

**УДК 37.013****Интегративные технологии музыкотерапии психолого-педагогического сопровождения у младших школьников с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью****Фань Ин**

Аспирант,

Московский педагогический государственный университет,  
119435, Российская Федерация, Москва, ул. Малая Пироговская, 1, стр. 1;

e-mail: in.fan2015@yandex.ru

**Аннотация**

Современную психотерапию можно понимать как «уход» и «заботу» о психическом и физическом здоровье, а не только как лечение. В таком смысле музыкотерапия может служить целям психолого-педагогического сопровождения младших школьников и заботы о школьниках, имеющих проблемы в обучении и общении; заботы, направленной на помощь в разрешении эмоциональных, поведенческих и межличностных проблем и повышение качества жизни. Имеющийся опыт Китая и России свидетельствуют об эффективности музыки как средства сбережения здоровья. Оздоровительно-воспитательный потенциал музыкальной терапии сегодня востребован в образовательном процессе не только в Китае, но и в России. Так, согласно статистике медиков, в России количество детей с нарушениями психики составляет 13% детей. Эти дети страдают от немотивированной тревоги, часто связанной со стрессовым состоянием. Статистика также утверждает, что в России детей с СДВГ от 4-18%, в Китае 1-12%. Проблема распространенности синдрома дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) у детей становится все более значимой, по данным исследований в мире количество гиперактивных детей растет.

**Для цитирования в научных исследованиях**

Фань Ин. Интегративные технологии музыкотерапии психолого-педагогического сопровождения у младших школьников с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2017. Т. 6. № 5А. С. 208-218.

**Ключевые слова**

СДВГ, гиперактивность, дети, синдром дефицита внимания с гиперактивностью, музыкальная терапия.

**Введение**

Современную психотерапию можно понимать как «уход» и «заботу» о психическом и физическом здоровье, а не только как лечение. В таком смысле музыкотерапия может служить целям психолого-педагогического сопровождения младших школьников и заботы о школьниках, имеющих проблемы в обучении и общении; заботы, направленной на помощь в разрешении эмоциональных, поведенческих и межличностных проблем и повышение качества жизни.

Имеющийся опыт Китая и России свидетельствуют об эффективности музыки как средства сбережения здоровья. Оздоровительно-воспитательный потенциал музыкальной терапии сегодня востребован в образовательном процессе не только Китая, но и России. Так, согласно статистике медиков, в России, количество детей с нарушениями психики составляет 13%, они страдают от немотивированной тревоги, часто связанной со стрессовым состоянием. Статистика также утверждает, что в России детей с СДВГ от 4-18%, в Китае 1-12% (в данном случае имеются в виду поставленные диагнозы, сколько детей живет с СДВГ без лечения – социологи не вправе утверждать).

Проблема распространенности синдрома дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) у детей становится все более значимой, по данным исследований в мире количество гиперактивных детей растет. Причины дефицита внимания и гиперактивности очень индивидуальные, в большинстве случаев они сочетают действие различных факторов – нейропсихология, нейроэндокринные компоненты эмоциональных состояний, темперамент человека, а также инфекции и травмы в раннем возрасте.

**Характеристики гиперактивности и критерий диагностики**

Дефицит внимания: удерживает внимание лишь на короткий период из-за невозможности сосредоточиться, рассеянность, плаксивость, забывчивость, импульсивность и гиперактивность, недостаточная целенаправленность, повышенная возбудимость.

Моторный аспект: беспокойство, неусидчивость, хаотичные движения рук и ног, излишняя

двигательная активность, неспособность ждать, трудности в обучении, отклонение и неадекватность в поведении, социальная дезадаптация, импульсивность поступков.

Речевой аспект: неспособность слушать обращенную к нему речь, излишняя болтливость, перечисленные симптомы часто сочетаются с трудностями в приобретении учебных навыков: чтение, счет или письмо.

В школе эти явления являются критерием для диагностики СДВГ. Все это влияет на способности ребенка на уроке, а учителю нужно лечить и корректировать его в процессе обучения.

