**Музыкотерапия как метод адаптации и социализации несовершеннолетних.**

*Ю.С.Мельниченко, музыкальный руководитель*

*БУ «Центр социальной помощи семье и детям «Зазеркалье»*

В БУ «Центр социальной помощи семье и детям «Зазеркалье»на занятиях в студии «Музыкальная шкатулка» занимаются дети стационарного отделения и отделения дневного пребывания несовершеннолетних. С сентября 2015 года на занятиях используется метод музыкотерапии для коррекции эмоционального состояния и поведения детей, что дает им возможность успешно адаптироваться и социализироваться.

Музыка – феноменальное явление. Её взаимоотношения с человеком удивительны. Мелодичные звуки вершат чудеса – в человеке пробуждается, преобразуется душа, меняются состояние, настроение… Музыка властвует над нашими эмоциями, которые могут даже победить физическую боль. Музыка как никакое другое искусство может влиять на настроение, создавая его.

Многочисленные методики музыкотерапии используются на музыкальных занятиях с несовершеннолетними и предусматривают как целостное и изолированное использование музыки в качестве основного и ведущего фактора воздействия: прослушивание музыкальных произведений, индивидуальное и групповое музицирование, вокалотерапия, так и дополнением, музыкальным сопровождением других коррекционных приемов для усиления их воздействия и повышения эффективности.

Издавна музыка признавалась важным средством формирования целостных личностных качеств ребёнка, его всестороннего гармоничного развития, в том числе умственных способностей, нравственных норм, эстетического отношения к жизни и искусству в целом.

Возможности применения музыкотерапии в психолого-педагогической коррекции достаточно широки, этот метод в Учреждении используется в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях.

Музыкотерапия обладает огромным потенциалом в преодолении духовно-нравственных и эстетических проблем детства и является важнейшим средством социализации и индивидуализации личности, обеспечивая ребенку возможность освоения позиции субъекта. Ценность воспитательного воздействия музыкотерапии обусловлена активным взаимодействием детей на занятии, расширением возможностей общения.

Музыкотерапия – это особая форма работы с детьми с использованием музыки в любом виде (прослушивание в записи, игра на детских музыкальных инструментах, исполнительство, пение и др.). Взаимоотношения несовершеннолетних при коллективных формах музыкотерапии, где преобладают совместные действия, строятся с учетом более сложных норм: уметь налаживать контакт с партнером, быть доброжелательным; решать конфликт без ссор, уступая справедливым требованиям товарища; проявлять чувство партнерства. Музыкотерапия дает возможность активизировать ребенка, преодолеть неблагоприятные установки и отношениях, улучшать эмоциональное состояние, помочь в социализации и адаптации в коллективе.

Музыкотерапия на развивающих занятиях творческой студии «Музыкальная шкатулка» представляет собой совокупность приемов и методов, направленных на формирование у ребенка богатой эмоциональной сферы за счет вовлечения его в широкий круг музыкальных художественных переживаний.

На занятиях используются три формы музыкотерапии:

1. **Рецептивная музыкотерапия (пассивная)** - ребенок в процессе музыкального занятия не принимает активного участия, занимая позицию простого слушателя.
2. **Активные методы музыкальной терапии** основаны на активной работе с музыкальным материалом: игра на детских музыкальных инструментах, хоровое пение, сольное исполнительство, движения под музыку, ритмика, вокалотерапия.
3. **Интегративная музыкотерапия** наряду с музыкой задействует возможности других видов искусства: рисование под музыку, музыкально-подвижные игры, пантомиму, создание стихов, рассказов после прослушивания музыки и другие творческие формы.

Музыкотерапия на музыкальных занятиях выступает в двух формах: индивидуальная (индивидуальные музыкальные занятия) и групповая (групповые музыкальные занятия).

