

ПРЕЗЕНТАЦИЯ

МУЗЫКОТЕРАПИИ



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

У. Конгрив, британский драматург,

XVII век



Музыкотерапия – это исцеление музыкой.



В первую очередь прослушивание музыки влияет на наше эмоциональное и чувственное восприятие, что дает мощный импульс всем остальным Действующим системам человека. В Более спокойном состоянии человек уже трезво размышляет, тоньше понимает события вокруг, неосознанно включает интуицию. Все это существенно влияет на качественные характеристики физического тела. Каким-то невероятным образом человеку становится лучше, он становится бодрее, умнее и веселее, что сейчас необходимо каждому из нас.

Достоинствами музыкотерапии являются:

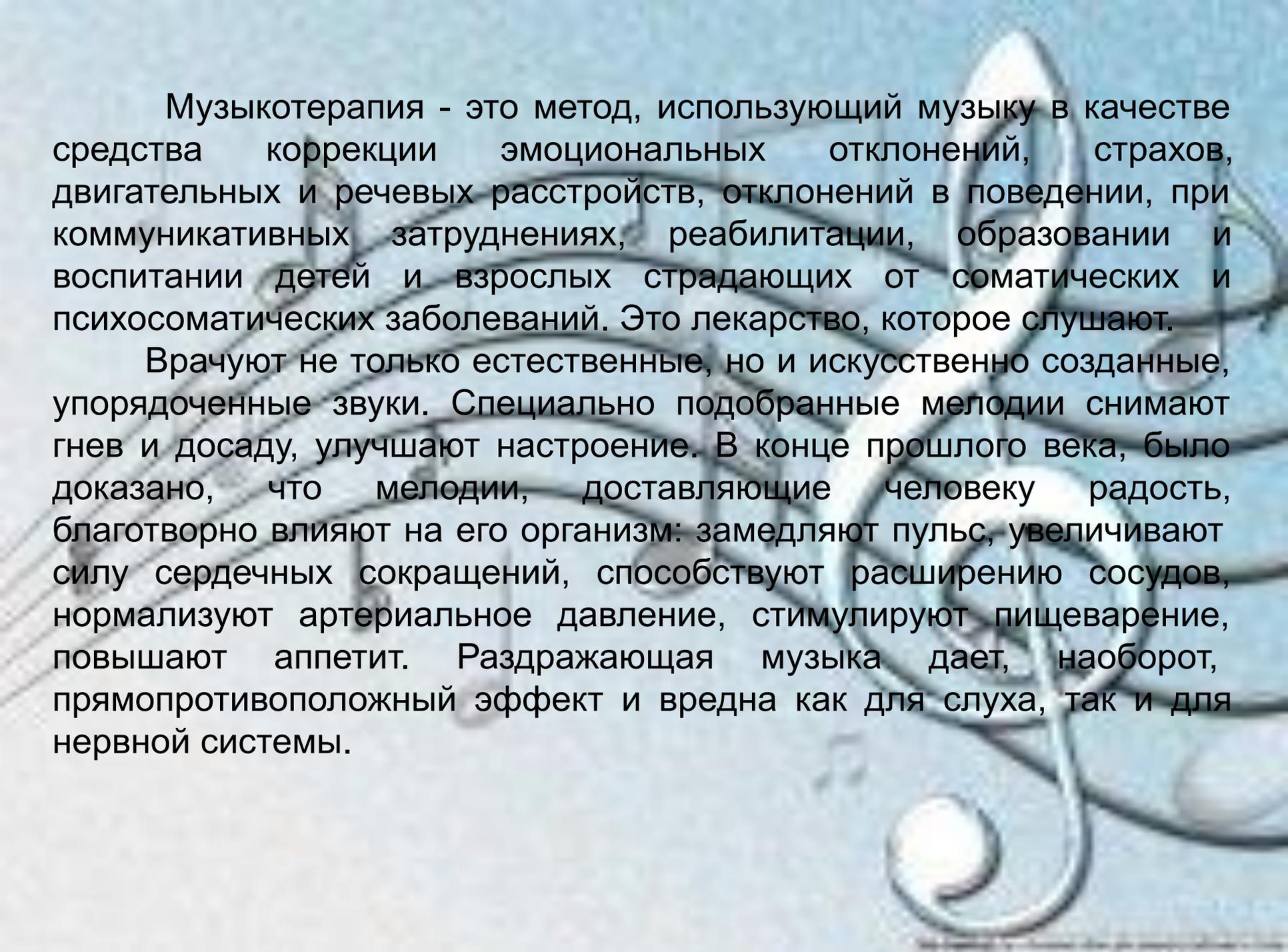
1. Абсолютная безвредность;
2. Легкость и простота применения;
3. Возможность контроля;
4. Уменьшение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и отнимающих больше времени;