В школьном возрасте среди детей с СДВГ наблюдаются трудности в обучении, в подростковом возрасте данные симптомы могут стать причиной развития асоциального поведения: правонарушений, алкоголизма, наркомании, неадекватности поведения; социальная дезадаптация, различные личностные расстройства могут стать причиной неудач и во всей взрослой жизни [Брызгунова, 2001; Мастюкова, 1997].

Таким образом, налицо очевидное противоречие между необходимостью применения в современном мире интегративных подходов к воспитанию младших школьников с дефицитом внимания средствами музыкальной деятельности и отсутствием соответствующих методических разработок внедрения музыкотерапевтических технологий в сопровождение и воспитание детей [Леюединский, 2003; Лаптева, 2016].

В коррекционной работе и сопровождающей работе школы по проблеме гиперактивности необходимы скоординированные усилия психолога, педагогов и родителей гиперактивных детей [Астапов, 2011; Безбородова, 2014; Землянская, 2017].

Дефицит внимания и гиперактивность в большинстве случаев сочетают различные факторы; есть дисбаланс процессов возбуждения и торможения в нервной системе.

При этом принципы китайской традиционной музыкальной медицины, гармонизации состояний психики и тела могут быть осмыслены в сочетании с российской музыкотерапией, что позволит рассматривать подход интегративной музыкальной психотерапии как более объемный, учитывающий современные реалии образования и музыкотерапии психолого-педагогического сопровождения школьников.

---

## **Интегративные методы и технологии музыкотерапии для сопровождения младших школьников с СДВГ**

В Китае проблемой оздоровления с помощью звуков и музыки, исследованием ее влияния на здоровье занимались ученые на протяжении многих сотен лет. В китайской медицине значительное место всегда занимала превентивная медицина. Характерный для китайской медицины целостный подход к анализу явлений основывается преимущественно на трех факторах:

- 1) Рассмотрении человеческого организма в качестве органически единого целого, большой роли внутреннего самовоспитания. В этой связи значима роль музыки как средоточия природной гармонии в восстановлении баланса и управляемого психического состояния человека [Титаренко, 2009].
- 2) Признании отражения баланса стихий в жизни человека и природы, влияющих на самочувствие. В основе баланса лежит теория действия и противодействия пяти элементов: дерево, огонь, земля, металл, вода. Теория пяти стихий считает, что подобное принадлежит подобному, как видно из утверждения Ци Бо, гармония и баланс энергий являлись условием здоровья человека. Эти пять стихий, согласно философской концепции общемировой гармонии У-Син (5 элементов), соотносятся с пятью органами человека и Пентатоника, пяти тонов у инь: Гун 宮 gōng, Шан 商 shāng, Цзюе 角 jué, Чжи 徵 zhǐ и Юй 羽 yǔ, где эти тона также соответствуют всем системам органов человека, а также его состояниям и эмоциям. В психофизиологической сфере, когда вибрации музыки и физиологические вибрации человеческого тела (частота сердечных сокращений, дыхание, кровяное давление, пульс и т.д.) для музыкотерапии и воспитания музыкой каждое нарушенное состояние требует подбора определенных средств музыкальной выразительности: тона, звукоряда, тембра, динамики, лада, стиль и т.д.
- 3) Диалектическая диагностика и лечение в зависимости от синдромов приобретения или убытка энергии стихий с точки зрения традиционной китайской философии и концепции. Среди путей работы с балансом энергий одним из главных способов в Китае традиционно рассматривалась музыкотерапия.

Российская философия и методология в области музыкотерапии развивались в европейском русле. Знакомство с истоками европейской музыкотерапии позволило сделать обобщение о том, что в основе и античного, и современного понимания сущности музыкального воздействия

лежит механизм катарсиса – очищения души в процессе вызванных соответствующей музыкой чувств и проработки эмоционального переживания и сброса напряжения [Торопова, Князева, 2013; Брюкнер, 1982; Усова, 2003]. В России существует опыт использования музыкотерапии в лечебной практике.

