

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МУЗЫКОТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Мадгафурова Дилфуза Охуновна-

Старший преподаватель кафедры дошкольного образования Кокандского
государственного университета

Аннотация: Музыкальная психотерапия – это арттерапевтическое направление, использующее музыку и музыкальные инструменты в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений. В данной статье рассматриваются некоторые вопросы музыкотерапии как вид арт-терапии в работе с детьми в дошкольных учреждениях.

Ключевые слова: Музыкотерапия, психоанализ, сакральное искусство, дидактическая игра, эстетические компоненты, музыкальное воздействие.

USING MUSIC THERAPY IN WORKING WITH PRESCHOOL CHILDREN

Dilfuza Okhunovna Madgafurova -

Senior Lecturer, Department of Preschool Education, Kokand State

University Abstract: Music psychotherapy is an art therapy approach that uses music and musical instruments as a means of correcting emotional disorders. This article examines some aspects of music therapy as a form of art therapy for children in preschool settings.

Keywords: Music therapy, psychoanalysis, sacred art, didactic play, aesthetic components, musical influence.

Музыкотерапия – это один из разделов психотерапии. *Музыкальная психотерапия* – это арттерапевтическое направление, использующее музыку и музыкальные инструменты в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний.

Музыкотерапия используется при работе с широким спектром людей, независимо от возраста, музыкальных способностей или музыкального образования.

В зависимости от степени участия клиента в психотерапевтической группе *музыкотерапия подразделяется на две основные формы: пассивную (рецептивную) и активную.*

При *пассивной музыкотерапии* участникам психотерапевтических групп предлагают прослушивать различные музыкальные произведения, соответствующие их психологическому состоянию, после чего происходит обсуждение собственных переживаний, воспоминаний, ассоциаций, фантазий, возникающих в ходе прослушивания. На одном занятии прослушивают, как правило, три произведения.

Программы музыкальных произведений строятся на основе постепенного изменения настроения, динамики и темпа с учетом их различной эмоциональной нагрузки. Первое произведение должно формировать определенную атмосферу для всего занятия, проявлять настроения участников группы, это спокойное произведение, отличающееся расслабляющим действием. Второе произведение – динамичное, драматическое, напряженное, несет основную нагрузку, его функция заключается в стимулировании интенсивных эмоций, воспоминаний, ассоциаций проективного характера из собственной жизни человека. Третье произведение должно снять напряжение, создать атмосферу покоя. Оно может быть спокойным, релаксирующим либо, напротив, энергичным, дающим заряд бодрости, оптимизма, энергии. Целью пассивной музыкальной терапии является определенное эмоциональное, в том числе эстетическое, переживание, которое способствует отреагированию различных проблем и достижению новых смыслов. В качестве средств, способствующих музыкотерапии, часто используют дополнительные приемы, такие, как дыхательные упражнения, живопись, танец.

Пассивная музыкальная терапия существует в трех формах:

- коммуникативной (совместное прослушивание музыки, направленное на поддержание взаимных контактов, взаимопонимания и доверия);
- реактивной (направленной на достижение катарсиса);
- регулятивной (способствующей снижению нервно-психического напряжения).

Композиторы, произведения которых рекомендуются для музыкотерапии: К. Глюк, Ж. Массне, Я. Сибелиус, Р. Шуман, С. Рахманинов, А. Дворжак, Д. Шостакович, П. Чайковский, Л. Бетховен, Ф. Лист, Ф. Шопен и др. При *активной музыкотерапии* пациенты сами участвуют в исполнении музыкальных произведений, применяя при этом как обычные музыкальные инструменты, так и необычные, например, собственное тело (хлопки, постукивания и др.). Происходит воспроизведение, фантазирование, импровизация с помощью человеческого голоса и выбранных музыкальных инструментов.

К самым популярным направлениям активной музыкотерапии относятся:

- вокалотерапия;
- музыкально-педагогическая реабилитация;
- музыкотерапия по методу Нордоффа-Роббинса;
- аналитическая музыкотерапия и активная музыкопсихотерапия;
- онтопсихологическая музыкотерапия по А. Менегетти.

Вокалотерапия базируется на оздоровительных свойствах классического пения и включает в себя упражнения по акустической стимуляции жизненно важных органов, а также упражнения, повышающие адаптационные и интеллектуально-эстетические способности человека. Музыкально-педагогическая реабилитация использует с лечебно-восстановительной целью музыкально-педагогический процесс, который может осуществляться в виде

музыкально-дидактических игр, обучения пению, игре на музыкальных инструментах, движению под музыку, прослушивания музыки.

В этом направлении акцент делается на уникальность роли «живой» (исполняемой «вживую» самим музыкотерапевтом) музыки как средства коммуникации. При этом музыкотерапевт должен иметь навыки спонтанного лечебного музицирования и импровизации. Существуют разновидности данного метода для детей, подростков и взрослых. Участники всех уровней вовлекаются в процесс совместного с терапевтом создания музыки с помощью музыкальных инструментов.

В основу данного направления положены исследования бессознательного посредством психоанализа, «звуковое самовыражение» клиента, происходящее в процессе совместного (вместе с музыкотерапевтом) музицирования. Здесь используется психоанализ, который ведется на основе теоретических концепций Фрейда, Адлера и др. При этом в рамках музыкотерапевтического сеанса обязательно должна проводиться психологическая коррекция – метод комплексного психологического воздействия на цели, мотивы и структуру поведения пациента, а также на развитие его некоторых психических функций: памяти, внимания, мышления. Автором является А. Менегетти (Италия), который считает, что бессознательное представляет собой реальность не только психическую, но и телесную. При этом в организме человека изначально заложен определенный порядок, внутренняя гармония. Этот внутренний порядок наделен особой – сугубо индивидуальной – музыкой и движением. При этом методе используются ударные инструменты. Музыкотерапевт выполняет функции «посредника». В данном процессе нет никаких правил, с каждым моментом рождается новая музыка, спонтанная, согласующаяся с внутренней гармонией пациента, которая отражает взаимодействие его тела, эмоций, состояния души, способности двигаться и т.д. Цель состоит в том, чтобы у пациента была максимальная возможность проявиться наилучшим образом и с большей любовью к

себе посредством именно музыкального посыла, на который реагирует организм.

На сегодняшний день мировая официальная музыкотерапия использует около 20 различных общепризнанных методик.

Литература:

1. Ворожцова, О. А. Музыка и игра в детской психотерапии: музыкальная арт-терапия для детей / О. А. Ворожцова. – М. : Ин-т психотерапии, 2004. – 89 с.

2. Леганькова, О. В. Арт-терапия для детей дошкольного возраста : учебно-метод. комплекс / О. В. Леганькова, А. В. Ковалевская. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2016. – 43 с.

3. Осипова, А. А. Общая психокоррекция / А. А. Осипова. – М. : Сфера, 2002. – 510 с.

4. Петрушин, В. И. Музыкальная психотерапия: теория и практика: учебное пособие для студентов высш. учеб. заведений / В. И. Петрушин. – М. : Владос, 1999. – 176 с.

5. Техники и технологии арт-терапии в практике педагогов-психологов учреждений образования (из опыта работы) : учебно-метод. пособие / сост. Н. А. Сакович; ГУО «Акад. последипл. образования». – Минск : АПО, 2013. – 118 с.