

## МУЗЫКОТЕРАПИЯ

Как терапия музыка используется уже давно. Коррекцию эмоционального, психического состояния **музыкотерапия** удачно осуществляет и у детей с ОВЗ. Для этих целей обычно используется классическая музыка (симфоническая, камерная) и народная музыка. Именно эти музыкальные направления обеспечивают большие возможности для стимуляции всех ассоциативных связей в субъективных переживаниях слушателя.

Особый музыкальный ритм имеет способность устанавливать равновесие в деятельности нервной системы ребенка. Музыка может растормаживать заторможенных детей и успокаивать слишком возбужденный темперамент ребенка.

Кроме полезного терапевтического воздействия, музыка определенно способна усиливать эмоции ребенка и делать воображение детей еще более ярким.

### Примеры музыкальных терапевтических произведений

№ п/п	Психотерапевтическая цель	Классическая музыка (музыкальные произведения)
1.	Улучшение самочувствия. Повышение общего жизненного тонуса.	<ul style="list-style-type: none"><li>– Ф. Лист, «Венгерская рапсодия №2»;</li><li>– П. Чайковский, Шестая симфония, 3-я часть;</li><li>– Ф. Шопен, Прелюдия, Ор. 28, №1;</li><li>– Й. – С. Бах, Прелюдия и фуга ре минор.</li><li>– Л. Бетховен, Увертюра. «Эгмонт».</li><li>– В. А. Моцарт, «Дон Жуан»;</li></ul>
2.	Уменьшение головной боли, вызванной эмоциональным перенапряжением.	<ul style="list-style-type: none"><li>– Л. Бетховен, «Фиделио»;</li><li>– Дж. Гершвин «Американец в Париже»;</li><li>– Ф. Лист, «Венгерская рапсодия № 1»;</li><li>– А. Хачатурян, Сюита «Маскарад»;</li><li>– А. Брукнер, Меса ми минор.</li></ul>
3.	Снятие эмоциональных симптомов, напряжения в отношениях с другими.	<ul style="list-style-type: none"><li>– Б. Барток, Соната для фортепиано;</li><li>– Б. Барток, Квартет, № 5;</li><li>– Й. – С. Бах, Кантата №21;</li><li>– Й. – С. Бах, Концерт ре минор для скрипки.</li></ul>
4.	Уменьшение негативных эмоций по отношению к другим. Снижение озлобленности.	<ul style="list-style-type: none"><li>– Й. Гайдн, Симфония № 93, ре мажор («Лондонская»);</li><li>– Й. – С. Бах, «Итальянский концерт»;</li><li>– Я. Сибелиус, Симфоническая пьеса «Финляндия»;</li></ul>
5.	Успокоение, умиротворение. Налаживание согласия с жизнью такой, как она есть.	<ul style="list-style-type: none"><li>– Ф. Шуберт, Анданте из квартета.</li><li>– Ф. Шуберт, «Аве Мария»;</li><li>– Ф. Шопен, Ноктюрн соль минор;</li><li>– К. Дебюсси, «Лунный свет»;</li><li>– Л. Бетховен, шестая симфония, 2-я часть;</li><li>– Й. Браймс, «Колыбельная».</li></ul>
6.	Уменьшение неуверенности в себе, чувства тревоги.	<ul style="list-style-type: none"><li>– Л. Бетховен, Мазурки и прелюдии;</li><li>– С. Рубинштейн, «Мелодия»;</li><li>– Й. Штраус, Вальсы.</li></ul>

№ п/п	Психотерапевтическая цель	Классическая музыка (музыкальные произведения)
	Уменьшение разочарования, раздражительности.	– Й. – С. Бах, Кантата №2;
7.	Повышение чувства сопричастности к миру, природе, людям.	– С. Прокофьев, Соната ре минор; – Л. Бетховен, «Лунная соната».