***Музыкотерапия в развитии эмоциональной сферы детей с нарушениями зрения***

**Оглавление**

Введение

1. Особенности музыкотерапии, как психотерапевтического метода.
2. История развития музыкотерапии.
3. Практическое использование музыкотерапии в стабилизации эмоционального состояния слабовидящих детей.

Заключение

Список литературы

**Введение**

Человек рождается и познаёт окружающий мир. Важнейшую роль в этом играет зрение. К большому сожалению врачей, психологов и педагогов с каждым годом на нашей планете увеличивается количество детей, страдающих глазными заболеваниями и имеющих различные зрительные нарушения (амблиопию, косоглазие, близорукость и дальнозоркость). Дети, страдающие косоглазием и амблиопией часто эмоционально неуравновешенны, избегают участия в коллективных играх и занятиях, стремятся к уединению, становятся замкнутыми. Многие дети отличаются крайней неусидчивостью, неустойчивым вниманием, быстро утомляются, агрессивны.

Кроме дефекта зрения значительная часть детей имеет другие сопутствующие нарушения: речевые, двигательные; у них особое развитие сенсорной, интеллектуальной и эмоциональной сфер.

В систему работы с детьми с нарушением зрения входит регуляция эмоционального состояния. Именно эмоции обуславливают яркость и полноту наших восприятий, стимулируют деятельность воображения, придают речи выразительность и живость. У слабовидящих детей, как отмечает ведущий специалист Л. И. Плаксина, в процессе лечебно-восстановительной работы, возникают психологические проблемы. Например, при применении окклюзии (заклеивание видящего глаза) ребёнок теряет активность, появляется негативизм, раздражительность и агрессия; засвет на глазное дно приводит к накоплению раздражающих стимулов в центральной нервной системе, что выражается в возбудимости, подавленности, пассивности. Для того чтобы помочь таким детям многие ищут нетрадиционные методы педагогической помощи малышам.

1. **Особенности музыкотерапии, как психотерапевтического метода.**

Музыкальная терапия – психотерапевтический метод, использующий музыку в качестве коррекции эмоциональных состояний детей-офтальмопатов.

Различают **пассивную** и **активную** формы музыкотерапии.   
 **При пассивной музыкотерапии** детям предлагают прослушивать различные музыкальные произведения, соответствующие состоянию их психологического здоровья. **Целью в данном случае** является определенное эмоциональное, в том числе эстетическое, переживание, которое должно способствовать отреагированию тех или иных проблем и достижению новых смыслов.   
 В качестве средств, способствующих музыкотерапии, часто используют дополнительные приемы, такие как дыхательные упражнения, живопись, танец.   
 При **активной музыкотерапии** дети сами участвуют в исполнении музыкальных произведений (в хоре или музыкальном оркестре), применяя при этом как обычные музыкальные инструменты, так и необычные, например, собственное тело (хлопки, постукивания и пр.). **Основной целью** в данном случае является интеграция индивида в социальные группы, т.к. в музыкальном сотворчестве хорошо отрабатываются различные коммуникативные навыки, устраняется повышенная застенчивость, кроме того формируется выдержка и самоконтроль.   
 Музыкотерапия – метод арт-терапии, основанный на эмоциональном восприятии музыки. В зависимости от мелодии, ее ритмической основы и исполнения музыка может оказывать самые разнообразные эффекты – от индивидуального ощущения внутренней гармонии и духовного очищения до неуправляемого агрессивного поведения больших человеческих масс. Ее можно использовать для влияния на самочувствие человека.

*Достоинствами музыкотерапии* являются:

1. Абсолютная безвредность.

2. Легкость и простота применения.

3. Возможность контроля.

4. Уменьшение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и отнимающих больше времени.

1. **История развития музыкотерапии.**

Очевидно, что лечение искусством появилось тогда же, когда и само искусство. Во все времена и у всех народов в качестве средства исцеления различных болезней и состояний использовались музыка, пение, танец, рисование, скульптура, театр и ритуалы, мистерии и многое другое. Если проследить развитие всевозможных вариантов народного целительства, то все они, без исключения, содержат элементы терапии искусством.

О том, что звуки музыки помогают излечению, люди знали давно. Еще Пифагор, Аристотель и Платон утверждали, что музыка восстанавливает нарушенную болезнями гармонию в человеческом теле. Искусство и медицина веками шли рядом. Гиппократ даже провозгласил медицину «поистине самым благородным из всех искусств». А в древней Греции студенты, обучавшиеся врачебному делу, в обязательном порядке занимались и музыкой. И все же в течение многих столетий союз музыки и целительства был основан, прежде всего, на интуиции и личном опыте лекарей. В ХХ веке целебные свойства музыки получили подтверждение в результате разных научных исследований. И вряд ли стоит спешить иронизировать по сему поводу...

