

Пиджакова Нина Сергеевна
студентка НТ-506 ПСО

Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) РГППУ,
г. Нижний Тагил, Россия
e-mail: zzninochkazz@yandex.ru

Трофимова Елена Давидовна к.п.н., доцент
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) РГППУ,
г. Нижний Тагил, Россия
e-mail: Akselen7025@ya.ru

МУЗЫКОТЕРАПИЯ В КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.

Аннотация: В статье рассматривается проблема коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста. Обозначены причины возникновения страхов у старших дошкольников и механизмы коррекционного воздействия на их устранение. Представлена характеристика форм музыкотерапии и способы использования их в коррекции страхов у детей.

Ключевые слова: дошкольное воспитание, старшие дошкольники, эмоциональная сфера, страх, тревожность, диагностика, коррекция, музыкотерапия.

UDC 3701

Nina Pidzhakova Sergeevna

Student NT-506 pso

Nizhny Tagil state social and pedagogical Institute (branch) of RSPU,
Nizhny Tagil, Russia
e-mail: zzninochkazz@yandex.ru

Trofimova Elena Davydovna Ph. D., associate Professor
Nizhny Tagil state social and pedagogical Institute (branch) of RSPU,
Nizhny Tagil, Russia
e-mail: Akselen7025@ya.ru

MUSIC THERAPY IN THE CORRECTION OF FEARS IN OLDER PRESCHOOL CHILDREN.

Abstract: The article deals with the problem of correcting fears in older preschool children. The causes of fears in older preschoolers and the mechanisms of corrective action to eliminate them are identified. The characteristic of forms of music therapy and ways of their use in the correction of fears in children are presented.

Keywords: senior preschoolers, emotional sphere, fear, anxiety, correction, music therapy.

В последние годы происходит активное изменение системы дошкольного воспитания: разрабатываются новые программы дошкольного воспитания, появляются оригинальные методические материалы.

Но развитию эмоциональной сферы ребенка не всегда уделяется достаточное внимание в отличие от его интеллектуального развития. Ведь эмоции воздействуют на все компоненты познания: на ощущения, восприятие, воображение, память и мышление.

Эмоциональную сферу считают одной из важных составляющих в развитии дошкольников, потому как общение, взаимодействие не будет эффективным, если участники не способны: чувствовать эмоциональное состояние другого; управлять своими эмоциями. Осознание и понимание своих эмоций и чувств тоже является не менее важным компонентом в становлении индивидуальности ребёнка.

На протяжении дошкольного детства происходит «воспитание чувств» - они становятся более глубокими, более устойчивыми, более разумными, да и наружу изливаются уже не так легко. Однако любой, кто наблюдал за дошкольником, согласится, что именно чувства добавляют их поведению особую окраску и выразительность. Искренность, отзывчивость и непосредственность малыша - бесспорный психологический факт. [1, с.69].

Не менее важное место среди чувств занимает беспокойное переживание детского страха. Образование страха чаще всего происходит из-за неверного воспитания и безрассудного поведения взрослых. Например, когда взрослые приходят в отчаяние по любому поводу. Они считают, что ребенку ежесекундно грозит опасность. Это поведение взрослых наводит дошкольника на стрессовое состояние, у ребёнка возникает чувство напряжения, тревоги и страха.

В ситуации социальной нестабильности на современного дошкольника наваливается много отрицательных факторов, которые способны не только остановить становление новых возможностей личности, но и обратить процесс ее развития вспять. [5, с.98].

Психика дошкольника выделяется обостренной чувствительностью, уязвимостью, неспособностью сопротивляться негативным воздействиям. Невротические страхи зарождаются в результате постоянных и нерешаемых переживаний или острых психических потрясений, чаще всего на фоне болезненного перенапряжения нервных процессов. Поэтому невротические страхи подвергаются особому вниманию психологов, педагогов и родителей, иначе, при наличии этих страхов, дошкольник станет стеснённым, напряженным. А значит, в ближайшее время появится необходимость в ранней диагностике невротических страхов у такого ребёнка.

А.И. Захаров впервые в отечественной и мировой практике рассмотрел причины возникновения и развития дневных и ночных страхов. Привел статистические данные, показывающие влияние различных факторов. [4, с.56].

По мнению А.И.Захарова, страх – это одна из фундаментальных эмоций человека, возникающая в ответ на действие угрожающего стимула. Так же часто, как термин «страх», встречается термин «тревога». А.И.Захаров считает, что у страха и тревоги есть общий эмоциональный компонент в виде чувства волнения и беспокойства. Тревога – это предчувствие опасности, состояние беспокойства. Апофиз страха и тревоги - ужас.

Поэтому, прежде чем помочь детям в преодолении страхов, надо выяснить, каким конкретно страхам они подвержены. Страхи, которые проявляются в поведении ребенка, отражают далеко не полную картину его внутреннего состояния. А значит, нужно выяснить весь спектр страхов через специальные опросы, но при условии эмоционального контакта с дошкольником, доверительных отношений и обязательного отсутствия конфликта между педагогом-психологом и ребёнком.

Считаем необходимо уточнить, что страх в дошкольном возрасте – это не устойчивая черта характера и поддаётся коррекции при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятиях. Важно своевременно и активно начать работать с детскими страхами потому, что сам по себе страх способен оказывать патогенное влияние на развитие различных сфер личности. К.Д. Ушинский отмечал, что именно страх способен спровоцировать человека на низкий поступок, изуродовать его морально и убить душу. [2, с.97].

Итак, вопросы диагностики и коррекции страхов приобрели важное значение, ввиду того, что они довольно широкого распространяются среди

дошкольников. Отметим, что страхи и прочие эмоциональные нарушения поддаются коррекции, проходят без последствий у детей до десяти лет.

