***Тушева Людмила Анатольевна,***

*Музыкальный руководитель,*

*МДОУ детский сад комбинированного вида №46*

*г. Комсомольск-на-Амуре*

**МУЗЫКОТЕРАПИЯ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ**

**В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

**КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА.**

Музыкотерапия – один из видов арттерапии (терапии искусством), направленный на профилактику, психокоррекцию личностных отклонений в развитии ребёнка с проблемами, где музыка используется как символическая форма, вспомогательное средство, основное воздействие которого нацелено на катарсис, регуляцию нарушений психосоматических и психоэмоциональных процессов, коррекцию рефлексивно-коммуникативной сферы рёбенка.

По организации и способу воздействия музыкотерапия подразделяется на ***рецептивную, активную и интегративную.***

Коррекционное воздействие музыкотерапии может реализовываться в нескольких направлениях:

* коррекции психосоматических нарушений (функций сердечнососудистой деятельности, психомоторики, вегетативной системы, дыхания и т.д.);
* коррекции отклонений в психоэмоциональной сфере;
* помощи в преодолении сложностей в социально-адаптационных проявлениях (коммуникативно-рефлексивных процессах);
* активизации творческих процессов, повышения художественно-эстетических потребностей ребёнка как пути самореализации.

Основная цель музыкотерапии применительно к ребёнку с проблемами в развитии состоит в гармонизации личности через развитие способности самопознания, самовыражения, и связано это с продуктивным характером искусства вообще и музыки в частности.

Музыкотерапия всегда предполагает катарсис, который осуществляется в процессе музыкального восприятия, представляющего сложнейшую работу чувств, мыслей ребёнка, слушающего музыку.

Музыкотерапия основывается прежде всего на восприятии музыки, которое у детей с разными проблемами имеет свои особенности. Поэтому анализ возможностей дошкольников в восприятии музыки, умение эмоционально откликаться на музыку является важным диагностическим показателем, определяющим эффективность применения музыкотерапии в коррекционной работе с дошкольниками.

Музыкотерапия, особенно рецептивная, связана с развитием наглядно-образного мышления, воображения, способности мысленно действовать, чувствовать в условно воображаемой ситуации, осознавать себя, давать оценку своему состоянию. А эти процессы формируются у ребёнка с проблемами при условии общей коррекционной работы только к концу старшего возраста.

В связи с этим наиболее сенситивным периодом для использования музыкотерапии в коррекционной работе с дошкольниками с проблемами оказывается возраст 6-7 лет, а в отдельных случаях 5-6 лет. Это определяется также и тем, что в это время у ребёнка уже сформированы основные речевые, двигательные навыки, а также навыки, связанные с художественной, музыкальной деятельностью, которые могут быть использованы в сеансах рецептивной, активной и интегративной музыкотерапии.

1. ***Рецептивная музыкотерапия:***

Такая форма направлена на регуляцию вегетативных процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния, релаксацию, катарсис, она проводится только индивидуально с ребенком. Посредством терапевтически направленного восприятия музыки психолог помогает ребёнку преодолеть проблемы в эмоциональном развитии. Сеансы рецептивной музыкотерапии с дошкольниками с проблемами в развитии могут проводиться в различных вариантах, которые условно можно объединить в три модели.

***«Музыкальные картинки»*** – в таком сеансе восприятие музыки осуществляется ребёнком совместно с психологом, который в процессе слушания помогает дошкольнику мысленно шагнуть из реальной жизни в мир музыкальных образов, сосредоточиться на «музыкальной картинке» и в течение 10 – 15 мин побывать в мире музыкальных звуков, мелодий, общение с которыми оказывает благотворное влияние на ребёнка.

Для проведения таких сеансов могут использоваться классические инструментальные музыкальные произведения, но только те, которые не применяются в учебно-воспитательном процессе на музыкальных занятиях. Положительный эффект в таких сеансах также дают музыкальные миниатюры в аудиозаписи из серии «Звуки живой природы», «Морской прибой», «Рассвет в лесу», «Шум дождя», «Звенящий ручей» и др.

Звуки морских просторов, шум прибоя, крики чаек или пение птиц, шелест листвы создают в воображении ребенка музыкальную картинку, которую с эмоционально-вербальной поддержкой психолога ребёнок начинает представлять. Спокойным мягким голосом, направляя слушание музыки, психолог усиливает музыкальное восприятие. После восприятия музыки в беседе с ребёнком психолог выясняет, что малыш «видел», чувствовал, переживал, делал в воображаемом музыкальном путешествии, предлагает словесно описать воображаемую картинку или нарисовать её красками или карандашами.

