

Смагін А.І., дацэнт

**ВЫКАРЫСТАННЕ МУЗЫКАТЭРАПІІ  
Ў РАБОЦЕ З ДЗЕЦЬМІ, ЯКІЯ МАЮЦЬ АСАБЛІВАСЦІ  
РАЗУМОВАГА І ФІЗІЧНАГА РАЗВІЦЦЯ**

Сацыяльная ахова дзяцей, стварэнне спрыяльных умоў для іх жыццезабеспячэння, развіцця і сацыялізацыі — абавязковая ўмова прагрэсу кожнага грамадства. Становішча дзяцей у любой краіне вызначаецца яе канкрэтнымі магчымасцямі, узроўнем эканамічнага развіцця, іншымі аб'ектыўнымі і суб'ектыўнымі фактарамі.

У апошнія гады сацыяльна-эканамічныя паказчыкі становішча дзяцей у Рэспубліцы Беларусь аказаліся

неспрыяльнымі, асобныя негатыўныя тэндэнцыі працягваюць нават нарастаць. У першую чаргу гэта тычыцца здароўя дзяцей. Выяўлены рост некаторых захворванняў: нервовай сістэмы, органаў пачуццяў (рост захворванняў на 43%), касцева-мышачнай сістэмы і злучальных тканак (на 62%) і інш. Групу максімальнай рызыкі складаюць дзеці, якія трапілі пад уздзеянне радыяцыі яшчэ ў раннім дзяцінстве. Для іх характэрны павелічэнне частаты прыроджаных анамалій, функцыянальных адхіленняў з боку сардэчна-сасудзістай і нервовай сістэм. Узрасла колькасць дзяцей з адхіленнямі ў разумовым і фізічным развіцці. Па стане на 1 студзеня 1997 года ў Міністэрстве сацыяльнай аховы было зарэгістравана 21748 дзяцей-інвалідаў ва ўзросце да 16 год, з якіх 1953 пражывалі ў спецыялізаваных дзіцячых дамах. Сярод дзяцей-інвалідаў дашкольнікаў — 48%; школьнікаў — 52%. Па назалагічнай структуры інваліднасцей у дзяцей першае месца займаюць хваробы нервовай сістэмы (39%); другое — расстройствы псіхікі (33%); трэцяе — хваробы і недахопы развіцця касцева-мышачнай сістэмы і ўнутраных органаў (23%). Паталогія сенсорных органаў (слых і зрок) прыкладна складае 5%.

Незабяспечанасць дзяцей-інвалідаў якасным спецыяльным абсталяваннем, медыкаментамі, матэрыяльнай, сацыяльнай, псіхалагічнай, юрыдычнай дапамогай рэзка з’яўляе магчымасці іх нармальнай жыццядзейнасці, поўнай адаптацыі ў грамадстве.

У практычнай рабоце з дзецьмі, у якіх ёсць асаблівасці разумовага і фізічнага развіцця, у апошнія гады ўсё больш актыўна выкарыстоўваецца музыка. Гэта не выпадкова, таму

што сярод лячэбна-выхаваўчых сродкаў музыкатэрапія займае асаблівае месца дзякуючы вялікаму дыяпазону паказанняў для яе выкарыстання. Яна ўключае і актыўную, і рэцэптыўную дзейнасць, у якой ёсць жывая, непасрэдная сувязь са сферай эмацыянальных, этычных, эстэтычных перажыванняў дзяцей. Пры гэтым эмацыянальнае ўздзеянне музыкі на дзіця не залежыць ад яго ўзросту, полу, нацыянальнасці або адукацыі. Такія асноўныя элементы музыкі, як рытм, мелодыя, гармонія, пранікаюць углыб псіхікі, выклікаюць рэакцыю рук і ног на рытмічна-тактавы элемент, рэакцыю дыхання і кровазвароту — на гармонію. На працэсы ў вегетатывнай нервовай сістэме станоўча ўплывае мелодыя. Таму практыкі лічаць магчымым актыўна ўплываць сродкамі музыкі на паляпшэнне агульнага стану дзіцяці з псіхічнымі і саматычнымі адхіленнямі.

