

МУЗЫКАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ В СИСТЕМЕ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

А. П. Лусточкина

магистрант факультета психолого-педагогического и специального образования, ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского», г. Саратов, Россия
no_rain@bk.ru

Аннотация. В данной статье рассматривается применение данной методики для реабилитации и социальной адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья. Музыкальная терапия хорошо зарекомендовала себя в использовании, в частности, в специализированных коррекционных учреждениях для особых детей. В качестве примера такого применения музыкальной терапии в настоящей работе рассказывается о занятиях в студии вокала «Арлекин» в Саратове, описываются составляющие комплексной реабилитационной работы. В результате наблюдается повышение уровня социальной адаптации и общее улучшение состояния здоровья занимающихся.

Ключевые слова: музыкальная терапия, методы музыкальной терапии, коррекционная педагогика, дефектология, дети с особыми образовательными потребностями.

MUSIC THERAPY IN THE SYSTEM OF REHABILITATION OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

A. P. Lustochkina

master's student, Saratov State University, Saratov, Russia
no_rain@bk.ru

Abstract. The article discusses the application of this technique for the rehabilitation and social adaptation of children with disabilities. Music therapy has

proven itself to be used, in particular, in specialized correctional institutions for special children. As an example of such an application of music therapy, this work tells about the lessons in the vocal studio "Harlequin" in Saratov, describes the components of complex rehabilitation work. As a result, there is an increase in the level of social adaptation and a general improvement in the health of involved children.

Keywords: music therapy, music therapy methods, corrective pedagogy, defectology, children with special educational needs.

Музыкальная терапия – оригинальный метод профилактики и лечения различных нарушений и расстройств. Это направление имеет давнюю историю и большой положительный опыт реализации. В данной статье рассматривается применение данной методики для реабилитации и социальной адаптации детей с ОВЗ. Музыкальная терапия хорошо зарекомендовала себя в использовании, в частности, в специализированных коррекционных учреждениях для особых детей. В качестве примера такого применения музыкальной терапии в настоящей работе рассказывается о занятиях в студии вокала «Арлекин» в Саратове, описываются составляющие комплексной реабилитационной работы. В результате наблюдается повышение уровня социальной адаптации детей и общее положительное воздействие.

Музыка, как и другие виды искусства, с древних времён используется для терапевтического воздействия. В различных культурах разрабатывались и практиковались всевозможные профилактические и лечебные методики, основанные на её благотворном влиянии на человеческий организм.

К первым попыткам применения музыки в лечебных целях можно отнести примитивные ритуальные действия, задеиствовавшие ритмичные и монотонные звуки с целью воздействия на сенсорную, вегетативную и моторную сферы. Они стали более разнообразными с изобретением первых музыкальных инструментов [1].

Музыка играла важную роль в философии и медицине Древнего Китая. Её концепция пентатоники предполагала целительную силу воздействия энергии

космоса на органы человеческого тела посредством правильно подобранных мелодических звуков и тонов голоса и музыкальных инструментов. Отголоски этого можно обнаружить и в настоящий момент в традиционной китайской медицине [1, 2].

Музыкальная терапия имела также широкое признание и распространение и в древней ведической культуре, о чём свидетельствуют упоминания в «Ведах». Предпочтение отдавалось вокальному искусству, однако и инструментальное активно задействовалось в терапевтических практиках. Эти традиции, как и китайские, также во много сохранились до наших дней, например, в практике пения так называемых раг – специальных духовных произведений, основанных на принципе воздействия на чакры [1].

Далее, широкую известность приобрело использование музыки в античной медицине Древней Греции и Рима. Большое значение ей придавали древнегреческие философы: Пифагор, Платон, Аристотель, Демокрит. Считалось что мелодия и ритм способны исцелять недуги, благотворно влиять на эмоциональную сферу, таким образом формируя гармонию. Упоминания целительной силы музыки есть также в сочинениях Гомера и некоторых мифах [1, 3, 4].

Большое значение музыке придавали и в Средние века как в христианской Европе, так и в восточных исламских культурах [2]. Церковное пение использовалось как оздоровительное средство на протяжении долгого времени [3].

Немаловажно, что применение музыки (в особенности вокала) практиковалось и в ритуальных традициях на Руси [3].

Зарождение научного обоснования благотворного воздействия музыки можно отнести к 17-18 векам, когда стали исследоваться конкретные вызываемые ею физические и химические процессы в организме. [2, 4]. В XIX в. начались и широкие экспериментальные исследования, а в XX веке влияние музыки на организм человека стало изучаться ещё более активно [4].

С середины 20 века независимо разрабатывались и развивались различные направления музыкальной терапии; сформировались американская, немецкая и другие западноевропейские школы, активно практикуется она и в России [2].

Концепция музыкальной терапии для социальной адаптации людей с ОВЗ

По определению, музыкальная терапия – это метод психотерапии, в котором музыка применяется как лечебное средство [5]; используется также такое толкование этого понятия как контролируемое применение музыки в образовательном, воспитательном, терапевтическом и реабилитационном процессах для людей с различными органическими нарушениями [6].

