**Роль музыки и музыкотерапии в психическом развитии личности ребенка.**

Музыка издревле притягивала внимание своей тайной воздействия на личность, исходящей от нее неведомой силой, способной влиять на поведение человека. Поиском ответа на вопрос о том, каким образом происходит это влияние, занялся древнегреческий врач Герофилос, который поддержал мысль о том, что человек - часть космического ритма целого, а значит, он и сам содержит в себе какие-то ритмы. Так родилось представление о музыке в пульсе. Позже оно было воспринято средневековой теорией музыки, а также медициной, после перевода с арабского в XII в. «Книги исцеления» Авиценны (980—1037), в которой целая глава посвящена взаимосвязи между пульсом и музыкой. В средние века музыкальная психология развивалась в работах музыкантов-теоретиков и музыкантов-философов – Боэция, Гвидо Аретинского, Царлино, Кунау, Кирхера, Матессона. Они изучали воздействие различных ритмов, мелодий и гармоний на эмоциональное состояние человека, устанавливали отношения между темпераментом пациента и предпочтением им того или иного характера музыки. Собственно научная музыкальная психология берет свое начало в труде Г. Гельмгольца «Учение о слуховых ощущениях как физиологическая основа теории музыки». Гельмгольц разработал резонансную теорию слуха, согласно которой слуховые ощущения возникают благодаря резонированию внутренних органов слуха в ответ на внешние воздействия.

Музыкотерапия – разновидность психологической терапии, при которой музыка используется с лечебной целью. В древности и в средние века вера в целебное воздействие музыки была исключительно велика. Об этом говорят литературные и медицинские свидетельства. С середины ХХ в. возрождается интерес к музыкотерапии – в ряде стран Западной Европы возникают лаборатории и институты, где изучается влияние музыки на больных с нервно-психическими заболеваниями.

Первые ростки науки музыкальной психологии можно найти еще в трудах античных философов. Одним из важнейших понятий этики Пифагора было учение об эвритмии, под которой понималась способность человека находить верный ритм во всех жизненных проявлениях – не только в танцах, пении и игре на музыкальных инструментах, но и в мыслях, поступках, речах. Платон считал, что могущественность и сила государства напрямую зависят от того, какая музыка в нем звучит, в каких ладах и ритмах; нет худшего разрушения нравов, чем отход от скромной и стыдливой музыки. Демокрит рекомендовал слушать музыку при инфекционных заболеваниях.

Так же античные музыканты придавали особое значение темпу, ритму и инструментам, используемым для выступлений, так как замечали, что влияют на настроение человека, перестраивают его эмоциональное состояние. Еще в Парфянском царстве в III веке до нашей эры с помощью специально подобранных мелодий лечили от тоски, нервных расстройств и сердечных болей. В древних цивилизациях Китая, Индии, Египта жрецы храмов, философы и музыканты использовали музыку для врачевания. Они рассматривали ее, как вид деятельности одновременно близкий к науке, ремеслу и религиозному культу. Древнекитайская философия и медицина разделяют все существующее в мироздании на две категории - психическую энергию «Ян» и «Инь» (мужскую и женскую). Эта энергия движется в теле по «меридианам», пересекающимся между собой. Каждый «меридиан» связан с одним из внутренних органов человека. Лечение душевных и физических расстройств осуществлялось посредством воздействия определенных тонов звуков музыкальных инструментов на активные точки меридиана и связанные с ними области тела. Звуки музыки, таким образом, сообщали телу человека те или иные свойства. Музыка, воздействуя на человека, приводила его в состояние гармонии с природой.

Музыкотерапия широко использовалась и в Древней Индии. Она основывалась на идее единства Вселенной и закона ритма, воздействующих на духовную сущность человека. Индийская философия считает, что даже самый простой язык, слово, речь не могут существовать без музыки, что воздействие музыки зависит не только от мастерства исполнителя. Ее эффект на слушателя определяется и уровнем духовного развития музыканта, по этой причине значение музыки различно для каждого человека.

В 1807 г. в Вене вышла книга д-ра Лихтенталя под названием «Врач-музыкант или сочинение о влиянии музыки на тело и ее использовании при определенных заболеваниях», в которой точно описывается, как музыка может влиять на психику и косвенно на само тело. Впервые в психиатрические учреждения музыкотерапию стал вводить в начале XIX в. французский врач-психиатр Жан Этьен Доминик Эскироль.

Первоначально музыкальная психология развивалась, изучая те ощущения, которые доставляют слуху простые тоны. Одна из первых работ, наиболее полно представляющих направление гештальтпсихологии в теории музыки, - работа Э. Курта, вышедшая в 1931 году в Берлине. Большой вклад в развитие музыкальной психотерапии внес немецкий исследователь К. Шумпф, работы которого вышли в конце XIX века, заложившие основы концепции о двух компонентах высоты музыкального звука. Суть концепции заключается в том, что с изменением одного физического признака звука (частоты его колебаний) изменяются одновременно два его психологических признака (тембр и высота). Эти идеи были развиты затем в трудах М. Майера, Г. Ревеша («Введение в музыкальную психологию», 1946), А. Веллека («Музыкальная психология и музыкальная эстетика», 1963). Однако как самостоятельная отрасль знаний и область научно-практической деятельности, связанной как с психическим, так и с физическим здоровьем организма, музыкотерапия начала формироваться только в ХХ веке. Она начинает активно применяться в Европе, США, Австралии, Японии. Среди получивших широкую известность теоретических школ следует выделить Дж. Элвина (Великобритания), П. Нордоффа и К. Роббинса (США), Э. Лекоурта (Франция), Дж.Кр. Тровеси (Италия). В России в 1913 году изучением лечебного действия музыки занимались психиатры, в том числе профессора Саккети и Бехтерев, но лишь в 1993г. Михаил Чунч организовал Международный центр музыкотерапии. Научные концепции этих специализированных музыкотерапевтических сообществ различаются между собой, как и оригинальные формы лечебных ритуалов древности. Со второй половины XX в. музыкотерапия изучается и используется в лечебных и коррекционных целях в различных направлениях медицины и в психологии, в частности, специальной. Представлен широкий спектр работ Л.С. Брусиловского, В.И. Петрушина, И.М. Гриневой, Б.М. Теплова, Е.В. Назайкинского, Г.С. Тарасова, В.В. Медушевского, Л.Л. Бочкарева. Наиболее разработанной областью музыкальной психологии является психология музыкального восприятия, исследованием которой занимались музыковеды и теоретики – Ю.Н. Тюлин, Б.В. Асафьев, Б.Л. Яворский, Л.А. Мазель, М.В. Блинова, Ю.Б. Алиев, С.Н. Беляева-Экземплярская, Н.А. Ветлугина и другие.