Взаимодействие музыки и психики

Любое воздействие извне на человеческий организм играет свою роль. Слух воспринимает определенные звуки и это влияет не только на какие-то фрагменты в мозгу, а на все тело целиком. Психика — неотъемлемая часть нашего сознания, с помощью нее мы воспринимаем наши проблемы и решаем текущие дела. Если психика нарушена, нарушается работа всего организма, поэтому очень важно поддерживать ее в стабильном состоянии. Чтобы не доводить себя и свой организм до крайне неуравновешенного состояния, следует проводить хоть иногда профилактику в виде релаксации и полного расслабления, в чем и помогает музыка.

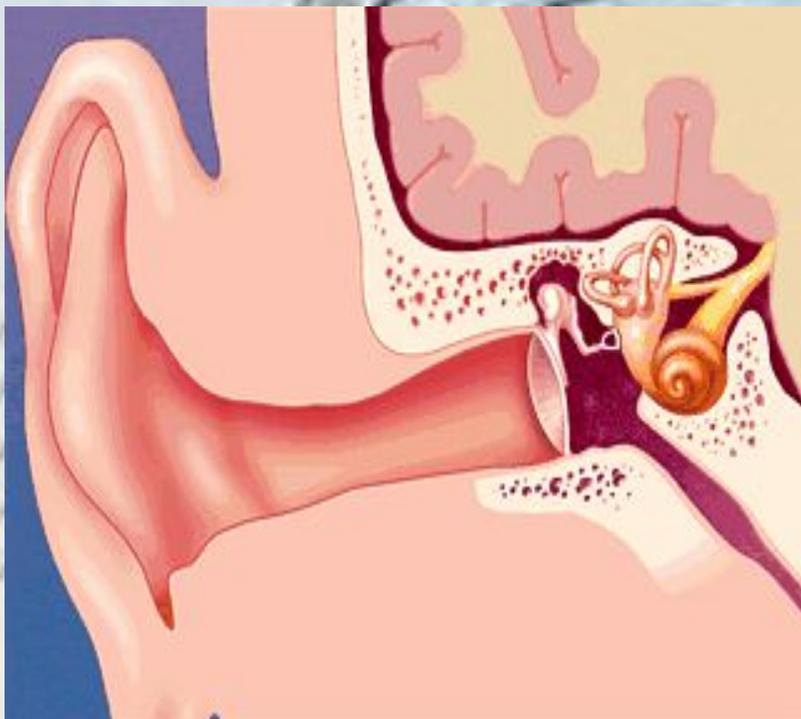




Музыкотерапия - это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, реабилитации, образовании и воспитании детей и взрослых страдающих от соматических и психосоматических заболеваний. Это лекарство, которое слушают.

Врачуют не только естественные, но и искусственно созданные, упорядоченные звуки. Специально подобранные мелодии снимают гнев и досаду, улучшают настроение. В конце прошлого века, было доказано, что мелодии, доставляющие человеку радость, благотворно влияют на его организм: замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, способствуют расширению сосудов, нормализуют артериальное давление, стимулируют пищеварение, повышают аппетит. Раздражающая музыка дает, наоборот, прямопротивоположный эффект и вредна как для слуха, так и для нервной системы.