Музыкальная терапия активно используется в ряде стран для лечения и профилактики различных нарушений: поведенческих, психоэмоциональных и психосоматических расстройств, сенсорного дефицита, спинномозговых травм, других болезней [7]. Музыкотерапия сейчас применяется в основном в медицине. Врачебная практика показала, что определённые виды музыки оказывают обезболивающее воздействие или по крайней мере снижают страх перед болью, другие — повышают иммунитет. Музыкальная терапия используется для борьбы с неврозами, бессонницей, различными фобиями, стрессами и другими психоэмоциональными отклонениями. Она благотворно воздействует на состояние людей, страдающих сердечнососудистыми заболеваниями. Применение музыки позволяет снижать необходимую дозу медикаментов, продлевать лечебный эффект, повышать качество жизни пациента. Также музыкальная терапия задействуется в таких областях как дерматология, омоложение, в спортивной медицине — способствуя улучшению спортивных показателей [3].

Действие музыки на человеческий организм основано на том, что нервная система наряду с мышечной способна воспринимать ритм [8]. Многие исследователи отмечают его лечебное влияние на все системы и функции организма, в том числе мышление, внимание, моторику [4]. Помимо ритма, интенсивно воздействовать способна и музыкальная интонация [8]. Такие аспекты как мелодия, её ритмическая основа, манера исполнения определяют

широкий спектр эффектов, которые может производить музыка — от индивидуального чувства гармонии внутри и ментального очищения до неконтролируемой агрессии толп людей. Поэтому она может успешно использоваться для воздействия на самочувствие человека [7]. Многообразие физиологических явлений, инициируемых в человеческом теле как следствие музыкально-терапевтических воздействий, в первую очередь основано на комплексном процессе акустической рецепции. Показано, что происходящие при этом в мозгу соответствующие реакции восприятия звука инициируют некие положительные эмоции, которые косвенно, в свою очередь, повышают интенсивность обменных процессов и кровообращения, тонус головного мозга, благотворно влияют на дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

Одним из важных направлений применения музыкальной терапии является социальная реабилитация лиц с ограниченными возможностями здоровья. Музыка как разновидность искусства обладает в этом смысле тем преимуществом, что она понятна всем, вне зависимости от физических возможностей, и для многих людей с ограничениями является более доступным (нежели вербальная коммуникация), а иногда и практически единственным способом взаимодействия с миром [7, 8]. Коррекционное воздействие музыкальной терапии осуществляется в очень широком спектре, она направлена на достижение в конечном итоге лучшего качества жизни [2, 8, 9, 10].

Разработаны различные методики музыкальной терапии ; в зависимости от выбранных критериев классификации выделяют такие её формы как активная и пассивная (рецептивная), индивидуальная и групповая, амбулаторная и домашняя терапия [5, 7, 8].

*Применение музыкальной терапии в системе социальной реабилитации
детей с ограниченными возможностями здоровья*

Особую важность имеет проблема социальной адаптации детей с ОВЗ, и в решении этой задачи музыкальная терапия является оригинальной и эффективной методикой.

Музыкотерапия занимает особое место среди методик арт-терапии, применяемых в коррекционной работе с детьми в специализированных учреждениях [4, 8]. Музыкальная терапия в этом случае представляет собой комплексную деятельность на стыке медицины, педиатрии, нейрофизиологии, рефлексологии, физиотерапии, реабилитационной медицины, психологии, логопедии, педагогики, дефектологии, а также музыкальных дисциплин, двигательной терапии [6, 9]. Разумеется, при работе с детьми с особенностями развития стратегия терапии имеет свои особенности по сравнению с общим случаем социальной реабилитации лиц с ОВЗ в целом.

В применении музыкальной терапии, как и любой методики, неминуемо возникают различные сложности: затруднения учебного процесса, обусловленные спецификой контингента обучающихся; трудность в разработке стратегии в каждом конкретном случае; юридические и финансовые аспекты; взаимодействие с семьёй [4]. Особую важность приобретает роль педагога, который должен быть компетентным в области методики воздействия музыки на их психику, развивающуюся в необычных условиях — как музыкальных, так и психолого-педагогических [4, 7].

Настоящая работа посвящена применению музыкальной терапии как технологии социальной реабилитации детей с ОВЗ в студии вокала «Арлекин» в Саратове. Систематические занятия в данной организации проводятся с детьми с различными дефектами развития: синдром Дауна, аутизм, ДЦП, расстройство слуха, — как индивидуально, так и в составе групп от 3 до 6 человек.

Реабилитационная работа включает обучение пению и игре на простых музыкальных инструментах по методике Карла Орфа. Занятия вокалом проводятся по специально разработанной дополнительной образовательной программе. В комплексную терапию входят также упражнения из дыхательной гимнастики А. Стрельниковой, задания на развитие крупной моторики из логоритмической методики Е. Железновой. Не менее важно развитие мелкой моторики, для чего на занятиях используются пластилин, тесто, пальчиковая краска и другие материалы. Основной идеей является создание на занятиях

комфортной и уютной атмосферы, для чего применялась методика Монтессори. Чтобы расположить, заинтересовать детей, используются различные игры, например, разыгрывание сюжетов сказок при помощи кукол Би-Ба-Бо и последующее выполнение заданий по ним.