***«Музыкальное моделирование»*** – этот вариант рецептивной музыкотерапии направлен на моделирование положительного психоэмоционального состояния (повышения эмоционального тонуса или снятия чрезмерного возбуждения, тревожности). Положительный коррекционный эффект в данном варианте музыкотерапии может быть достигнут, если составлена мини-программа из фрагментов классических музыкальных произведений; если первоначальный музыкальный отрывок соответствует душевному, эмоциональному состоянию, настроению ребёнка, которое он испытывает в данный момент, и если последующие два отрывка создают комбинацию произведений, слушание которых постепенно выводит ребёнка из неблагоприятного для него состояния, переключает на противоположное и желаемое эмоциональное состояние.

В процессе музыкального моделирования, направленного на снятие эмоционального возбуждения, можно использовать «музыкальный сюжетный рассказ», логика которого должна отвечать основной цели сеанса.

* ***Примерами расслабляющего воздействия*** могут быть такие произведения, как «Баркаролла», «Осенняя песня», «Сентиментальный вальс» П. И. Чайковского, «Лебедь» Камиля Сен-Санса, Ноктюрн (фа-мажор, ре-бемоль мажор) Фредерика Шопена.
* ***А снятие подавленного, угнетенного состояния*** может обеспечиваться такими пьесами, как «Аве Мария» Франца Шуберта, «К радости» Людвига ван Бетховена, «Мелодия» Кристофа Виллибальда Глюка.
* ***Радостное, бодрое настроение возникает*** от слушания «Праздничной увертюры» Дмитрия Дмитриевича Шостаковича, «Чардаша» Витторио Монти, «Финала венгерских рапсодий (6, 10, 11, 12)» Ференца Листа и других произведений.

***«Живая музыка»*** – такая модель рецептивной музыкотерапии предполагает свободное владение психолога музыкальным инструментом. В этом варианте психолог помогает ребёнку как бы войти в образ исполнителя и представить, что он сам играет на инструменте (скрипке, фортепиано) или дирижирует оркестром. Важно, чтобы разрядка внутреннего переживания выражалась во внешнем движении (от легкого покачивания рук, тела, дирижирования до «игры» пальцами на воображаемых клавишах, а в отдельных случаях даже внезапного плача).

Варианты использования рецептивной музыкотерапии с дошкольниками с проблемами в развитии могут быть различны. Помимо специальных занятий положительный эффект дают мини-релаксации под музыку в режиме дня в конце активных занятий. Они направлены на оптимизацию мышечного тонуса ребёнка, что является очень важным моментом в коррекционной работе.

В мини-релаксациях, проводимых в режиме дня, важно дать ребёнку почувствовать свое тело, его собственный тонус, показать возможности им управлять, научить расслабляться при напряжении. И в этом процессе детям помогает музыка, её образное начало, средства выразительности (динамика, метроритм, темп). Мини-релаксации могут проводиться в конце занятий, требующих от ребёнка большого напряжения и таким образом снимать его, или в начале занятия, когда после двигательной активности от детей требуется определенный настрой на занятие. Музыкальное сопровождение для мини-релаксаций используется в аудиозаписи, произведения подбираются в соответствии и с образом, и с задачей релаксации.

Другим вариантом релаксации под музыку (в аудиозаписи) может быть мини-сценарий, условно обозначенный как «музыкальный сон». Такая релаксация может проводиться лежа (на ковре, кровати, кушетке) после активной деятельности детей, прогулки. Продолжительность музыкального сна 5—7 мин. Его тематика может быть различна: «На лесной лужайке», «Малыш на берегу моря», «На волшебном облаке». После одно-двухминутного дыхания в индивидуальном для ребёнка темпе детям предлагается один из вариантов рассказа на фоне звучащей музыки в аудиозаписи — «Доктор сон», «Волшебство леса», «Морской бриз» и др. После релаксации сеанс завершается разными движениями (потягиванием с открытыми глазами, хлопками в ладоши, глубоким вдохом и выдохом и т.п.).

