

# Музыкотерапия

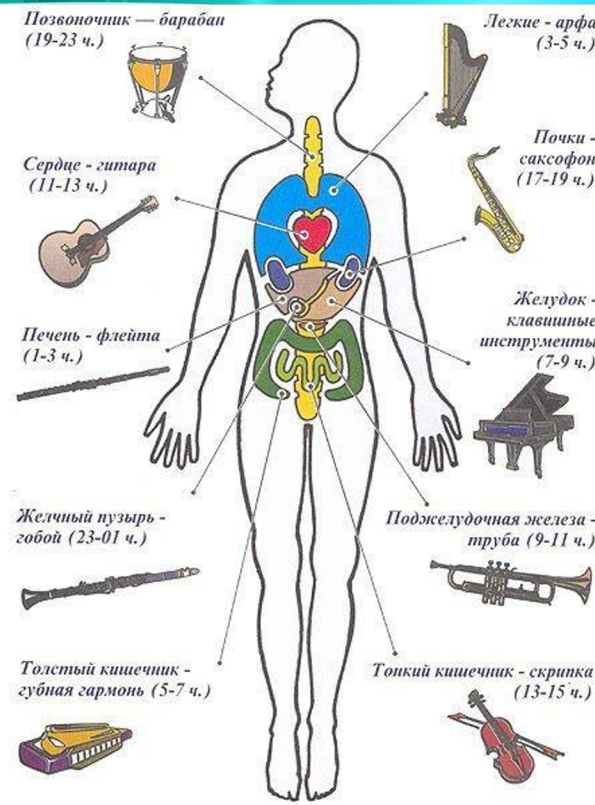
Это – психотерапевтический метод, использующий музыку в качестве лечебного средства. Термин «музыкотерапия» имеет греко-латинское происхождение и в переводе означает «лечение музыкой».

Сегодня музыкотерапию подразделяют на 2 вида воздействия: физиологическое и психологическое.

В первом случае определенные участки мозга начинают активно работать, в связи с воздействием музыки и ритма на мозговые структуры.

Во втором случае – мелодия способна вызывать положительные эмоции, приятные воспоминания, ассоциации, которые наилучшим образом влияют на улучшение настроения.

## Влияние звучания музыкальных инструментов на лечение и профилактику некоторых заболеваний



Проводились исследования, в результате которых было установлено, что 12 звуков, из которых состоит октава, гармонично связаны с 12 системами нашего организма. Органы при направленном воздействии на них музыкой, лением приходят в состояние максимальной вибрации. В итоге укрепляется иммунная система, улучшается обмен веществ, активнее идут восстановительные процессы, и человек выздоравливает.

## Способы Воздействия музыки на эмоциональное состояние

Моделирование  
настроения (при  
переутомлении и  
нервном истощении)

→ «Утро», Э. Григ  
«Полонез»  
Огинский

При угнетённом,  
меланхолическом  
настроении

→ «К радости», Л. Ван  
Бетховен  
«Аве Мария»  
Ф. Шуберт

При выраженной  
раздражительности,  
гневности

→ Р. Вагнер  
«Сентиментальный  
вальс» П. Чайковский

При снижении  
сосредоточенности,  
внимания

→ «Времена года»,  
П. Чайковский,  
«Лунный свет»,  
К. Дебюсси,  
«Грёзы»

Расслабляющее  
воздействие

→ «Баркарола»,  
П. Чайковский  
«Пастораль»,  
Бизе

## Музыкотерапия и психоэмоциональное состояние ребёнка



В работе с детьми музыкотерапия используется с целью коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении.

Именно очищающее воздействие музыки позволяет использовать её в коррекционной работе с детьми, которые имеют проблемы в развитии. Музыкотерапия применяется и в индивидуальной, и в групповой форме.

Примерное расписание звучания фоновой музыки в режиме дня.

- 07.30 – 08.00 – прием детей – звучит радостная, спокойная музыка.
- 08.40 – 09.00 – завтрак, подготовка к занятию – уверенный, активный темп музыки.
- 12.20 – 12.40 – обед, подготовка ко сну – умиротворенный, нежный фон.
- 15.00 – 15.15 – подъем детей – оптимистичный, просветленный, спокойный характер музыки

*Музыкотерапия благотворно  
повлияет на общее эмоциональное  
состояние детей, повысит  
эмоциональный статус детей, если  
будут:*

1. Созданы благоприятные условия для занятий с детьми музыкотерапией;
2. Продуманы методические приемы: специальные музыкальные упражнения, игры, задания;
3. Подобраны специальные музыкальные произведения;
4. Задействованы все органы чувств у детей;
5. Установлена интеграция музыкального воздействия с другими видами деятельности.