

# МУЗЫКОТЕРА ПИЯ



**Музыкотерапия** — это психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека. Преимуществом данного вида лечения является комплексное воздействие на организм посредством слухового, биорезонансного, вибротактильного факторов.



- **1. Эмоциональное активирование в ходе вербальной психотерапии.**
- **2. Регулирующее влияние на психовегетативные процессы.**
- **3. Развитие навыков межличностного общения.**
- **4. Повышение эстетических потребностей.**



- **катарсис — эмоциональную разрядку, регулирование эмоционального состояния;**
- **усвоение новых способов эмоциональной экспрессии;**
- **повышение социальной активности и др».** (Мамайчук И.И.).



- **Рецептивной**-(пассивная) музыкотерапия характеризуется тем, что ребенок в музыкотерапевтическом сеансе участвует относительно активно в непосредственном действии. В рецептивной музыкотерапии выделяются два вида: музыкопсихотерапия, музыкосоматотерапия.
- **Активной**-музыкотерапия предполагает активное включение ребенка в музыкотерапевтический процесс посредством пения (вокалотерапия) или движения (кинезитерапия - танцотерапия, хореотерапия) и игры на музыкальных инструментах (инструментальная музыкотерапия).
- **Интегративной**-наряду с музыкой задействует возможности других видов искусства: рисованием под музыку, музыкально-подвижные игры, пантомима, пластическая драматизация под музыку, создание стихов, рисунков, рассказов после прослушивания музыки и др творческие формы



- Утром рекомендуется включать солнечную оптимистическую музыку, добрые песни с хорошим текстом.
- Для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения для приятного погружения в дневной сон необходимо воспользоваться благотворным влиянием мелодичной, классической и современной релаксирующей музыки, наполненной звуками природы (шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн и крик дельфинов). Дети на подсознательном уровне успокаиваются, расслабляются.
- Музыкотерапия для вечернего времени способствует снятию накопившейся усталости, стрессовых ситуаций за день. Она успокаивает, расслабляет, нормализует кровяное давление и работу нервной системы детского организма.