А. Томатис пришел к паразитерному открытию:



- «Ухо предназначено не только для того, чтобы слышать, но и чтобы питать энергией разум и тело.
- Клетки мозга работают как маленькие батарейки-аккумуляторы. Они заряжаются не путем метаболизма тела, а с помощью энергии звуков».
- Музыка заряжает мозг и улучшает интеллект. Учёные из США выяснили, что музыка помогает в чтении, концентрации внимания и улучшении кратковременной памяти.
- Особые результаты были отмечены у детей дошкольного возраста.

Анализируя основы психокоррекционной работы с детьми, учёные отмечают, что в дошкольном возрасте одним из наиболее эффективных методов является музыкотерапия.

Музыкой можно просто наслаждаться, можно снимать стрессы, повышать работоспособность, развивать художественные способности и способности к учебе, а самое главное, лечить детей с ограниченными физическими и умственными возможностями, больными на такие болезни как синдром Дауна, ДЦП и другие.



Положительные эмоции при музыкальном прослушивании, “художественное наслаждение”, по мнению Л.С. Выготского, не есть чистая рецепция, но требует высочайшей деятельности психики. Мучительные и неприятные аффекты при этом подвергаются некоторой разрядке, уничтожению, превращению в противоположное.

Исследования психологов доказывают целесообразность наиболее раннего включения детей с проблемами в музыкальную деятельность, в процессе которой совершенствуются их двигательные, сенсорные и речевые функции, формируются навыки общения. Практика работы подтверждает: чем раньше начинаются занятия музыкотерапии, тем эффективнее их психокоррекционное воздействие на ребенка.



Различают три основные формы музыкотерапии

Рецептивная музыкотерапия

(пассивная) отличается тем, что человек в процессе музыкотерапевтического сеанса не принимает в нем активного участия, занимая позицию простого слушателя. Ему предлагают прослушать различные музыкальные композиции либо вслушиваться в различные звучания, отвечающие состоянию его психического здоровья.

Активные методы

музыкальной терапии основаны на активной работе с музыкальным материалом: инструментальная игра, пение.

Интегративная музыкотерапия

наряду с музыкой задействует возможности других видов искусства: рисование под музыку, музыкально-подвижные игры, пантомима, пластическая драматизация под музыку, создание стихов, рисунков, рассказов после прослушивания музыки и др. творческие формы.