### **Пилотное исследование применения интегративных музыкально-терапевтических технологий в развитии внимания у детей младшего школьного возраста**

С целью отработки в практике и проверки действенности музыкально-терапевтических технологий в работе с детьми был проведен пилотный эксперимент на музыкальном факультете МПГУ и в летнем детском лагере в Подмоскowie. В процессе музыкально-терапевтических технологий для развития внимания у детей младшего школьного возраста различные занятия были оценены и составлены протоколы по критериям наличия признаков нарушенного внимания или гиперактивности по каждому ребенку:

Слушание музыки в музыкальной терапии используется в коррекции эмоциональных состояний, чрезмерной двигательной активности, речевых расстройств, страхов, которые зачастую свойственны детям и подросткам с СДВГ.

Чаще всего дети этого типа возбудимы или внутренне напряжены. Как показывает практика наблюдений, эти дети бедны эмоциональными ощущениями, также у них неглубоки эмоциональные проявления по отношению к другим людям. По этой причине очень важно приобщать ребенка с СДВГ к музыке. Тихий, спокойный, медленный и мягкий голос или интонация речи, минорная или мягкая мелодия улучшает состояние учеников [3,18,19].

Примерный урок: Китайская песня языка жестов «Благодарное сердце». Цель урока: скорректировать эмоциональное состояние ребенка, развить способность быть открытым и чутким, понимать чувства и эмоции других людей.

Обсудить и позитивно оценить прослушанную мелодию. Избегайте повторения слов «нет» или «плохо». Хвалите ребенка в каждом случае, когда он этого заслужил, подчеркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребенка в собственных силах.

Используя различные нетрудные ритмы, можно выразить различные смыслы и идеи. Например: у нас все есть свои биологические часы; или у природы есть разные сезоны; наше поведение и привычки следуют некоторым законам.

Созерцательное слушание и со-интонирование с помощью идеофонов с успокаивающим тоном может настроить тормозящие функции нервной системы, работу парасимпатической нервной системы, что приносит спокойствие, мирное настроение и ощущение покоя. Гармония или успокаивающие тон могут настроить нервную систему, особенно в случае парасимпатической нервной системы. Музыка в древнейших традициях Китая и музыкальные приемы могут стать существенным фактором в психокоррекционной работе с гиперактивными детьми. Тут может использоваться китайская классическая музыка.

Музыкально-терапевтические игровые методы – наиболее естественная и эффективная форма работы с детьми и подростками. Здесь может использоваться пластическое выражение музыки, подражание друг другу и воспитателю, который задает тон и стиль музыкального движения.

Расслабляющая музыка со специальными дыхательными техниками применяется для релаксации после активного упражнения. Мягкая музыка с специальные дыхательные техники.

### Заключение

В процессе наших занятий с детьми многие показатели у детей улучшились. Обобщение результатов проведенной работы с детьми с помощью музыкально-терапевтических технологий приведено успешно, и представлено на рисунках 1-3.

