УДК 373.21

**Перегузенко Екатерина Александровна,**

Студент ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогический институт», г. Ставрополь

pereguzenkoekaterina@gmail.com

**Научный руководитель:**

**Острикова Ирина Николаевна**

Старший преподаватель кафедры ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогический институт», г. Ставрополь

**АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ МУЗЫКИ НА МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА**

**Аннотация:** в данной статье мы рассмотрим особенности и виды арт-терапии. Воздействие музыки на современного младшего школьника.

**Ключевые слова:** арт-терапия, коммуникация, влияние музыки, личность, младший школьник, занятия, музыка, развитие, начальное образование.

**ART-THERAPEUTIC EFFECT OF MUSIC ON A PRIMARY SCHOOL STUDENT**

**Abstract:** in this article we will consider the features and types of art therapy. The impact of music on a modern elementary school student.

**Keywords:** art therapy, communication, music influence, personality, primary school student, classes, music, development, primary education.

Арт – терапия в современной школе построена на использовании технологий обучения школьника различным видам искусства и направлена на достижение педагогических целей урока.

     Уроки с использованием художественных средств будят воображение, развивают образное мышление, создают прецедент проживания детьми изучаемого материала, расширяют кругозор, формируют мобильность личности. Такие уроки расширяют личный опыт ситуативного поведения ученика, обучают его правилам и приёмам выхода из критических ситуаций, ускоряют освоение процессов говорения и общения.

       Важным направлением работы учителя музыки считаю разработку целей и задач здоровьесбережения, методов и приёмов, использование которых в образовательном процессе идёт на пользу здоровья учащихся, и которые не актуализированы в современных программах по музыке.

На успешное обучение в начальной школе влияют многие факторы, но прежде всего здоровье, физическое или психическое, сказывается на качестве образования учащихся. Универсальной областью знаний, воздействующей на укрепление здоровья младших школьников, является музыка. Она воздействует на многие сферы жизнедеятельности через три основных фактора: вибрационный, физиологический и психологический. Поэтому, в современной образовательной ситуации актуальным является вопрос использования уникальных возможностей урока музыки как средства реализации здоровьесберегающих технологий.

**Виды арт-терапии:**

* **Изотерапия**. Терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием, а также работа с репродукциями, различным художественным материалом — глиной, пластилином, соломой.
* **Музыкотерапия**. Контролируемое использование музыки в образовании и воспитании детей.
* **Библиотерапия**. Коррекционное воздействие на ученика с помощью чтения специально подобранной литературы в целях нормализации или оптимизации его психического состояния.
* **Маскотерапия**. Метод, который позволяет отобразить свой внутренний мир в красках и посмотреть на него со стороны, а также познакомиться с особенностями внутреннего мира других людей и увидеть их неповторимость и разнообразие.
* **Куклотерапия**. Метод основан на идентификации ребёнка с любимым героем мультфильма, сказки и с любимой игрушкой.

В настоящее время при быстром ритме повседневной жизни родители не всегда уделяют развитию своих детей должное внимание. При диагностике психических процессов детей, их эмоционально-личностной сферы всё чаще встречаются дети со средним и низким уровнями развития. Стало очень актуальным комплексное психологическое сопровождение детей.

Замечено, что с каждым годом увеличивается количество детей, приходящих в школу с серьёзными эмоциональными и логопедическими расстройствами, нарушениями опорно-двигательной системы. Помочь таким детям могут не только специалисты - логопеды, дефектологи, но и учителя музыки, уделяя на своих уроках внимание дыхательной гимнастике, вокальным упражнениям и ритмической работе. Часть уроков может быть направлена на донесение до детей важности ритмической организации нашей жизни.

Главная цель каждого педагога – сохранять психологическое здоровье детей; понять особый, порой хрупкий мир ребёнка и, развивая, укреплять его с помощью богатейшего потенциала искусства. Перспективная область в профессиональной деятельности педагога – социально-реабилитационная деятельность. Основная его задача – обеспечить подготовку детей к полноценной жизни в обществе, их социальная адаптация.

Эти занятия оказывают на школьника значительное психотерапевтическое действие, снимая нервно-психологическое напряжение, вызванное другими уроками. Не случайно по требованиям СанПин уроки музыки, изобразительного искусства, физической культуры ставятся после более сложных предметов. Арт-терапевтические приёмы, применяемые на уроках музыки, не только сохраняют здоровье детей, но и помогают развивать творческую свободу, полёт фантазии, пробуждают процессы воображения и представления. Происходит осознание детьми самого себя, своего внутреннего мира. И неправда, что кто-то не умеет петь, или у кого-то нет слуха. Каждый ребёнок хоть немного может рисовать или лепить из пластилина. Все эти способности можно и нужно развивать. Рисование, особенно под музыку, помогает осмыслить и привести к гармоническому состоянию свой внутренний мир. Это один из доступных способов гармонизации личности, снятия эмоционального напряжения, не только в настоящем, но и в будущем.

**Основные принципы арт-терапевтических упражнений:**

Метод арт-терапии наиболее подходит для работы с детьми и подростками. Это превосходный метод работы с детьми с различными способностями и в группах с их смешанным уровнем, поскольку он позволяет каждому ребёнку действовать на собственном уровне и быть оцененным за свой вклад.

В настоящее время под арт-терапией понимают использование всех видов искусств. Это метод развития и изменения сознательных и бессознательных сторон психики личности посредством разных форм и видов искусства.