Эксперыментальныя даследаванні паказалі большую эфектыўнасць групавой музыкатэрапіі ў параўнанні з індывідуальнай, таму што групавая музыкатэрапія дазваляе дзіцяці, з аднаго боку, захаваць ананімнасць, схваць у пэўнай ступені свае недахопы, з другога — выявіць сябе на фоне іншых. Пры ўтварэнні лячэбных груп нажадана ўлічваць узроставыя асаблівасці, псіхічнае развіццё дзяцей. Таксама, акрамя педыятрычнага, неўралагічнага, лагапедычнага і псіхалагічнага даследавання, нажадана праводзіць спецыяльнае тэсціраванне кожнага дзіцяці з мэтай вызначэння яго біярытмаў, камунікатыўных здольнасцей, супраціўляльнасці знешняму ўплыву, наяўнасці музычнага слыху, здольнасцей да рытмічнай імітацыі, рэпрадукцыі, рытматворчасці, рухальнага, графічнага, выяўленчага паказу рытму.

Працу з дзецьмі трэба будаваць па прынцепах асобных заняткаў два-тры разы на тыдзень працягласцю не больш за гадзіну. Пажадана праводзіць заняткі ў спецыяльна абсталяваным памяшканні з лёгкімі зручнымі шэзлонгамі або крэсламі, матамі для ляжання, цацкамі, наборам спецыяльных дзіцячых музычных інструментаў. Неабходны таксама фартэпіяна, стэрэафанічная аўдыётэхніка. Спецыяліст, які будзе працаваць з групай, пры першым спатканні з дзецьмі праводзіць з імі кароткую гутарку. Абстаноўка, у якой праводзіцца ўступная гутарка, павінна дапамагаць дзецям разняволіцца. Для гэтага яны могуць зручна сесці ў крэслы, у пакоі можа ціха гучаць прыемная музыка і г.д.

Самі заняткі, што будуцца з улікам асаблівасцей дзіцячага ўзросту, маюць характар актыўнай лячэбна-выхаваўчай работы. Заняткі ўключаюць і музыкатэрапію, якая займае прыкладна 40 хвілін. Формы яе могуць быць розныя: вакальная, інструментальная, драматургічная, танцавальная, выяўленчая.

Найбольш натуральная для дзіцяці вакальная форма, спевы. Спевы аказваюць станоўчы ўплыў на дыханне, сардэчную дзейнасць, страваванне. Музыкатэрапеўты адзначаюць лячэбнае ўздзеянне спеваў на дзяцей з псіхічнымі, саматычнымі, рухальнымі, моўнымі і іншымі парушэннямі.

Асабліва карысныя групавыя спевы, якія з'яўляюцца дзейным сродкам зняцця напружання, гарманізацыі асобы дзіцяці, даюць магчымасць яму заняць у групе выгоднае стабільнае становішча.

Групавыя спевы могуць камбінавацца з сольнымі. Гэта трэба для таго, каб кожны ўдзельнік музыкатэрапеўтычных заняткаў добраахвотна і разам з тым свядома лічыў сябе неабходным у групе, адчуваў адказнасць за самастойную дзейнасць. Можна прапанаваць дзіцяці самому абраць песню для выканання, а па выніках яе аналізу выхавацель зробіць вывады пра ўнутраны стан дзіцяці, зразумее глыбей асноўны дэфект асобы.

Вялікую ролю мае выбар песень. Практыка паказала: толькі найбольш эмацыянальныя з іх могуць стаць моцнай сувяззю паміж выхавацелем і дзецьмі. Песні павінны мець простыя, але прыемныя мелодыі, жывы тэмп, аднаведныя гукавышынны дыяпазон і даўжыню музычных фраз. Словы песні павінны быць простымі ў вымаўленні, запамінанні. Трэба помніць, што ў гульнях нават маленькія дзеці звяртаюцца да вакальных маналагаў, радуюцца гукам, шумам, пазней жа ў спевах, танцах, рытмічных рухах адлюстроўваюць шматграннае жыццё, унутрана перажываюць, перапрацоўваюць яго. Таму асабліва падыходзяць тут песні, якія можна інсцэніраваць.

