**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ СРЕДСТВАМИ МУЗЫКИ И ДВИЖЕНИЙ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

**МУЗЫКОТЕРАПИЯ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ**

**С ДЕТЬМИ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

Семинар – практикум для педагогов и родителей.

Практический опыт психокоррекционной работы средствами искусства показывает ее большой терапевтический и коррекци­онный эффект в работе с детьми с разными проблемами в разви­тии. Особое место среди арттерапевтических методик, используе­мых в коррекционной работе с дошкольниками с проблемами в специальном образовательном учреждении, занимает музыкотерапия, проводимая психологом.

Музыкотерапия является одним из видов арттерапии. Как пси­хокоррекционная методика музыкотерапия отличается от музы­кального воспитания целями, способами, технологией.

**Музыкальное воспитание**— одно из направлений художествен­ного развития, формирования художественной культуры детей, обеспечивающее удовлетворение познавательных потребностей ребенка, расширение общего и музыкального кругозора, знакомство с музыкой как с искусством, развитие музыкально-практи­ческих навыков в восприятии, пении, движении, игре на музы­кальных инструментах.

**Музыкотерапия**— один из видов арттерапии (терапии искусст­вом), направленный на профилактику, психокоррекцию личнос­тных отклонений в развитии ребенка 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 ребенка.

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

**Коррекционное воздействие музыкотерапии может реализовы­ваться в нескольких направлениях:**

 - коррекции психосоматических нарушений (функций сердеч­но-сосудистой 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 ребенка как пути самореализации.

**Профилактический, лечебный и коррекционный эффект музыкотерапии** заключается в возможности невербального реконст­руирования психотравмирующей для ребенка ситуации, модели­рования его положительного эмоционального состояния, настрое­ния, «поднятия» над своими переживаниями, страхами, трудно­стями общения, помощи в преодолении этих проблем.

**Основная цель музыкотерапии** применительно к ребенку 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.

**В качестве коррекционного механизма** рассматривается процесс творчества, познание его новых сторон, создание продукта как источника новых позитивных переживаний ребенка, связанных с изучением и реализацией возможностей в творческой экспрес­сии, рождение новых художественно-эстетических, креативных потребностей и способов их удовлетворения и через это познание своего *Я.*

**Одной из принципиальных особенностей процесса музыкоте­рапии** выступают последовательное развитие аффекта и измене­ние его психологического содержания: от актуализации негатив­ного проявления через эмоциональное отреагирование к форми­рованию позитивного переживания, связанного с получением удо­вольствия, удовлетворения, с интересом ребенка к эксперимен­тированию с формой выражения. Особенно ярко это выражается в активных видах музыкотерапии (вокалотерапии, инструменталь­ной терапии).

            Использование музыкотерапии в работе с дошкольниками с проблемами определяется предварительным обследованием пси­холога, дефектолога, а также врача-психиатра, невропатолога или психотерапевта, работающего в специальном образовательном уч­реждении. Результаты диагностики показывают необходимость и рациональность применения музыкотерапии и других видов арттерапевтических методик в работе с тем или иным ребенком.

**Музыкотерапия** всегда предполагает катарсис, который осу­ществляется в процессе музыкального восприятия, представля­ющего сложнейшую работу чувств, мыслей ребенка, слушающе­го музыку. И, естественно, что не все дети с проблемами подго­товлены к осуществлению такой работы. Применение той или иной формы музыкотерапии как психокоррекционной методики определяется прежде всего вариантом и характером имеющегося у дошкольников нарушения, коррекционными задачами и воз­можностями ребенка. Неадекватное использование музыкотера­пии может оказать не коррекционное, а психотравмирующее воз­действие.

**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 с нарушением речи, зрения, с задержкой психического развития, умственно отсталыми детьми, страдаю­щими РДА, ДЦП.

**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 ребенка 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 ре­бенка 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. В этом воз­расте с помощью психолога ребенок может вербализовать свои эмоциональные состояния, настроения, что является важным мо­ментом и в диагностике, и в коррекционной работе средствами музыкотерапии.

