План-конспект лекции по дисциплине «Основы психологии музыкального восприятия» для студентов 4 курса (все специальности).

**Тема 14: «Арттерапия в обучении и музыкальном воспитании».**

**1**.**Понятие «арт-терапия»** – это метод развития и изменения сознательных и бессознательных сторон психики личности посредством разных форм и видов искусства, основной целью которой является гармонизация внутреннего состояния человека, т. е. восстановление способности человека находить оптимальное, способствующее активному продолжению жизни. Основная техника арт-терапевтического воздействия – техника активного воображения. Она направлена на то, чтобы столкнуть лицом к лицу сознательное и бессознательное и примирить их между собой посредством аффективного взаимодействия. Карл Юнг использовал термин «активное воображение» для обозначения такого творческого процесса, в ходе которого человек наблюдает за развитием своей фантазии, не пытаясь сознательно воздействовать на неё. Вызывая определённые образы с помощью активного воображения, закрепляя их в символической форме в продуктах творчества, человек имеет возможность успешно продвигаться в решении своих проблем.

Термин «арттерапия» (буквально: *терапия* *искусством*) ввел в употребление Адриан Хилл (1938) Арт-терапия достаточно широко распространена. В 1960 г. в Америке была создана Американская арт-терапевтическая ассоциация. Подобные ассоциации возникли также в Англии, Японии, Голландии. Арртерапевтические методы применяются в психиатрических, общесоматических больницах, клиниках, центрах, санаторных учреждениях, школах и т.д.

**2. Виды арттерапии по видам искусства**: Изотерапия, Музыкотерапия, Танцевальная терапия, Библиотерапия, Куклотерапия, Сказкотерапия и др. Существуют разновидности внутри данных методов.

Все виды арт-терапии позволяют в доступной и щадящей (не травмирующей психику) форме (особенно это касается детей) проводить диагностику, профилактику и коррекцию поведения субъектов в лечении, коррекционных мероприятиях и в учебном процессе.

* **Музыкотерапия** **как один из важнейших методов арт-терапии**. МУЗЫКОТЕРАПИЯ – метод психокоррекции, основанный на гармонизирующем воздействии музыки (звуков) на психическое и физическое состояние человека.

Основные задачи музыкотерапии:

* Повышение уровня самооценки на основе самоактуализации.
* Развитие коммуникативных и творческих способностей;
* Расширение возможностей отреагирования чувств, ощущений, переживаний.
* Преодоление психологических защит;
* Повышение социальной активности.
* Укрепление психотерапевтических отношений клиента с психологом, налаживание психологического контакта педагога с учеником.
* Объединяет и другие методы психокоррекции, основан на гармонизирующем воздействии музыки (звуков) на психическое и физическое состояние человека.
* В **обучении и воспитании студентов** и **школьников** могут использоваться следующие формы музыкотерапии и комбинации арттерапевтических методов:

**Пассивная музыкотерапия** (**директивная** – с комментариями или определяющими заданиями, данными педагогом, и **недирективная** – самостоятельное прослушивание); использование эрготропной (стимулирующей) и трофотропной (снижающе напряжение, расслабляющей, успокаивающей) музыки в соответствии с поставленной целью: например, релаксация или активизация деятельности, развитие творческого воображения, интуитивное восприятие музыки, эмоциональное отреагирование с целью достижения катарсического эффекта. Обучает навыкам более глубокого вслушивания в музыкальное произведение, понимания его стилевых и содержательных аспектов и, в связи с этим, замысла автора. **Прослушивание произведений в исполнении различных инструментов,** имеющих лечебное воздействие, согласно исследованиям струнные смычковые инструменты и арфа обладают положительным воздействием на сердечно-сосудистую систему, флейта - на работу головного мозга, нервной системы, улучшает психологическое состояние, орган регулирует энергетический уровень человека, симфонический оркестр, гармонично сочетающий в себе большое количество инструментов с разным тембром, воздействует на весь организм в целом. **Самым мощным инструментом в музыкотерапии является колокол.** Вибрации колокольного звона упорядочивают все внутренние структуры человека, благотворно влияют на общее самочувствие, помогают вернуть душевное равновесие, помочь избавиться от страхов.

**Активная** – импровизация с целью отреагирования эмоций, проявления собственного я, развития самовыражения на различных инструментах соло, в ансамбле с преподавателем или соучеником (сокурсником), параллельно с записью на СD, повышение уровня самооценки, уверенности в себе, диагностика и развитие творческих способностей, коммуникативных качеств.

**Смешанная (использующая разные виды арттерапии)** – сочинение ритмопластических этюдов на классическую музыку, сочинение танцев с использованием элементов ритмики рисование под музыку, сочинение рассказов, стихов, игра в театр, в т.ч. и вокалотерапия с использованием сценических действий, «дирижирование симфоническим оркестром», звучащим в магнитофонной записи (повышает самооценку, помогает отреагированию чувств, организовывает внимание, создает предпосылки развития эмпатии, художественного выражения, погружения в «эмоции», снимает страх совершения ошибки),