

3. Ложкина, Н. А. Формирование ключевых компетенций при обучении в мультикультурной группе / Н. А. Ложкина. Текст: непосредственный // Вестник ФГОУ ВПО «Московский государственный агроинженерный университет имени В.П. Горячкина». 2014. № 1 (61). С. 119–124.

4. *Селф-компетенции* как «философский камень». URL: http://www.tsu.ru/university/rector_page/self-kompetentsii-kak-filosofskiy-kamen/. Текст: электронный.

УДК 376.1-056.2:[615.851.82:78]

А. П. Лусточкина

A. P. Lustochkina

ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского», Саратов
Saratov State University named after N.G. Chernyshevsky, Saratov

no_rain@bk.ru

КОНЦЕПЦИЯ МУЗЫКАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ

A CONCEPT OF MUSIC THERAPY

Аннотация. В статье рассматривается применение музыкальной терапии для реабилитации и социальной адаптации детей с ОВЗ. Демонстрируется её значительность и описывается оригинальный подход к ней – арт-терапия. Это профилактика и лечение нарушений психосоматических и психоэмоциональных процессов, а также коррекция отклонений средствами искусства. Рассматривается такая разновидность, где используется конкретно музыкальное искусство, – она имеет большой положительный опыт реализации. Музыкальная терапия хорошо зарекомендовала себя в применении в специализированных центрах и интернатах для особых детей. В работе представлено описание методик музыкальной терапии, раскрывается механизм её благотворного воздействия. В качестве примера реализации рассказывается о занятиях в студии эстрадного вокала «Ритм» в «Центре адаптации и реабилитации инвалидов» в Саратове.

Abstract. This article is devoted to the music therapy application for the rehabilitation and social adaptation of children with special needs. We show its importance and describe an original approach to it, namely the art therapy. It is the precaution and treatment of the defects of psychosomatic and psychoemotional processes as well as deviation correction by means of the art. We consider its particular version that utilizes music as the kind of art. This approach has been widely and successfully implemented for a long time. Music therapy has shown its efficiency when implemented in the special need facilities. The article presents the description of the music therapy methods and reveals its healthy effect mechanism. As an example we describe learning classes at «Rhythm» vocal school at the Saratov «Center of adaptation and rehabilitation of disabled people».

Ключевые слова: музыкальная терапия, методы музыкальной терапии, коррекционная педагогика, дефектология, дети с особыми образовательными потребностями.

Keywords: music therapy, music therapy methods, correction pedagogic, defectology, children with special education needs.

1. Введение: проблема социальной адаптации детей с ОВЗ.

Ребенок с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – лицо с недостатками психологического и (или) физического развития, которые препятствуют ему в получении образования и осуществлении других аспектов полноценной жизни, без особых условий. К этим недостаткам относятся нарушения речи, зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, умственная отсталость, задержка психического/эмоционального развития, нарушения поведения и проблемы с коммуникацией, аутизм, повреждения мозга в результате травм, а также комплексные сочетания этих факторов [Мещанова 2016, Wheeler 2015]. В то время как одни ограничения могут полностью нивелироваться в ходе учебно-воспитательного процесса, другие могут только частично компенсироваться [Мещанова 2016]. У детей с такими дефектами снижается внутренняя и внешняя активность, и возникают проблемы в реализации различных аспектов нормальной жизнедеятельности [Котышева 2009]. Основная трудность ребенка с ОВЗ — в этой ограниченности его взаимодействия с миром: с другими людьми, с природой, культурой и зачастую в недоступности элементарного образования. Довольно много таких детей, несмотря на проводимую социумом учебно-воспитательную работу, вырастая, оказываются неспособны

интегрироваться в социально-экономическую жизнь [Мазанова 2015]. Между тем, дети с ОВЗ тоже хотят и могут жить по мере возможности активной и достойной жизнью [Королькова 2016]. Именно поэтому социализации таких детей является важной задачей общества, решение которой в течение долгих лет ищут специалисты различного профиля [Мещанова 2016]. Дети с ОВЗ требуют большего внимания и особого, индивидуализированного подхода к воспитанию и обучению [Мещанова 2016].