У спевах, ужывальных у музыкатэрапіі, эфектыўнай формай з'яўляецца сістэматычная стымуляцыя творчасці дзяцей, калі яны сумесна з выхавацелем спрабуюць стварыць уласныя тэксты, мелодыі. Першую фразу мелодыі звычайна складае выхавацель, дзеці працягваюць яе жартаўлівымі вершамі. Пры гэтым трэба незаўважна стымуляваць творчае ўключэнне ўсіх дзяцей, уносіць у тэкст песні кожную з дзіцячых прапапоў. Аналагічна робяць пры стварэнні мелодыі. Спачатку выхавацель

іграе і спявае кароткі, аднаведны тэксту матыў, потым дзеці працягваюць яго далей. Усе творчыя ідэі дзяцей запісваюцца на магнітафон, паступова ствараецца мелодыя для ўсяго тэксту. Так званыя “свае” песні спяваюцца дзепымі з вялікай радасцю. Яны ганарацца гэтымі творамі, любяць паказваць іх у час выступленняў.

Важна памятаць, што эфектыўнасць спеваў залежыць ад асяроддзя, аднаведнага атмасферы расслаблення, камфорту, непасрэдных зносін і творчай радасці ад спеваў у групе. Спосаб і формы спеваў павінны быць прыемнымі, разнастайнымі па выразнасці. Гэтаму могуць садзейнічаць музычная імправізацыя і музычнае суправаджэнне, розныя камбінацыі спеваў з рытмічнай, светлавой сігналацыямі, групавымі гульнямі, музыкамаляваннем.

Значнае лячэбнае ўздзеянне на дзяцей могуць мець ігра на музычных інструментах, рытмічнае дэкламаванне, якія дапаўняюць, развіваюць вакальную, музычна-рухальную, моўную формы музыкатэрапіі. Галоўная каштоўнасць яе не толькі ва ўсебаковай актывізацыі асобы дзіцяці, але і ў мэтанакіраваным лячэбна-выхаваўчым уздзеянні на паталагічна зменены рытм дзяцей з псіхічнымі і саматычнымі парушэннямі.

У сучаснай практыцы музыкатэрапеўты шырока прымяняюць у час інструментальнай гульні сістэму К.Орфа, у аснову якой пакладзены спалучэнні і гарманічнае адзінства ўсіх элементаў музычнага твора. Гэта пашырае магчымасці музычнага ўздзеяння на дзяцей, якія пакутуюць на тых ці іншыя хваробы, з дапамогай рытму, найбольш блізкага прыродным дзіцячым асаблівасцям.

Так, на першых занятках рэкамендуецца выкарыстоўваць спосаб “цялеснай гульні” як падрыхтоўчага этапу да найпрасцейшай інструментальнай імправізацыі. Сутнасць яго заключаецца ў стварэнні дзіцем розных гукаў тыпу плескачоў, пстрычак, тупату і г.д. Гэта садзейнічае развіццю пачуцця рытму, дазваляе дзіцяці больш інтэнсіўна перажываць адчуванне эўрытміі ў разнастайных музычна-рухальных практыкаваннях і гульнях, выклікае ў яго пачуццё аптымізму. Названая гульня актывізуе рухальныя здольнасці ў сферы маторыкі, каардынуе іх праявы, з’яўляецца інструментам першаснага творчага выяўлення дзяцей. Да таго ж кінетычнае ўспрыманне розных гукаў дазваляе дзецям набываць спрыт, гнуткасць, усвядомлена адчуваць каардынацыю рухаў.

Першая фаза рытмічных практыкаванняў праходзіць у форме адвольнай рэакцыі на знаёмыя песні, блізкія па характары і тэмпераменце дзецям. У час выканання песні апошнія воплескамі, тупатам ног, ударамі кубікаў падтрымліваюць рытмічныя рухі, прыстасоўваючыся да іх відазмяненняў. Потым “цялесная гульня” праводзіцца на фоне гучання фартэціяна, якое адкрывае шырокія магчымасці чаргавання паступовых і раптоўных змен тэмпу з мэтай выклікаць спецыфічныя рэакцыі ў дзяцей. Гэта заўважаецца і ў тым, як дзеці рэагуюць на рытмічныя рухі рук піяніста.

