**УДК 615.851:78**

 **ГРИЦЮК І.М**

 **КОВАЛЬЧУК Л.І.**

**ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДІВ МУЗИКОТЕРАПІЇ В ГРУПОВІЙ ТА ІНДИВІДУАЛЬНІЙ РОБОТІ З ДІТЬМИ**

 *Переоцінити вплив музики на людину важко. Це живе невичерпане джерело натхнення та розвитку. Музика може принести насолоду, але також одночасно може викликати сильне душевне переживання, спонукати до роздумів, відкрити невідомий світ фантазій.*

*Невичерпні можливості музики впливають на внутрішній світ дитини, що особливо виділяє метод музикотерапії з ряду інших терапевтичних методик.*

***Ключові слова:*** *музикотерапія, розвиток особистості, емоції, корекція, творча діяльність, види музикотерапії, методи музикотерапії.*

**Мета статті** пропагувати ефективність застосування технік музикотерапії в практичній роботі психолога. Оскільки, на сучасному етапі музична терапія далеко просунулася в дослідженні впливу музичного досвіду на розвиток особистості. Відповідь на запитання, чому музика настільки сильно торкається глибин особистості, потрібно шукати на початках зародження, коли дитина перебуває в материнській утробі. Жінка, яка носить у собі майбутнє життя, сама своїм духовним «баченням» ніби наносить «візерунки» на матрицю постнатального життя своєї дитини. Дитина уже відчуває музику ритму материнського серця, музику її тіла, музику її подиху й голосу [1].

Доведено, що у людей вроджена здатність запам'ятовувати мелодії. Дітей немає потреби примушувати любити колискові. Діти вміють розрізняти мелодії ще задовго як починають розмовляти, вловлюють фальшиві ноти. Так мудра природа підготовлює дитину до сприйняття світу ще в утробі матері. Музика здійснює вплив на різні системи організму, вона може змінити серцебиття, тиск, настрій, і навіть вплинути на результати IQ- тесту тощо[2].

Музика впливає на розвиток та функціонування механізмів навчання, пам’яті, сприйняття, поведінки, емоцій, інтелекту, мови. Музика впливає на психіку, фізіологію, настрій, волю особистості. Музичний твір чинить збудливу або заспокійливу дію. Він може викликати як позитивні так і негативні емоції. У процесі музичних занять відкриваються широкі можливості для всебічного розвитку дітей [2]. Емоційна сила музики, зміст пісень, що слухають і виконують діти, сприяють формуванню основ морально-естетичних якостей, підвищенню здатності до ефективного навчання, розвитку просторового та образного мислення.

Музикотерапію широко використовують у різних країнах світу для лікування та профілактики широкого спектру порушень, серед яких відхилення у розвитку, поведінкові порушення, сенсорний дефіцит, психосоматичні захворювання та ін.

Розрізняють активний та рецептивний (пасивний) види музикотерапії:

1. Активна музикотерапія передбачає активне включення особи в музикотерапевтичний процес шляхом співу (вокалотерапія), рухів (кінетотерапія) або гри на музичних інструментах. Важливе значення має вокалотерапія, що забезпечує корекцію мовленнєвих функцій, а також навчання діафрагмального типу дихання, що є основою формування мовлення дитини. Основною метою активної музикотерапії є інтеграція дитини в соціальні групи, тому в музичному супроводі відпрацьовуються різні комунікативні навички.
2. Рецептивна (пасивна) музикотерапія характеризується тим, що музичний вплив може здійснюватися в процесі прослуховування спеціально створених аудіомузичних програм. При використанні рецептивної музикотерапії у дітей музичні переживання діють у сфері чуттєвого сприймання. При прослуховуванні виявляється глибокий емоційний вплив на особистість. Чимало дітей з порушеннями емоційної сфери потребують безпосереднього виконання такої музики, яка б відповідала їхньому внутрішньому порушеному світу емоцій. Музику слід застосовувати як засіб соматичної та психічної релаксації, седативного впливу на підсвідоме [3].

