховен Л. «Лунная соната».
- Глюк К. «Мелодия».
- Григ Э. «Песня Сольвейг»
- Дебюсси К. «Лунный свет».
- Колыбельные.
- Римский-Корсаков Н. «Море».
- Свиридов Г. «Романс»
- Сен-Санс К. «Лебедь».
- Чайковский П. «Сентиментальный вальс».
- Чайковский «Осенняя песнь»
- Шуман Р. «Грёзы».
- Шуберт Ф. «Аве Мария».
- Шубери Ф. «Сerenада»
- Шуман Р. «Грёзы»



Спасибо за внимание!