**Ася Сучану, Марія Константинова**

**(Ізмаїл, Україна)**

**Музичне мистецтво як інструмент соціального педагога у навчально-виховній діяльності школярів**

Музична терапія представляє собою давню і найбільш розвинену форму лікування засобами мистецтва, адже зв'язок між музикою і медициною сходить до витоків історії людства.

Тадеуш Натансон (педагог і композитор, автор книги про музичну терапію) пише, що вже стародавні єгиптяни, греки і римляни знали і цінували сприятливий вплив музики на функціональну активність людини, тому використовували її під час цілющий обрядів. У XVIII столітті вплив музики з великим інтересом вивчали медичними дисциплінами (першої нею зацікавилася психотерапевти). А під час Другої світової війни музика була визнана терапевтичним засобом, що мало велике значення для її поширення, в тому числі і в освітніх установах [1].

Музика як вид мистецтва, так близька і необхідна людям, є універсальним засобом спілкування в різних культурних колах. Це специфічна мова, яка народжується з особистих емоцій і задовольняє потребу в естетичних переживаннях. Музика надає велику свободу в прояві своїх емоцій, тому що володіє всією палітрою різноманітних виразних засобів, що реалізуються через звуки, в яких переважають ті чи інші почуття.

Сьогодні музика використовується не тільки під час музикотерапії, але і під час навчальних занять, як метод всебічної та багатоаспектною стимуляції розвитку. З огляду на природні потреби дитини, вона найчастіше приймає форму активної терапії. Завдяки спілкуванню з ним діти можуть звільнитися від заборон і забути про обмежують їх труднощі.

Психологи стверджують, що невербальні засоби спілкування відіграють особливу роль у відносинах з дітьми, які ще не мають сформованого понятійно-смислового апарату, яким володіють дорослі. Неважко помітити, що саме рух і спів, які є вираженням музичної експресії, складають у дітей елемент їх природній активності і завдяки цьому знаходяться набагато ближче до дитини, дозволяючи їй «висловитися» і бути успішною.

Музикотерапія корисна як для здорових дітей, так і для дітей з обмеженими можливостями, причому в разі друге акцент робиться на реалізації додаткових цілей, сумісних з конкретної дитини. Музику з успіхом використовують фахівці та педагоги в лікуванні дітей з церебральним паралічем, аутизмом, з різного роду порушеннями слуху, зору, розумової відсталості, а також у дітей з порушеннями поведінки або СДУГ. Заняття музикотерапією допомагають в рівній мірі як для заспокоєння занадто агресивною дитини, так і для активізації дитини, невпевненої в собі, соромливою і боязкою. Отже, завдяки такому перетворенню можна ліквідувати поведінку,що створює проблеми в групі однолітків.

Також музична терапія дозволяє виявляти на ранніх стадіях порушення в сфері слухового або зорового сприйняття, моторики і зорово-слуховий орієнтації і ліквідувати їх завдяки застосуванню відповідних вправ. Заняття музикотерапією дуже корисні при придбанні кращій концентрації уваги, вміння підкорятися певним правилам і чекати своєї черги [2]. Музична терапія стимулює розвиток дитини, допомагає формувати особистість і лікувати її дисфункції розвиває пам'ять і спостережливість. Вона рекомендується дітям, які мають труднощі з латералізацією (лівопівкульною / правопівкульною) і просторової орієнтацією.

Головна мета музично-терапевтичної діяльності дітей дошкільного та молодшого шкільного віку полягає в наступному:

• допомога в загальному розвитку;

• поліпшення моторики

• стимуляція ефективності розумової праці, пізнавальної діяльності, розвиток почуттів, уваги і пам'яті;

• стимулюючу дію на естетичний розвиток;

• творчий та емоційний розвиток, який завдяки поєднанню музики, пластики і поезії дозволяє в повній мірі використовувати потенціал маленької людини;

• задоволення природної потреби дітей в навчальних розвагах;

• заохочення активних занять музикою, співом, грою на музичних інструментах;

• надання можливості для вільного самовираження, власної вербальної, рухової, вокальної та емоційної експресії;

• зняття емоційної напруги;

• підвищення віри у власні можливості і самооцінки;

• розблокування почуттів і розкриття емоцій або напруги;

• розрядка, ліквідація різних негативних емоцій і розвиток позитивних емоцій;

• заспокоєння, розслаблення, стан відпочинку або, навпаки, активації;

• допомога в позбавленні від стресу;

• ліквідація агресії;

Оскільки музика сприймається не тільки за допомогою органів слуху, вона спонукає до дії всього організму. Елементи музичного твору, які чує людина, а саме ритм, динаміку, гармонію, штрихи, забарвлення звуку або мелодії, резонують по всьому тілу, мозку і серця. На думку Жака Далькроза (швейцарського композитора, творця ритміки як галузі музичної освіти), рух в такт з музикою активізує роботу нервової системи дитини, інтенсифікує діяльність головного мозку, гармонізує психічну діяльність, стимулює фізичний і психічний розвиток. Це відбувається тому, що людина отримує враження через всю м'язово-нервову систему. Жак Далькроз вважав, що прагнення до гармонізації мозку і тіла має велике значення в реабілітації, а музика тим елементом, який безпосередньо сприяє такій гармонізації [3]. Емоції, що супроводжують спілкування з музикою, не тільки є інтелектуальними емоціями, а й безпосередньо впливають і приводять у рух весь організм.