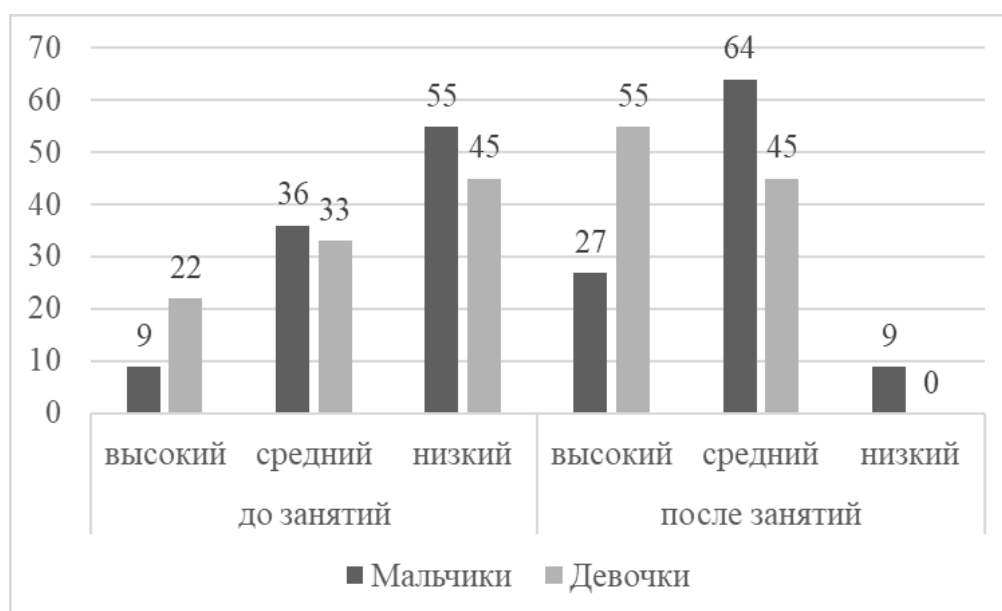
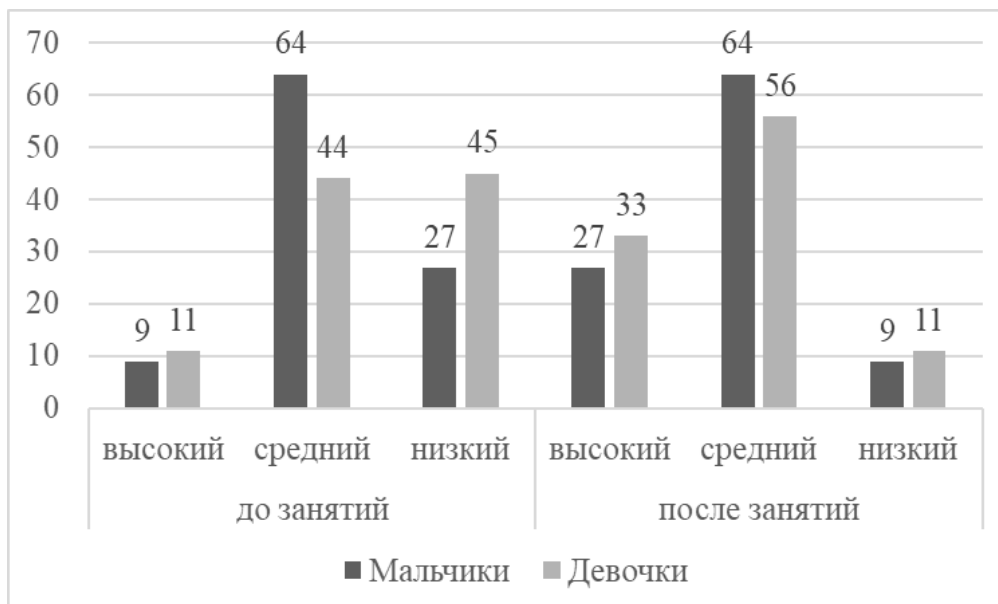
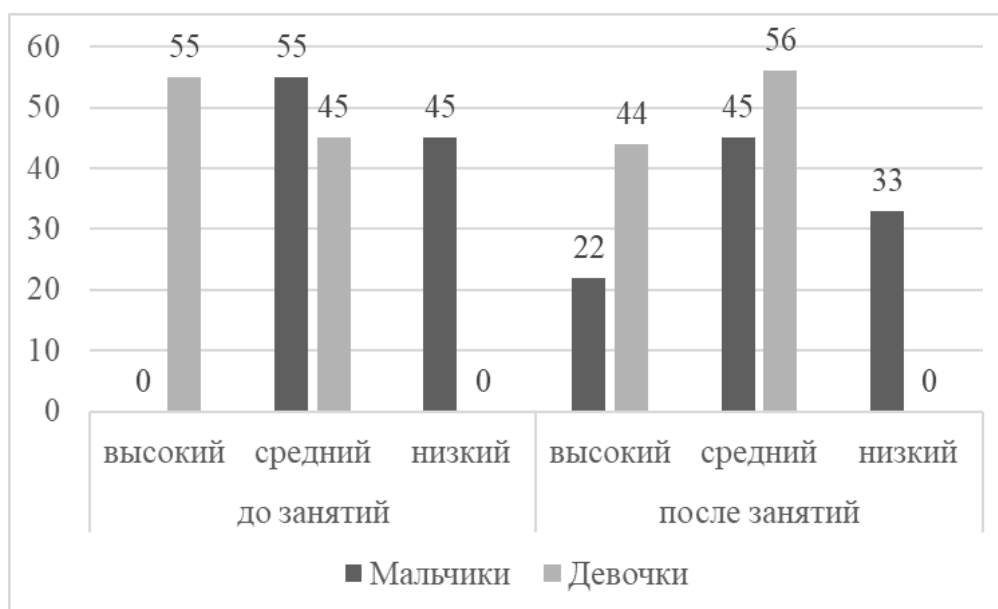