Неабходна тонка кіраваць выканальніцкімі зносінамі з мэтай раўнамернага чаргавання дынамічнага напружання і выразнага паслаблення. Нават простае суправаджэнне выканаўцы воплескамі, тупатам дапамагае рэгуляваць фізічную дзейнасць, агульную маторыку, выклікае правільную частату

дыхання, стимулюе вытрымку паўз, паўтарэнне простых формаў рытму. Таму фрагменты “цялеснай гульні” можна выкарыстоўваць у якасці рытмічнага суправаджэння пры спевах, як сродак рытмічных зносін у асобных музычна-рытмічных і групавых гульнях, як выразны элемент у музычных драматызацыях.

Наступны этап — групавая ігра дзяцей на прымітыўных музычных інструментах: дзіцячыя барабаны, дзіцячыя тымпаны, клавесін, драўляныя бразготкі, званочки, талеркі, кастаньеты, маракасы, тамбурыны з талерачкамі і трохвугольнікі. У далейшым па меры развіцця дзяцей можна прымяняць джазавы барабан, дзіцячы металафон, кларнет, бубен. Папярэдняе знаёмства дзяцей з інструментамі заключаецца ў запамінанні іх назваў, характару гучання, спосабаў правільнай на іх ігры. Для найлепшага засваення матэрыялу можна звяртацца да моўнай дзейнасці, адначасовай з гучаннем інструмента. Дзеці садзіцца на стульчыкі ў вялікі круг, выхавацель жа рытмічна называе які-небудзь музычны інструмент. Дзіця, у якога ў руках знаходзіцца інструмент, іграе на ім у рытме дэкламавання складу, уся група называе інструмент. Гэтак жа можна прымяняць дэкламацыю вядомых дзецям вершаў, паступова звяртаючыся да ролевага ўспрымання зместу як дыялогу паміж асобнымі інструментамі. Гэта дазваляе далучыць іншыя інструменты, улічваючы прыцып акустычнай рэакцыі.

У наступнай стадыі інструментальных і вакальных рытмічных практыкаванняў дзеці суправаджаюць ігру на фартэпіяна спевамі, ігрой на абраных інструментах. Гэты спосаб,



якім выклікаюць рэакцыі, можна лічыць формай раскрыцця творчых рэзерваў дзяцей. Вялікую ролю мае правільна абраная піяністам музычная імпровізацыя, таму што яна ўлічвае склад групы дзяцей, настрой іх, накіроўвае кантрастнымі тэмпамі, дынамікай асобных песень на свабодную рытмічную імпровізацыю і свабодную камбінацыю асобных элементаў “цясельнай” і інструментальнай ігры. Выхавацель пры дапамозе мэтанакіраванай рэжысуры стварае ўмовы для сумеснай вакальна-інструментальнай ігры. Дзеці ў такім выпадку пачынаюць хутка адчуваць багацце, разнастайнасць новых формаў гульні, у наступных, больш складаных фазах рытмічных практыкаванняў з ахвотай успрымаюць новыя рэжысёрскія ўказанні выхавачеля.

Разам са спевамі, ігрой на музычных інструментах у актыўную частку музыкатэрапіі можна ўключыць музыкамаляванне. Практыкі лічаць: музыкамаляванне з’яўляецца не толькі выразным сродкам, але і спосабам усведамлення канфліктаў, якія дазваляюць пранікаць у глыбокія пласты псіхікі дзяцей.

У кожнага дзіцяці ёсць свае спосаб і сімволіка выяўлення сябе або пэўнай падзеі малюнкам. Цалкам можна зразумець яго толькі ў тым выпадку, калі дзіця само растлумачыць малюнак. У шэрагу выпадкаў малюнак з’яўляецца непасрэдным адназначным сродкам выяўлення канфліктаў, якія непакояць дзіця, больш глыбокага пазнання яго характару, матывацыі паводзін. Асабліва прадукцыйным з’яўляецца маляванне ў спалучэнні з музыкай, таму што дае магчымасць вярнуць хворас

дзіця ў стан раўнавагі. Маляванне — спакойная дзейнасць, якая дазваляе фарміраваць здаровыя псіхічныя структуры.

