

ФОРМЫ И МЕТОДЫ

МУЗЫКАЛЬНОЙ
ПСИХОТЕРАПИИ



Основные формы музыкальной терапии

- Рецептивная
(пассивная)



- Активная



Рецептивная музыкальная терапия

- Способы применения:
 - самостоятельная форма терапии
 - подготовка к активной музыкальной терапии
 - домашнее задание для клиента
- Области применения:
 - паллиативная медицина
 - гериатрия
 - неонатология



Методы рецептивной музыкальной терапии

- музыка и управление образами по Хелен Бонни (GIM — Guided Imagery and Music, Helen Bonny);
- регулятивная музыкальная терапия по Кристофу Швабе (RMT — Regulative Musiktherapie, Christoph Schwabe);
- музыкально-терапевтическая глубинная релаксация по Гансу-Гельмуту Декеру-Фойгту (MTE — Musiktherapeutische Tiefenentspannung, Hans-Helmut Decker-Voigt);
- музыкально-терапевтический релаксационный тренинг по Волкеру Болэю (ETmnG — Entspannungstraining nach musiktherapeutischen Gesichtspunkten, Volker Bolay);
- антропософская слуховая терапия по Энни фон Ланге (Antrposophische Hörtherapie, Anny von Lange);
- рецептивная древневосточная музыкальная

Какую музыку выбирать?

- Главный принцип – использовать ту музыку, которая в первую очередь помогает пациенту, а не ту, которая имеет эстетическую ценность. (*Illing, Benedict, 1958*)
- Выбор зависит от намерений терапевта. Музыка должна найти отклик у слушателей. (*Shcwabe*)
- Наибольший эффект оказывают небольшие (5-10 минут) с однородным содержанием. (*В.М. Бехтерев*)
- Предпочтительнее традиционная народная музыка. (*Mitchel, Zanker*)
- Наибольший эффект оказывает та музыка, с которой клиент не был знаком прежде. (*Kohler*)
- Инструментальная музыка предпочтительнее, чем вокальная, потому что слова могут быть связаны с определённым кругом впечатлений. (*Reinecke*)

Рекомендуется выбирать музыкальное произведение для прослушивания, учитывая:

- Теорию эрготропной и трофотропной музыки Г.-Г. Декер-Фойгта
- Теорию кодирования музыкальных эмоций В.И. Петрушина
- Теорию цвето-тонального соответствия В.М. Элькина



Особенности эрготропной и трофотропной музыки

(по Г.-Г. Декер-

Фойгту)

	Средства музыкальной выразительности	Возможные реакции
Эрготропная музыка	<p>Подчёркнутая, ударная пульсация.</p> <p>Наличие акцентов, пунктирного ритма.</p> <p>Основной лад - мажорный.</p> <p>Диссонансы.</p> <p>Острые ладовые тяготения.</p> <p>Наиболее распространённым динамическим оттенком является форте (громко).</p> <p>Наличие резких взлётов и резких падений мелодии.</p> <p>Штрих стоккато (отрывисто).</p>	<p>Повышение сердечно-сосудистого давления.</p> <p>Учащение дыхания и пульса.</p> <p>Спазмы мускулатуры.</p> <p>Расширение зрачков.</p> <p>Раздражение кожи.</p> <p>Возбуждение, сходное с состоянием опьянения.</p>

Особенности эрготропной и трофотропной музыки (по Г.-Г. Декер-

Фойгту)

Трофотропная музыка	Средства музыкальной выразительности	Возможные реакции
	<p>Отсутствие сильных акцентов.</p> <p>Основной лад - минорный.</p> <p>Консонансы.</p> <p>Отсутствие острых ладовых тяготений.</p> <p>Невысокая громкость.</p> <p>Плавное течение мелодии.</p> <p>Штрих легато (плавно, связно).</p>	<p>Снижение сердечно-сосудистого давления.</p> <p>Замедление дыхания и частоты пульса.</p> <p>Расслабление мышечных зажимов.</p> <p>Сужение зрачков.</p> <p>Уменьшение раздражения кожи.</p> <p>Чувство спокойствия, умиротворения, вплоть до медитативного состояния.</p>

По мнению В.И. Петрушина, отнесение различных произведений к эмоции одной и той же модальности можно осуществить при помощи системы координат.



Рис. 13.3. Система координат, показывающая кодирование музыкальных эмоций

Теория цвето-тонального соответствия В.М. Элькина

«Все существующие тональности обладают чёткой эмоциональной характерностью и связываются по три, в соответствии с психологической окраской, в группы, резко отличающиеся друг от друга. Каждой триаде тональностей соответствует определённый цвет, отражающий психологическую окраску этих тональностей».

В.М. Элькин



Цвет по М. Люшеру	Тональности музыки	Психологическое значение
Синий	Си мажор, Фа диез мажор, До диез мажор	Блаженное созерцание
Зелёный	Фа мажор, До мажор, Соль мажор	Мудрость понимания
Красный	Ля бемоль мажор, Ми бемоль мажор, Си бемоль мажор	Энергия
Жёлтый	Ре мажор, Ля мажор, Ми мажор	Радость
Фиолетовый	Си минор, Фа диез минор, До диез минор	Поэтическая фантазия
Коричневый	Ре минор, Ля минор, Ми минор	Печаль воспоминаний
Черный	Фа минор, До минор, Соль минор	Трагедия
Серый	Ля бемоль минор, Ми бемоль минор, Си бемоль минор	Отрешенность, усталость