2. Теория музыкальной терапии

В социальной адаптации детей с ОВЗ в ходе формирования их личности во всех аспектах, мировоззрения, понимания смысла жизни важное значение имеет искусство, которое решает эту задачу с помощью приобщения к многолетнему человеческому опыту. Творчество помогает разобраться в жизни и понять себя, формирует адекватную самооценку [Мазанова 2015, Попок 2012]. Благодаря искусству, многие дети с ОВЗ, становясь взрослыми, получают возможность быть полноценными членами общества – значительная часть имеющихся у них ограничений с помощью искусства преодолевается, порой даже полностью. Для ряда детей (а затем и взрослых) с такого рода сложными ограничениями оно становится практически единственным каналом взаимодействия с миром [Мещанова 2016]. Бесспорное достоинство искусства в том, что оно понятно всем, вне зависимости от физических возможностей [Мазанова 2015].

Музыкотерапия занимает особое место среди методик арт-терапии, применяемых в коррекционной работе с детьми в специализированных учреждениях [Мещанова 2016, Попок 2012]. Музыкальная терапия – это комплексная деятельность на стыке медицины, педиатрии, нейрофизиологии, рефлексологии, физиотерапии, реабилитационной медицины, психологии, логопедии, педагогики, дефектологии, а также музыкальных дисциплин, двигательной терапии [Желнина 2015, Котышева 2009, АМТА 2006]. По определению, это метод психотерапии, в котором музыка применяется как лечебное средство [Психотерапевтическая энциклопедия 2000]; используется также такое толкование этого понятия как контролируемое применение музыки в образовательном, воспитательном, терапевтическом и реабилитационном процессах для людей с различными органическими нарушениями [Желнина 2015, Котышева 2009]. Основная цель этой методики – социальная адаптация ребёнка с дефектами развития путём самопознания и самовыражения, доступных через продуктивные свойства искусства вообще и музыки в частности [Мещанова 2016]. Для некоторых категорий детей с ОВЗ музыка является более доступным (или даже единственным) средством взаимодействия с миром и получения знаний, нежели обычная вербальная коммуникация.

Целительное и коррекционно-развивающее воздействие музыки на организм и личность человека известно с древних времен [Гайнанова 2014, Мазанова 2015, Мещанова 2016, Психотерапевтическая энциклопедия 2000]. Первые попытки изучения этого феномена с научной точки зрения зафиксированы в XVII в., а широкие экспериментальные исследования начались в XIX в. Далее, в XX веке, влияние музыки на организм человека стало изучаться ещё более активно [Попок 2012]. Музыкальная терапия активно используется в ряде стран для лечения и профилактики различных нарушений: задержки развития, поведенческих, психоэмоциональных и психосоматических расстройств, сенсорного дефицита, спинномозговых травм, других болезней [Мазанова 2015]. Музыкотерапия сейчас применяется в основном в медицине. Врачебная практика показала, что определённые виды музыки оказывают обезболивающее воздействие или по крайней мере снижают страх перед болью, другие — повышают иммунитет. Музыкальная терапия используется для борьбы с неврозами, бессонницей, различными фобиями, стрессами и другими психоэмоциональными отклонениями. Она благотворно воздействует на состояние людей, страдающих сердечнососудистыми заболеваниями. Применение музыки позволяет снижать необходимую дозу медикаментов, продлевать лечебный эффект, повышать качество жизни пациента. Также музыкальная терапия за-

действуется в таких областях как дерматология, омоложение, в спортивной медицине — способствуя улучшению спортивных показателей [Гайнанова 2014].

Действие музыки на человеческий организм основано на том, что нервная система наряду с мышечной способна воспринимать ритм [Мещанова 2016]. Многие исследователи отмечают его лечебное влияние на все системы и функции детского организма, в том числе мышление, внимание, моторику [Попок 2012]. Помимо ритма, интенсивно воздействовать способна и музыкальная интонация [Мещанова 2016]. Такие аспекты как мелодия, её ритмическая основа, манера исполнения определяют широкий спектр эффектов, которые может производить музыка — от индивидуального чувства гармонии внутри и ментального очищения до неконтролируемой агрессии толп людей. Поэтому она может успешно использоваться для воздействия на самочувствие человека [Мазанова 2015]. Многообразие физиологических явлений, инициируемых в человеческом теле как следствие музыкально-терапевтических воздействий, в первую очередь основано на комплексном процессе акустической рецепции. Показано, что происходящие при этом в мозгу соответствующие реакции восприятия звука инициируют некие положительные эмоции, которые косвенно, в свою очередь, повышают интенсивность обменных процессов и кровообращения, тонус головного мозга, благотворно влияют на дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

Коррекционное воздействие музыкальной терапии осуществляется в очень широком спектре [Мещанова 2016, АМТА 2006]:

- коррекция психосоматических и психоэмоциональных нарушений [Гайнанова 2014, Желнина 2015, Королькова 2016, Мещанова 2016, АМТА 2006];
- преодоление сложностей в социальной адаптации (коммуникативно-рефлективных процессах) [Мещанова 2016];
- составляющая в комплексной терапии болевых синдромов [АМТА 2006];
- активизация творческих процессов [Котышева 2009], развитие музыкальных способностей [АМТА 2006, Wheeler 2015], умения слушать и понимать музыку [Желнина 2015].

