

Фархутдинова Светлана Гусмановна

канд. культурологии, доцент

Медведев Вера Викторовна

студентка

ФГБОУ ВО «Нижневартовский государственный университет»

г. Нижневартовск, ХМАО – Югра

МУЗЫКОТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО МУЗЫКАЛЬНО-ТВОРЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Аннотация: детская психика представляет собой фундаментальный элемент общего здоровья ребенка, определяющий успешность его адаптации к меняющимся условиям среды, познавательную активность, эмоциональную регуляцию и социальное взаимодействие. Однако ее ключевыми особенностями являются повышенная уязвимость по отношению к внешним и внутренним стрессовым факторам, а также склонность к быстрому истощению при отсутствии своевременной профилактики и поддержки. В условиях современного мира, характеризующегося высокими информационными и учебными нагрузками, широким распространением цифровых технологий и снижением доли свободной спонтанной активности, проблема сохранения детского психического здоровья приобретает особую остроту. В связи с этим особую актуальность приобретает поиск доступных, экономически необременительных и в то же время высокоэффективных методов, направленных на комплексную работу с ребенком. Приоритетными задачами выступают: комплекс музыкальных занятий направленных на укрепление адаптивных механизмов не только физического, но и психического благополучия ребенка.

Ключевые слова: музыкотерапия, дошкольное образование, эмоциональная отзывчивость, воздействие музыки, психоэмоциональное состояние, интегративные методы, арт-терапия, сказкотерапия, вокалотерапия, музыкальные занятия в ДОУ.

В практике дошкольного образования музыкотерапия выступает не только как лечебная процедура, но и профилактическая и развивающая стратегия. Как подчёркивает С.В. Шушарджан, музыкотерапия универсальная воспитательная система, способная оптимизировать процесс личностного развития человека. Концептуальность музыкотерапии, по мнению ученого, заключается в ее интегративном характере, она развивается на стыке дисциплин, среди которых музыкальная психология, музыковедение, педагогика, рефлексология, что позволяет решать ряд задач. Автор разработал методику вокалотерапии способной оптимизировать учебный процесс [10, с. 15]. Исследования В.М. Бехтерева подтверждают, что музыкотерапия нормализует эмоционально-поведенческую сферу и положительно влияет на развитие мыслительных функций. Подчеркивается практическая значимость музыки и ее влияния на человека и общества, автором было установлено, что на эмоциональное состояние личности можно влиять через внушение, особенно если это происходит в коллективе [7, с. 250–255]. По мнению Е.А. Поспеловой, музыкотерапия является эффективным и безопасным инструментом снижения тревоги у детей дошкольного возраста [9, с. 48].

Научным обоснованием в этом направлении послужили исследования Н.А. Бернштейна. Автор рассредоточивает сложный двигательный акт на составные компоненты организованных движений для регулирования действий и движений [3, с. 25]. Музыка воздействует через три основных фактора: вибрационный, физиологический и психический. Звуковые вибрации стимулируют обменные процессы на клеточном уровне, изменяют дыхательную, двигательную и сердечно-сосудистую функции, возвращая ребёнку чувство телесной свободы. Как отмечает Т. Ю. Киселёва, средства музыкальной арт-терапии эффективно регулируют психоэмоциональное состояние, гармонизируют внутренний мир и снимают нервное напряжение [6, с. 159].

Целью данной работы является теоретическое обоснование и демонстрация потенциала музыкальной терапии как эффективного метода развития детей дошкольного возраста в условиях учреждений дошкольного образования.

Методология: В качестве одного из таких перспективных и действенных методов предлагается музыкальная терапия. В работе использован комплексный теоретический анализ отечественной и зарубежной научно-методической литературы по проблеме музыкального воздействия на психоэмоциональное состояние детей. Рассматриваются основные направления музыкотерапии: рецептивная (пассивное восприятие музыки), активная (вокалотерапия, танцотерапия, музицирование) и интегративная (сочетание с арт-терапией, цветотерапией, сказкотерапией, психогимнастикой). Методологическую базу составили концепции В. И. Петрушина (эмоциональное моделирование настроения музыкой), нейрофизиологические исследования воздействия музыкального ритма на вегетативную регуляцию послужили научные исследования Ж-Э. Д Эскироля, а также здоровьесберегающие музыкальные технологии дошкольного образования Е. П Костиной.

