## Элементы артерапии в развитии эмоционално-волевой сферы у детей с ограниченными возможностями.

В современной концепции абилиции и социализации детей с ограниченными возможностями на одно из первых мест выходит развитие эмоционально-волевой сферы ребёнка. Под развитием эмоционально-волевой сферы мы понимаем следующие процессы:

1. Осознание ребёнком своих желаний и эмоций.
2. Расширение спектра эмоций ребёнка и развитие навыков адекватной вербальной и невербальной передачи ребёнком собственного эмоционального состояния.
3. Обучение ребёнка навыкам саморегуляции эмоций.

Была набрана группа детей имевших наряду с глубокой умственной отсталостью такие тяжёлые диагнозы как ДЦП, миопатия, хромосомные нарушения, аутизм и др. Эти дети ранее нигде не обучались, были не приучены к общению в коллективе, проявляли различные негативные эмоциональные реакции, у многих отсутствовали элементарные навыки самообслуживания. Это были дети, за которых «никто не брался». Сначала они враждебно относились друг к другу, не могли долгое время находиться в группе.

Адаптируя этих детей к школе, нам, педагогам-дефектологам, пришлось исполнять роль сиделок и санитарок. Много души, таланта и профессионального мастерства было вложено, прежде чем дети полюбили школу, привыкли друг к другу, стали воспринимать новое.

Однако, нестабильность эмоционального состояния, его непредсказуемость, неадекватные невротические реакции так и остались серьёзной проблемой. Психоэмоциональное состояние детей с ограниченными возможностями находится в прямой зависимости от перепадов атмосферного давления, смены погоды, посторонних раздражителей (новая обстановка, новые люди и пр.) и собственного эмоционального состояния и самочувствия педагогов.

Дети, пришедшие в наш класс, имели большую личностную дистанцию, не подпускали к себе, предпочитали «забиться в угол». Таким образом, самой первой педагогической задачей для нас стало преодоление недоверия и создание для детей психологически безопасной обстановки.

Но как это сделать? Обычного ребёнка можно посадить на колени, приласкать, погладить по голове. Наши же дети не допускали тактильного контакта. Поэтому решили попробовать найти взаимодействие с детьми через слуховую модальность – обратились к музыке.

Известно, что музыка имеет большое значение в духовной жизни человека. Многие специалисты: педагоги, психологи, психотерапевты, и другие используют музыку в своей практике. Специально подобранная музыка помогает человеку в работе, снимает напряжение, вызывает позитивные эмоции и развивает душу. Всё это справедливо для обычных людей. Но какое влияние оказывает музыка на внутренний мир детей с проблемами психического развития?

Эти и многие другие вопросы задавали себе мы. И начали эксперимент с прослушивания записей детских песенок. Быстрые и весёлые детские песни вызывали у детей не только улыбку, но и возбуждение, неадекватные эмоциональные реакции, шум, беспорядочную активность. Стало понятно, что этим детям нужна другая музыка, более спокойная и одухотворённая.

Тогда дали прослушать детям произведения И.-С. Баха, «Лунную» сонату Л.Бетховена, произведения П.Чайковского и Гендаля. Мы увидели, что дети с большим удовольствием, как «зачарованные», слушают классическую музыку. И именно такая музыка способствует стабилизации их психоэмоционального состояния.

Во взгляде детей появились глубина и понимание. Было заметно, как в процессе прослушивания музыкального произведения у детей расслабляются мышцы, уходит напряжение. Важно отметить, что музыка была специально отобрана. Главными критериями для отбора музыкальных произведений были: спокойный темп, отсутствие диссонансов и напряжённых кульминаций в разработке музыкальной темы, мелодичность и гармоничность. Было замечено, что у детей с глубокими психическими и интеллектуальными проблемами есть внутренняя потребность в музыке, несущей умиротворение, духовную цельность и ясность. Таким образом, сложилась программа классической музыки, которую предлагали детям сначала только с целью паузы, разгрузки. В неё вошли такие музыкальные произведения как «Лунная» соната Л.-В. Бетховена, «Утро» из сюиты Э.Грига «Пер Гюнт», концерт для кларнета с оркестром В.-А. Моцарта, «Кантата» И.-С. Баха, «Лебедь» Сен-Санса, «Шум дождя» Ф.Шопена, «Аве Мария», а также произведения Равеля, Гайдна, Чайковского и Рахманинова.

Сначала дети внимательно слушали и глубоко воспринимали классическую музыку не более 10 минут. Для глубоко умственно отсталых детей, отличающихся рассеянным неустойчивым вниманием, это время является достаточно большим сроком. По мере привыкания детей к классической музыке, время внимательного слушания увеличилось до 15 минут. Наданный момент дети могут слушать музыку значительно дольше. Было замечено, что в результате прослушивания музыкальных произведений внимание на обычных занятиях стало более устойчивым.

Позитивный отклик детей на классику позволил нам расширить музыкальный репертуар и включить в него специальную музыку, направленную на снятие напряжения и релаксацию. Так список музыкальной программы дополнился произведениями K. Waif «Ascension», M. Pepe «Visions» , «Звуками природы» и другой медитативной музыкой. Был проведён строгий отбор специальной музыки. Это не случайно, ведь в последнее время музыкальный рынок наполнился большим количеством релаксационной музыки, вызывающей недостаточно позитивные образы и психоэмоциональные состояния.

## Дети с ограниченными возможностями чрезвычайно чувствительны к качеству функциональной музыки, к тем образам и состояниям, которые она вызывает. Часто спонтанная реакция детей являлась индикатором качества музыки. Детская интуиция удивительно точно определяла те музыкальные композиции, которые впоследствии заняли свое место в фонотеке.

С появлением в фонотеке группы новой медитативной музыки дети получили уникальную возможность выбора. Они могли дать понять какого рода музыку им хочется слушать в данный момент – классическую или медитативную. Постепенно выработались личные предпочтения. Эти произведения не только стабилизируют эмоциональное состояние, но и влияют на работоспособность детей.

Наблюдения за детьми в моменты прослушивания музыкальных произведений, исследование музыкальных предпочтений, отслеживание динамики психоэмоционального состояния детей до и после прослушивания музыки – дали уникальную информацию о закономерности внутренней жизни таких детей. Мы получили возможность регулировать психоэмоциональное состояние детей в соответствии с их внутренним глубинным запросом, а не авторитарно-директивно.

Музыка стала для детей, с одной стороны, средством для создания и поддержания эмоционального равновесия, с другой стороны, инструментом моделирования позитивного рабочего состояния. Музыка стала неотъемлемым компонентом каждодневной работы с детьми.