

Музыкотерапия.

Музыка издавна считается невербальной формой коммуникации, порой более результативной в области чувств и человеческих отношений, чем собственно речевое общение.

Трагедия погружает нас в печаль, а удача делает счастливыми. Почти каждый день нашей жизни мы испытываем чувства легкого разочарования, гнева, облегчения, расстройства, возбуждения или предвкушения наряду с тысячами других эмоциональных состояний. Даже если, в конце концов, они не будут иметь большого значения, в определенную минуту они кажутся важными; нам легко их назвать и понять, почему мы их испытываем. Мы также знаем, что хорошая музыка, как и события нашей жизни, обладает способностью влиять на нас – но почему? Почему музыка, которая представляет собой всего лишь организованную последовательность звуков, способна так влиять на наши эмоции?

Английский богослов 18 века Томас Бисс усматривал в том, что музыка способна трогать нас, Божий промысел. Он изложил свои взгляды в проповеди от 7 сентября 1726 года:

« Музыка не в инструменте, и не в ушах. Инструменты – это чистая материя, дерево, металл или струны, работа мастера, которые сами по себе ничего не чувствуют, не слышат, не двигаются и не издают звуков. А уши, которые, казалось бы, слышат и представляют собой создание Творца, тоже ещё не инструмент; и, не смотря на то, что созданы они из более совершенного и тонкого материала, сами ничего не ощущают. Однако сочетая оба эти инструмента, природный и рукотворный, Бог даёт нам услышать и наслаждаться тем, что мы называем музыкой».

Учёные, всё ещё далеки от понимания сложной структуры человеческого мозга, но всё-таки говорят о том, что музыка находит нужную струнку в мозге, которая воздействует на душевное состояние, вызывая определённые эмоции. О благотворном воздействии музыки на душу человека писали Пифагор, Платон, Аристотель. Лечил своих пациентов музыкой Авиценна.

Лечение музыкой называется музыкотерапией. Термин имеет греко-латинское происхождение. История музыкотерапии насчитывает много веков. Широко применяемый в Древней Греции и Риме, этот метод был известен ещё в Древнем Египте, в III тысячелетии до нашей эры, где с помощью музыки лечили душевнобольных, катая их в лодке по Нилу и успокаивая при этом игрой на музыкальных инструментах. Известны имена музыкантов жрецов Шебут-им-муна и Имхотепа. Из ветхого завета известен арфист Давид, излечивший своей игрой царя Саула от депрессии.

В настоящее время музыкотерапия успешно используется как в лечебной, так и в педагогической деятельности в качестве одного из перспективных методов. Опыт многих специалистов нередко содержит примеры использования в качестве средства,

помогающего устранить изоляцию и создать контакт индивида со средой, если у ребёнка присутствуют выраженные трудности в общении со сверстниками, когда он хочет, но не может общаться с другими детьми и находится в постоянном «диссонансе» с социумом. Использование музыкотерапии развивает коммуникативную функцию у детей с трудностями социальной адаптации.

Использование музыки приводит к регуляции психоэмоциональных процессов, способствует регуляции психоэмоциональных состояний. Например, музыка Баха помогает сосредоточиться и сконцентрировать своё внимание; музыка Вивальди и Моцарта активизирует эмоциональную сферу, поднимая настроение, улучшая внутреннее состояние человека. Проводились эксперименты, когда во время написания сочинения на уроке литературы детям ставили музыку И.Штрауса. Результат превзошёл все ожидания. Сочинения детей были расцвечены интересными фразами, красивыми оборотами, глубокими рассуждениями: «..... Пейзаж за моим окном живописен в любое время года. Рябины, берёзы, ясени – все они сейчас расписаны щедрыми красками осени. Наливаются грозди рябины – вот уж птичья радость! Будет где собратиться на зимнюю «тусовку» снегилям и воробьям!

На карниз окна уселся воробей, смотрит на меня глазами-бусинками и, верно, думает: « Не пора ли тебе смастерить кормушку? Одной рябиной сыт не будешь!» Я обязательно сделаю.

Вот так, остановившись у окна на минутку, можно и увидеть, и вспомнить очень многое, а может быть, даже что-то понять. Я стою у окна и думаю.....»

Таким образом, музыка является универсальным средством, которое способно формировать наши интересы, вкусы, развивать культуру. Также музыка является средством лечения человеческих душ, и самое главное способствует раскрытию творческого потенциала человека.