Сегодня более чем в 20 странах есть профессиональные ассоциации музыкальной терапии, существует даже Всемирная ассоциация музыкотерапии.

1. **Практическое использование музыкотерапии в стабилизации эмоционального состояния слабовидящих детей.**

Система работы по развитию и воспитанию слабовидящих детей на материале музыкальных произведений выстраивается исходя из актуальности данной проблемы на современном этапе развития общества и запросов родителей. Работа по данной теме проходит через изучение теоретического материала, осмысление, пополнение опыта и его апробирования. Как помочь детям с ослабленным зрением занять в обществе достойное социальное место, как безболезненно вывести их во взрослую жизнь – главная задача, которую ставят перед собой педагоги.

Целью работы является разработка и применение методов коррекции с использованием музыкотерапии, стимулирование развития эмоциональной сферы слабовидящих детей с помощью классической музыки.

План коррекционной работы состоит из следующих этапов:

- подготовительный, где предполагается изучение литературы и пополнение развивающей среды необходимыми пособиями, музыкальными записями и специальной литературой;

- диагностический, на этом этапе разрабатываются диагностические карты, и проводится стартовая диагностика;

- экспериментальный – составляется тематический план и направления его реализация;

- контрольно – оценочный, который включает в себя итоговую диагностику, выводы и самоанализ деятельности по данной программе.

Анализируя литературу можно отметить, что о положительном воздействии музыки пишут многие известные специалисты: учёные, педагоги, психологи, врачи, музыканты. Так исследования В.И.Петрушина, В. М. Бехтерева, С. В. Шушарджан выявили влияние музыки на различные системы организма. Врач М. Л. Лазарев подтверждает, что правильно подобранная классическая музыка помогает детям развиваться гармонично как в физическом, так и в духовном плане. Он рекомендует слушать произведения Моцарта, Вивальди. Педагог А. М. Михайлова считает, что музыкой можно изменять развитие, но главное, музыкой можно влиять на эмоциональное самочувствие человека. Произведения П. И. Чайковского, Р. Шуберта, Л. Бетховена способны активизировать энергетические процессы организма и направлять их на физическое оздоровление. Р. М. Чумичёва в своей работе «Синтез искусств – фактор развития личности ребёнка», утверждает, что музыка переносит нас в сферу чувств… в царство слуха…она помогает ребёнку полнее почувствовать окружающий мир. М. В. Киселёва с книге «Арт – терапия в работе с детьми» даёт представление о механизмах воздействия музыки на человека, об общих принципах работы с детьми, предлагает разнообразные упражнения и игры для коррекции эмоциональной сферы ребёнка. В статье К. Краплак «Путеводитель по арт-терапии», автор рассказывает о таком направлении арт-терапии, как музыкоизотерапия, то есть восприятие произведений искусства и изображение музыки в рисунке. В работе О. Даниловой «Психологическая работа с дошкольниками» говорится о том, что музыкальное восприятие в сочетании с активизацией зрительных образов (просмотр видеозаписей картин природы, шедевров мировой живописи) на фоне музыки обеспечивает реконструкцию и коррекцию психоэмоционального состояния человека.

Для определения музыкальности каждого ребёнка, развития его эмоциональной сферы и эстетических чувств проводится стартовая диагностика. Для этого, взяв за основу диагностическую методику Г. А. Урунтаевой, составляется пакет диагностических материалов, куда входят задания для изучения музыкальности детей, измерители музыкальности и эстетических чувств детей и диагностические карты для стартовой и итоговой диагностики.