Якщо дитина проявляє себе в ритмі, це говорить про те, що в неї міцніє її вольовий початок, без якого неможливі ні навчання, ні робота. Ритмічні ігри дуже подобаються дітям. Найпростіший спосіб організації гри — повтор дитиною рухів дорослого. Дорослий виступає ведучим у грі-імпровізації, а дитина одночасно і спостерігає за ним, і намагається копіювати його. Дорослим зовсім необов’язково мати хореографічну підготовку для рухових імпровізацій. Основою для них послужить танцювальний досвід, що є в кожного, і звичайний вибір виразних рухів: кроки, стрибки, жести, міміка, рухи корпуса, пересування в просторі приміщення. Досить передати в рухах загальний характер музики, зв’язати пластику рухів із музичним звучанням.

Такі спільні ігри-імпровізації спрямовані, насамперед, на розвиток у дитини відчуття його емоційного благополуччя. Це відчуття в дитини буде пов’язано зі здатністю до природних, вільних, координованих рухів. Точність і спритність рухів, їхня відповідність пережитим емоціям, а головне, задоволення, яке дитина одержує під час рухів, — вірний показник її емоційного благополуччя. При цьому не треба спеціально вивчати з дитиною танцювальні рухи, псувати гру тренажем і проробленням деталей задуманої дорослим танцювальної композиції. Вільні, імпровізовані танцювальні рухи дорослого виступають тут головним і єдиним способом досягнення потрібного результату [5].

Дослідники визначають такі основні корекційні впливи музикотерапії : емоційне активування в ході вербальної психотерапії; розвиток навиків міжособистісного спілкування, комунікативних функцій і здібностей; регулюючий вплив на психовегетативні процеси; підвищення естетичних потреб [4].

 Емоції впливають на всі психічні процеси: на відчуття, сприйняття, уяву, мислення, волю, пам’ять. Радісний, щасливий настрій дитини є основою її фізичного і психологічного здоров’я, доброзичливого ставлення до людей, навколишнього світу.

Залучення дітей до різних видів музичної діяльності з використанням прийомів та методів музикотерапії, сприяє успішному розвитку їхньої творчої активності. В підсумку під впливом системних цілеспрямованих занять з музикотерапії у дітей сформується естетичний смак до музики, уміння слухати та розуміти її, сформуються уявлення про музичні твори, їх характер, побудову, виражальні засоби, підвишиться рівень емоційної чуйності, розвинеться музичний слух. Отже,психіка людини та музика − ці два поняття не так вже й далекі один від одного, як здається на перший погляд. Музика та психологія мають спільний об’єкт – людину. І використання технік музикотерапії є важливим і значимим компонентом як у індивідуальній, так і у груповій роботі психолога з дітьми.

**Список використаних джерел**

1. Антонова-Турченко О. Г. Музична психотерапія: [посібник-хрестоматія] / О.Г. Антонова-Турченко, Л.С. Дробот. – К.: ІЗИН, 1997. – 260 с.

2.Гамон Д. Как развивать умственные способности, память и внимание. Заставь свій мозг рабо тать на 100% /Д. Гамон, Н. Брегдон. – Харьков. : «Полиграфкнига», 2010. – 317 с.

3. Готсдинер А. Л. Музыкальная психология / А. Л. Готсдинер. – М.: изд. «NB Магистр», 1993. – 190 с.

4. Мушкевич М.І. Основи психотерапії: [навч. посіб.] / М.І. Мушкевич, С. Є. Чагарна; за ред. М.І. Мушкевич.− Луцьк : Вежа-Друк, 2014. – 440 с.

5. Федій О. А. Музикотерапія в професійній діяльності сучасного педагога / О. А. Федій // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки. – 2009. – №11 (174). – С. 282-292

**References**

1. Antonova-Turchenko O. H. Muzychna psykhoterapiia: [posibnyk-khrestomatiia] / O.H. Antonova-Turchenko, L.S. Drobot. – K.: IZYN, 1997. – 260 s.