Изначально дети приходят на первые занятия в социально неподготовленном состоянии: боятся даже негромких звуков, негативно реагируют на музыкальные звуки, закрывают ушки, прячутся, избегают контактов. Поэтому особенно важным является установление доверительных отношений, преодоление социального барьера, чтобы ребята получили возможность самовыражения, прежде всего эмоционального, посредством музыки. Прогресс в социальной адаптации отслеживается с помощью специальных дневников, где периодически отмечается развитие навыков детей, уровень их знаний об окружающем мире, психоэмоционального, коммуникативного и социального развития. Проводится систематическая координация работы с другими специалистами, сопровождающими данных детей с ОВЗ для уточнения коррекционного курса, что способствует повышению эффективности работы. Отмечено, что уже после нескольких месяцев работы наблюдается устойчивая тенденция к преодолению страхов, стабилизации эмоционального состояния, улучшению моторных, речевых и социальных навыков. Дети демонстрируют, кроме того, и прогресс в познавательной сфере, делая успехи в освоении адаптированной образовательной программы, а также необходимых бытовых навыков. Существенный процент ребят по итогам посещения занятий в течение достаточно длительного периода, согласно заключению специалистов (дефектолога, психолога, педиатра), получают возможность обучаться в специализированных образовательных учреждениях совместно с другими детьми.

Данная работа посвящена музыкальной терапии – оригинальной методике профилактики и лечения широкого спектра нарушений психосоматических и психоэмоциональных процессов. Это направление имеет давнюю историю и большой положительный опыт реализации.

Рассматривается применение данной методики для реабилитации и социальной адаптации детей с ОВЗ – чрезвычайно актуальной в прогрессивном социуме задачи. Музыкальная терапия хорошо зарекомендовала себя в применении в специализированных центрах и интернатах для особых детей в целях развития восприятия окружающего мира и психической адаптации детей-инвалидов, в реабилитационных центрах для взрослых – в качестве терапии для разработки речевого аппарата после перенесенных травм головы, инсультов и других нарушений.

В качестве примера реализации в настоящей работе рассказывается о занятиях в студии вокала «Арлекин» в Саратове. Демонстрируется увеличение эффективности коррекционной работы с детьми с ОВЗ, повышение уровня их социальной адаптации при использовании музыкальной терапии в комплексе образовательно-воспитательных мероприятий.

Список использованных источников:

1. *Серебрякова Е.А.* История развития музыкальной и вокальной терапии в древних цивилизациях // Вестник Башкирского университета. 2014. Т. 19, № 1. С. 285-288. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriya-razvitiya-muzykalnoy-i-vokalnoy-terapii-v-drevnih-tsivilizatsiyah>
2. *Апанасенко Г.А., Савельева-Кулик Н.А.* Музыкальная терапия: современность и перспективы развития // Український медичний часопис. 2012. №. 4. С. 170-173.
3. *Гайнанова А.А., Юдичев С.В.* Музыкотерапия, вокалотерапия: новые горизонты // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2014. №12-3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzykoterapiya-vokaloterapiya-novye-gorizonty>
4. *Попок А.Г.* Музыкотерапия для детей с ограниченными возможностями // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. 2012. №150. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzykoterapiya-dlya-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami>

5. Психотерапевтическая энциклопедия. С.-Пб.: Питер. Б. Д. Карвасарский. 2000.
6. *Котышева Е.Н.* Музыкальная психологическая коррекция в процессе реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья // ОНВ. 2009. №2 (76). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzykalnaya-psihologicheskaya-korreksiya-v-protssesse-reabilitatsii-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya>.
7. *Мазанова Т.В.* Музыкотерапия как инновационная технология социальной работы с детьми-инвалидами // Материалы VII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» URL: <https://scienceforum.ru/2015/article/2015014877>
8. *Мещанова Л.Н.* Коррекционное развитие ребенка с ОВЗ средствами музыкального искусства [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л. Н. Мещанова ; Саратов. национ. исслед. гос. ун-т им. Н. Г. Чернышевского. Саратов: [б. и.], 2016. 51 с. Б. ц. http://elibrary.sgu.ru/uch_lit/1656.pdf
9. Music Therapy & Young Children. Music Therapy with Individual Populations. [Электронный ресурс] URL https://www.musictherapy.org/assets/1/7/MT_Young_Children_2006.pdf // American Music Therapy Association
10. *Пяткина Е.С., Гринина Е.С.* Реабилитационный потенциал арт-терапевтических технологий в работе с лицами с ограниченными возможностями здоровья //Успехи современной науки и образования. 2017. Т. 6. № 2. С. 19-22. ISSN: 2412-9631