Музыкотерапия как метод коррекционного воздействия на детей с ОВЗ.

Музыкотерапия - это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, реабилитации, образовании и воспитании детей и взрослых страдающих от соматических и психосоматических заболеваний. Это лекарство, которое слушают. О том, что музыка способна изменить душевное и физическое состояние человека, знали еще в Древней Греции. Мирный и ласковый плеск волны, например, снимает психическое напряжение, успокаивает.

Однако врачуют не только естественные, но и искусственно созданные, упорядоченные звуки. Специально подобранные мелодии снимают гнев и досаду, улучшают настроение. В конце прошлого века И. Р. Тарханов своими исследованиями доказал, что мелодии, доставляющие человеку радость, благотворно влияют на его организм: замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, способствуют расширению сосудов, нормализуют артериальное давление, стимулируют пищеварение, повышают аппетит. Раздражающая музыка дает прямопротивоположный эффект. Известно, что с помощью музыки облегчается установление контакта с человеком.

Медиками установлено, что приятные эмоции, вызываемые музыкой, повышают тонус коры головного мозга, улучшают обмен веществ, стимулируют дыхание, кровообращение. Положительное эмоциональное возбуждение при звучании приятных мелодий усиливает внимание, тонизирует центральную нервную систему. Самый большой эффект от музыки — это профилактика и лечение нервно-психических заболеваний.

Ученые заметили, что музыка действует избирательно: в зависимости от характера произведения, от инструмента, на котором она исполняется. Так, например, игра на кларнете влияет преимущественно на кровообращение. Скрипка и фортепиано успокаивают нервную систему; а флейта оказывает расслабляющее воздействие.

Говоря о многозначности музыки, психотерапевт С. Мамулов свидетельствует, что на некоторых людей она влияет даже острее, чем слово. Музыка может умиротворять, расслаблять и активизировать, облегчать печаль и вселять веселье; может усыплять и вызывать приток энергии, а то и будоражить, создавать напряжение, развязывать агрессивность. Излишне громкая музыка с подчеркнутыми ритмами ударных инструментов вредна не только для слуха, но и для нервной системы. Те современные ритмы, которые, как горный обвал, обрушиваются на человека, подавляют нервную систему, увеличивают содержание адреналина в крови, чем могут вызвать стресс. Интересно, что музыка Баха, Моцарта, Бетховена оказывает удивительное антистрессовое воздействие.

В настоящее время существуют различные национальные школы, занимающиеся исследованиями в области музыкотерапии. Многочисленные методики предусматривают как целостное и изолированное использование музыки в качестве основного ведущего фактора воздействия, так и дополнение музыкальным сопровождением других коррекционных методов для усиления их воздействия.

Музыкотерапия является интереснейшим и перспективным направлением, которое используют во многих странах в лечебных и оздоровительных целях. В Германии успешно используют музыкотерапию при лечении детских церебральных параличей. В Японии музыкотерапия широко используется для нормализации физического и психического состояния человека на производстве, в школе, вузе и т.д. В нашей стране имеются свои достижения в этой области. На кафедру физиологии университета Дружбы народов и кафедре рефлексотерапии Московского стоматологического института проводились исследования, в результате которых было установлено, что 12 звуков, из которых состоит октава, гармонично связаны с 12 системами нашего организма. Органы при направленном воздействии на них музыкой, пением приходят в состояние максимальной вибрации. В итоге укрепляется иммунная система, улучшается обмен веществ, активнее идут восстановительные процессы, и человек выздоравливает.

Специальные исследования показали действие музыки на организм человека:

* Снимает неврозы и раздражительность - «Лунная соната» Бетховена, «Итальянский концерт» Баха, музыка Генделя.
* Успокаивает, уменьшает чувство тревоги, нерешительности – вальсы Штрауса, «Колыбельная» Брамса.
* Способствует росту умственных способностей – музыка Моцарта.
* Нормализует работу мозга – прослушивание сюиты «Пер Гюнта»
* Стимулирует интеллектуальную деятельность – музыка Бетховена, Штрауса.
* Поднимает жизненный тонус, наполняет жизненной силой, творческой энергией, вдохновляет – Шестая симфония, часть 3 - Чайковского, Прелюдия 1 – Шопена. Из эстрадной музыки можно отметить музыку Демиса Руссоса, Хулио Иглессиаса, песню Александры Пахмутовой – «Беловежская пуща», оркестр Поля Мориа.

