

КОНСУЛЬТАЦИЯ

Август 2024

Музыкальная терапия

Музыкотерапия – это исцеление музыкой. Музыкотерапия как наука появилась в 19 веке, а в 20 веке стала невероятно популярной во многих странах. Именно в это время она приобрела отдельное направление в лечении и профилактике разнообразных заболеваний. Это прекрасный способ лечения нервных расстройств.

На сегодняшний день существует два вида музыкотерапии: активная и пассивная.

Активная музыкотерапия заключается в самостоятельном пении и танцах, целью которых является социальная адаптация человека.

Пассивная музыкотерапия предполагает прослушивание музыкальных произведений, которые оказывают положительное влияние на психологическое и психическое состояние человека.

Музыкотерапия является очень популярным способом лечения детей, больных аутизмом. Музыкотерапия способствует улучшению контакта таких детей с окружающим миром.

В большинстве своём целебные свойства имеют классические музыкальные произведения. Чаще прочих рекомендуется слушать жизнерадостную музыку М.И.Глинки, П.И.Чайковского, В.А.Моцарта и других.

В работах известных учёных В.М.Бехтерева и И.Р.Тарханова есть данные, свидетельствующие о благотворном влиянии музыки на нервную систему, кровообращение. Данные о влиянии музыки на человеческий организм накапливаются, и существуют уже разработки, включающие в себя мелодии, влияющие на определённый внутренний орган.

Конечно, не обязательно слушать только классику. Но, как показывает опыт психологов, работающих с музыкотерапией, «именно классическая музыка влияет «базово», глубоко и надолго, существенно ускоряя процесс лечения», а значит, гораздо лучше помогает добиться необходимого эффекта и при обычном «домашнем» применении.

Слушайте музыку с детьми! Это обогатит эмоциональную и интеллектуальную сферу, расслабит и успокоит.

Музыкальный руководитель

Сосновская А. И.