Першы спосаб музыкамалявання ажыццяўляецца ў становішчы седзячы. Гэтае становішча асабліва падыходзіць пры лячэнні дзяцей з моцнымі псіхічнымі бар'ерамі і пры сур'ёзных парушэннях у сферы тонкай і грубай матарыкі, каардынацыі рухаў.

Дзеці зручна сядзяць у крэслах, на ручках якіх ляжаць дошкі для малявання з паперай. Адным (двума) каляровымі алоўкамі яны чэрцяць рытм стымулюючай музыкі свабоднай бесперапыннай рысай. Гэта дазваляе дзецям паглыбляцца ў рытм музыкі, больш выразна ўспрымаць яго ў сінтэзе музыкі і выяўленчага мастацтва.

Пры другім спосабе музыкамалявання дзеці стаяць на невялікай адлегласці адно ад аднаго перад сцяной, на якой замацаваны лісты паперы. Пасля рухальнай падрыхтоўкі яны становяцца перад лістом для малявання, размешчаным на ўзроўні іх грудзей, адным (двума) каляровымі алоўкамі чэрцяць рытм музыкі свабоднай бесперапыннай рысай. Трэба заахвочваць дзяцей свабодна спяваць або прытанцоўваць у ходзе малявання, чарціць малюнак на лісце суседа. Музыка павінна мець выразную рытмічную структуру, лёгка выяўленыя акцэнты.

У пачатковай стадыі гэта могуць быць маршы і песні, якія выкарыстоўваліся пры спевах, ігры на музычных інструментах. Потым на першай стадыі рэлаксацыі выкарыстоўваюцца музычныя творы паслабляльнага і гарманізуючага характару, напрыклад вальсы І.Штрауса,

К.Вебера, П.Чайкоўскага. На другой стадыі прымяняюць творы дынамічнага характару ў вельмі хуткім тэмпе: напрыклад урыўкі з Другой венгерскай рапсодыі Ф.Ліста, уверцюры да оперы “Руслан і Людміла” М.Глінкі, “Танца з шаблямі” А.Хачатурана і інш.

У той час як першая фаза музыкалявання накіравана на псіхічнае і саматычнае расслабленне, агульную гарманізацыю асобы дзіцяці, у другой фазе адбываюцца дынамічныя стымуляцыі, спантанны выхад навокі ўнутраных канфліктаў і праблем.

Для зняцця псіхічнага напружання, развіцця фантазіі, уяўлення можна выкарыстоўваць пантаміму як форму, у якой мову замяняюць рухі, жэсты і міміка твару. У якасці музычнага суправаджэння прымяняецца імправізацыя на фартэпіяна. На падрыхтоўчым этапе дзецям расказваюць простыя, даступныя для разумення і блізкія іх інтарэсам маленькія апавяданні або драматычныя эцюды, іх суправаджае музычная імправізацыя. Затым выхавецель пантамімічна паказвае тое, што закладзена ў змесце, прапануе дзецям па чарзе працягваць яго апавяданне. Паступова заданне ўскладняецца. Выхавецель расказвае гісторыю або змест драматычнага твора ў суправаджэнні музычнай імправізацыі, потым з дапамогай адной толькі музыкі заахвочвае дзяцей пантамімічна паказваць некаторыя элементы яго сказа. І нарэшце змест сказа паказваецца толькі музыкой. Не размаўляючы з дзецьмі, выхавецель прымушае іх прыдумаць просты выпадак, паказаць яго ў пантаміме.

Выхавецель можа актывізаваць дзяцей, накіроўваючы іх на пантамімічнае капіраванне рухаў жывёл, вясёлых або сумных падзей з жыцця дзяцей. У выніку з дапамогай музыкі, пантамімы ўзмацняецца працэс зняцця псіхічнага напружання, рэгулюецца дзейнасць механізмаў прыроднага індывідуальнага і штучнага музычнага рытмаў.

Пантаміма паступова можа перарасці ў рухальную драматызацыю пад музыку. Яна, пачынаючыся з песні, пры выкарыстанні простых рухальных элементаў, што дазваляюць наглядна ствараць сюжэт песні, можа прывесці да з'яўлення больш глыбокіх асацыяцый, выкліканых музыкай. Напрыклад, з дапамогай драматычнага рухальнага паказу дзеці ўспрымаюць музыку, якая стварае вобраз мора (возера) у ціхае або навальнічнае надвор'е, прычым гэты вобраз уяўляецца дзецьмі не толькі ў сферы псіхічнага, але і кінетычна-маторнага ўспрымання.

