

**І.О. Ларіна,**

кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри музично-теоретичної  
та художньої підготовки  
Харківського національного  
педагогічного університету  
імені Г.С. Сковороди

**Ю.В. Доля,**

викладач кафедри  
музично-теоретичної та  
художньої підготовки  
Харківського національного  
педагогічного університету  
імені Г.С. Сковороди

## **ВИКОРИСТАННЯ НЕТРАДИЦІЙНИХ ЗАСОБІВ У ВИХОВАННІ ДОШКІЛЬНИКІВ З НЕЗНАЧНИМИ ПОВЕДІНКОВИМИ РОЗЛАДАМИ В УМОВАХ СІМ'Ї**

Сучасний етап суспільного розвитку в Україні відзначається підвищенням рівня стресогенності. Людина щоденно зазнає нервових перевантажень. Постійні негативні переживання нерідко призводять до перенапруження нервової системи, неврозів та навіть до психосоматичних захворювань. Стрес впливає на всі сфери життєдіяльності людини, включаючи її навчальну і виробничу діяльність, взаємовідносини в родині. Слід зазначити, що згубний вплив стресу, на жаль, не оминає й наймолодших членів суспільства. Як наслідок, страждає психоемоційна сфера дітей, порушується їхнє психологічне здоров'я.

Останнім часом спостерігається тенденція зростання кількості дітей, які мають певні емоційні та поведінкові розлади. Батьки та вихователі все частіше стикаються із випадками проявів у дітей нестійкого настрою, тривожності, психомоторної гіперактивності, агресії, заниженої самооцінки та відзначають, що не завжди вдається знайти ефективні засоби взаємодії з такими дітьми.

Один із шляхів подолання цієї проблеми ми бачимо в організації працівниками ДНЗ систематичного навчання батьків дітей з певними поведінковими розладами нетрадиційних засобів впливу на психологічне здоров'я дошкільників, зокрема, елементів терапії мистецтвом. Зазначимо, що у процесі терапії мистецтвом у дитини підвищується самооцінка, негативні емоції перетворюються на позитивні, формується поважне ставлення до однолітків та дорослих, налагоджуються гармонійні взаємовідношення у родині, закладається фундамент оптимістичної життєвої позиції особистості.

Одним із найбільш ефективних та доступних видів терапії мистецтвом ми вважаємо музикотерапію, оскільки вплив на психологічне здоров'я дошкільників, який вона здійснює, сприяє активізації внутрішніх ресурсів організму дитини та створює додаткові можливості для її розвитку. Сучасні дослідники в галузі медицини мають беззаперечні дані на користь того, що лікувальний вплив музики поширюється на центральну нервову систему, дихання, кровообіг, артеріальний тиск, діяльність залоз внутрішньої секреції тощо. Музичні звуки стимулюють творчі ділянки мозку, сприяють концентрації уваги, покращують пам'ять. В результаті сприймання дітьми спеціально підібраної музики покращуються психофізіологічні характеристики мозку, підвищуються показники інтелекту та, як наслідок, зростає здатність дітей до навчання.

Досліджуючи проблему впливу музики на процес функціонування центральної нервової системи, вчені дійшли висновку про те, що мозкову активність якнайкраще стимулює саме класична музика і особливо музика Моцарта, тому феномен такого впливу отримав назву «ефект Моцарта». Дійсно, музика Моцарта активізує усі ділянки кори головного мозку, в тому числі й ті, що задіяні в моторній координації, зорі, процесах свідомості, та розвиває просторове мислення. Сучасні психологи висловлюють припущення, що ця музика має структурний вплив на створення нейронних ланцюгів у дитячому мозку, що згодом може надати людині певні інтелектуальні переваги в дорослому віці. Аналогічне відкриття було зроблено і щодо музики епохи бароко. Науковці отримали підстави вважати, що ефект впливу цієї музики, як і

музики Моцарта, зумовлений, насамперед, властивим їй метром (60-64 удари на хвилину).

У результаті численних досліджень вчені встановили, що терапія засобами музичного мистецтва є однією з найбільш ефективних технологій корекційного впливу на психологічне здоров'я дітей починаючи з наймолодшого віку. Музика, а саме її основні елементи – лад, темп, ритм – здатна врівноважити діяльність нервової системи маленької дитини, подолати загальмованість, врегулювати дію кінестетичної системи тощо. Спілкування з музикою також дає дитині неоціненну можливість позбавитись негативних переживань, уникнути травмуючих ситуацій, тривожності, страхів.

Слід акцентувати увагу батьків на тому, що досягти зняття емоційної та фізичної напруги можливо за допомогою численних вправ. Батьки майже щоденно можуть використовувати вправи на релаксацію на кшталт «музичного сну». Така релаксація може проводитись після активної діяльності дітей, прогулянки, рухливих ігор або, наприклад, перед денним сном у положенні лежачи (на килимі або в ліжку). Тривалість такого «музичного сну» – 5-7 хвилин. Особливу користь цей вид музикотерапії приносить гіперактивним дітям та дітям, які легко збуджуються.

У родинному вихованні доцільно використовувати також вокалотерапію та танцетерапію. Вихователям слід пояснювати батькам, що лікувальний вплив цього виду терапії полягає у своєрідному масажі внутрішніх органів, зумовленому їх резонансом у відповідь на використання у мелодіях виконуваних пісень звуків різних частот та різної формації. Важливо сакцентувати увагу батьків на тому, що у цьому випадку необхідно використовуються знайомі, радісні, оптимістичні за змістом дитячі пісні, виконання яких сумісно з батьками та / або іншими членами родини надає дітям можливість відчутти захищеність, впевненість у собі, подолати бар'єр замкненості, наповнитись позитивними емоціями від колективного співу.

Навчаючи батьків використанню елементів танцетерапії, важливо донести до них думку про те, що процес оволодіння власним тілом допомагає краще розуміти тілесну експресію інших людей і що розвиток рухів дитини як засобу самовираження впливає

на розвиток її комунікативних навичок. Різноманітні рухи зміцнюють загальну реактивність організму, сприяють підвищенню його стійкості та адаптаційних якостей. Підкреслимо, що музично-рухова терапія ґрунтується на ігровій імпровізації, а не на навчанні рухам.

Отже, використання елементів музикотерапії в родинному вихованні сприяє формуванню у дошкільників світлого, радісного, оптимістичного світовідчуття, створює позитивний емоційний фон, розвиває комунікативні якості. Використання музикотерапевтичних технік допомагає знизити тривожність, сформувати у неврівноважених дітей відчуття внутрішнього спокою та бажання спілкуватися і, як наслідок, допомагає позбавитися небажаних поведінкових проявів. Сумісна з батьками музична діяльність сприяє укріпленню стосунків у сім'ї і допомагає дитині вибудувати позитивний власний образ через музично-творче самовираження.

Зазначимо, що поряд із музикотерапією в сімейному вихованні доцільно використовувати також й інші види терапії: кольоротерапія, казкотерапія, пісочна терапія, сміхотерапія тощо. Бажано, щоби основ організації виховання й таких засобів впливу на психологічне здоров'я дітей батьків знов таки навчали вихователі. Таким чином, використання нетрадиційних засобів у вихованні дошкільників із незначними поведінковими розладами допомагає скоректувати поведінку, вберегти та захистити дітей від того, що заважає їхньому природному емоційному, розумовому, психофізичному та психологічному розвитку.

---