

Музыкальная терапия как средство невербальной коммуникации

И.С. Константинова

Мы познакомились с Илюшей, когда ему было четыре года. Он начал посещать занятия в группе детей раннего возраста, в которой я вела групповые музыкальные занятия и постоянно присутствовала как психолог.

Илюша выделялся среди других детей. У мальчика были серьезные нарушения двигательной сферы (Илюша не ходил, с трудом действовал левой рукой, правую руку не использовал). Илюша не только не стремился общаться с детьми, но избегал их; первые несколько занятий он провел вместе с мамой за ширмой, отгораживающей его от детей и незнакомых педагогов.

Единственным, что привлекало Илюшу, побуждало его к минимальной активности, была мягкая музыкальная игрушка. Именно к ней мальчик мог повернуть голову, потянуться рукой. Другие игрушки не привлекали мальчика, а любимую игрушку он долгое время внимательно слушал. После нескольких занятий, когда Илюша перестал бояться новых людей, мог долгое время находиться рядом с незнакомыми педагогами и другими детьми, оказалось, что он очень музыкальный, любит слушать песенки, хотя предпочитает знакомые песни, не сразу принимает новые мелодии. Кроме того, Илюше не очень подходил слишком высокий темп группового занятия.

Тогда мы начали заниматься с ним музыкой индивидуально. Основной задачей наших занятий было установление контакта. Другая задача — стимуляция собственной активности мальчика. Для этого мы стремились сделать музыкальное занятие понятным и предсказуемым для Илюши, уменьшить страхи, не позволяющие ему проявить активность.

Сначала мы просто повторяли знакомые песни, которые Илюша уже привык слушать на групповых занятиях, потом стали расширять репертуар, добавляя любимые Илюшины песенки из мультфильмов, а позже и незнакомые ему песни.

Илюша полюбил не только песни, но и пьесы, которые я играла ему на пианино; и здесь он сначала предпочитал знакомые произведения (например, те, что дома часто играла его старшая сестра). Мальчик внимательно слушал музыку, не пытаясь уйти, заняться чем-то более интересным. Если Илюша был расстроен, музыка помогала ему успокоиться. В группе он часто плакал и бил себя по голове, требуя любимую бутылку с кефиром, или пугался, когда обнаруживал, что мама вышла из комнаты. Чтобы успокоить Илюшу, часто достаточно было сесть рядом с ним и тихо напевать песню про малинку, которую мы пели в группе, начиная с самых первых занятий. Ему особенно нравились классические произведения. По словам мамы, когда сестра перестала играть дома Бетховена, Илюша потерял интерес к ее игре.

Через некоторое время Илюша стал более активно участвовать в индивидуальных и групповых занятиях. Он очень полюбил гитару, полз к ней, как только она оказывалась доступна, мог долго играть, дергая за струны, потом начал слушать, прислоняясь ухом к деке. В то время он активно отказывался от шумовых инструментов — когда все дети в группе играли на бубнах и бубенчиках, Илюша играл только на гитаре, отказывался от других игрушек и громко плакал, если взрослые пытались увести его от гитары, привлечь внимание чем-то другим.

В конце курса музыкальной терапии Илюша полюбил играть на гусях. Этот инструмент по звучанию и способу игры напоминает гитару, поэтому он мог на длительное время привлечь мальчика. Но стоило мне взять гитару, как Илюша оставлял гусли и направлялся ко мне, даже если для этого надо было пересечь комнату. Играть одновременно на двух инструментах он не соглашался.

В отличие от гитары, которую обычно держала я, гусли приходилось держать самому Илюше. Для этого ему пришлось использовать обе руки, чего он раньше почти не делал. Но поскольку гусли ему очень нравились, Илюша стал выводить вперед правую руку и разжимать кулак, чтобы поддерживать гусли на коленях. По струнам он водил более развитой левой рукой. Таким образом, на музыкальных занятиях у него появилась двуручная деятельность.

Мы использовали разные песни с очень простыми припевами, которым легко подпевать (например, «би-би» или «а-а-а»). Я пыталась побудить Илюшу что-то спеть вместе со мной. Это мне не удалось, песни он слушал молча, но когда музыка переставала звучать, Илюша мог сам начать вокализировать, ни к кому не обращаясь, ничего таким образом не требуя. К этой игре с собственным голосом можно

было присоединиться, и мы несколько минут «пели» вместе с Илюшей разные гласные звуки. Этот процесс так увлек его, что он продолжал петь так же дома с мамой, сидя у нее на руках и глядя ей в лицо.

