

# РОБОТА З ГОЛОСОМ ЯК НЕВІД'ЄМНА СКЛАДОВА МУЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ СПЕКТРУ АУТИЗМУ

Роксоляна Призванська,  
асистент кафедри спеціальної освіти та соціальної роботи

*Там, де слова безсильні, з'являється у всій своїй красі,  
більш різнобарвна, різноманітна мова - музика  
П.І. Чайковський*

Вокалотерапія популярна у всьому світі, проте всупереч поширеній думці, такий метод використовується не тільки для покращення настрою, але і для лікування серйозних психічних розладів – страхів, неврозів, депресивних станів, а також для лікування дихальних шляхів і головних болів.

Наш голос звучить по-різному залежно від нашого фізичного стану, це пов'язано з тим, що навіть наші органи починають звучати інакше при хворобі; адже насправді близько 60-80% звукових вібрацій нашого голосу поглинаються внутрішніми органами, а назовні виходить лише 20-40%. Решта звукової хвилі вібрує всередині нас. Ці вібрації масажують внутрішні органи, стимулюючи та поліпшуючи їхню роботу. Завдяки вокалотерапії можна виправити порушення темпо-ритмічної сторони мовлення, заїкання, поліпшити звуковимову.

Вокальна діяльність відновлює фізичні сили дитини, адже в процесі співу розширюються судини, з організму виводиться молочна кислота, яка утворюється при значних фізичних навантаженнях. Спів також зміцнює імунну систему: регулярні заняття співом підвищують рівень імуноглобуліну та гідрокортизону – основних показників міцного імунітету. Грамотно проведені заняття з вокалотерапії позитивно впливають на кровообіг.

Короткий та глибокий вдих між музичними фразами миттєво насичує кров киснем, що, в свою чергу, сприяє покращенню діяльності серцево-судинної системи та показників крові. Також виконання вокальних вправ викликає такі зміни:

- стимулює прояв емоцій;



- знижує роздратованість;
- бадьорить і надає енергію;
- сприяє зміцненню нервової системи.

Методи вокалотерапії активно використовуються у всьому світі для лікування та профілактики як фізичних, так і психічних розладів: неврозів, фобій (нав'язливі, хворобливі страхи перед чим-небудь), депресії (особливо якщо вона супроводжується захворюваннями дихальних шляхів), бронхіальної астми, головних болів і ін. Завдяки вокалотерапії можна виправити порушення темпо-ритмічної сторони мовлення, заїкання, поліпшити звуковимову. Вокалотерапія відноситься до активної форми музичної терапії. *Вокалотерапія – це метод профілактики, лікування і реабілітації бронхолегеневих захворювань, охорони й постановки голосу.* Основою для вокалотерапії є пісня, а особливо – народна пісня. Слово «вокал» має латинське походження і означає «голос». Власне голос – унікальний засіб в усіх відношеннях. Основними фізіологічними компонентами природи голосу є звук і дихання. Саме музика та вокал як вид мистецтва впливає на людину завдяки засобам музичної виразності: висоті, гучності, тембру, довжині, темпу, способу звуковидобування та артикуляції. Людський голос базується на взаємодії ряду анатомічних пристосувань, що зазвичай називають голосовим апаратом:

- гортань, в якій містяться голосові зв'язки;
- бронхи, трахея та легені, а також черевні м'язи, м'язи тазового дна і діафрагма;
- ротова та носова порожнина;
- язик, зуби, губи, піднебіння.

Саме правильна взаємодія всіх перелічених компонентів і дає нам звучання, що називається людським голосом.

Робота з голосом є невід'ємною частиною музичної терапії дітей з особливостями розвитку. Фізіологічний розвиток «пісенного» голосу необхідний дитині, яка боязливо і невміло поводить себе зі звуками. Найзручнішим є момент, коли музика викликає в дитини природну реакцію: бажання видати звук, наспівати або промугикати щось про себе.

Для дітей з аутизмом характерний недорозвиток комунікативної сторони мовлення, ехолоалії, неологізми, схильність до автономної мови, відсутність або пізня поява в мові особових займенників. На думку В.В.Лебединського, у випадку дітей, які страждають на аутизм, доцільно говорити не про недорозвиненість, а про спотворення мовного розвитку. Адже, в той час як більшість передумов мови збережено, вона формується в умовах афективної дезадаптації дитини і неповноцінної комунікації.



Розлади розвитку мовлення є одним з кардинальних проявів дитячого аутизму. Л. Бендер (1952) описала характерне «дерев'яне» звучання мови аутистів, механічні модуляції голосу за наявності цього у патології. Діти з аутизмом часто мають дуже плоский, монотонний або високий, співучий голос такого типу, що не відображає їхні власні емоції, це підштовхує до думки, що дитина просто не вміє ним користуватися. М. Стаум (2009) стверджує, що засобами музичної терапії і вокалотерапії зокрема, можна досягнути ліквідації монотонної мови і здатності розмовляти «нормальним» голосом.

Починати краще з вокальних занять а не з мовлення, перш за все прислухаючись до кожного звуку, який здатна видати дитина, і відповідати їй на подібний манер. У дітей з аутизмом голос часто дивний, одноманітний, позбавлений гнучкості. Це можна поправити, допомагаючи дитині правильно дихати, тримати довгі звуки, підвищувати або понижувати тон, переходити з тональності в тональність, проспівуючи голосні, такі як «А» або «У». Можна підштовхнути дитину до усвідомлення вокального процесу, якщо в той час, коли вона співає, малювати лінію, що демонструватиме рух звуку. Лінія, яка виникає в дитини перед очима, являється метричним поданням звуку, який вона співає. Спостерігаючи за рухом ручки по листку паперу, дитина бачить співвідношення лінії з тривалістю ноти і її продовження до того часу, доки тягнеться звук. Часто малювання – це перший крок до розуміння музичних символів.

Для дітей, що мають порушення спектру аутизму розвиток мовлення має ключове значення. Він залежить перш за все від слухового сприймання, тому така важлива асоціація «музика-слова». Більшість дітей з аутизмом намагаються відшукати звук в безпосередньому оточенні, часом цей пошук виявляється в тому, що дитина шкрябає або стукає пальцями по якій-небудь поверхні. Ми повинні підштовхнути її до пошуку осмислених звуків, які можна видобути з різних предметів та різними способами. А потім допомогти їй відчувати, що вона сама може бути «інструментом» – творцем мелодійних звуків.

Допомога дітям і дорослим людям, які мають порушення спектру аутизму, вимагає не просто комплексного, а саме міждисциплінарного підходу внаслідок складної структури і хронічного перебігу даного порушення, що набуває характеру долі. До цієї долі повинні бути причетні як фахівці різного профілю, так і державні структури та суспільство загалом.