1. ***Активная музыкотерапия:***

К данному варианту музыкотерапии относятся вокалотерапия, инструментальная терапия. Характерной особенностью такого вида музыкотерапии является активное исполнительское участие ребенка в музыкотерапевтическом процессе: в пении или игре на простом музыкальном инструменте. Эффективность данного вида музыкотерапии определяется большими возможностями через музыкально-исполнительскую деятельность корректировать не только отклонения в психоэмоциональном развитии (эмоциональную лабильность, сниженный эмоциональный тонус, чувство одиночества), но и дисгармоническую самооценку, низкую степень самоприятия, проблемы в развитии коммуникативной сферы ребёнка с проблемами.

Занятия вокалотерапией проводятся как в индивидуальной, так и в подгрупповой форме. Они направлены не на овладение вокальнохоровыми навыками, а на формирование с помощью пения оптимистического настроения, умения радоваться жизни, выработку психологической устойчивости, расслабления и успокоения. С этой целью могут использоваться очень коротенькие песенки-формулы, которые способствуют гармонизации внутреннего мира ребёнка посредством активной вокальной деятельности. Адаптированные песенки-формулы (из методики В. И. Петрушина) — «Формула радости», «Я хороший, ты хороший», «Колыбельная самому себе», основанные на самовнушении положительных установок, результативны в работе с дошкольниками с проблемами.

Помимо жизнеутверждающих песен-формул в сеанс с дошкольниками могут быть включены знакомые оптимистические по содержанию детские песенки, которые ребёнок или ансамбль (2—5 детей) могут исполнять под «живое» музыкальное сопровождение или под фонограмму. Такой вариант является коррекционной поддержкой, дающей возможность ребёнку почувствовать уверенность в себе во время пения, наполниться положительными эмоциями от коллективного пения.

Сеансы инструментальной музыкотерапии основаны на процессе музыкального творчества, где акцент делается на уникальной роли «живой» музыки как средства коммуникации. Они требуют от психолога способности к музицированию в сочетании с выполнением задач коррекции средствами инструментальной импровизации. Для этого выбираются инструменты, которые, будучи достаточно выразительными по звучанию, могут должным образом вознаградить усилия ребёнка и не требуют специальной подготовки для игры на них. Это, например, барабан, бубен, ложки, колокольчик, треугольник — такие музыкальные инструменты, которые обладают большой ритмической силой, но в то же время передают эмоциональные нюансы.

Музыкальная импровизация с дошкольниками может проводиться на фоне звучания музыкального произведения в аудиозаписи. Это облегчает психологу руководство процессом импровизации.

Активное участие в музыкально-терапевтическом процессе самого ребёнка, получающего возможность выразить непосредственно свое эмоциональное состояние и игрой на музыкальном инструменте, и пением, приводит к разрушению имеющегося внутреннего конфликта и, как следствие, к стабилизации психоэмоционального состояния и коррекции трудностей в коммуникации со взрослыми и сверстниками.

Активная музыкотерапия во всех вариантах помогает формировать у ребенка оптимистическое, жизнеутверждающее мироощущение, с которым он мог бы жить, побеждая и радуясь.

1. ***Интегративная музыкотерапия:***

В психокоррекционной работе с детьми с нарушениями речи, слуха, зрения, задержкой психического развития, с умственной отсталостью может использоваться интегративная музыкотерапия. Она построена на синтезе музыкального и наглядно-зрительного восприятия. Сеансы строятся таким образом, что на них восприятие музыки сопровождается просмотром ярких картин природы (на картине, слайде, видеозаписи). При этом психолог предлагает ребёнку как бы «шагнуть» в глубь изображения, к звенящему ручью или на солнечную лужайку, мысленно вместе с психологом собрать большой букет полевых цветов, коснуться руками прохладной воды в ручье, расслабиться лежа на зеленой мягкой траве.

Слушание музыки и просмотр слайдов проводятся в удобной для ребёнка позе в мягком уютном кресле. Наибольший эффект в интегративном музыкотерапевтическом сеансе даёт сочетание музыки П. И. Чайковского, С. В. Рахманинова, И. Гайдна, В. Моцарта, Е Доги ***(видео «Вальс цветов» муз. Е.Дога)*** с показом картин природы, просторов лугов, покрытых цветами, с порхающими над ними бабочками. Органичное сочетание зрительного и слухового восприятия усиливает психокоррекционный эффект в работе с дошкольниками с проблемами в развитии.

Музыкотерапия, применяемая в игровой, доступной форме в психокоррекционной работе дошкольников с проблемами в развитии, помогает им сформировать осознанное отношение к своим проблемам, вместе со взрослыми преодолеть их и адаптироваться к окружающей среде.