Важная роль на занятиях в студии принадлежит вокалотерапии как групповой, так и индивидуальной. Не зря говорят, что песня может заменить лекарство. Внутренний мир человека сравним с гаммой определенных смыслов, понятий, мотивов. А когда человек поет, конфигурация его душевного пространства изменяется. Возникает эстетическое переживание, способное грубые, агрессивные мышечные импульсы переплавить в состояние душевного покоя. Надо только правильно выбрать песню. Песни же, как и люди, бывают разные: веселые и грустные, романтичные и мобилизующие, философские и сближающие людей. На сегодняшний день вокалотерапия является одним из эффективных методов адаптации и социализации несовершеннолетних, оказавшихся в трудной жизненной ситуации. Даже у самого незаинтересованного ребенка, глядя на своих сверстников, которые занимаются вокалом и выступают на концертах, появляется желание петь. Пение оказывает влияние на психику человека, слушание музыки и пение развивает образное мышление, давая пищу воображению, позволяя человеку стать творческой личностью.

В стационарном отделении проживают несовершеннолетние разных возрастов, как правило, с различными отклонениями в здоровье, развитии и поведении. Занятия музыкотерапией с такими детьми позволяют создать условия для эмоционального диалога часто даже в тех случаях, когда другие способы исчерпаны. Контакт с помощью музыки безопасен, ненавязчив, индивидуализирован, снимает страхи, напряженность. Варьирование на занятиях знакомых и незнакомых произведений, их громкости, скорости дает возможность направленной работы и с малышами, и с подростками.

Посещение занятий в творческой студии «Музыкальная шкатулка» - дело добровольное, но, как показывает практика, с большим удовольствием занимаются ребята стационарного отделения, а также посещающие отделение дневного пребывания несовершеннолетних. Занятия в студии организованы как в течение учебного года (с сентября по май) в период реализации проекта «Шаг за шагом», так и на летних оздоровительных сменах.

Анализируя работу творческой студии «Музыкальная шкатулка», можно сказать следующее, что у абсолютного большинства детей, регулярно посещающих занятия, отмечается положительная динамика в повышении самооценки, проявлении доброжелательности, уверенности в своих силах, раскрытии творческого потенциала.

Реабилитационные и адаптационные возможности использования музыкотерапии на занятиях с несовершеннолетними в творческой студии «Музыкальная шкатулка» продуктивны: из 26 детей, посещающих занятия музыкальной студии с 01.09.2014 по 03.03.2015,

• у 97% была преодолена психологическая защита – они успокоились или наоборот активизировались, настроились, заинтересовались;

• у 82% занимающихся улучшились взаимоотношения со взрослыми и другими детьми, развились эмпатические способности;

• у 86% несовершеннолетних повысилась самооценка на основе самоактуализации;

• у 92% респондентов вырос уровень эмоционального реагирования:

• у 98% опрошенных появилось увлекательное занятие – музыкальные игры, пение, движение под музыку, импровизация на музыкальных инструментах и т. д.

Музыкотерапия – это особая форма адаптации и социализации несовершеннолетних, в методологической основе которой лежит использование музыкального искусства. Анализируя работу творческой студии «Музыкальная шкатулка» с 26 несовершеннолетними, регулярно (3 раза в неделю) посещающими занятия с сентября 2014 по май 2015 года, можно сделать следующие выводы:

* уровень адаптации детей вырос с 30% до 46%;
* у 100% детей от 77% стабилизировалось психоэмоциональное состояние;
* от 70% до 88 % детей повысили свои коммуникативные навыки.

В результате проделанной работы отмечаются следующие адаптационные показатели: более, чем у 80 % детей, посещающих музыкальные занятия, наблюдается положительная динамика в повышении самооценки, проявлении доброжелательности, уверенности в своих силах, раскрытии творческих способностей.

В работе с родителями мы говорим о возможности использования музыки в качестве важного средства формирования личностных качеств человека: его всестороннего гармоничного развития: умственных способностей, нравственных норм, эстетического отношения к жизни и искусству в целом. Советуем использовать приемы музыкотерапии для домашнего воздействия на детей. Родители должны знать, что все музыкальные произведения можно условно разделить на активизирующие, тонизирующие и расслабляющие, успокаивающие. Если правильно использовать музыку, то можно добиться желаемых результатов. Специально для родителей разработаны краткие рекомендации. Нельзя забывать, что использование музыкотерапии - это длительная работа. Чтобы добиться результатов, требуется терпение, упорство, сила воли и большое желание изменить себя: стать более совершенным и успешным человеком.