Во всём современном мире всё более активно применяется психотерапия искусством. Всего применяется 4 её вида.

Музыкотерапия – контролируемое использование звуков и музыки в психокоррекции человека, представляющая собой деятельность, включающую воспроизведение, фантазирование и импровизацию с помощью человеческого голоса и выбранных музыкальных инструментов или прослушивание специально подобранных музыкальных произведений.

Танцевально-двигательная терапия (хореотерапия) – психокоррекционное использование танца и движения как процесса, способствующего интеграции эмоционального и физического состояния личности.

Сказкотерапия – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействий с окружающим миром.

Изотерапия – терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием

Эти методы могут быть применены для развития навыков общения и являются идеальным инструментом для повышения самооценки и укрепления уверенности в себе (и то и другое лежит в основе желания учеников "рисковать" в процессе обучения, делать ошибки и пробовать новое).

Метод арт-терапии можно использовать для развития командного поведения и групповой сплочённости, он может помочь ребёнку выразить то, для чего у него не находится слов, или то, что он не может озвучить. И это доставляет удовольствие.

Поступление в школу и начальный период обучения вызывает перестройку всего образа жизни и деятельности ребёнка. Учебная деятельность требует от него определённой степени подготовленности и в физиологическом, и в социальном отношении. Наблюдения физиологов, психологов и педагогов показывают, что среди первоклассников есть дети, которые в силу индивидуальных психофизиологических особенностей трудно адаптируются к новым для них условиям, лишь частично справляются (или не справляются вовсе) с режимом работы и учебной программой.

У некоторых людей в связи с обучением в школе возникает большое количество различных трудностей и проблем, формируются неадекватные механизмы приспособления к школе – школьная дезадаптация. Такие дети нуждаются в психологической помощи.

При поведении арт-терапевтических занятий в школе очень важно, чтобы дети воспринимали занятия с положительной точки зрения, а не как коррекционные занятия для отстающих. Следовательно, чрезвычайно важно то, каким образом занятия представляются детям.

**Занятия необходимо представлять так:**

- арт-терапевтические занятия помогают улучшить образ самого себя и укрепить самоуважение (это для детей);

- арт-терапевтические занятия поднимают статус ребёнка или детей, о которых идёт речь (это для родителей);

- арт-терапевтические занятия позволяют детям считать занятия частью обычного школьного расписания (это для учителей).

Арт-терапевтические занятия рекомендуется включить в школьное расписание, чтобы детям они казались частью «нормальной» школьной жизни.

Существует множество способов применения арт-терапевтического подхода, целый ряд проблем. То, как его применять, определяется условиями, обстоятельствами и проблемами. Важно отвести время на то, чтобы "вскрыть" проблемы, выделить цели и организовать занятия в соответствии с ними.

**Применение арт-терапии при работе со школьниками:**

Работа с детьми, выделяемыми в классе или группе (повышение самооценки, укрепление уверенности в себе детей, которые замкнуты, уязвимы, которых дразнят, которые отстают по учёбе, имеют трудности при обучении или их выделяют по культурному или половому признаку).

Переход из начальной школы в среднюю (развитие навыков и стратегий для того, чтобы справиться с требованиями средней школы; эмоциональная поддержка).

Групповая сплочённость (развитие доверия и навыков работы в команде в различных условиях).

Устранение проблем (использование арт-терапии в трудных классах, группах или при работе с отдельными детьми и их различными проблемами).

Социальное взаимодействие (изменение динамики, социальных ролей, освоение социальных навыков и выработка взаимоуважения и понимания; работа с группами детей, по различным проблемам).

Разрешение конфликтов (помочь научиться понимать конфликтные ситуации).

Навыки общения (улучшение навыков разговора и слушания, развитие способности делиться опытом, укрепление уверенности в себе).

**Особенностями арт-терапевтического подхода являются:**

1. **Безоценочное восприятие** всех работ: в арт-терапии нет «правильного» или "неправильного", и это нужно чётко объяснить. Детям нужно чувствовать себя в безопасности, знать, что создание образов – это способ передачи своего опыта, мыслей и чувств и что их не будут оценивать.
2. Дети являются своего рода экспертами. Упражнения созданы таким образом, что отправная точка – опыт каждого ребёнка. В этом смысле дети – «эксперты» в отношении своих работ.
3. Важен вклад каждого из детей, он важен и уникален. Все работы нужно рассматривать с равным уважением, вне зависимости от профессионализма.
4. Сохранение тайны необходимо, поскольку упражнения, возможно, задействуют личный уровень. Детские тайны нужно сохранять.
5. Рассказ о своей работе. Условия для рассказа и обсуждения работы ребёнка не должны быть директивными. Нельзя интерпретировать работу ребёнка (это может делать только сам автор, по желанию), детей нельзя заставлять раскрывать больше, чем они этого желают.
6. **Основные правила**. При работе с парой, группой или всем классом желательно установить основные правила. Их нужно выполнять с взаимным уважением, ценя вклад каждого, чтобы окружающая среда была безопасной, чтобы все дети хорошо себя чувствовали.

**Список основных правил:**

1. Внимательно слушать друг друга.
2. Не перебивать говорящего.
3. Уважать мнение друг друга.
4. Не обязательно принимать активное участие в занятии, если не хочется.
5. Все должны чувствовать себя комфортно.
6. Всё сказанное на занятии должно оставаться конфиденциальным – если иного решения не было принято.