

## ВОЗДЕЙСТВИЕ МУЗЫКИ НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ РЕБЁНКА

**Аннотация:** в статье рассматривается воздействие музыкального развития на формирование эмоциональной сферы, совершенствование мышления и чуткости ребенка в искусстве и жизни.

Музыка всесторонне и комплексно воздействует на человека и именно поэтому занимает почетное место в сообществе всех искусств. Воспринимаемая слуховым рецептором, она воздействует на общее состояние всего организма человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

Музыка обладает широким спектром воспитательного воздействия, способствует общему психофизическому развитию, у него формируются начала сознания, развивается концентрация внимания, а также гармонично воздействует на личность ребенка.

Музыкальное воспитание – это неотъемлемая часть нравственного воспитания детей, в результате которого формируется общая культура личности. Музыка можно использовать для сопровождения учебной деятельности дошкольников (на занятиях по изобразительности, конструированию, ознакомлению с окружающим миром и т.д.).

Современные исследования показали, что возможности применения музыки как терапии в психолого–педагогической коррекции и в лечебно–профилактической медицине достаточно широки и могут включать в себя разнообразные программы. Музыкакотерапия – это особая форма работы с детьми с использованием музыки в любом виде (прослушивание, игра на музыкальных инструментах, пение и др.). Это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях.

Одной из самых распространённых проблем в дошкольном учреждении, в решении которой требуется помощь психолога, является адаптация ребёнка к условиям детского сада. Изучив материалы о возможности применения музыкотерапии в работе с воспитанниками детского сада, была разработана психолого–педагогическая концепция "Музыкальная терапия как условие адаптации детей младшего дошкольного возраста". Методологической основой концепции послужила программа врача–психотерапевта В.И. Петрушина.

Для более эффективного коррекционного воздействия на эмоциональную сферу детей мы использовали музыкотерапию в синтезе со сказкотерапией, песочной терапией, игротерапией и психогимнастикой.

Исходя из результатов диагностического исследования адаптации детей к условиям дошкольного учреждения, за прошлые годы, нами был составлен перспективный план занятий с детьми. Цель данных занятий: создание положительного фона при прохождении детьми стадии адаптации к условиям дошкольного учреждения.

Занятия музыкотерапией первые 2 недели проводились ежедневно, затем 3 раза в неделю. Каждое занятие занимает по времени 30 минут. Также, специально подобранная музыка звучит ежедневно на утренней гимнастике, перед каждым обедом, во время подготовки ко сну и за час до ужина. С воспитателями группы регулярно проводятся консультации по использованию музыкальной терапии на занятиях и в режимные моменты. Каждое музыкально терапевтическое занятие состоит из 3–х фаз:

1. Установление контакта.
2. Снятие напряжения.
3. Расслабление и заряд положительными эмоциями.

Соответственно, каждый из данных этапов включает в себя характерные музыкальные произведения, игры, этюды и упражнения. Далее предлагаем пример подбора музыкальных произведений для использования в работе.

**Снятие раздражения.** Чайковский "1–й концерт для фортепиано с оркестром", Бетховен "Лунная соната", Бах "Кантата №2".

**Снятие тревожности.** Шопен "Вальсы, прелюдии, мазурки". Штраус "Вальсы". Чайковский "Вальс цветов". Рубинштейн "Мелодия". Огинский "Полонез".

**Повышение пищевой активности.** Бетховен "Соната №7". Чайковский "Вальс цветов".

**Физическая активность** (подъем детей после тихого часа). Равель "Болеро". Хачатурян "Танец с саблями". "Утро в лесу" (звуки природы).

**Успокаивающая музыка.** Григ "Пер Гюнт" (увертюра), Глюк "Мелодия", Моцарт "Ночная серенада", Бетховен "Пасторальная симфония", Брамс "Колыбельная", Шуберт "Аве Мария", Дебюсси "Свет луны", Вивальди "Скрипичные концерты".

Наибольший отклик у детей вызвали элементы сказкотерапии, психогимнастики и игротерапии. Под определенный характер музыки дети попадают в сказку, изображают героев любимых сказок и сами сочиняют собственные сказки. Психогимнастические этюды и упражнения способствуют расслаблению детей и снятию психоэмоционального напряжения, учат управлять своим настроением и эмоциями, выражать свое эмоциональное состояние. Метод игротерапии способствует сплочению детей. Контактные, объединяющие, познавательные и

терапевтические игры способствуют мышечной релаксации, снятию физической агрессии, психологической разгрузке, снятию упрямства и негативизма, развивают эмоциональную и познавательную сферы.

Сравнительный анализ диагностического исследования адаптации детей к условиям дошкольного учреждения показал следующие результаты:

В 2012 году – 34% детей младших групп адаптировались в легкой форме

– 52% детей младших групп острая фаза адаптационного периода прошла в степени средней тяжести

– для 14% детей младших групп острая фаза адаптации прошла в тяжелой степени. Основные причины протекания адаптации в тяжелой форме у этих детей: частые заболевания, слабая нервная система, низкий уровень навыков самообслуживания, неподготовленность к режиму и питанию в детском саду (несмотря на рекомендации), сильная привязанность к родителям.

В 2013 году 67 % детей младших групп фаза адаптации прошла в легкой форме, т.е. эти дети почти не болели, адекватно вели себя в коллективе, поведение этих детей нормализовалось в течение 1–2 недель;

33 % детей фаза адаптационного периода прошла в степени средней тяжести. Они переболели по 1–2 раза, наблюдались признаки психического стресса: беспокойство, страх, негативизм, плаксивость и капризность, но по истечению 3–4 недель поведение детей нормализовалось и самочувствие улучшилось.

Детей с тяжелой степенью фазы адаптационного периода не выявлено.

Мы выяснили, что с помощью музыкальной психотерапии можно создать оптимальные условия при прохождении детьми стадии адаптации к условиям дошкольного учреждения, сформировать у детей чувства внутреннего покоя, радости, положительные эмоции.

На основании анализа личного опыта работы можно сделать заключение о том, что музыка украшает жизнь, делает ее более интересной, а также играет важную роль в общей работе по воспитанию наших детей. Музыкальное развитие оказывает ничем не заменимое воздействие на общее развитие: формируется эмоциональная сфера, совершенствуется мышление, ребенок делается чутким к красоте в искусстве и жизни.

#### *Список литературы*

1. Георгиев Ю. Музыка здоровья: [Доктор мед. наук С. Шушарджан о музыкальной терапии]// Клуб. – 2001. - №6. – с.39.
2. Петрушин В.И. Музыкальная психология: Учебное пособие для студентов и преподавателей. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 1997. – 384 с.
3. Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия: Теория и практика: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2000. – 176с.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Путь к волшебству: (теория и практика сказкотерапии): книга для заботливых ищущих родителей, психологов, педагогов, дефектологов и методистов / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева; худож. Р. И. Шустров; ред. Г. А. Седова. - Санкт-Петербург, 1998. – 349 с. - (Ребенок и взрослый 21 века).