



**Н.Р. Реженинова**

## **Симфонические этюды Р. Шумана как иллюстративный музыкальный материал в комплексной арт-терапевтической работе с подростками**

*Статья посвящена альтернативному пути урегулирования психологических проблем, сопутствующих подростковому возрасту путем активного использования музыкальной терапии в системе общей арт-терапевтической концепции, основанной на синтезе искусств. Авторский цикл занятий является эффективным средством в работе не только с подростками, но и с детьми разного возраста, а также взрослыми.*

*Ключевые слова: музыкальная терапия, психология искусства, психология подростков, Р. Шуман «Симфонические этюды», арт-терапия.*



Известно, что музыка способна воздействовать на психику человека как положительно, так и отрицательно в зависимости от вида прослушиваемых композиций и характерных признаков эмоционального восприятия каждого отдельно взятого человека. О появлении и распространении музыки «серьезного» и «легкого» жанра подробно описано В.И. Петрушиным [1, с. 162–166]. Краткий исторический экскурс повествует о взаимосвязи понимания людьми разных музыкальных жанров в разное время. Уже в древнегреческом искусстве существовало разделение музыки на дионисийское начало (стихийное, экстатическое) и апполоническое (строгое, уравновешенное выражение чувств). Развитие этих черт в эпоху Средневековья

повлекло за собой градацию музыки на «духовную» и «бездуховную». В наши дни мы тоже имеем возможность наблюдать определенные аналогии: дионисийское начало преобладает на выступлениях поп- и рок- музыкантов, апполоническое – на концертах академической музыки.

Так сложилось, что на протяжении большого отрезка времени основу музыкального опыта молодого поколения составляет наиболее доступный для понимания, примитивный песенный репертуар. Часто в нем используется ненормативная лексика, а также текст полностью лишенный смысла. Музыкальная составляющая представлена бесконечно повторяющимся мотивом из минимального количества звуков. И этот музыкальный продукт позиционируется для молодежи как очень модный, а значит исключительно привлекательный. Слушает такие музыкальные композиции масса школьников и не только.

Упомянутый песенный репертуар может способствовать развитию ряда психических расстройств у тех, кто злоупотребляет его прослушиванием. По причине массового распространения подобного рода псевдоискусства, смело можно говорить о подрыве фундаментальных основ культуры в целом. Это может привести общество к состоянию полной аномии. К счастью, в больших городах существует пласт населения, отдающий предпочтение высокохудожественным ценностям. Как показывает практика, если постепенно приобщать к классической музыке детей, подростков и даже уже взрослых сформировавшихся людей, то это очень скоро дает свои ценные плоды. Очень важно уметь распознавать и ценить прекрасное.

Автор статьи попытается обосновать аргументы в пользу применения музыкальной терапии в качестве превентивной меры, направленной на снижение проявлений невротических расстройств у подростков. Оригинальная методика представляет собой последовательность занятий, нацеленных на проработку основных проблемных поведенческих стереотипов в период подросткового возраста в трех направлениях: рисование (1), музыкальное сопровождение (2), последующая проработка рисунка с точки зрения психологической модели с возможностью внесения поправок (3). В качестве иллюстративного музыкального материала будет привлечено фортепианное

произведение Р. Шумана Симфонические этюды, как одно из наиболее подходящих для осуществления данной цели.

Для начала необходимо определить круг эмоциональных проблем, с которыми соприкасаются дети в пубертатном возрасте. Этот этап развития является самым сложно преодолемым кризисом в жизни человека и может застигнуть врасплох в любой момент периода обучения в средней школе. Он характеризуется перестройкой всего организма в целом, включая сложные психические процессы. Неравномерность развития в физическом и психо-эмоциональном отношении может повлечь за собой нарушение в деятельности нервной системы. Часто мы сталкиваемся у подростков с проявлениями эмоционального перенапряжения, вызванного нервным истощением, которое может проявляться в разной форме: гипертвзбудимости, чрезмерной эмоциональности, тревожности, а также обратной стороной одного и того же явления, избыточной медлительностью, снижением физической и эмоциональной активности.

Любые виды невротических расстройств дисгармонизируют личность, не позволяют ей активно развиваться. Это может сказаться как на показателях учебной деятельности, так и на отношениях с близкими людьми. Проблемы детей-подростков чаще всего связаны с негативным мироощущением ввиду непонимания их трудностей родными. Поэтому так часто эти дети испытывают подавленное состояние, считают, что из многих сложившихся у них критических ситуаций нет выхода. При этом они, чаще всего, готовы идти на контакт с посторонним специалистом, если чувствуют расположение к себе и видят желание помочь. Как показывает практика, даже те дети, которые никогда не испытывали интерес к классическим музыкальным произведениям и рисованию, при правильном подходе педагога с удовольствием начинают заниматься. Остается только грамотно организовать цикл занятий.

Приемы арт-терапии, основанные на использовании разных видов творчества, позволяют сосредоточиться на индивидуальных проблемах эмоционального характера и дают возможность выбраться из сложных ситуаций. В нашей стране арт-терапевтическое направление только набирает обороты, тогда как в других странах эта система психологической помо-