**Эмоциональное
активирование в ходе
вербальной
психотерапии**

**Развитие навыков
межличностного
общения,
коммуникативных
функций и способностей**

**Основные
направления
коррекционного
действия
музыкотерапии**

**Регулирующее влияние
на психовегетативные
процессы**

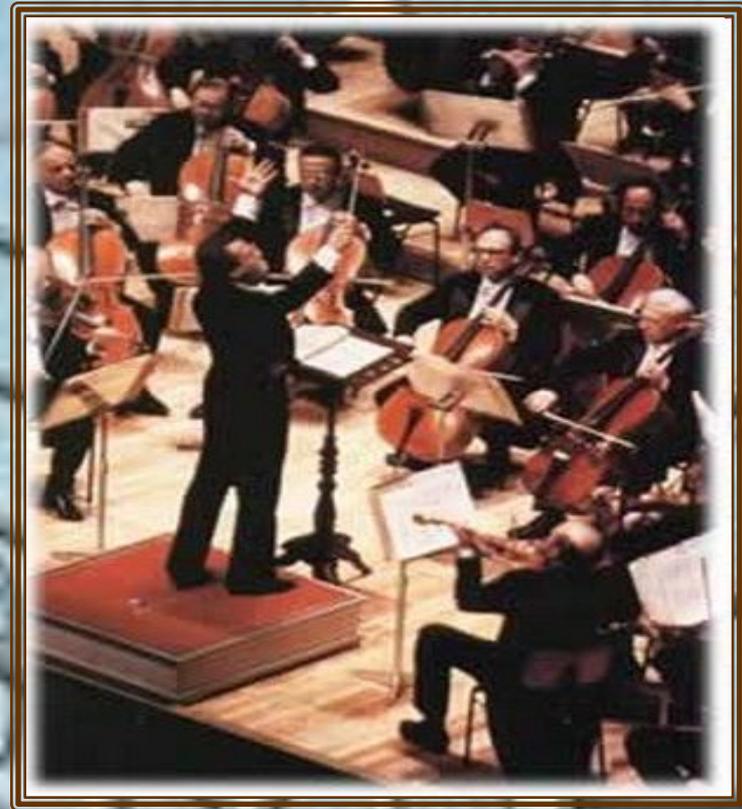
**Повышение
эстетических
потребностей**

Эффект Моцарта

Моцарт – один из музыкальных гениев, которые создали божественную музыку. Если искусство настоящее, оно будет жить вечно. Кроме того, все, что прекрасно, радует нас и исцеляет наши души. Музыка Моцарта создана для исцеления души, для расслабления и углубления во внутрь себя.

Само явление под названием «эффект Моцарта» приобрело свою популярность благодаря тому, что классическая музыка оказывает не только эстетическое влияние на человека, но и целебное воздействие на весь организм в целом. Поэтому такому феномену уделили много внимания и времени и пришли к выводу, что слушая музыку Моцарта, можно значительно улучшить свое здоровье.

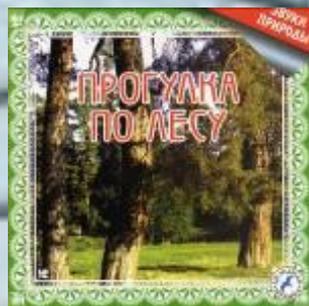
После многочисленных экспериментов ученые пришли к выводу, что при нервных расстройствах, повышенной возбудимости, склонности к истерикам и капризам наиболее благоприятное воздействие на ребенка оказывает музыка Моцарта. Если проводить сеансы музыкотерапии ежедневно по 20-30 минут, то уже через 7-10 дней малыш начнет вести себя более взвешенно и адекватно.







Звуки природы

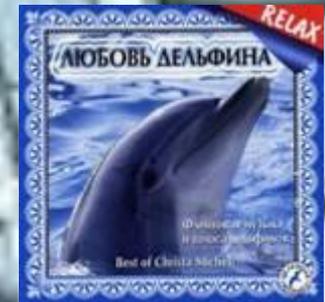
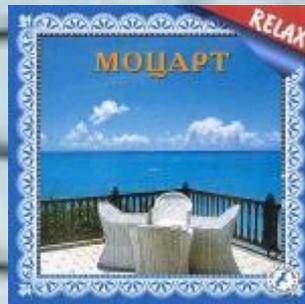
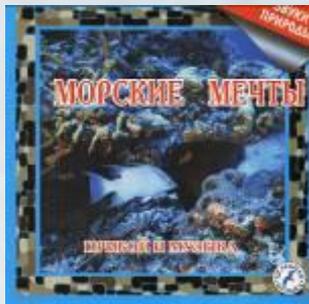


Первая тематика – чистые звуки природы, такие как «Утро певчих птиц», «Прогулка по лесу», «Соловьиная роща», «Ласковый прибой», «Утренний ручей», «Весенняя гроза».



Эффект успокоения, снятия тревожности здесь связан, на наш взгляд, с тем, что все эти природные звуки сопровождали спокойную бытовую деятельность многих поколений и закрепились в «генетической» памяти как **сигналы безопасности и благополучия**

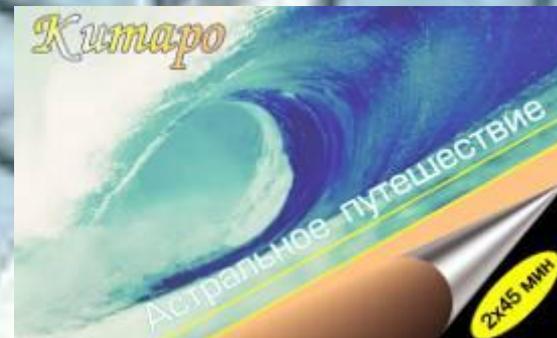
Звуки природы и музыка



Вторая тематика – звуки природы в сочетании с музыкой. В программах «Море любви», «Море покоя», «Любовь дельфина», «Морские мечты», «Мистическое море» представлено нежное звучание гитары, гобоя, флейты, фортепиано на фоне шелеста морских волн. Программы «Летний полдень», «Очарованный соловей», «Шепчущие пески» содержат мелодии на фоне пения птиц.



