

**Музыкотерапия – это один из видов арт-терапии, который подразумевает использование воздействия музыкой, как метода психологической коррекции. О том, что собой представляет данный вид терапии, и какой пользой для детей и взрослых он обладает, мы поговорим далее.**

**Музыка идеально подходит для лечения депрессии и других психосоматических заболеваний. Кроме того, она помогает справиться с проблемами у детей. Используя музыкотерапию в режиме дня ребёнка, можно дать ему возможность выплеснуть энергию, причём в игровой форме и без подавления двигательных реакций. Музыка не вызывает побочных эффектов и действует успокаивающе, поэтому данный способ терапии пользуется в последнее время большой популярностью.**

**У детей процессы возбуждения преобладают перед процессами торможения. Зачастую деткам бывает сложно сосредоточиться на каком-либо деле. Именно поэтому музыкотерапия часто используется, как метод работы с детьми. С помощью неё развивают уникальные природные задатки и подавляют двигательные реакции. Музыкотерапия, как метод психологической работы с детьми, помогает:**

**- обучать дошкольников выражать свои чувства и понимать их;**

**- открывать в детях интерес к себе и окружающим, развивать коммуникативные навыки;**

**- обучать вырабатывать способы психологической защиты от стрессовых ситуаций;**

**- развивать навыки регуляции процессов напряжения и торможения;**

**- уменьшать уровень страхов и тревожного состояния.**

**Для детей с ограниченными возможностями также часто используется музыкотерапия. Данный метод вырабатывает в них уверенность в себе, помогает снять нервное напряжение, избавиться от негативных эмоций.**

**Лечение методом музыкального воздействия окажет неоценимую помощь в том случае, если ребёнку сложно адаптироваться в детском саду или он проявляет агрессию при общении с окружающими. Кроме того, метод поможет и в том случае, если малыш пережил утрату близкого человека или стал жертвой насилия. Часто данный метод применяют и тогда, когда родители не могут найти общий язык со своим чадом.** *Подготовила: Усанина Гульнара Габдулхаевна,*

*музыкальный руководитель МБДОУ –*

*детский сад компенсирующего вида №244*