В начале XIX века французским психиатром Ж-Э.Д. Эскиролем прослушивание музыки было введено в практику психиатрических клиник как оздоровительная терапия. Ж-Э.Д. Эскироль интуитивно стал использовать прослушивание музыкальных произведений в программы лечения, именно поэтому и предвосхитил развитие музыкотерапии как научного метода. Он считал, что музыка влияет на эмоциональное состояние, помогает нормализовать эмоциональный фон, устранить страхи и тревожные мысли. По мнению Эскироля, цель музыкотерапии – помочь каждому избавиться от страхов и тревожности, с помощью музыки возможно, по словам автора «раскрыть каналы» и использовать комплексную музыкальную терапию как инструмент «морального лечения» от негативных эмоций. У детей с повышенной тревожностью и чувствительностью подвержены негативным эмоциям (гнев, плаксивость и др.), эмоциональное состояние бесконтрольно и неустойчиво, оно блокирует естественный ход эмоциональных переживаний, в данном случае особенно необходимо урегулировать эмоциональное состояние и снизить уровень тревожности [11].

Игровой комплекс разработан из нескольких блоков тренировочных заданий, построенный на трёх ключевых компонентах музыкальности по методике Ветлугиной [4, с. 36–38].

Таблица 1

Соотнесение игрового комплекса и тренинга заданий с диагностическими компонентами музыкальности Н.А. Ветлугиной

Блок и название игры	Компонент диагностики Н. А. Ветлугиной	Что диагностируется
БЛОК 1 «Волшебные ворота»	Восприятие музыки	Способность вслушиваться в музыкальную фразу, чувствовать её начало и конец, синхронизировать дыхание с длительностью звука.
«Дождь и солнце»	Музыкально-ритмические движения	Умение передавать характер музыки телом, быстро реагировать на смену динамики и темпа, координировать движения
«На облаке»	Восприятие музыки + художественное творчество	Устойчивость слухового внимания (слушание длинной музыки); способность к воображению и вербализации образов (ассоциативное мышление)
БЛОК 2 «Зеркало настроений»	Восприятие музыки + музыкально-ритмические движения	Различение жанров и характера музыки через пластику; эмоциональная отзывчивость, переключаемость внимания
«Угадай, кто идет?»	Восприятие музыки + музыкально-ритмические движения	Различение темпа и ритмического рисунка; скорость двигательной реакции на смену музыки; координация
«Нарисуй музыку в движении»	Восприятие музыки + художественное творчество	Различение музыкальных штрихов (плавное / отрывистое); творческое воображение, ассоциативное мышление, перенос слуховых впечатлений в изобразительную деятельность

Примечание: составлено авторами на основе полученных данных в ходе исследования: Фархутдинова С. Г., Медведенко В.В.

При выполнении заданий авторами было установлено, что большинство дошкольников не справлялись с музыкальным материалом, их эмоциональная реакция зажата и статична, не всегда подтверждалась музыкальной адекватностью. Дети терялись в догадках при прослушивании незнакомых музыкальных фрагментов, из сюиты «Карнавал животных» К. Сен-Санса, затруднялись в демонстрировании ритма марша из Детского альбома П.И. Чайковского «Марш

деревянных солдатиков», «Марш солдатиков» из Альбома для юношества Р. Шумана, эмоциональный зажим и напряжение присутствовало у большинства детей.

Представленный комплекс игровых упражнений средствами музыкотерапии направлен на снятие дневного статического напряжения у детей, формирование умения «видеть» настроение в звуках, а также развитие слухового внимания.

Эмоциональное воздействие музыки позволяет использовать её в комплексную работу с детьми. Музыкотерапия применяется и в индивидуальной, и в групповой форме. Каждая из этих форм может быть представлена в трёх видах музыкотерапии:

Рецептивная музыкотерапия используется в работе с детьми имеющих эмоционально-личностные проблемы, конфликтные внутрисемейные отношения, переживающих состояние эмоциональной депривации, чувство одиночества, отличающихся повышенной тревожностью, импульсивностью. Занятия средствами рецептивной музыкотерапии направлены на моделирование положительного эмоционального состояния.