New Age



Третья тематика – произведения композиторов-профессионалов в музыкотерапии, таких как **Карунеш** («Симфония сердца», «Небесная даль», «Чайная церемония»), **Анугама** («Открытое небо»), **Гомер Эванс** («Музыка для здоровья», «Музыка счастья») и др. Их произведения обладают выраженным оздоровительным действием.



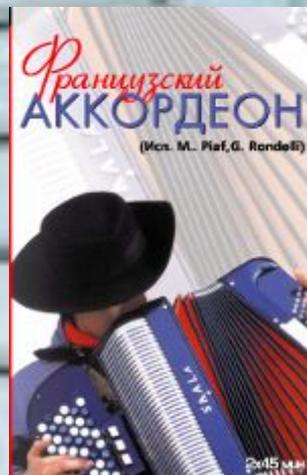


Классическая музыка



Четвёртая тематика – классическая музыка прошлых времён, обладающая успокаивающим эффектом. Это, в основном, произведения **Моцарта, Баха, Вивальди, Штрауса, Чайковского** и др.

Мягкая инструментальная музыка

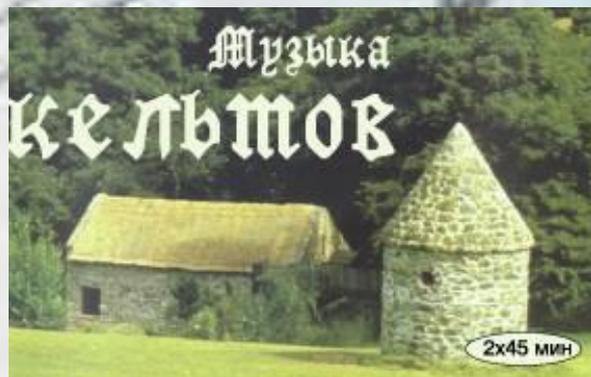


Пятая тематика – мягкая инструментальная музыка в обработке таких высокопрофессиональных оркестров и исполнителей, как оркестр Поля Мориа, Джеймса Ласта, Фаусто Папетти, Френсиса Гойи и др.



Этническая музыка

Шестая тематика – задушевные народные песни, этническая и мантровая медитативная музыка.



Действие музыки на организм человека

- *Снимает невроты и раздражительность* - «Лунная соната» Бетховена, «Итальянский концерт» Баха, музыка Генделя.
- *Успокаивает, уменьшает чувство тревоги, нерешительности* – вальсы Штрауса, «Колыбельная» Брамса.
- *Способствует росту умственных способностей* – музыка Моцарта.
- *Нормализует работу мозга* – прослушивание сюиты «Пер Гюнта»
- *Стимулирует интеллектуальную деятельность* – музыка Бетховена, Штрауса.
- *Поднимает жизненный тонус, наполняет жизненной силой, творческой энергией, вдохновляет.*



Во время занятий с использованием музыкотерапии можно моделировать эмоции: и у агрессивных, неуравновешенных детей формируется чувство внутреннего покоя, радости - создается положительный эмоциональный фон; развиваются мыслительные способности и фантазия детей, развивается коррекция сенсорных процессов и сенсорных способностей, повышается мотивация учебы, возрастает удовлетворенность учением, а значит создается ситуация успеха.

Таким образом, групповая или индивидуальная музыкотерапия в процессе реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья необходима как способ эмоционального воздействия на ребенка с целью коррекции имеющихся физических и умственных отклонений, как способ невербальной коммуникации, как способ оздоровления, а также как один из возможных способов познания мира.