Актыўнае ўспрымання музыкі, транспанаванне ў сферы драматычнага рухальнага выяўлення стварае ўмовы не толькі для стымуляцыйнага, але і непасрэдна рэлаксацыйнага ўздзеяння і можа паступова перарасці ў музычныя апавяданні, дзе актыўна ўзаемадзейнічаюць рух, драматызацыя і мова. У музычным расказе дзеці спачатку рэцэптыўна ўспрымаюць сюжэт, эмацыянальнае ўздзеянне якога падмацоўваецца музычнай імправізацыяй. Паступова дзеці падключаюцца, выконваючы ролю таго ці іншага героя. Выхавецель выступае ў ролі апавядальніка, чаргуючы гэтую ролю з іграй на фартэпіяна. Дзеці ў ролі герояў знаёмых ім або нядаўна прыдуманых расказаў

выступаюць спачатку ў маленькіх драматычных дыялогах, выкарыстоўваючы і рухі. Асобныя матывы сюжэтаў абіраюцца з улікам псіхалагічнага і саматычнага стану дзяцей, іх неўрацімага стану, псіхалагічнага напружання.

У выніку актыўнага ўключэння ў дынаміку дзеяння музычнага расказа дзіця супастаўляе сябе, свае матывы з матывамі дзеяння герояў. Робіць яно гэта пры дапамозе рухаў і мовы. Вяўленне імпульсаў становіцца ўнутрана перажытым, гарманічна свабодным і плаўным.

Заканчваюцца заняткі прымяненнем рэцэптыўнай часткі музыкатэрапіі, у аснове якой ляжыць непасрэднае ўздзеянне музыкі. Гэтае ўздзеянне выяўляецца як псіхічная і саматычная рэакцыя або як стымуляцыя з дапамогай спецыяльна падобраных твораў. Сам працэс музычнай рэлаксацыі праходзіць у гукаізаляваным памяшканні пры няяркім святле, уключанай стэрэафанічнай музыцы. Дзеці ляжаць на невялікай адлегласці адно ад аднаго ў зручных шэзлонгах або на матах. Ва ўступным слове выхавальца дае парад не звяртаць увагі на змест музыкі, сканцэнтравана на пачуццях унутранага спакою, прыемнага фізічнага адпачынку. Пасля ўключэння музыкі неабходна не гучна, але выразна, у адпаведнасці з рытмам, дынамікай музыкі паступова выклікаць у дзяцей жаданні расслабіцца, вызваліцца з дапамогай наступных фраз: “Вочы заплюшчаны, мы зусім спакойныя. Нас нясе прыемная музыка. Нам вельмі прыемна. Мы думаем пра тое, як бесклапотна мы адпачываем. Мы расслабленыя і спакойныя”. Часам дзеці не могуць расслабіцца. Тады выхавальца дапамагае ім выкарыстоўваць лічэнне ўслых

“да знікання”, паступова прыглушаючы гучанне сваёй мовы. Дзецям старэйшага ўзросту можна рэкамендаваць лічыць пра сябе пульс, успрымаць музыку як прыёмны гукавы фон.

У канцы рэлаксацыі, што працягваецца ад 10 да 20 хвілін у залежнасці ад стану дзяцей, паступова павялічваецца дынаміка музыкі. Выхавацель ласкавым, ціхім голасам просіць дзяцей павольна расплюшчыць вочы, зрабіць некалькі стымулюючых рухаў рукамі і нагамі. Потым у адпаведнасці з рытмам музыкі прымяняюць дыхальныя практыкаванні. У канцы заняткаў выхавацель звяртаецца да кожнага дзіцяці для вызначэння самаадчування і настрою.