На основе полученных результатов диагностики составляется тематический план, где основной упор делается на знакомстве с музыкой композиторов-классиков для обогащения музыкального опыта слабовидящих детей и развития их эмоциональной сферы. Данный план является приложением к перспективному плану и позволяет корректировать содержание типовых музыкальных занятий и включать занятия в нетрадиционной форме. Цель таких занятий – создание положительного эмоционального фона (снятие агрессивности, напряжения), развитие основных психических функций, познавательной сферы при помощи музыкальных приёмов. Примером могут служить такие занятия как: занятия – беседы «П. И. Чайковский и его музыка», «Роберт Шуман и его детская музыка», «Карнавал животных Сен-Санса»; тематические занятия «Три кита» (творчество Д. Кабалевского), «Вальс»; интегрированные занятия «Ковёр доброго и злого волшебника», «Музыкальные рисунки». На типовых занятиях в разделе «слушание» подбираются произведения спокойного характера, создающие атмосферу покоя («Аве Мария», «Лебедь» Сен-Санса, Моцарта), а также динамичного, стимулирующего эмоции («Времена года» Вивальди»), используются дидактические и коррекционно-музыкальные игры: «Чуткие пальчики», «Покажи части произведения», «Что делают в домике?»; вводятся творческие задания «Какого цвета музыка?», «Придумай название музыке», «Покажи мимикой настроение пьесы», «Покажи музыку руками», «Превращаемся в…». Приёмы, которые помогают детям понять и почувствовать характер и настроение произведения, подбираются в соответствии с возрастом и возможностями детей-офтальмопатов. Это вопросы поискового характера, пластическое интонирование, мимические этюды, художественное слово, репродукции картин, игровые задания, импровизации. Учитывая зрительную патологию воспитанников на каждом занятии, решаются и коррекционные задачи: развитие восприятия на полисенсорной основе (зрение, слух, осязание), развитие восприятия в единстве с развитием внимания, памяти, мышления и речи, развитие прослеживающих функций глаза и фиксации взора, цветоощущения.



В конце года в ходе доминантного занятия по восприятию музыки «В гостях у феи Музыки», проводится итоговая диагностика с целью выявления результативности работы по развитию эмоциональной сферы и эстетических чувств детей.

Особо важным фактором в работе с применением приемов музыкотерапии является взаимодействие всех субъектов педагогического процесса (в том числе детского сада и семьи), поэтому целесообразно проводить консультации педагогов и родителей по данной проблеме («Воспитание у детей эмоциональной отзывчивости средствами музыки», «Музыкотерапия», «Классическая музыка лечит» и др); давать рекомендации по организации слушания произведений классики в детском саду и дома.

**Список произведений классической музыки для регуляции психоэмоционального состояния детей с нарушениями зрения:**

- Для уменьшения чувства тревоги и неуверенности – «Мазурка» Шопен, «Вальсы» Штрауса, «Мелодии» Рубинштейна.

**-** Для уменьшения раздражительности, разочарования, повышение чувства принадлежности к прекрасному миру природы – «Кантата № 2» Баха, «Лунная соната» Бетховена.

**-** Для общего успокоения – «Симфония №6» Бетховена, часть 2, «Колыбельная» Брамса, «Аве Мария» Шуберта.

**-** Для снятия симптомов гипертонии и напряженности в отношениях с другими людьми – «Концерт ре-минор» для скрипки Баха.

**-** Для уменьшения головной боли, связанной с эмоциональным напряжением, - «Дон Жуан» Моцарт, «Венгерская рапсодия №1» Листа, «Сюита Маскарад» Хачатуряна.

**-** Для поднятия общего жизненного тонуса, улучшение самочувствия, активности, настроения – «Шестая симфония», Чайковского, 3 часть, «Увертюра Эдмонд» Бетховена.

**-** Для уменьшения злобности, зависти к успехам других людей – «Итальянский концерт» Баха, «Симфония» Гайдна.

- Для повышения концентрации внимания, сосредоточенности – «Времена года» Чайковского, «Лунный свет» Дебюсси, «Симфония № 5» Мендельсона.

**Заключение**

Таким образом, можно сделать вывод, что при помощи музыкотерапии можно моделировать эмоции, поднять настроение, снизить чувство тревожности, у неуравновешенных детей сформировать чувства внутреннего покоя, радости, положительные эмоции, желание общаться друг с другом. Приобщение детей к шедеврам классической музыки способствует формированию у слабовидящих дошкольников эстетических эмоций, вкуса и становлению эмоционально-ценностного отношения к произведениям искусства как основы художественной культуры.

Список литературы:

1. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы атр-терапии. – СПб Эксмо-пресс, 2002.

2. Данилова О. Диагностика дошкольников: психологическая работа с дошкольниками [Электронный ресурс]//Effekton Studio

3. Дружинина Л. А. Коррекционная работа в детском саду для детей с нарушением зрения. Методическое пособие. – М., Экзамен, 2006. – 159с.

4. Ермаков В. П. Основы тифлопедагогики. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения. Учебное пособие / Ермаков В. П., Якунин Г. А.М. – Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 240с.

5. Киселёва Т. Ю. Арт – терапия в работе с детьми. – СПб Речь, 2007. – 160с.

6. Черемнова Е.Ю. Танцетерапия: танцевально-оздоровительные методики для детей. – Ростов н/Д; Феникс, 2008. – 121 с.

7. Чумичева Р.М. Синтез искусств - фактор развития личности ребенка. – Ставрополь: Сервис – школа, 2005.