Восприятие ребёнком музыки помогает «шагнуть» из реальной жизни в другой, воображаемый мир, мир причудливых образов, настроений. В большом предваряющем слушание – рассказе педагог настраивает на восприятие определённой образной музыкальной картинки, затем мелодия как бы уводит слушателей от отрицательных переживаний, раскрывает ему красоту природы и мира.

В комплексной работе применяется интегративная музыкотерапия. Примером может быть синтез музыкального и наглядно-зрительного восприятия. Занятия строятся таким образом, что на них восприятие музыки сопровождается просмотром видеозаписей разнообразных картин природы. При этом ребёнку предлагается как бы «шагнуть» вглубь изображения – к звенящему прохладному ручью или на солнечную лужайку, мысленно поймать бабочек или расслабиться, лёжа на зелёной мягкой траве.

Активная музыкотерапия в работе с детьми используется в разных вариантах комплексной работы: вокалотерапия, танцетерапия, что дает возможность раскрыть внутренние зажимы психоэмоциональных состояний у детей и взрослых, имеющих невысокую самооценку, низкую степень самопринятия, сниженный эмоциональный тонус, проблемы в развитии коммуникативной сферы.

Например, В. Петрушин относится к числу современных исследователей, чей вклад в изучение музыкальной терапии считается весьма значительным. В своих работах он не только систематизировал теоретические подходы, но и через практические исследования, эксперименты и наблюдения смог доказать, что музыка оказывает прямое и измеримое воздействие на психоэмоциональное состояние детей, а также стимулирует их интеллектуальное развитие.

Согласно концепции В. И. Петрушина, мы можем использовать музыку как точный инструмент для работы с детскими эмоциями. Его подход предполагает, что сначала нужно подобрать музыку, которая созвучна внутреннему состоянию ребёнка, – даже если это состояние негативное, например, агрессия. Когда ребёнок слышит музыку, отражающую его чувства, это создает контакт и доверие. Затем, постепенно изменяя характер музыки – её ритм, тембр, мелодию, – можно мягко вести эмоции ребёнка от агрессии к спокойствию, от напряжения к расслаблению. Таким образом, музыка становится не просто фоном, а средством «переключения» эмоционального состояния, помогая ребёнку научиться управлять своими чувствами [8].

Например, Н. М. Гарипова в статье отмечает «О механизмах эмоционального воздействия музыки» [5].

Таблица 2

Матрица В.И. Петрушина

Способ воздействия	Название произведения	Автор	Время	Матрица В. И Петрушина
Моделирование настроения (при переутомлении и нервном истощении)	«Утро», «Полонез»	Э. Григ, Огинский	2–3 мин 2–4 мин	«Утро» Э. Григ – Мажор, Медленный/Умеренный. Характер: Умиротворение, светлая радость, пробуждение природы, спокойствие; «Полонез» М. Огинский –

				Минор, Умеренный. Характер: Патриотическая скорбь, благородная грусть, драматизм, торжественное воспоминание
При меланхолическом настроении	«К радости», «Аве Мария»	Л. Ван Бетховен, Ф. Шуберт	4 мин 4–5 мин	«К радости» Л. ван Бетховен (финал 9-й симфонии) – Мажор, Быстрый. Характер: Всеобщее ликование, триумф, мощь, безудержная радость, единство. «Аве Мария» Ф. Шуберт – Минор (с мажорными просветами), Медленный. Характер: Умиротворение, благоговение, чистота, светлая печаль, молитвенность
При выраженной раздражительности, гневности	«Хор пилигримов», «Сентиментальный вальс»	Р. Вагнер, П. Чайковский	2–4 мин 3–4 мин	«Хор пилигримов» Р. Вагнер – Минор, Медленный/ Торжественный. Характер: Суровая величавость, скорбь, духовное шествие, смирение. «Сентиментальный вальс» П. Чайковский – Минор, Медленный. Характер: Нежная грусть, светлая печаль, ностальгия, лирическое размышление
При снижении сосредоточенности, внимания	«Времена года», «Лунный свет», «Грёзы»	П. Чайковский, К. Дебюсси, Р. Дебюсси	2–3 мин 2–3 мин 3 мин	«Времена года» П. Чайковский Например, «Баркарола» (Июнь) – Минор, Медленный: Спокойная грусть, мечтательность. «Жатва» (Август) – Мажор, Быстрый: Радость, веселье, энергия. «Лунный свет» К. Дебюсси – Целотоновая гамма/нечеткая тональность, Медленный. Характер: Таинственность, мечтательность, зыбкий ночной пейзаж. «Грёзы» Р. Шумана (вероятно, имеется в виду) – Минор, Медленный. Характер: Нежность, задумчивость, светлая меланхолия, лирические грезы