            Психотерапевтические сеансы по рецептивной, активной и интегративной музыкотерапии в специальном дошкольном обра­зовательном учреждении могут проводиться как в индивидуаль­ной, так и (при активных видах) в подгрупповой форме. Вариант организации определяется характером имеющегося нарушения в развитии ребенка. В том случае, когда проблема ребенка лежит в сфере эмоциональных отношений и эмоционального развития (эмоциональной депривации, переживания эмоционального от­вержения, чувства одиночества, повышенной тревожности, стра­хов, импульсивности эмоциональных реакций), то более эффек­тивно на начальном этапе использование индивидуальных форм музыкотерапии. А когда сложности ребенка концентрируются вокруг социального приспособления (сложности коммуникативно - рефлексивной деятельности, наличие психотравмирующих меж­личностных внутрисемейных отношений, дисгармоничная, иска­женная самооценка, негативная «Я-концепция»), то предпочти­тельнее применение подгрупповых форм музыкотерапии.

**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 ребенку 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 ребенком 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 ребенка.

            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 ребенок начинает представлять. Спокойным мягким • голосом, направляя слушание музыки, психолог усиливает музы­кальное восприятие. После восприятия музыки в беседе с ребен­ком психолог выясняет, что малыш «видел», чувствовал, пережи­вал, делал в воображаемом музыкальном путешествии, предлага­ет словесно описать воображаемую картинку или нарисовать ее красками или карандашами.

            Такое восприятие музыки с момента выхода за пределы реаль­ной ситуации приводит к разрядке внутреннего психоэмоциональ­ного напряжения, очищает от наслоившихся переживаний ребен­ка. Исследования показывают, что 10—12 целенаправленных му­зыкотерапевтических сеансов позволяют обеспечить стабилизацию положительного эмоционального состояния ребенка, позитивно­го настроения.

**«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 ребенка, которое он испытывает в данный момент, и если последующие два отрывка создают комбинацию произведений, слушание которых посте­пенно выводит ребенка 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» К. Сен- Санса, Ноктюрн (фа-мажор, ре-бемоль мажор) Ф. Шопена. А сня­тие подавленного, угнетенного состояния может обеспечиваться такими пьесами, как «Аве Мария» Ф. Шуберта, «К радости» Л. Бет­ховена, «Мелодия» Глюка. Радостное, бодрое настроение возни­кает от слушания «Праздничной увертюры» Д. Б. Шостаковича, «Чардаша» В. Монти, «Финала венгерских рапсодий (6, 10, 11, 12)» Ф. Листа и других произведений.

**«Живая музыка»**— такая модель рецептивной музыкотерапии предполагает свободное владение психолога музыкальным инст­рументом. В этом варианте психолог помогает ребенку 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  завершение  дня в конце активных занятий.

Мини – релаксация является очень важным моментом в коррекционной работе. Любое отклонение от оптимального тонуса может быть как причиной, так и следствием возникающих изменений в психической и двигательной активности ребенка и негативно сказывается на общем ходе его развития.

**В мини-релаксациях,**проводимых в режиме дня, важно дать ре­бенку почувствовать свое тело, его собственный тонус, показать возможности им управлять, научить расслабляться при напряже­нии. И в этом процессе детям помогает музыка, ее образное нача­ло, средства выразительности (динамика, метроритм, темп). Мини­ - релаксации могут проводиться в конце занятий, требующих от ребенка 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-двух минутного дыхания в ин­дивидуальном для ребенка 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 ит.п.).

**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 са- моприятия, проблемы в развитии коммуникативной сферы ре­бенка с проблемами.

Занятия **вокалотерапией**проводятся как в индивидуальной, так и в подгрупповой форме. Они направлены не на овладение во­кально-хоровыми 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 ребенка 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 ребенок или ансамбль (2 — 5 детей) могут исполнять под «живое» музыкальное сопровожде­ние или под фонограмму. Такой вариант является коррекционной поддержкой, дающей возможность ребенку 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 ребенка 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 ребенка, 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. Ак­тивная музыкальная деятельность (пение, движения, игра на ин­струментах) обеспечивает возможность выстроить «Я-концепцию» в музыкально-творческом проявлении. С точки зрения гуманистической направленности коррекцион­ные возможности музыкотерапии связаны с предоставлением ре­бенку практически неограниченных возможностей для самовыра­жения и самореализации, что помогает утверждать и познавать свое *Я,* является источником новых позитивных переживаний, обеспечивает рождение новых художественно-эстетических потреб­ностей и способов их удовлетворения.