Рисунок 1 Уровень внимания на занятиях



**Рисунок 2 - Самоконтроль речевого поведения**



**Рисунок 3 - Двигательный самоконтроль**

Мы получили опыт привлечения внимания детей через эмоции удивления во время исполнения для них китайских или российских песен и мелодий, с пантомимой или музыкальными жестами.

По результатам формирующего этапа была проведена заключительная диагностика по тем же параметрам, что и начальная, которая показала, что многие показатели – функции внимания

и самоконтроля за речевым и двигательным поведением – у детей улучшились. В организации помощи гиперактивным детям и их родителям необходимо и участие педагогов, которые умеют работать с «трудными» детьми и их родителями. Это помогает ребенку достигать более высоких результатов на занятиях, в учении. Педагог должен быть терпимым и внимательным к ученикам, не унижать в ребенке чувство собственного достоинства.

### Библиография

1. Бакулина Ю.Б. Музыкотерапия на уроках русского языка и литературы // Молодой ученый. 2012. №11. С.395-396.
2. Безбородова Л.А. Теория и методика музыкального образования. М.: ФЛИНТА: Наука, 2014. 240 с.
3. Бехтерев В.М. Вопросы, связанные с лечебным и гигиеническим значением музыки // Обозрение психиатрии, неврологии и экспериментальной психологии. 1916. №1-3. С.105-124.
4. Брызгунова И.П. Непоседливый ребенок или все о гиперактивных детях. М., 2001. 45 с.
5. Землянская Е.Н. Учебные проекты в развивающем образовании. М., МПГУ, 2017. 74 с.
6. Лаптева В.А. Роль и функции учителя музыки в организации звукового пространства современной общеобразовательной школы // Ученые записки: электронный научный журнал Курского государственного университета. 2016.
7. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика (ранний и дошкольный возраст: Советы педагогам и родителям по подготовке к обучению детей с особыми проблемами в развитии. М., 1997. 304 с.
8. Титаренко М.Л. Духовная культура Китая. М., 2009. Т.1, 572 с.
9. Торопова А.В., Фань Ин. Проблема психолого-педагогического сопровождения средствами музыкальной деятельности младших школьников с нарушениями внимания // Вестник кафедры ЮНЕСКО «Музыкальное искусство и образование». 2016. №1 (13). С.57-65.
10. Усова Е. Музыкальное воспитание как средство профилактики девиантного поведения младших школьников // Конкурс исследовательских работ Федеральной Программы «Юность, наука, культура». 2003.



## **Applying integrative technologies of musical psychotherapy in psycho-pedagogical accompaniment for primary school students with ADHD**

**Ying Fan**

Postgraduate,

Moscow State Pedagogical University,

119435, 1, 1, Malaya Pirogovskaya str., Moscow, Russian Federation;

e-mail: in.fan2015@yandex.ru

### **Abstract**

Modern psychotherapy can be understood as a form of care about mental and physical health, and not just as a cure. In this sense, music therapy can serve the purposes of psychological and pedagogical support of younger schoolchildren and caring for schoolchildren, who have problems in teaching and communicating; we mean care, aimed at helping to resolve emotional, behavioral and interpersonal problems and improving the quality of life. The experience of China and Russia testifies to the effectiveness of music therapy as a means of saving health. The healing and educational potential of music therapy is in demand today in the educational process not only in China, but also in Russia. So, according to the statistics of physicians, in Russia the number of children with mental disorders reaches 13% of them. These children suffer from unmotivated anxiety, often associated with a stressful condition. Statistics also asserts that in Russia the amount of children with ADHD ranges from 4-18%, while in China this number reaches 1-12%. The problem of the prevalence of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) among children is becoming increasingly important, according to numerous research made by various authors the number of hyperactive children is growing throughout the world.

