

Лекарство, которое слушаешь

В наш век компьютерных технологий мы не замечаем того, что наши дети нуждаются в родительском внимании, порой даже в помощи.

Долгое время музыка воспринималась как атрибут культуры и воспитательного процесса детей, которым взрослые стремились привить понятия о красоте и гармонии мира, пытаясь обогатить эмоциями их жизнь и научить чуткости, отзывчивости, благородству.

С появлением маленького ребёнка музыка должна стать постоянным гостем. Утром радуясь новому дню и пойте весёлую песню. Днём, перед сном, слушайте музыкальную сказку, а вечером спокойную мелодию. Колыбельные всегда уместны и днём, перед сном, и на ночь. Их очень любят дети и они благотворно влияют на психическое и эмоциональное состояние ребёнка.

В частности, узбекский ученый Мизакарим Норбеков, известный во всем мире как разработчик нетрадиционные методов лечения различных заболеваний, провел комплексное исследование влияния классической музыки на самочувствие детей, страдающих различными недугами, и пришел к выводу, что звукотерапия во многих случаях может давать гораздо более эффективные результаты, нежели медикаментозное лечение.

Свою теорию ученый основывает на исследованиях психики и физиологических особенностей детей, утверждая, что большинство болезней связано с эмоциональным состоянием ребенка. Постоянно испытываемое чувство неудовлетворенности, страх и стрессы, невозможность реализовать свой творческий потенциал приводят к тому, что малыши дошкольного возраста обзаводятся целым букетом «взрослых» болезней, среди которых – сердечная недостаточность, сахарный диабет, онкология и т.д.

Вместе с тем, классическая музыка является одним из источников внутренней гармонии человека, и правильно подобранные музыкальные произведения способны оказывать на ребенка не только положительное эмоциональное воздействие, но и излечивать от различных заболеваний.

Физиологическое воздействие музыки на человеческий организм основанный на том, что нервная система и мускулатура, обладает

способностью усваивать ритм. Музыка выступает в качестве ритмического раздражителя, стимулирует физиологические процессы.

После многочисленных экспериментов ученый пришел к выводу, что при нервных расстройствах, повышенной возбудимости, склонности к истерикам и капризам наиболее благоприятное воздействие на ребенка оказывает музыка Моцарта. Если проводить сеансы звукотерапии ежедневно по 20-30 минут, то уже через 7-10 дней малыш начнет вести себя более взвешенно и адекватно.

Если ребенок плохо спит по ночам, ему снятся кошмары, и часто он просыпается с плачем от испуга, то прекрасным терапевтическим средством может стать музыка Грига, Чайковского и Сибелиуса, которую следует включать непосредственно перед сном. В случае, когда речь, наоборот, идет о пассивном и замкнутом малыше, который часто страдает головными болями и не блещет умственными способностями, активировать его жизненные силы помогут произведения Листа и Бетховена.

Итак, музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции нарушений в эмоциональной сфере, поведении, при проблемах в общении, страхах, при различных психологических заболеваниях и расстройствах. Эта терапия строится на подборе определённых мелодий и звуков, которые оказывают положительное влияние на организм человека. Этот метод даёт возможность применения музыки в качестве средства, обеспечивающего гармонизацию состояния ребёнка: снятия возбудимости, напряжения или, наоборот, повышению эмоционального тонуса, коррекцию в отклонений в личностном развитии ребёнка и его психоэмоционального состояния.

Таким образом, музыкотерапия – это лекарство, которое слушаешь. Восприятие различных звуков, ритмов, мелодий оказывает психологическое и физиологическое воздействие на человеческий организм. Именно поэтому будет не лишним послушать совместно с ребёнком правильно подобранную музыку – это окажет благоприятное влияние на его развитие.

Составила:

Музыкальный руководитель

Кожункова О.Г.

