

Музыкальная терапия в детском саду

Всем давно известно целительное воздействие музыки. Музыка – искусство, и как любое искусство познается душой.

Музыкотерапия - это контролируемое использование музыки в коррекции психомоторной сферы ребёнка. Музыка – это лекарство, которое слушают. Непосредственное лечебное воздействие музыки на нервно-психическую сферу детей происходит при её пассивном или активном восприятии. Начиная с колыбели музыка входит в нашу жизнь и окружает нас повсюду. Музыкотерапия просто необходима в период адаптации ребёнка к условиям детского сада.

Музыкотерапия позволяет решить ряд проблем:

1. Преодолеть психологическую защиту ребёнка. (успокоить или наоборот, настроить, активизировать, заинтересовать и установить контакт между взрослым и ребёнком.
2. Помогает развивать коммуникативные и творческие способности ребёнка, занять его каким-либо увлекательным делом.

Выделяют индивидуальную и групповую музыкотерапию:

Индивидуальная музыкотерапия осуществляется в двух формах:

- Коммуникативная. В этом случае музыку слушают педагог и ребёнок, здесь музыка способствует улучшению отношений;
- Регулятивная. В этом случае снимается нервное напряжение.

Все эти формы могут применяться как независимо, так и вместе (они представляют пассивную музыкотерапию) Наряду с этим существует и активная музыкотерапия, целью которой – является преодоление коммуникативных расстройств. Она осуществляется в виде занятия педагога музыкой совместно с детьми и повышает самооценку.

Групповая музыкотерапия строится таким образом, чтобы участники научились активно общаться друг с другом, между ними возникали коммуникативно-эмоциональные взаимоотношения. Музыкально-творческая деятельность является самым действенным средством для снятия напряжения. Это особенно важно для тех, кто не может “выговориться” и выразить свои фантазии. Этим детям в творческой деятельности значительно легче, чем рассказать о них. Фантазии, которые изображаются на бумаге или в звуках, нередко ускоряют и облегчают вербализацию переживаний.

В дошкольном возрасте активизирующий эффект музыки достигается музыкальным оформлением различных игр, в том числе ритмических, с постепенным замедлением темпа, с дозированной громкостью звучания и дыхательной гимнастикой на специальных коррекционных занятиях с детьми.

Музыкальная терапия в активной форме включает в себя:

1. Слушание музыкальных произведений;
2. Музицирование;
3. Вокалотерапия (хоровое пение);

4. Хореотерапия (танцы);
5. Музыка на интегрированных занятиях;
6. Режимные музыкальные сигналы.

Вокалотерапия особенно показана депрессивным, заторможенным, эгоцентричным детям. Плюсы групповой вокалотерапии или хорового пения в том, что каждый участник вовлекается в процесс. В тоже время здесь большое значение имеет момент “анонимности” чувств, “укрытости” в общей массе. Используются песни оптимистического характера, а также такие, которые побуждают к размышлению и глубоким переживаниям. Песни подбираются в соответствии с настроением группы. Размещается группа в по кругу. Ведущий поёт вместе со всеми и когда текст и мелодия всеми усвоена, детям предоставляется возможность спеть solo. Запев связан для многих с преодолением застенчивости, так как запевала попадает в центр внимания.

Хоровое пение является эффективнейшим средством воспитания не только эстетического вкуса и развития певческих навыков, но и способствует формированию мировоззрения детей, оказывает на детей организующее и дисциплинирующее воздействие, воспитывает чувство коллективизма и дружбы. И как известно, певческое дыхание – самое правильное и полезное! Положительное влияние оказывает, конечно же классическая музыка. Музыкальные произведения подбираются в соответствии с воздействием на те или иные функции: при раздражимости, утомлении, угнетённом состоянии, гиперактивности, повышенной возбудимости - благотворны и успокаивающе действуют произведения Моцарта, Баха, Бетховена. А возбуждающий эффект свойственен музыке Вагнера, Оффенбаха, Равеля. А вот тяжёлый рок вызывает стрессовые реакции. Музыка должна нести ярко выраженное положительное начало (“Маленькая ночная серенада” В.Моцарта, “Трепак” из “Щелкунчика” П.И.Чайковского и т.д.) – эта музыка создаёт радостную атмосферу, которая противостоит эмоционально отрицательному состоянию ребёнка.

Музыка своими выразительными средствами создаёт художественный образ, который вызывает ассоциации с явлениями жизни, с переживаниями человека. Сочетание выразительных средств в музыке с поэтическим словом (например, в песне, опере) делает музыкальный образ более понятным.

Музыкальные инструменты имеют разный терапевтический эффект (исследования проводились М.А.Поваляевой) :

- фортепиано – успокаивает нервную систему, снимает напряжение;
- скрипка, флейта – расслабляют;
- кларнет – положительно влияет на сердечно-сосудистую систему и кровообращение;

Рекомендации по применению музыкотерапии в коррекционной работе с детьми:

- Использование несложных по восприятию произведений, которые нравятся всем детям.
- продолжительность прослушивания должна составлять не более 10 минут

занятия.

Особую ценность имеет сочетание пения с танцевальными движениями, а также импровизация свободного танца под звуки классической музыки. Танцевально-двигательная терапия может служить мостиком между миром сознательного и бессознательного. С помощью танцевально-двигательной терапии ребёнок может использовать движение для более полного выражения себя и для сохранения своей индивидуальности в контакте с другими детьми. Тем самым, музыкальное движение способствует проживанию негативных чувств и освобождению от них.

Таким образом, музыкотерапия может стать эффективным методом лечения детских неврозов и способствует становлению характера, норм поведения, обогащает внутренний мир ребёнка яркими переживаниями, попутно воспитывая любовь к музыкальному искусству и формируя нравственные качества личности и эстетическое отношение к окружающему миру.