2.Hamon D. Kak razvyvat umstvennыe sposobnosty, pamiat y vnymanye. Zastav svii mozgh rabotat na 100% /D. Hamon, N. Brehdon. – Kharkov. : «Polyhrafknyha», 2010. – 317 s.

3. Hotsdyner A. L. Muzykalnaia psykholohyia / A. L. Hotsdyner. – M.: yzd. «NB Mahystr», 1993. – 190 s.

4. Mushkevych M.I. Osnovy psykhoterapii: [navch. posib.] / M.I. Mushkevych, S. Ye. Chaharna; za red. M.I. Mushkevych.− Lutsk : Vezha-Druk, 2014. – 440 s.

3. Fedii O. A. Muzykoterapiia v profesiinii diialnosti suchasnoho pedahoha / O. A. Fedii // Visnyk Luhanskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Pedahohichni nauky. – 2009. – №11 (174). – S. 282-292.

 **Грицюк И. М.** **, Ковальчук Л. И.**

 **ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДОВ МУЗЫКОТЕРАПИИ В ГРУППОВОЙ И ИНДИВИДУАЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ**

*Переоценить влияние музыки на человека трудно. Это живое неисчерпанный источник вдохновения и развития. Музыка может принести удовольствие, но также одновременно может вызвать сильное душевное переживание, побуждать к размышлениям, открыть неизвестный мир фантазий.*

*Неисчерпаемые возможности музыки влияют на внутренний мир ребенка, особенно выделяет метод музыкотерапии из ряда других терапевтических методик.*

***Ключевые слова:*** *музыкотерапия, развитие личности, эмоции, коррекция, творческая деятельность, виды музыкотерапии, методы музыкотерапии.*

**I. M. Hrytsuik, L.I. Kovalchuk**

**SPECIAL ASPECTS OF USING MUSICOTHERAPY METHODS IN GROUP AND INDIVIDUAL WORK WITH CHILDREN**

*It is difficult to overestimate the influence of music on a person.* This is an inexhaustible source of inspiration and development. Music may bring delight, but at the same time it may evoke strong emotional experience, lead to thinking or open an unknown fantasy world.

Unexpendable capabilities of music influence child’s inner world, which particularly lays emphasis on musicotherapy method among the range of other therapeutic methods.

**Key words:**musicotherapy, personality development, emotions, intervention, creative activity, kinds of musicotherapy, musicotherapy methods.

**I. M. Hrytsuik, L.I. Kovalchuk**

**SPECIAL ASPECTS OF USING MUSICOTHERAPY METHODS IN GROUP AND INDIVIDUAL WORK WITH CHILDREN**

Musicotherapy is one of art therapy methods. The advantage of this method is obvious. Art therapies definitely give socially acceptable entrance to negative emotions, help the process of providing psychotherapeutic assistance in solutions to mental conflicts, they give a variety of causes for psychodiagnostics in interpretations of creative self-expression products, allows to get lost in feelings which a person usually chokes down. This method has been recognized and got widespread use all over the world.

Musical therapy nowadays is used less than other art therapies. But the analyzed references and performed experiments prove that this is music that can improve IQ level. Music-making at pre-school-age has a good impact on child’s mental activity that is essential for learning Mathematics, Mechanics, and Applied Science etc. Listening to music stimulates child’s artistic imagination, develops creative abilities and fantasy thinking, it forms space-temporal attitude, and puts on developing other important skills and abilities.

Using this method in a psychologist’s group and individual work is very important. As much as in this day and age musicotherapy has made great progress in studying the impact of musical experience on personality development. To answer the question why music touches the depth of personality so hard, it is necessary to search at the nascent stage, when a child is unborn.

It has been proven that people have a flair for keeping melodies in mind. It is not necessary for children to love lullabies. Children can perceive melodies long before they learn to speak, and sense false notes. Music has an impact on the development and functioning of learning mechanisms and memory, perception, behavior, emotions, intelligence and language. Music has an influence upon mentality, physiology, mood and a child’s personal will.