Западные учёные, проведя многочисленные исследования и эксперименты, пришли к убеждению: некоторые мелодии обладают сильным психотерапевтическим эффектом. Духовная, религиозная музыка восстанавливает душевное равновесие, дарит чувство покоя. Если сравнивать музыку с лекарствами, то религиозная музыка – анальгетик в мире звуков, она облегчает боль. Пение весёлых песен помогает при сердечных недугах, способствует долголетию. Но самый большой эффект на человека оказывают мелодии Моцарта. Этот музыкальный феномен, до конца ещё не объяснённый, так и назвали – «эффект Моцарта».

Исследования центра под руководством М.Лазарева показали, что музыкальные вибрации оказывают благотворное влияние на весь организм, особенно на костную структуру, щитовидную железу, массируют внутренние органы, достигая глубоко лежащих тканей, стимулируя в них кровообращение. Музыка повышает способность организма к высвобождению эндорфинов – мозговых биохимических веществ, помогающих справляться с болью и стрессом.

Музыка существует в нашей жизни как живое знание и представление человека о самом себе, как средство самопознания и самовыражения. Восприятие и понимание музыки заключается в ощущении её связками, мышцами, движением, дыханием. Используя классическую музыку в целях музыкальной терапии, не следует забывать, что среди произведений современной лёгкой музыки, в том числе среди джаза и рока, можно найти немало таких, которые могут быть использованы в терапевтических целях.

Музыка как, пожалуй, никакое другое искусство, может влиять на настроение, создавать его. Все музыкальные произведения можно условно разделить на активизирующие, тонизирующие и расслабляющие, успокаивающие. Восприятие музыки тесно связано с умственными процессами, то есть требует внимания, наблюдательности, сообразительности. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует на общее состояние всего организма, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

В.М.Бехтерев, подчеркивая эту особенность, доказал, что если установить механизмы влияния музыки на организм, то можно вызвать или ослабить возбуждение.

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.

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

Музыкотерапия активно используется в коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях и др.

Шведская школа психологии, будучи ориентирована на глубинную психологию, считает, что в коррекционной работе музыкотерапии должна отводиться центральная роль, так как музыка благодаря своим специфическим особенностям в состоянии проникнуть в глубинные слои личности. Альтшулер обнаружила физиологические изменения у пациентов, адекватные определенным типам музыкального воздействия и обосновала терапевтический подход, названным ею изо-принципом музыкотерапии. Согласно этому положению при затруднении словесного контакта с больным музыка способствует его установлению, если она соответствует эмоциональному тонусу состояния пациента, при депрессии показана музыка тихая, спокойная, при возбуждении – громкая, быстрого темпа.

Музыка способна устанавливать общее настроение, причем эмоциональная окраска образов, возникающих при ее восприятии, различна в зависимости от индивидуальных особенностей музыкального восприятия, степени музыкальной подготовки, интеллектуальных особенностей слушающего.

Музыкотерапия используется ими при [работе](http://trn.com.ua/) с широким спектром людей, независимо от возраста, музыкальных способностей или музыкального образования. Это и дети с умственными или физическими недостатками, включая сенсорные нарушения, поведенческие проблемы, эмоциональные расстройства, и взрослые с умственными заболеваниями, проблемами злоупотребления алкоголем, с острыми или хроническими физическими болезнями. Музыкотерапия имеет положительные результаты и при использовании в процессе родов (уменьшение, облегчение боли, снятие напряжения). Была выявлена эффективность и в [работе](http://trn.com.ua/) с детьми и взрослыми – жертвами физического, сексуального или эмоционального насилия.

Таким образом, музыкотерапия может служить вспомогательным средством установления контакта между психологом и клиентом и средством, облегчающим эмоциональное отреагирование в процессе коррекционной работы.

Выделяют 4 основных направления психологического воздействия 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 эмпатийной и эстетической потребностей.

:
**Рис. 2. Влияние музыки на психоэмоциональное состояние личности**

Музыкотерапия существует в двух основных формах: активной – терапевтически направленной активной музыкальной деятельности (воспроизведение, фантазирование, импровизация с помощью голоса и музыкальных инструментов); рецептивной – процесс восприятия музыки с терапевтической целью. Музыкальная терапия вместе с арттерапией, то есть терапией средствами изобразительного искусства, может стать эффективным методом лечения школьных неврозов, которые сегодня всё больше поражают учащихся, как в процессе получения образования, так и в современной жизни вообще.