Приложение

**Рекомендации родителям**

**по использованию музыкотерапии в домашних условиях.**

Послушайте вместе с детьми в спокойной обстановке, а потом обсудите свои впечатления**.**

**При агрессии:**

[Бетховен. «Верный Джонни](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/betxoven-vernyj-dzhonni)»

[Чайковский. Вальс из Детского альбома](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/vals_-iz-detskogo-alboma_-p-chajkovskij)

[Бортнянский. «Достойно есть](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/d-bortnyanskij-dostojno-est)»

[Бах. «Прелюдия ми минор»](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/i-s-bax-prelyudiya-mi-minor-2)

Шопен. Прелюдия № 15

**При бессоннице:**  
[Щедрин. «Ночь» из балета Конёк-Горбунок](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/noch-_iz-baleta-_konyok-gorbunok-r-shhedrina)

[Дж. Гершвин. «Колыбельная» из оперы «Порги и Бесс](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/kolybelnaya-iz-op-_porgi-i-bess_-dzh-gershvina)»

[Хачатурян. «Колыбельная» из балета «Гаяне»](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/kolybelnaya-iz-b-gayane-a-xachaturyana)

[Гладков. «Колыбельная»,](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/kolybelnaya-g-gladkovon-your-shore-3)  
[Римский-Корсаков. «Колыбельная Волховы» из оперы «Садко».](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/kolybelnaya-volxovy-_iz-op-_sadko-n-rimskij-korsakov)  
**При гипперактивности:**  
[Вальс « Жак Брель](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/vals-zhak-brel)», [Бах. «Органная Фуга Соль минор](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/bax-organnaya-fuga-sol-minor-organ)»

Рахманинов. «[Вокализ»,](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/vokaliz-s-raxmaninov) «Островок» - соло, фортепиано

[Макаров. «Ангел вопияше](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/a-makarov-angel-vopiyashe)»[.](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/s-raxmaninov-ostrovok-solo-f-no)

**При депрессии:**  
[Бизе — Щедрин. Кармен-сюита. Вступление](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/bize-shhedrin-karmen-syuita-vstuplenie). [Тореро](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/bize-shhedrin-karmen-syuita-torero).  [Выход Кармен и хабанера](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/bize-shhedrin-karmen-syuita-vyxod-karmen-i-xabanera).  
Гершвин. Рапсодия в блюзе.

**При мигрени:**  
[А.Хачатурян. Сюита Маскарад. Вальс](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/a-xachaturyan-syuita-maskarad-vals)  
[В.Моцарт. Симфония № 40. ч. 1, 2](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/v-mocart-simf-40-ch2), [4, Экспозиция](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/simfoniya-40-ch1-ekspoziciya-v-mocart)

[Бетховен. Кориолан. Увертюра. Вступление.](http://www.doktorpapa.ru/blog/1950/koriolan-uvertyura-vstupl-i-eksp-gl-p-btxoven)

**При тревожности:**  
Шостакович. Вальс-шутка  
Чайковский. Вальс из балета «Спящая красавица»  
Верди. О. Риголетто. Песенка Герцога.  
Штраус. Вальс из оперетты «Летучая мышь»  
Бетховен. Соната № 14 часть 2  
**При усталости:**  
Шопен. Вальс ре бемоль мажор  
Шуберт. Аве Мария  
Чайковский. Баркаролла  
Шопен. Вальс си минор

**При пассивности:**  
Хачатурян. Концерт для скрипки с оркестром 3часть, Сюита Маскарад. Галоп.  
Свиридов. Время, вперед! Увертюра  
Дариус Мийо. Бразильера. Финал сюиты Скарамуш.