Рассмотрим одну из методик психолого-педагогического воздействия на человека – музыкальное искусство. Современные научно-технические достижения позволяют более глубоко изучать физиологические реакции организма в ответ на воздействие музыки. Правильно подобранную музыку можно использовать как лечебно-коррекционное средство, обеспечивающее гармонизацию состояния человека: развитие эстетических потребностей, снятие напряжения и утомления, повышение эмоционального тонуса, коррекция детских страхов и другие не менее полезные свойства.

Слово «музыка» происходит от греческого корня (мюзе). Специалисты по мифологии пишут нам о том, что девять муз, небесных сестёр (правлящих пением, поэзией, искусствами и наукой) были рождены от Зевса и Мнемозины (богини памяти). Таким образом, музыка – это дитя естественной любви, обладающая грацией, красотой и необычными целебными свойствами, которые неразрывно и изначально связаны с божественным порядком и памятью о нашей сути и судьбе.

Терапия – в переводе с греческого «лечение». А значит, термин «музыкотерапия» обозначает использование музыки для восстановления и укрепления здоровья.

Музыкальная психотерапия – терапевтическое направление, использующее музыку и музыкальные инструменты в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний. [3, с.146].

Выделяют пассивную и активную формы музыкотерапии. При пассивной музыкотерапии детям предлагается слушать различные музыкальные произведения, соответствующие состоянию их психологического здоровья и процессу лечения. В данном случае целью будет являться определенное эмоциональное, в том числе эстетическое, переживание, которое должно способствовать отреагированию тех или иных проблем и достижению новых смыслов. В качестве средств, способствующих музыкотерапии, используются дополнительные приемы: дыхательные упражнения, аутотренинг, гипноз, живопись или танец.

При активной музыкотерапии дошкольники сами участвуют в исполнении музыкальных произведений (это может быть хор или музыкальный оркестр), применяя обычные музыкальные инструменты или необычные, например, собственное тело (используются хлопки, постукивания и пр.). В данном случае целью будет являться интеграция личности в социальные группы, потому что в музыкальном сотворчестве можно отрабатывать разные коммуникативные навыки, корректировать страхи или даже сокращать их до минимума, устранять повышенную застенчивость, способствовать формированию у ребёнка выдержки и самоконтроля.

Можно отметить, что у любого человека есть любимая музыка, которая действует на его душу наиболее эффективно. Интересное воздействие на человека также оказывают и различные жанры музыки. Следует понимать, что в рамках каждого жанра существует разнообразие стилей. Некоторые из них активны и несут энергию, другие же – пассивны и помогают расслабиться. [6, с.157].

Основные направления в музыкотерапии – это слушание музыки и исполнительство. К слушанию музыки относятся:

- беседы или занятия, когда музыка звучит фоном;
- специальное прослушивание музыкальных произведений или их фрагментов с анализом услышанного;
- упражнения на внутреннее слышание.

Также пассивная музыкотерапия может быть представлена следующими видами:

а) музыкопробуждение – слушание записи классических произведений с мажорным, солнечным звучанием в момент приема детей в детский сад и тихой, нежной, легкой музыки в момент пробуждения после дневного сна.

б) музыкосон – прослушивание сдержанной, успокаивающей музыки при организации дневного сна детей.

в) музыконаслаждение – слушание релаксационных музыкальных произведений, включающих звуки природы, леса, воды, выбор классических произведений для физического и психологического оздоровления.

Также важно использовать и активное музицирование, которое будет способствовать повышению самооценки, преодолению амбивалентности поведения. Обычно музыкотерапия, связанная с исполнительской деятельностью, считается групповой. Музыкальная терапия в активной форме содержит в себе: игру на музыкальных инструментах, терапию пением (вокалотерапию, хоровое пение) и танцами (хореотерапию).

Таким образом, выявив возможности музыкотерапии в коррекции страхов детей старшего дошкольного возраста, мы пришли к выводу о том, что: она способствует сохранению физического и психологического здоровья дошкольников; выступает активным средством развития эмоциональной сферы в старшем дошкольном возрасте и тем самым воздействует на все названные компоненты тревожности.

Литература

1. Бреслав Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве [Текст] / Г. М. Бреслав — М : Педагогика, 1995. — 181 с.
2. Варга А. Я. Системная семейная психотерапия: краткий лекционный курс [Текст] / А. Я. Варга. — СПб : Питер, 2001. — 278 с.
3. Диагностика и коррекция психического развития дошкольника [Текст] / Под ред. Я. Л. Коломинского, Е. А. Панько. — Минск : Университет, 1997. — 237 с.
4. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей [Текст] / А. И. Захаров. — СПб : Речь, 2007. — 310 с.
5. Осипова А. А. Общая психокоррекция [Текст] / А. А. Осипова. — М : Сфера, 2002. — 510 с.
6. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога [Текст] / Е. И. Рогов. — М : ВЛАДОС, 2001. — 384 с.

Оригинальность 86,25%

Заимствования 13,75%

Цитирования 0%

Самоцитирования 0%

[Полный отчет](#)

[Краткий отчет](#)

[История отчетов](#)

 [РАСПЕЧАТАТЬ](#) ▼


 [ВЫГРУЗИТЬ](#) ▼

 [СОЗДАТЬ ССЫЛКУ](#) ▼

Свойства документа

 [Параметры проверки](#)

 [Текстовые метрики](#)

 [Статистика по документу](#)

Имя исходного файла

Музыкатерапия в коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста.txt

Авторы документа 

Пиджакова

Нина Сергеевна



+ [Добавить автора](#)

Название документа

Музыкатерапия в коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста

Тип документа

Статья ▼

[СОХРАНИТЬ ИЗМЕНЕНИЯ](#)

[Отменить изменения](#)