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. Существует множество различных подходов, направленных на реабилитацию детей - инвалидов посредством музыкотерапии, которая рассматривается, как синтез нескольких областей научного знания: искусства, медицины и психологии; как совокупность методик, построенных на применении разных видов музыкальной деятельности.

Сущность музыкотерапии заключается в способности вызывать у «особого» ребёнка положительные эмоции, которые оказывают лечебное воздействие на психосоматические и психоэмоциональные процессы, мобилизуют резервные силы ребёнка, обусловливают его творчество во всех областях искусства и в жизни в целом. Под действием музыки изменяются тонус мышц, моторная активность. Слушающий музыку не только воспроизводит музыкальный ритм своим двигательным аппаратом, но и беззвучно пропевает музыку. Причем в беззвучных сокращениях связок точно отражается частота, громкость и длительность воспринимаемых звуков.

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.

Исследования психологов доказывают целесообразность наиболее раннего включения детей с проблемами в музыкальную деятельность, в процессе которой совершенствуются их двигательные, сенсорные и речевые функции, формируются навыки общения. Практика работы подтверждает: чем раньше начинаются занятия музыкотерапии, тем эффективнее их психокоррекционное воздействие на ребенка.

Выделяют четыре основных направления коррекционного действия музыкотерапии:

1. Эмоциональное активирование в ходе вербальной психотерапии.

2. Развитие навыков межличностного общения, коммуникативных функций и способностей.

3. Регулирующее влияние на психовегетативные процессы.

4. Повышение эстетических потребностей.

В зависимости от активности детей, степени их участия в музыкотерапевтическом процессе и поставленных задач музыкотерапия может быть представлена в форме активной, когда они активно выражают себя в музыке, и пассивной, когда детям предлагают только прослушать музыку.

Активная музыкотерапия представляет собой коррекционно-направленную, активную музыкальную деятельность: воспроизведение, фантазирование, импровизация с помощью человеческого голоса и выбранных музыкальных инструментов.

Групповая пассивная музыкотерапия проводится в форме регулярного группового прослушивания произведений инструментальной классической музыки. Цель прослушивания — изменить настроение детей, отвлечь их от переживаний, уменьшить тревогу. Коррекционное воздействие музыкотерапии является симптоматическим, т.е. снижающим в определенной степени психические проявления, но не устраняющим источник их возникновения. Поэтому этот метод является дополнительным по отношению к другим методам коррекционного воздействии.

Во время занятий творческим трудом в группе продленного дня ( лепка, рисование, аппликация и т.д.) я всегда стараюсь использовать музыкальные записи. В кабинете есть фонограммы леса, шума моря, записи классической и инструментальной музыки. Так как групповая пассивная музыкотерапия может проводиться только тогда, когда нет речевого общения, то дети слушают музыку когда выполняют самостоятельную работу. Для прослушивания использую только те произведения, которые нравятся школьникам и им знакомы ( т.к. музыкальные пьесы не должны отвлекать новизной). Громкость звучания строго дозирована. Звук не должен быть громким и в то же время чрезмерно тихим ( бесшумная обстановка отрицательно влияет на психику человека, поскольку абсолютная тишина не является для него привычным окружающим фоном). Во время занятий с использованием музыкотерапии в классе создается положительный эмоциональный фон, развиваются мыслительные способности и фантазия детей, развивается коррекция сенсорных процессов и сенсорных способностей, а значит создается ситуация успеха.

Таким образом, групповая музыкотерапия в процессе реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья необходима как способ эмоционального воздействия на ребенка с целью коррекции имеющихся физических и умственных отклонений, как способ невербальной коммуникации, а также как один из возможных способов познания мира.

Литература:

1. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании /Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. - М., 2001.
2. Поваляева М.А. Справочник логопеда. – Ростов-на-Дону: « Феникс» , 2002.- 448 с.