Можно сказать, что основные задачи, которые мы ставили, приступая к музыкальным занятиям, оказались выполнены. Нам удалось установить контакт с Илюшей. Улучшился его контакт с мамой. Появилась возможность успокаивать Илюшу при помощи музыки, если что-то в группе расстраивало его. Он стал более активным, так как у него появился интерес к занятиям и музыкальным игрушкам. Кроме того, музыкальные занятия способствовали развитию двигательной сферы — выведению вперед правой руки, использованию двух рук.

Второй курс музыкальной терапии мы провели через два года, когда Илюше было 6 лет. Педагоги, работающие с мальчиком, решили, что Илюша достиг новой ступени развития и ему снова нужны музыкальные занятия. Он стал более адаптирован в группе, стал лучше взаимодействовать с педагогами. Увеличились двигательные возможности — Илюша ходил, мог взять мячик, толкнуть его педагогу.

Изменилось и поведение мальчика — он стал играть в простые игры и брать для этого разные игрушки. Если раньше он интересовался только своей музыкальной игрушкой, то теперь он стал обращать внимание и на другие предметы (хотя по-прежнему предпочитал то, что издает приятный звук). Он очень заинтересовался пианино, мог долго стучать по клавишам, появились любимые ноты, которые он безошибочно находил среди остальных. Отвлечь его от пианино было очень трудно.

Были поставлены задачи дальнейшего развития собственной деятельности Илюши, налаживания взаимодействия с педагогами.

Мы начали заниматься, но уже не в зале, а в игровой комнате. Музыкальные занятия в группе в то время вел другой специалист, и я не пыталась повторять на индивидуальных занятиях форму групповой работы. Мы занимались тем, что Илюше раньше особенно нравилось, могли несколько раз в течение занятия повторять одну песню, возвращаться к тому, что уже делали.

Илюша вел себя совсем не так, как раньше. Он по-прежнему тянулся к гитаре, с удовольствием играл на ней, но гораздо легче переключался на другое занятие, не протестовал, когда я, спев песенку, убирала гитару. У нас появилась возможность чередовать разные виды деятельности и таким образом тренировать способность переключать внимание с одного привлекательного занятия на другое.

Мы начали играть вместе на разных инструментах. Илюша стал брать маракас или бубенчики и сопровождать исполнение песни. После нескольких занятий Илюша научился начинать играть и останавливаться вместе со мной. Если играть Илюше было не на чем, он вокализировал, подпевая мне, или просто раскачивался в такт самым любимым песенкам. Раньше ожидание чего-то было для Илюши очень болезненно, он переживал, если его желание не выполнялось сразу или приятное действие прерывалось на некоторое время. Теперь он сам начал останавливаться и ждать, когда можно будет снова начать играть. Важно для нас было и то, что теперь Илюша играет не сам по себе, а вместе со мной, слушает меня и синхронизирует свои действия с моими таким образом, чтобы получался какой-то приятный для него результат. Возникло взаимодействие Илюши с педагогом.

Хотя основной задачей музыкальной терапии была работа с эмоциональной сферой, нам удавалось затрагивать и другие проблемы развития мальчика, например двигательные проблемы. Мы продолжали играть на гуслях, используя для этого две руки. Часто, слушая музыку, Илюша непроизвольно, без помощи педагога, принимал асимметричные позы, которых от него добивались специалисты по движению. Тогда часть занятия проходила в пассивном слушании песен: я старалась подольше удержать Илюшу в той позе, которую он непроизвольно принял, и не провоцировать его встать и куда-то пойти.

Одной из рекомендаций было развитие ритмичных движений под стихи или под музыку. Поэтому мы с Илюшей начали танцевать. Сам он почти не пытался сопровождать музыку движениями (за исключением раскачиваний), но с большим удовольствием шел ко мне на руки, чтобы подвигаться в такт знакомой песне. В это время он смотрел мне в глаза, улыбался, иногда смеялся от удовольствия.

В результате второго курса музыкальной терапии Илюша начал действовать более осознанно, стал понимать, на каком инструменте он хочет играть, когда надо остановиться. Нам удалось связать изолированные действия, подчинить их общей цели (слушать и подпевать, слушать и аккомпанировать на другом инструменте). Совместная игра на инструментах стала для Илюши началом взаимодействия с педагогом, помогла ему в дальнейшем принимать участие в общей деятельности на групповых занятиях.