### **For citation**

Fan Ying (2017) Integrativnye tekhnologii muzykoterapii psikhologo-pedagogicheskogo soprovozhdeniya u mladshikh shkol'nikov s sindromom defitsita vnimaniya i giperaktivnost'yu [Applying integrative technologies of musical psychotherapy in psycho-pedagogical accompaniment for primary school students with ADHD]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 6 (4A), pp. 208-218.

---

**Keywords**

Integrative music therapeutic educational technologies, approach, method, attention disorders and hyperactivity, Chinese and Russian traditional music culture, Chinese medicine, accompaniment.

**References**

1. Bakulina Yu.B. (2012) Muzykoterapiya na urokakh russkogo yazyka i literatury [Music therapy in the lessons of the Russian language and literature]. *Molodoi uchenyi* [Young Scientist], 11, pp. 395-396.
2. Bekhterev V.M. (1916) Voprosy, svyazannye s lechebnym i gigenicheskim znacheniem muzyki [Questions related to the therapeutic and hygienic value of music]. *Obozrenie psikhiiatrii, nevrologii i eksperimental'noi psikhologii* [Review of psychiatry, neurology and experimental psychology], 1-3, pp. 105-124.
3. Bezborodova L.A. (2014) *Teoriya i metodika muzykal'nogo obrazovaniya* [Theory and methodology of music education]. Moscow: FLINTA: Nauka Publ.
4. Bryazgunova I.P. (2001) *Neposedlivyi rebenok ili vse o giperaktivnykh detyakh* [A restless child or everything about hyperactive children]. Moscow.
5. Lapteva V.A. (2016) Rol' i funktsii uchitelya muzyki v organizatsii zvukovogo prostranstva sovremennoi obshcheobrazovatel'noi shkoly [The role and functions of a music teacher in the organization of the sound space of a modern general education school]. *Uchenye zapiski: elektronnyi nauchnyi zhurnal Kurskogo gosudarstvennogo universiteta* [Proc. of KurskSU].
6. Mastjukova E.M. (1997) *Lechebnaya pedagogika (rannii i doskol'nyi vozrast: Sovety pedagogam i roditelyam po podgotovke k obucheniyu detei s osobymi problemami v razviti* [Curative pedagogy (early and preschool age: Advice to teachers and parents on the preparation for teaching children with special problems in development)]. Moscow.
7. Titarenko M.L. (2009) *Dukhovnaya kul'tura Kitaya* [Spiritual culture of China]. Moscow.
8. Toropova A.V., Fan Ying (2016) Problema psikhologo-pedagogicheskogo soprovozhdeniya sredstvami muzykal'noi deyatel'nosti mladshikh shkol'nikov s narusheniyami vnimaniya [The problem of psychological and pedagogical accompaniment by means of musical activity of junior schoolchildren with attention violations]. *Vestnik kafedry YuNESKO «Muzykal'noe iskusstvo i obrazovanie»* [Herald of the UNESCO Chair "Musical Art and Education"], 1(13), pp. 57-65.
9. Usova E. (2003) Muzykal'noe vospitanie kak sredstvo profilaktiki deviantnogo povedeniya mladshikh shkol'nikov [Musical education as a means of preventing deviant behavior of younger

students]. In: *Konkurs issledovatel'skikh rabot Federal'noi Programmy «Yunost', nauka, kul'tura»* [Competition of research works of the Federal Program "Youth, Science, Culture"].

10. Zemlyanskaya E.N. (2017) *Uchebnye proekty v razvivayushchem obrazovanii* [Educational projects in developing education]. Moscow: MPGU.