Музыкальная терапия включает в себя широкий спектр методик, в зависимости от выбранных критериев классификации выделяют следующие её формы:

- Активная / пассивная (рецептивная) [Желнина 2015, Мазанова 2015, Мещанова 2016, Психотерапевтическая энциклопедия 2000].

Рецептивная форма музыкотерапии предполагает процесс прослушивания музыки с терапевтической целью [Психотерапевтическая энциклопедия 2000, АМТА 2006]. Для этого используются как мелодии, классические инструментальные произведения, так и различные музыкальные звуки, например, звуки живой природы, которые подходят текущему ментальному состоянию пациента и этапу терапии [Мазанова 2015, Мещанова 2016].

Активная музыкотерапия — это такая направленная в лечебных целях деятельность как воспроизведение или импровизация с помощью голоса или музыкальных инструментов [Мещанова 2016, Психотерапевтическая энциклопедия 2000, АМТА 2006]. Зачастую задействуются различные игры и сочетания движений с музыкой [Желнина 2015, АМТА 2006]. Хороший терапевтический эффект оказывают упражнения на координацию речи и движений: ритмодекламация, логопедическая ритмика. Достаточно широко применяется коррекция средствами движений — кинезитерапия, которая представлена такими направлениями как коррекционная гимнастика, танцетерапия, хореотерапия, психогимнастика, ритмопластика. Одним из часто используемых видов творческой деятельности с целью повышения эффективности социализации ребенка с ОВЗ является театральная-игровая деятельность [Королькова 2016, Мещанова 2016, Пяткина 2018]. Она даёт такому ребёнку множество практических навыков и умений, знакомит его с окружающим миром, тем самым способствуя адаптации к нему [Мещанова 2016]:

- индивидуальная/групповая терапия

Индивидуальная терапия направлена на переживания ребёнка, групповая же — на взаимодействие людей, групповая динамика служит движущей силой процесса;

- амбулаторная/домашняя терапия [Wheeler 2015].

Отправной стадией музыкальной терапии является подбор наиболее эффективного инструмента, стиля [Мазанова 2015, АМТА 2006], музыкального и песенного репертуара с учётом возрастных, психологических и физических возможностей целевой аудитории [Желнина 2015]. На начальном этапе проводятся консультации со специалистами: педагогами, психиатрами и др. [Желнина 2015]. Устанавливается контакт с ребёнком, ведётся наблюдение за его поведением, проводится комплексная диагностика. На основании выводов ставятся цели и задачи, разрабатывается индивидуальная программа и методика [Желнина 2015, Котышева 2009, АМТА 2006]. Определяются цели, задачи, структура и содержание занятий [Котышева 2009]. В процессе реализации разработанной программы регистрируется обратная связь, оценивается прогресс, даются рекомендации по применению составленных методик музыкальной терапии к другим аспектам жизни ребёнка [АМТА 2006]. При необходимости в программу занятий вносятся коррективы в зависимости от возможностей воспитанников и потребностей педагогического коллектива, особенно при групповой терапии [Желнина 2015, Котышева 2009]. Для оценки достигнутых результатов может проводиться в той или иной форме аттестация, согласно программе конкретного учреждения. Также дети могут демонстрировать свои таланты на культурно-массовых мероприятиях, например, концертах [Королькова 2016].

Конкретных подходов к терапии может быть предложено множество, специалисты разрабатывали разнообразные, порой даже противоположные методы [Котышева 2009]. Однако чаще всего отмечают такие общие моменты как построение занятия в игровой форме, важность вовлечения семьи (родителей), максимально раннее начало терапии [Wheeler 2015]. Для достижения максимальной эффективности музыкально-коррекционных занятий целесообразно строить их вариативно, равномерного распределяя психофизическую нагрузку и включая разнообразный наглядно-дидактический материал, чтобы максимально вовлечь, заинтересовать детей. Имеет смысл использовать один и тот же музыкальный материал многократно, чтобы дети могли воспринимать его соответственно своим возможностям. Важно обеспечивать индивидуальный подход к детям, преобладание в усвоении материала, поощрять самостоятельность и креативность в музыкальной деятельности. Существенным моментом является установление на занятиях безоценочной доверительной атмосферы, где возможно быть принятым вне зависимости от каких бы то ни было факторов [Королькова 2016, Котышева 2009].