Другие примеры цветотональных ассоциаций

Тональность	Скрябин	Римский-Корсаков	Асафьев
до мажор	красный	белый	—
оль мажор	оранжево-розовый	светлый, откровенный	изумруд газонов после весеннего дождя
ре мажор	желтый, яркий	дневной, желтоватый	блеск солнечных лучей
ля мажор	зеленый	ясный, весенний	радостное, пьянящее настроение, близко к ре мажору
ми мажор	сине-белесоватый	синий, сапфировый	ночное, очень звездное небо
си мажор	сине-белесоватый	мрачный темно-синий	—
фа диез мажор	ярко-синий	серовато-зеленоватый	кожа зрелого апельсина
ре бемоль мажор	фиолетовый	темноватый, теплый	красное зарево
ля бемоль мажор	пурпурно-фиолетовый	нежный серовато-фиолетовый	цвет вишни, если ее разломать
ми бемоль мажор	стальной, красный	серо-синеватый, зеленый	лазурь, цвет слоновой кости



Активная музыкальная терапия



Оборудование кабинета музыкальной терапии: минимальный необходимый набор музыкальных инструментов (по М. Пристли).

- ударные — для выражения состояний агрессии/деструкции (пластиночные ударные инструменты; перепóночные музыкальные инструменты),
- деревянная перкуссия,
- шумовые инструменты,
- струнные — для выражения нежности, «символики поглаживания»,
- духовые — функция предшественников вербализации и вокализации,
- клавишные.

- Активная музыкальная терапия предполагает использование клиентом музыкальных инструментов с целью выражения содержания своего внутреннего мира.
- Игра на музыкальных инструментах протекает в определённых условиях, создающих ощущение комфорта и безопасности (в музыкально-терапевтическом кабинете, студии) в присутствии психотерапевта, обладающего знанием природы и возможностей музыкального творчества.
- Музицирование, как правило, предваряется выявлением запроса клиента и завершается обсуждением, направленным на прояснение личностного смысла музыкальной импровизации, её связи с переживаниями и опытом клиента.

Структура музыкально-терапевтической сессии

(Г.-Г. Декер-

Фойгт, 2009)

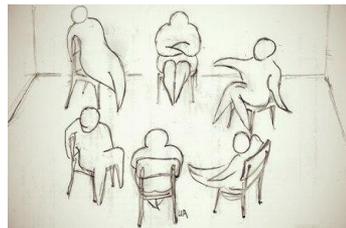
- I. Подготовительная часть.
- II. Структурирование сессии.
- III. Разогрев и разминка.
- IV. Рабочая часть. Прояснение запроса.
- V. Инсценировка с использованием различных техник.
- VI. Заключительная часть. Анализ и обсуждение опыта, полученного клиентом.



Структура музыкально-терапевтической сессии

I. Подготовительная часть

Вопросы оборудования помещения, необходимого освещения, отопления, общего комфорта, удобства клиента, взаимного расположения участников сессии в кабинете – «устройтесь удобно».



II. Структурирование сессии

Обсуждение с клиентом/группой предполагаемой структуры сессии

III. Разогрев и разминка

Используются упражнения из широкого набора витализирующих, эмоционально-активирующих, желательно

IV. Рабочая часть

- 1) Поиск темы и ее обозначение
- 2) Конкретизация темы
- 3) Центрирование на теме
- 4) Поиск и выбор инструмента — поиск соответствующих художественных средств и выбор инструментов — клиентом себе и клиентом психотерапевту.



V. Инсценировка. Техники музыкальной терапии.



Индивидуальная	Групповая
Музыкальное исполнение для клиента (на инструменте или со звукового носителя)	Музыкальное исполнение для группы (на инструменте или со звукового носителя)
Пение песен для клиента (с клиентом)	Пение песен для группы (с группой)
Свободно импровизированный диалог	Свободная групповая импровизация
Диалог на заданную тему	Импровизация на заданную тему
Игра по определенным правилам	Игра по определенным правилам
Рольевая игра	Рольевая игра
Системная расстановка с инструментами	Системная расстановка с замещающими объектами и инструментами

VI. Заключительная часть. Анализ и обсуждение опыта, полученного клиентом.

- «Какие ассоциации, возникали в ходе инсценировки?» Вопросы по поводу жизненной ситуации пациента, и ее связи с ассоциациями;
- «В каком направлении хотели бы дальше работать, если бы было больше времени?» (контрактирование на будущее, выяснение актуальной проблематики);
- Подготовка к «внешней реальности» с учетом достигнутых на сессии позитивных изменений;
- Обратная связь психотерапевта по поводу нынешней ситуации и связанных с ней ощущениях.

Диагностика. Оценки качественных показателей взаимоотношения.

- Карин Шумахер (Schumacher, 1998) , опираясь на базовые принципы теории развития Ж. Пиаже и Д. Стерна, выстраивает 7-ступенчатую систему **оценки качественных показателей взаимоотношения** (Einschätzung von Beziehungsqualitäten — EBQ). Она фиксирует уровни, начиная с абсолютного отсутствия контакта (модус 1) и заканчивая моментом, когда участники приходят к контакту в процессе игры (модус 6).



Модус 6 – интераффективность – когда участники приходят к контакту в процессе игры

Модус 5 – интерактивность – разделение на поведенческом уровне, но без эмоциональности

Модус 4 – интерсубъективность – контакт между 2 объектами, но не ясно, есть ли взаимоотношения

Модус 3 – собственный опыт – или контакт с самим собой, внутренний мир /интроверсия

Модус 2 – функционально-сенсорный контакт – предварительная степень понимания значения объектов и ситуации.

Модус 1 – контакт-реакция (разовая)

Модус 0 – абсолютное отсутствие/отказ от контакта