DOI: 10.17117/na.2016.10.02.469

<http://ucom.ru/doc/na.2016.10.02.469.pdf>

Поступила (Received): 25.10.2016

Полунина Е.В., Рожнова Н.С. Особенности использования музыкотерапии в коррекции эмоциональных нарушений детей дошкольного возраста

Polunina E.V., Rozhnova N.S.
Features of the use of music therapy in the correction
of emotional disturbances of children of preschool age

В статье рассматриваются эмоциональные нарушения детей дошкольного возраста и особенности использования музыкотерапии с целью их коррекции. Полагается, что музыкотерапия выступает как средство коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях
Ключевые слова: дошкольный возраст, эмоциональная сфера, эмоциональные нарушения, психокоррекция, музыкотерапия

The article deals with emotional disorders of children of preschool age, and especially the use of music therapy for the purpose of correction. It is believed that music therapy is a means of correction emotional deviations, fears, motor and speech disorders, behavioral disorders, with communication difficulties

Key words: pre-school age, the emotional sphere, emotional disorders, psycho-correction, music

Полунина Елена Викторовна
Воспитатель
Детский сад №66 «Журавушка»
г. Старый Оскол, м-н Углы, 21

Polunina Elena Viktorovna
Educator
Kindergarten №66 «Crane»
Stary Oskol, dist. Ugli, 21

Рожнова Надежда Сергеевна
Педагог-психолог
Детский сад №66 «Журавушка»
г. Старый Оскол, м-н Углы, 21

Rozhnova Nadejhda Sergeevna
Teacher-psychologist
Kindergarten №66 «Crane»
Stary Oskol, dist. Ugli, 21

Проблема развития эмоциональной сферы дошкольников является насущной, поскольку в настоящее время учеными и психологами (А.Н. Леонтьев, Х. Джайнотт и др.) установлено достаточно много случаев нарушения развития эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста, которые мешают нормальному психическому, умственному, физическому и эмоциональному развитию ребенка. Проблемы развития эмоциональной сферы нашли своё отражение в отечественной детской и социальной психологии в работах таких учёных, как Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, А.В. Запорожец, Д.Б. Эльконин, М.И. Лисина, Л.И. Божович, а также их учеников и последователей (Я.З. Неверович, Т.И. Репина, Е.О. Смирнова, Л.П. Стрелкова и др.). Вместе с тем, по данным статистики,

частота наличия у детей дошкольного возраста эмоциональных расстройств растет: распространенность нарушений психоэмоционального развития у детей в среднем по всем параметрам составляет порядка 65%, что создает предпосылки для оптимизации научных исследований и поиска новых педагогических технологий для применения их в этой области психологии.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), тревожные расстройства и нарушения настроения являются чуть ли не самыми значительными проблемами в развитии эмоциональной сферы детей-дошкольников. Так что же представляет собой эмоциональная сфера? По мнению В. В. Марилова, в содержание этого понятия входят такие компоненты как: чувства, настроение, аффект, страсть, фрустрация [2].

И если проанализировать психологическую литературу по данному вопросу, то можно сделать вывод о том, что существует всего три группы нарушений в развитии эмоциональной сферы дошкольника:

1. Расстройства настроения;
2. Расстройства поведения;
3. Нарушения психомоторики [5].

Немного подробнее остановимся на каждой группе эмоциональных нарушений.

1) Расстройства настроения условно можно разделить на 2 вида: с усилением эмоциональности (эйфория, дисфория, депрессия, тревожный синдром, страхи) и ее понижением (апатия, эмоциональная тупость).

Эйфория – приподнятое настроение, не связанное с внешними обстоятельствами. Ребенка, находящегося в состоянии эйфории, характеризуют как импульсивного, стремящегося к доминированию, нетерпеливого.

Дисфория – расстройство настроения, с преобладанием злобно-тоскливого, угрюмо-недовольного, при общей раздражительности и агрессивности. Ребенка в состоянии дисфории можно описать как угрюмого, злого, резкого, неуступчивого.

Депрессия – аффективное состояние, характеризующееся отрицательным эмоциональным фоном и общей пассивностью поведения. Ребенка с пониженным настроением можно охарактеризовать как несчастного, мрачного, пессимистичного.

Тревожный синдром – состояние беспричинной обеспокоенности, сопровождающееся нервным напряжением, непоседливостью. Ребенка, испытывающего тревогу, можно определить, как неуверенного, скованного, напряженного.

Страх – эмоциональное состояние, возникающее в случае осознания надвигающейся опасности. Дошкольник, испытывающий страх, выглядит робким, испуганным, замкнутым.

Апатия – безучастное отношение ко всему происходящему, которое сочетается с резким падением инициативы. Апатичного ребенка можно описать как вялого, равнодушного, пассивного.

Эмоциональная тупость – уплощенность эмоций, и в первую очередь утрата тонких альтруистических чувств, при сохранении элементарных форм эмоционального реагирования [1,5].

2) К расстройствам поведения относятся гиперактивность и агрессивное поведение [1,5].

3) Как подчеркивает Т.И. Бабаева, одним из условий социально-эмоционального развития ребенка выступает его «способность «прочитывать» эмоциональное состояние окружающих людей, сопереживать и, соответственно, активно на это откликаться». Поэтому к нарушениям в эмоциональном развитии дошкольника можно так же отнести и трудности в адекватном определении эмоциональных состояний людей [1].

Как видно из вышеизложенного, возможно большое количество вариантов нарушения эмоциональной сферы, но все эти состояния требуют коррекции. С этой целью специалистами применяются различные методики психокоррекции: метод арттерапии, метод цветотерапии, элементы сказкотерапии, игротерапия, психогимнастические этюды и упражнения, вокалотерапии и многие другие. Но, как нам кажется, наиболее эффективной и доступной из вышеперечисленных методик является музыкотерапия, которая по сравнению с другими методиками охватывает наибольшую площадь воздействия не только на его психоэмоциональное состояние, но и на личность в целом, охватывая все стороны ее развития, и, таким образом, решает целый комплекс психокоррекционных задач.

