



## **Музыкальная терапия считается самым лучшим способом для развития и успокоения ребенка...**

В последнее время мы часто слышим как от педиатров, так и от психологов о преимуществе музыки для детей. Конечно, это совсем не удивительно, ведь уже наши бабушки пели песни детям, чтобы успокоить их. Существуют ли какие-нибудь медицинские исследования по этому поводу?

### **Экскурс в историю.**

ДРЕВНИЕ НАРОДЫ были первыми, кто заметил благотворное влияние музыки, как на душу, так и на тело. Они лечили психологические расстройства музыкой и старались использовать ее как обезболивающее средство в средние века... Но все эти эксперименты проводились над взрослыми.

В начале двадцатого века ученые уже могли видеть, что музыка - **классическая музыка и колыбельные** - являлись целительными средствами для детей, эта музыка не только развивает детей, но также делает их здоровее. Ученые решили найти научное обоснование музыкальной терапии. И первыми пациентами, которые получали лечение музыкой, были родившиеся преждевременно дети.

### **Что же показали исследования?**

Как правило, если ребенок страдал от кислородной недостаточности в период пренатального развития, вне зависимости от того, родился ли он преждевременно или нет, деятельность ферментных клеток была занижена.

После прослушивания классической музыки, деятельность детских ферментных клеток возрастала. Это показал цитохимический анализ. Врачи также измеряли кровяное давление детей, пульс, ритмичность дыхания. И они всегда наблюдали классическую реакцию адаптации: организм сам привыкал к окружающей среде, и ребенок начинал чувствовать себя лучше.

Что ж, может быть, дети реагируют подобным образом на любой звуковой раздражитель – тиканье часов, разговор? Может быть, созвучие и мелодия никак не связаны с этим?

Исследователи переключились на метроном, который отбивал тихий ритм со спокойной частотой. Дети вели себя достаточно хорошо: успокаивались и засыпали. Но цитохимический анализ четко показал: на фоне работающего метронома ферменты в клетках подавлялись.

К тому же существует доказательство факта, что **рок-музыка с резко выраженным ударным ритмом является вредной для маленьких детей.**

Когда родители собираются забрать своих детей из больницы, доктора рекомендуют продолжать выполнять **процедуры музыкальной терапии дома**, вместе с массажем, специальной гимнастикой и упражнениями в воде.

Родители по-разному реагировали на эти рекомендации, некоторые из них включали музыку своим детям, некоторые – нет. Но когда через год эти дети проходили проверку, были обнаружены интересные факты. Дети, которые постоянно слушали классическую музыку, лучше справлялись с неврологическими дефектами, чем те, чьи родители не поверили в целительную силу музыкальной терапии. Таким образом, появилась обоснованная статистика.

### **Какую музыку должны слушать дети?**

Поразительно, беспокойные дети должны слушать мелодии со спокойным ритмом – «адажио», «анданте». Как правило, вторые части классических сонат и инструментальных концертов написаны в таком ритме. Немецкие ученые разработали основную научную литературу по этому поводу, и немецкая и венская музыка преобладали в их программах: Моцарт, Шуберт, Хайдн... Позже они добавили Вивальди и Чайковского...

К примеру, это может быть вторая часть «Короткой ночной серенады» Моцарта, «Зима» из «Времен года» Вивальди, дуэт Лизы и Полины из оперы Чайковского «Пиковая Дама», колыбельные.

**Мелодия со словами** сильнее влияет на ребенка, чем мелодия без слов. А живое пение сильнее, чем инструментальное исполнение, записанное на диск. Язык пения совсем не имеет значения, новорожденные дети могут с радостью слушать, например, колыбельную Брамса или Рождественские церковные песнопения на немецком языке.

А дети, страдающие от синдрома дистресса, которые плохо едят, а иногда даже отрывисто дышат, должны слушать музыкальные композиции в темпе «аллегро» и «аллегро модерато» Моцарта, Шуберта, Гайдна... К примеру: вальсы из балетов Чайковского «На тройке», из его «Времен года», «Весна» из «Времен года» Вивальди, а также маршевую музыку.

**Процедуры музыкальной терапии** также являются полезными для здоровых, нормально развивающихся детей. Их нужно успокаивать или наоборот иногда подбадривать. Это можно сделать при помощи расслабляющей или энергичной музыки. Ни в коем случае не надевайте на ребенка наушники. Наши уши приспособлены к рассеянному звуку по природе. Недоразвитый мозг может получить слуховую травму в результате прямого звука.

#### **Музыкальная терапия противопоказана:**

1. Детям с предрасположенностью к судорогам; 2. Детям с серьезным состоянием здоровья, которое сопровождается отравлением организма; 3. Детям, страдающим от отита; 4. Детям, у кого резко повышает внутричерепное давление. Остальное на клеточном уровне. Теперь у родителей есть огромный выбор лекарств – они могут приобрести аудиодиски с классической музыкой в традиционном исполнении. Или диски с классической музыкой, записанной специально для детей. Такая музыка сопровождается звуком колокольчиков. Некоторым может понравиться такое сопровождение, некоторым – нет. Вы сами должны наблюдать за реакцией вашего ребенка.
2. Вы также можете приобрести аудиозаписи классической музыки на фоне звуков природы – шума прибоя, звука дождя, шума леса... Слушайте музыку вместе со своим ребенком и расслабляйтесь, ведь матерям беспокойных детей просто нужен отдых, на клеточном уровне.