

Музыка и здоровье детей

Современные исследования в области детской психологии и педагогики доказывают, что раннее музыкальное воспитание благотворно влияет на интеллектуальное и психическое становление личности ребёнка. Учёные всего мира считают, что самый универсальный способ повышения интеллекта у детей – регулярные занятия музыкой. Кроме того, они обратили внимание на значительный психотерапевтический эффект воздействия музыки, которая снимает нервно-психическое напряжение у детей, обучающихся в современных условиях с огромными, подчас непосильными для детской психики перегрузками.

Современному ребёнку очень сложно находиться в окружающем его технизированном и компьютеризированном мире, в ситуации глобального нравственного и духовного кризиса нашего общества. В силу этого он очень уязвим и подвержен различным стрессовым состояниям, которые негативно влияют на его психическое и эмоциональное здоровье.

Раннее музыкальное воспитание благотворно сказывается и на развитии детей с уже имеющимися патологиями: нарушенной способностью к концентрации, психическими болезнями, детскими неврозами, ослабленным зрением и др.

Идея вести музыку в терапию детских болезней не нова и известна очень давно, но получила научное объяснение лишь в последние годы. Учёные разных стран проводили специальные исследования, в ходе которых была отмечена большая польза движения под музыку, инструментального музицирования и пения в лечении некоторых психических заболеваний у детей. Механизм воздействия музыки основан на том, что организм человека отвечает на неё по структуре «зова – ответа», что, в конечном счёте, и ведёт к согласию, слиянию, упорядоченности и равновесию его физиологии и психики. Научные исследования доказывают, что ритмическое переживание музыки всегда сопровождается теми или иными двигательными реакциями. Чувство музыкального ритма двигательно-моторно по своей природе, поэтому передача ритма музыки в простых, доступных детям движениях соответствует их естественной биологической потребности в движении и даёт большой эффект в лечении больных детей, у которых часто нарушена координация. Ещё выдающийся швейцарский музыкант и педагог Э.Жак Далькроз писал, что в образовании и развитии чувства ритма участвует всё наше тело, поэтому маленького ребёнка с нервными движениями прежде всего нужно научить соразмерять свои движения. «Нервные движения всегда безотчётны и нецелесообразны, они дают неправильные ударения.

Ритмическая гимнастика, вводя движение в строго определённые рамки пространства и времени, излечивает нервы». Идеи Жака – Далькроза активно

развивает выдающийся немецкий композитор и педагог Карл Орф. Весьма существенная роль в его концепции музыкального воспитания принадлежит первоначальному воспитанию чувства ритма и целенаправленному развитию элементарных двигательных навыков. Он считал, что элементарная музыка – это не музыка сама по себе, а музыка, связанная с движением, танцем и словом. Это подчёркивает большую роль движения на занятиях элементарной музыкой и открывает большие возможности в области музыкальной терапии. Кроме того, игра на элементарных инструментах создаёт у ребёнка ситуацию успеха, а совместное музицирование способствует преодолению чувства страха, неуверенности, которые сопутствуют многим психическим заболеваниям.

Но ритм имеет, как известно, не только моторную, но и эмоциональную природу. Б.М.Теплов характеризует чувство ритма как способность активно отражать в движении музыку и, вследствие этого, тонко чувствовать эмоциональную выразительность временного хода музыкального произведения.

Элементарная музыка, ритмические упражнения, различные типы движения развивают, таким образом, и эмоциональное начало, которое, в свою очередь, создаёт основу для развития личности ребёнка. Карл Орф справедливо полагал, что сохранение здоровья нации, сохранение основ её культуры зависит от отношения народа к своему фольклору. Именно поэтому в Шульверке использованы древнейшие пласты аутентичного фольклора: колыбельные песни, потешки, прибаутки, игры, которые и должны составлять эмоциональную среду для формирования интеллекта и здоровой психики ребёнка. При этом он подчёркивал, что в «каждой стране «Шульверк» должен быть обогащён своим словесным и музыкальным народным достоянием, в частности, детским фольклором.

Очень важным элементом музыкальной терапии является игровые методы работы с детьми. Дети с какими-либо патологиями часто с трудом воспринимают строго регламентированные занятия. Игровые формы работы позволяют решить многие проблемы в работе с такими детьми. В процессе игры легко и естественно вырабатываются навыки согласованных действий, дети учатся концентрировать своё внимание, ориентироваться в пространстве и происходит всё это очень естественно, без всякого давления на ребёнка, который не испытывает при этом никаких психологических затруднений. Ещё один важный момент педагогической концепции музыкального воспитания Карла Орфа, который очень позитивно воздействует на детскую психику – это тот фактор, что в процессе совместного музицирования дети активно участвуют в создании музыкального произведения, сами являются творцами, а не просто пассивно слушают музыку.

Современные исследования научно доказывают, что музыка активно воздействует на ребёнка лишь при условии его собственного участия в создании и исполнении музыкального произведения. Ребёнок постигает содержание музыкального произведения в различных видах музыкальной деятельности, но особенно интенсивно этот процесс происходит только тогда, когда он сам участвует в процессе создания музыки. «Каждый узнаёт лишь то, что сам пробует сделать» – именно этот тезис Песталотци лежит в основе «Шульверка» Карла Орфа.

В начале двадцатых годов XX столетия эти идеи развивались и у нас в России: выдающиеся отечественные учёные теоретики и музыканты-просветители Б.Л.Яворский и Б.В.Асафьев занимались проблемами коллективного детского музицирования. Они подчёркивали, что собственно детское творчество, сам процесс создания музыки – особо воздействует на качество музыкального воспитания и создаёт оптимальные условия для активного развития музыкальности ребёнка и развития его личностных качеств.

Применение системы музыкального воспитания по принципам Карла Орфа в лечебной педагогике и музыкальной терапии вошло в европейскую педагогическую практику в 60–70-е годы XX века. В различных странах «Шульверк» и музыкальный инструментарий Карла Орфа используют в школах и интернатах для слепых, слабовидящих и глухонемых детей, в логопедических группах и других детских лечебных заведениях.

Конечно, важно при этом помнить, что музыка одна не сможет разрешить все психофункциональные расстройства и психические комплексы у детей, но её активное использование сыграет большую роль в становлении личности ребёнка, его активной социализации в обществе и подготовке к жизни.