Існують різні види занять музикотерапією, які можна використовувати в дитячому садку або школі, а також під час гри з дітьми. Ось деякі з них:

• психогімнастичні вправи (мімічні і пантомімічні етюди з ілюстрацією пісні за допомогою звуконаслідування і імітаційних жестів, що відображають її текст);

• речові гри та інсценування (для цього розподіляють різні ролі, пов'язані з утриманням пісні, використовуючи іграшки, ляльки, маріонетки і т. д.);

• артикуляційна гімнастика за допомогою слів пісні;

• слухові вправи (розвивають чутливість до тону, ритму, мелодії, темпу мови) - аудіювання, імітація і повторення звуків, розпізнавання звуків;

• музично-ритмічні вправи і танцювальні імпровізації (досягнення відповідності рухів з ритмом музики, а також відтворення ритму конкретної пісні або рядки з допомогою простих елементів, таких як притоптування або плескання в долоні);

• поєднання музики з малюнком і дрібною моторикою (діти малюють те, що уявляють собі під час прослуховування композиції, а малюкам пропонуються тематичні розмальовки);

• пасивна музикотерапія - післяобідній відпочинок під релаксаційну музику з м'яким, приглушеним, бас-звучанням.

Музика є універсальною силою, що діє на людину комплексно, незалежно від віку, освіти чи соціального статусу. Музика зближує нас з енергією природи, яку ми дізналися ще не до кінця! До того ж вона дозволяє розблокувати емоції без допомоги лікаря або психотерапевта. У свою чергу, спів і танець протягом століть є найкращою формою терапії, ефективновивільнюючиу нас радісні і прекрасні сторони особистості.

Музика знижує рівень стресу.

Було підтверджено численними дослідженнями, спокійна музика, в повільному темпі, з низькою тональності і без слів, знижує рівень стресу і тривожності в організмі. Яка саме музика є корисною для мозку? За даними досліджень, деякі композиції медитативної музики значно знижують рівень кортизолу в крові (гормон, який виробляється під впливом стресу). Також, музика може допомогти в боротьбі з безсонням. Крім іншого, було встановлено, що музика чинить аналгетичну і седативну дію на хворих, які готуються до операції. Це може бути пов'язано зі здатністю музики моделювати настрій або відволікати нас.

Музика змінює наше візуальне сприйняття.

Згідно з дослідженнями, проведеними в Університеті Гронінгена, музика змінює наше світосприйняття. Як музика впливає на наш мозок? Якщо людина слухає сумну музику, більш імовірно, що він буде ідентифікувати вирази облич інших людей, як сумні. І навпаки, якщо ви слухаєте радісну музику, ви побачите і інших людей з виразом радості на обличчі. Таким чином, музика впливає не тільки на наш настрій, але і на те, як ми сприймаємо навколишній світ.

Музика впливає на наш настрій і емоції.

Згідно з дослідженнями, слухання класичної музики або музики в стилі нью-ейдж зменшує втому, печаль і напругу. Крім того, було встановлено, що музика, в незалежності від стилю, який ми вважаємо за краще, сприяє підтримці позитивного настрою. Виняток становить музика в стилі Grungeрок. Цей стиль музики провокував підвищення рівня ворожості і напруженості, а також зниження рівня розслаблення, бадьорості і ясності розуму. Типом музики, який мав найбільш сприятливий вплив на слухачів, була «Музика дизайнера». Цей тип музики для мозку має відношення до тих типів, які безпосередньо призначені для впливу на слухача.

У дослідженні використовувалася композиція «Speed​​ofBalance» з метою полегшити психічне та емоційне рівновагу учасників, і дати їм можливість випробувати більш ясні і позитивні емоції. В результаті, у всіх учасників підвищилися здатності розслаблення, і підтримки бадьорості, ясності розуму, знизилася ворожість, напругу, втому і печаль. За даними цього дослідження, коли прослуховується неприємна музика, активується область мозку, пов'язана з почуттям конфлікту і емоційного болю. Музика впливає на настрій і емоції

Чи існує зв'язок між музикою і логікою?

Як відомо, навчання грі на музичних інструментах в ранньому віці сприятливо впливає на подальший розвиток дитини. У 2008 році Мері ФорджердЕлленУиннер і Андреа Нортон викладачі Сент-Ендрюського університету виявили, що діти, які займаються музикою близько трьох років, перевершують своїх однолітків відразу за чотирма показниками: сприйняття інформації на слух, моторика, словниковий запас і логічне мислення.

Таким чином, вчені прийшли до висновку, що багаторічна інтенсивна музична практика робить позитивний вплив не тільки на міжпівкульну організацію слухових і рухових функцій, але і на процес перерозподілу психічних функцій між лівою і правою півкулями головного мозку (латералізація).

Як фоновий шум впливає на креативність?

Середній рівень шуму є своєрідним каталізатором творчих здібностей. Ускладнюючи процес обробки інформації, фоновий шум стимулює абстрактне мислення і налаштовує мозок людини на робочий режим. Саме тому громадські місця - кафе, літні майданчики, набережні, парки і т. д. - так приваблюють творчих особистостей.

При високому рівні шуму мозок людини занадто перевантажений, так як намагається не тільки відволіктися від усіх відволікаючих чинників, а й обробити інформацію настільки якісно, наскільки це можливо.

**Література:**

1. Мистецтво як засібтерапіїдітей і молоді з особливими потребами / Упорядники: Певна В., Циганов Н. – Луганськ: ЛОЦССМ, 2001. – 160 с.

2. Соціально-культурна реабілітаціяінвалідівюнацькоговіку в умовахдозвілля: Автореф. дис… канд. пед. наук: 13.00.06. – К., 2003. – 18 с.

3. ТараринаЕ.В. Глубинная арт-терапия: практики трансформаций / О. Тарарина : практическое пособие.– К.: Астамир, 2017 .–240 с.

4. Тарарина Е.В. Человек звучащий. Практикум по музыкальной терапии : науч.-метод.пособ. / Елена Тарарина. –К.: АСТАМИР-В, 2017.–208 с.