На першых этапах рэлаксацыі ў якасці музычнага матэрыялу выкарыстоўваецца шырока распаўсюджаная ў практыцы т.зв. функцыянальная музыка з гукамі прыроды. Яна падрыхтоўвае дзяцей да ўспрымання класічнай інструментальнай музыкі. Можна выкарыстоўваць музыку І.С.Баха: Канцэрт для клавесіна з аркестрам (ч.2), 4, 5, 6 брандэнбургскія канцэртны (павольныя часткі), Канцэрт для дзвюх скрыпак (ч.2), творы А.Вівальдзі: Пору года (Лета, Зіма), Канцэрт фа мажор; В.Моцарта: Сімфонія № 43 і інш. Для ўзмацнення эфекту рэлаксацыі многія музыкатэрапеўты выкарыстоўваюць у час гучання музыкі прыём аўтагеннай трэніроўкі ў залежнасці ад пастаўленых лясчэбных мэт.

Паступова музычная рэлаксацыя павінна пераходзіць у рэцэптыўную музыкатэрапію накіраванага ўздзеяння. Падбіраюцца творы, якія пры першым іх праслухоўванні дзейнічаюць як моцны эмацыянальны стымул.

Безумоўна, пры групавым метадазе немагчыма сабраць музычныя творы, якія гарманіравалі б сваімі зместам і формай з псіхічным станам кожнага з членаў групы на пэўны момант. У гэтым выпадку выбар музыкі трэба падпарадкаваць агульнаму расслабленню і дынамічнаму вызваленню схаванага ўнутранага канфлікту, зняццю паўторных стрэсавых сітуацый і напружання. Практыка паказвае, што ў такім выпадку эфектыўнае ўздзеянне аказваюць творы Л.Бетховена (Сімфонія №5, ч.1, Сімфонія №3, ч.1, Сімфонія №9, ч.1, сімфанічная уверцюра “Эміант”), І.Брамса (Сімфонія №1, ч.1, Сімфонія №2, ч.2), П.Чайкоўскага (Сімфонія №4, ч.1, Сімфонія №6, ч.1), Э.Грыга (“Пер Гюнт”, ч.2), С.Рахманінава (Прэлюдыя до-дyez мінор) і іншыя.

У фазе станоўчай стымуляцыі, паступовых змен псіхічнага настрою дзяцей можна выкарыстоўваць наступныя творы, якія аказваюць актыўны ўплыў на фарміраванне эстэтычных пазіцый дзяцей, іх волі, стымулююць дзейнасць, садзейнічаюць стабілізацыі асоб: Л.Бетховен, Сімфонія №6, ч.4; Сімфонія №7, ч.4; Сімфонія №9, ч.3; І.Брамс, Сімфонія №1, ч.4; П.Чайкоўскі, Сімфонія №6, ч.3; Канцэрт для фартэпіяна з аркестрам сі-бемоль мінор, ч.1, Італьянскае капрыччыю; М.Глінка, уверцюра да оперы “Руслан і Людміла”; Ф.Шапэн, Рэвалюцыйны эцюд до-дyez мінор; В.Моцарт, Сімфонія №36, ч.4; С.Рахманінаў, Прэлюдыя соль мінор, Канцэрт для фартэпіяна з аркестрам №2, ч.3; Б.Сметана, сімфанічная паэма “Влтава” і інш.

Рэцэптыўнае ўспрыманне музыкі адбываецца толькі ў становішчы седзячы і можа падтрымлівацца каляровай светлай

сігналацыяй, якая адначасова падтрымлівае рытм музычнага твора, а таксама яго кантрастныя змены.

Такім чынам павышаецца канцэнтрацыя ўвагі на ўспрыманні музыкі, біярытм дзяцей настройваецца на ўзоры рытму музычных твораў і стымулюе іх эмацыянальную сувязь паміж аўдытыўным і візуальным перажываннем музыкі. Па заканчэнні выкарыстання музычнага твора неабходна пакінуць дзецям некаторы час для іх унутранага перажывання і эмацыянальнага замацавання ўражання ад успрымання музыкі. Пасля паўзы пачынаецца спакойная, даверлівая гутарка з мэтай вызначэння непасрэдных індывідуальных пачуццяў, уяўленняў, асацыяцый і настрою дзяцей, выкліканых праслухоўваннем музычнага твора.

На жаль, рэцэптыўнае ўспрыманне музыкі як адзін з элементаў музыкатэрапіі да цяперашняга часу мала распрацавана і мае вялікія рэзервы для эксперыментальных даследаванняў.