В применении музыкальной терапии, как и любой методики, неизбежно возникают различные сложности: затруднения учебного процесса, обусловленные спецификой контингента обучающихся; трудность в разработке стратегии в каждом конкретном случае; юридические и финансовые аспекты; взаимодействие с семьёй [Попок 2012, Wheeler 2015].

Ведущую роль в приобщении к музыке детей с ОВЗ играет педагог, компетентный в области методики воздействия музыки на их психику, развивающуюся в необычных условиях – как музыкальных, так и психолого-педагогических [Мазанова 2015, Попок 2012]. Работая с детьми с ОВЗ, нужно иметь знания в необходимых областях: медицине, педиатрии, педагогике и т.д., а также музыкальной квалификацией. Приветствуется коммуникабельность, креативность, готовность к контакту с другими специалистами, семьёй ребёнка [АМТА 2006]. Музыкальному терапевту нужно постоянно совершенствоваться, изучая различную литературу в области коррекционной педагогики, психологии, музыкотерапии [Попок 2012].

3. Образовательная программа вокальной студии «Ритм»

Примером применения музыкальной терапии как технологии социальной реабилитации детей с ОВЗ являются занятия в «Центре адаптации и реабилитации инвалидов» в Саратове – организации, занимающейся комплексной социальной реабилитацией инвалидов путем оказания им социально-бытовых, социально-педагогических, социально-правовых, социально-медицинских, социально-психологических, социально-

экономических и других услуг. Эта задача реализуется в подразделении «Центра адаптации» — студии эстрадного вокала «Ритм», где проводятся занятия вокалом (работа с дыханием, с голосом, исполнение песен, караоке); беседы о музыке, композиторах, исполнителях (прослушивание записей); знакомство с музыкальной грамотой, музыкальными инструментами; просмотр видеофильмов о жизни, творчестве музыкантов, композиторов; посещение и участие в музыкальных мероприятиях. Занятия вокалом проводятся по специально разработанной дополнительной образовательной программе, целью которой является реабилитация людей с ОВЗ посредством вокального искусства, формирование у обучающихся исполнительских умений и навыков эстрадного пения [ЦОРИ 2014].

Группы обучающихся формируются по 5–8 человек с учетом возраста и уровня подготовленности. Состав групп должен быть постоянным. Занятия проводятся раз в неделю по три часа, а также предполагается 0,5 часа на репетиции; всего за год предполагается 108 часов. Данная программа предполагает различные формы проведения занятий: занятие-игра, беседа, репетиция, викторина, практикум, лекция. Также возможны и такие формы как концерт, фестиваль, творческая встреча. Организация деятельности обучающихся на занятиях эстрадного пения осуществляется через групповую и индивидуальную формы работы. Аттестация в данном коллективе проходит в форме отчетных концертов, индивидуальных выступлений на мероприятиях различного уровня (городские, областные), участия в конкурсных программах различного уровня [ЦОРИ 2014].

4. Заключение

В данной работе рассматривается применение музыкальной терапии для реабилитации и социальной адаптации детей с ОВЗ на примере занятий в студии эстрадного вокала «Ритм» в «Центре адаптации и реабилитации инвалидов» в Саратове.

Польза музыкальной терапии для детей с ОВЗ в том, что она [Мазанова 2015]:

- способствует доверию, взаимопониманию между участниками;
- увеличивает темп прогресса терапии;
- повышает внимание к чувствам, внутренним переживаниям, осознанность;
- укрепляет ощущение внутреннего контроля и порядка;
- косвенно повышает музыкальную компетенцию.

Достоинства музыкальной терапии – это отсутствие возможного вреда от неё, лёгкость применения, упрощение педагогического и медицинского контроля, снижение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и затратных по времени. Она не требует специального назначения врача, поэтому может проводиться обычными психологами, педагогами, социальными работниками и другими специалистами без медицинского образования. Благодаря естественности и доступности музыки в этот метод терапии бурно развивается и всё более утверждается в статусе универсальной системы воспитания, оптимизирующей задачу развития человеческой личности в сложных условиях современного общества [Желнина 2015, Мазанова 2015].

