**Музыкотерапия в целях восстановления**

**и укрепления здоровья.**

«Музыка обладает магической силой и может усмирить дикаря, смягчить камень или согнуть кряжистый дуб..».

У Конгрив, бтитанский драматург, 18 век.

Слово «музыка» происходит от греческого корня (мюзе), обладает грацией, красотой и необычными целебными свойствами. Терапия в переводе с греческого «лечение». Таким образом, термин музыкотерапия обозначает использование музыки в целях восстановления и укрепления здоровья, нормализации душевного состояния людей, то есть в психотерапевтических целях.

«Назначение музыки, - писал немецкий музыкальный теоретик Матесон, - первоначально в том состояло, чтобы содержать нашу душу в сладком покое, или, и удовлетворить её».

« Лечебное свойство музыки, по мнению китайских мудрецов, ориентировалось на пятиступенный звукоряд, который отождествлял ноту с одним из пяти элементов (огнём, водой, деревом, землёй и металлом).»

«Использование пяти музыкальных элементов соответствовало пяти внутренним органам (сердце, печень, почки, лёгкие, селезёнка) и являлось в качестве основы для лечения болезней с помощью музыкальной терапии.

Исходя из этого можно предположить терапевтическую ценность музыки и нетрадиционные методы терапии во имя исцеления.

Современная музыкотерапия получила развитие с конца 40-ых годов и стала более актуальна в наше время, так как эти методы очень актуальны при работе в стационарах, реабилитационных центрах восстановительных и образовательных учреждениях, поликлиниках, Домах ребёнка, в детских домах , в тюрьмах и т.д.

Музыкальная терапия признана официальным средством восстановления в рамках государственной системы страховой медицины.

Дети в Домах ребёнка в силу действия различных депривационных факторов имеет комплекс поведенческих и соматических расстройств, обозначаемых как синдром социальной депривации. Клинические проявления этого синдрома называются младенческой депрессией и затрагивают как психическую сферу, так, вторично, неврологическое и соматическое здоровье детей.

Поэтому музтерапия относится к комплексным средствам эмоционального и психосенсорного воздействия на ребёнка.

В своей работе я решила использовать музыку в качестве лечебного свойства и с учётом диагноза заболевания детей я их разделила по подгруппам:

1. Дети с синдромом повышенной нервно - рефлекторной возбудимости :

(Юля Т., - 2 г.8 м., Надя С., - 3 г.1 м., Даниил Р - 3 г. 4м. ).

2. Дети с синдромом угнетения ЦНС :

(Виталик К – 3 г. 5 м., Серёжа В - 2. г.8 м. Марат Х – 3. г 8 м. )

3. Дети с диагнозом ДЦП :

(Магомед Ш. 3 г. 7 м., Кирилл В. – 3 г 6 м. )

Для каждой подгруппы применяется определённая программа музыкотерапии:

а) « Успокаительная», б) «Активизирующая», в) «Смешанная»

1. Успокоительная программа – (колыбельные, лирические, народные песни в медленном темпе классическая музыка)

Колыбельная: цель – влияние на психологическое состояние, настрой ребёнка в момент его засыпания.

А баю, баю, баю,

Не ложися на краю

Придёт к тебе бирючок

И ухватит за бочок,

За бочок за правенький, Мой сынок кудрявенький.

Итогом применения музокотерапии является значительный положительный эффект:

- уменьшение возбудимости;

- продолжительный спокойный сон;

-улучшение аппетита;

- уменьшение отрицательных эмоций;

- психическая релаксация.

Таким образом, сущностью музыкотерапии является психотерапевтический метод, использующий музыку в качестве лечебного средства, выделяющий 4 основных направления лечебного действия музыкотерапии:

- эмоциональное активирование в ходе вербальной психотерапии;

- развитие навыков межличностного общения (коммуникативных функций и способностей);

- регулирующее влияние на психовегетативные процессы;

-повышение эстетических потребностей.

В заключении хочется сказать, что музыка может стать одним из условий формирования здорового образа жизни. Оздоровительные занятия с помощью музыки дадут ,на мой взгляд, потрясающий эффект, так как в нашем Доме ребёнка «Аистёнок» обучаются и воспитываются дети с различными нарушениями в развитии, имеющие отставания психофизической деятельности одного или нескольких анализаторов (зрительного, слухового, двигательного, речевого).Вот почему я решила использовать музыку и рекомендовать всему персоналу в качестве лечебного свойства.