Музыкотерапия – это метод, в котором музыка используется в качестве средства коррекции и эмоциональных отклонений, и страхов, и двигательных, и речевых расстройств, а также отклонений в поведении и при коммуникативных затруднениях. В работах известных педагогов-музыкантов Э.Б. Абдуллина, Д.Б. Кабалева, О.П. Радыновой, В.Г. Ражникова и др. музыка рассматривается в качестве незаменимого средства и подчеркивается ее особая значимость эмоционально-образной сущности, её роль в становлении эмоциональной сферы личности [4].

Исследователями выделяется четыре основных направления коррекционного действия музыкотерапии:

1. Эмоциональное активирование в ходе вербальной психотерапии.
2. Развитие навыков межличностного общения, коммуникативных функций и способностей.
3. Регулирующее влияние на психовегетативные процессы.
4. Повышение эстетических потребностей.

Тут возникает закономерный вопрос: за счет каких психологических механизмов музыкотерапию указывают одной из методик психокоррекции? Итак, психологические механизмы музыкотерапии следующие: катарсис – эмоциональную разрядку, регулирование эмоционального состояния; облегчение осознания собственных переживаний; конфронтацию с жизненными проблемами; повышение социальной активности; приобретение новых средств эмоциональной экспрессии; облегчение формирования новых отношений и установок.

В настоящее время музыкотерапия является самостоятельным психокоррекционным направлением и имеет в своей основе несколько аспектов воздействия:

1) **психосоматическое** (посредством которого осуществляется лечебное воздействие на функции организма);

2) **психотерапевтическое** (с помощью музыки осуществляется коррекция отклонений в развитии личности и психоэмоционального состояния).

Музыкотерапия применяется как в индивидуальной, так и в групповой форме работы, в которых осуществляется в трех видах:

- 1) рецептивная;
- 2) активная;
- 3) интегративная.

Рецептивная музыкотерапия используется в работе с детьми имеющими эмоционально-личностные проблемы, конфликтные внутрисемейные отношения, переживающих состояние эмоциональной депривации, чувство одиночества, отличающихся повышенной тревожностью, импульсивностью. Такие занятия направлены на моделирование положительного эмоционального состояния.

В психокоррекционной работе педагогами применяется так же **интегративная музыкотерапия**. Примером может быть синтез музыкального и наглядно-зрительного восприятия. Занятия строятся таким образом, что на них восприятие музыки сопровождается просмотром видеозаписей разнообразных картин природы. При этом ребёнку предлагается как бы «шагнуть» вглубь изображения – к звенящему прохладному ручью или на солнечную лужайку... Органичное сочетание двух способов восприятия даёт более сильный психокоррекционный эффект.

Активная музыкотерапия в работе с детьми используется в различных вариантах: вокалотерапия, танцетерапия и др. с целью коррекции психоэмоциональных состояний (низкая самооценка, низкая степень самопринятия, сниженный эмоциональный тонус, проблемы в развитии коммуникативной сферы).

Но какая же музыка обладает наибольшим терапевтическим эффектом и может быть использована в музыкотерапии? Отвечая на этот вопрос, с уверенностью можно заявить о том, что оптимальные результаты даёт прослушивание классической музыки и звуков природы. Для занятий музыкальные произведения подбираются в соответствии с воздействием, оказываемым на те или иные функции, при этом могут быть предусмотрены варианты, направленные на успокоение или мобилизацию. Изучение эмоциональной значимости отдельных элементов музыки – ритма, тональности – показало их способность вызывать состояние, адекватное характеру раздражителя: минорные тональности обнаруживают депрессивный эффект, быстрые пульсирующие ритмы действуют возбуждающе и вызывают отрицательные эмоции, мягкие ритмы успокаивают, диссонансы возбуждают, консонансы успокаивают. Детям беспокойным и легковозбудимым подойдут «анданте» и «адажио», композиции в медленном темпе [4]. Это могут быть произведения В. А. Моцарта «Маленькая ночная серенада» 2 часть, Вивальди «Зима» из «Времен года», вторые части сонат, колыбельные. Для детей угнетённых, наоборот, подойдут более ритмичные ме-

лодии, в темпе «аллегро модерато» или просто «аллегро». Такими произведениями являются произведения Вивальди «Времена года», вальсы Чайковского из его балетов, маршевые мелодии.

Таким образом, использование музыки в качестве основного и вспомогательного средства при коррекции эмоциональных нарушений, имеет в этой сфере свое положительное значение, является актуальным, но вместе с тем требует дальнейшего изучения его применения в работе с дошкольниками.

Список используемых источников:

1. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. М.: Айрис-пресс, 2008. 160 с.
2. Марилов В.В. Общая психопатология. М.: Академия, 2007. 224 с.
3. Радынова О. П., Катинене А.И., Палавадшили М.П. Музыкальное воспитание дошкольников. М.: Академия, 2000. 235 с.
4. Радынова О. П. Настроения, чувства в музыке. Музыкальные шедевры. Сфера, 2015. 208 с.
5. Широкова Г. А. Развитие эмоций и чувств у детей дошкольного возраста. Ростов н/Д: Феникс, 2005. 304 с.

© 2016, Полунина Е.В., Рожнова Н.С.

Особенности использования музыкотерапии в коррекции эмоциональных нарушений детей дошкольного возраста

© 2016, Polunina E.V., Rozhnova N.S.

Features of the use of music therapy in the correction of emotional disturbances of children of preschool age