Опыт показывает, что воспитанники детских домов, которые систематически занимались музыкой, впоследствии более адаптированы в жизни. Отмечается, что дети, занимавшиеся музыкальной деятельностью, не так агрессивны и демонстрируют существенно лучшие показатели развития [Попок 2012]. Показано, что достаточно провести 8–10 занятий для наглядного улучшения состояния ребенка [Мазанова 2015]. В результате исследований выявлено клиническое снижение эмоциональной ограниченности пациентов, увеличение концентрации внимания, способствующее активации когнитивной сферы [Желнина 2015].

Список литературы

1. Гайнанова, А. А. Музыкотерапия, вокалотерапия: новые горизонты / Гайнанова Аида Арслановна, Юдичев Сергей Вячеславович. Текст: электронный // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2014. № 12–3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzykoterapiya-vokaloterapiya-novye-gorizonty>.

2. *Дополнительная образовательная программа «Вокальная студия «Ритм»» / ГАОУ СО "Центр по обучению и реабилитации инвалидов". Саратов, 2014. 21 с. URL: <http://cori64.ru/images/files/3ritm.pdf>. Текст: электронный.*

3. *Желнина, О. Н. Историко-культурологические аспекты коррекции эмоциональной депривации у детей с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкальной терапии / Желнина О. Н., Глушенко В. В. Текст: электронный // Вестник НовГУ. 2015. № 2 (85). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/istoriko-kulturologicheskie-aspekty-korreksii-emotsionalnoy-deprivatsii-u-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya>.*

4. *Королькова, Е. А. Музыкальное занятие как средство коррекционного развития при обучении и воспитании детей с ограниченными возможностями здоровья / Е. А. Королькова. Текст: электронный // Инновационные педагогические технологии: материалы IV Международной научной конференции (г. Казань, май 2016 г.). Казань: Бук, 2016. С. 87–90. URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/190/10224/>.*

5. *Котышева, Е. Н. Музыкальная психологическая коррекция в процессе реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья / Е. Н. Котышева. Текст: электронный // ОНВ. 2009. № 2 (76). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzykalnaya-psihologicheskaya-korreksiya-v-protsesse-reabilitatsii-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya>.*

6. *Мазанова, Т. В. Музыкалотерапия как инновационная технология социальной работы с детьми-инвалидами / Т. В. Мазанова. Текст: электронный // Материалы VII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум 2015». URL: <https://scienceforum.ru/2015/article/2015014877>.*

7. *Мещанова, Л. Н. Коррекционное развитие ребенка с ОВЗ средствами музыкального искусства: учебно-методическое пособие / Л. Н. Мещанова ; Сарат. нац. исслед. гос. ун-т им. Н. Г. Чернышевского. Саратов, 2016. 51 с. URL: http://elibrary.sgu.ru/uch_lit/1656.pdf. Текст: электронный.*

8. *Попок, А. Г. Музыкалотерапия для детей с ограниченными возможностями / А. Г. Попок. Текст: электронный // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2012. № 150. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzykoterapiya-dlya-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami>.*

9. *Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Б. Д. Карвасарского. Санкт-Петербург: Питер, 2000. 1019 с. Текст: непосредственный.*

10. *Пяткина, Е. С. Применение танцевальной терапии в комплексной реабилитации лиц с лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата / Пяткина Е. С., Шипова Л. В. Текст: непосредственный // Сборник научных статей Международной научно-практической конференции / под ред. О. Е. Нестеровой и др. Москва: Перо, 2018. С. 171–179.*

11. *Music Therapy & Young Children. Music Therapy with Individual Populations / American Music Therapy Association. URL: https://www.musictherapy.org/assets/1/7/MT_Young_Children_2006.pdf.*

12. *Wheeler, B. L. Music Therapy Handbook / Barbara L. Wheeler. New York: Guilford Publications, 2015. 507 с.*

УДК 378.147.111:378.147.156

Л. В. Львов

L. V. Lvov

ЧОУ ВО «Международный Институт Дизайна и Сервиса» Челябинск

International Institute of Design and Service, Chelyabinsk

l.lvov@bk.ru

ПЕРСОНАЛИЗАЦИЯ ТРАЕКТОРИИ РАЗВИТИЯ НА ОСНОВЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ОРИЕНТАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

PERSONALISATION OF TRAJECTORY OF DEVELOPMENT ON THE BASIS OF PRACTICAL ORIENTATION OF EDUCATIONAL PROCESS

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы обоснования возможностей решения проблемы практической ориентации подготовки, путем персонализации траектории развития при выполнении системы проектно-рефлексивных заданий.

Abstract. The questions of ground of possibilities of decision of problem of practical orientation of preparation are examined in the article, by personalisation of trajectory of development at implementation of the system of tasks.