Расслабляющее воздействие	«Пастораль», «Соната до мажор» (ч 3), «Лебедь»	Бизе, Лекана, Сен- Санс	3 мин 3–4 мин 2–3 мин	«Пастораль» Ж. Бизе – Мажор, Умеренный. Характер: Идиллия, безмятежность, сельский пейзаж, спокойная радость. «Соната до мажор» (ч. 3) Дж. Леклера – Мажор, Быстрый. Характер: Жизнерадостность, энергия, изящество, виртуозная легкость. «Лебедь» К. Сен-Санс – Минор, Медленный. Характер: Благородная грация, печаль, умиротворение, плавность
Тонизирующее действие	«Чардаш», «Кумпарсита» , «Аделита», Шербургские зонтики»	Монти, Родригес, Пурсело, Леграна	2–3 мин 3 мин 2–3 мин 3–4 мин	«Чардаш» В. Монти – Смешанный (начинается с медленного минора, переходит в быстрый мажор). Часть Lassan – Минор, Медленный: Патетическая скорбь, драма. Часть Friska – Мажор, Очень быстрый: Необузданное веселье, страсть, вихревой танец. «Кумпарсита» Х. Родригес – Минор, Умеренный (в ритме танго). Характер: Страсть, драматизм, тоска, томление. «Аделита» Ф. Пурсолл (исп. труба) – Минор, Медленный. Характер: Элегическая печаль, нежность, лирическое размышление. «Шербургские зонтики» М. Легран – Минор, Медленный/Умеренный. Характер: Лирическая грусть, ностальгия, романтическая меланхолия

Помимо обычного прослушивания музыки (пассивная форма музыкотерапии) специалисты рекомендуют использовать и множество активных приемов, заданий и упражнений, которые можно использовать в комплексной работе с детьми: метод арт-терапии, метод цветотерапии, элементы сказкотерапии, игротерапия, психогимнастические этюды и упражнения, вокалотерапия, прием му-

зицирования на детских шумовых и русских народных музыкальных инструментах.

На музыкальных занятиях представляется обзор различных терапевтических методов, которые активно и успешно применяются в работе с детьми. Каждый из методов не только интересен детям, но и решает конкретные развивающие и коррекционные задачи.

1. Арт-терапия.

Это не занятие по изобразительному искусству с целью научить рисовать. Это процесс проекции внутреннего мира, «озвученного» музыкой, на материальный носитель (бумагу, глину). Ребенок переводит невербальный язык музыки (ее тембр, темп, динамику) на язык цвета, формы и линии. Главное – не эстетический результат, а акт выражения и последующее осмысление [1].

Метод служит безопасным «выходным клапаном» для сложных эмоций (тревоги, страха, гнева), которые ребенку трудно назвать словами. Он развивает эмоциональный интеллект – умение распознавать и дифференцировать свои чувства. Совместное создание работы сплачивает группу, учит невербальному взаимодействию, согласованию действий и уважению к вкладу другого. Также активно развивается мелкая моторика и сенсорная интеграция (ощущение материалов: текучесть краски, податливость пластилина).

Занятие «Шумовой портрет дождя и солнца». Сначала дети слушают два контрастных фрагмента: например, «Гроза» из «Времен года» Вивальди (беспокойные, отрывистые, низкие звуки) и «Утро» Э. Грига (светлые, плавные, высокие звуки). Обсуждаем: какая музыка похожа на дождь, а какая на появляющееся солнце? Какие цвета у дождя? (серый, синий, фиолетовый, черные брызги), а у солнца? (желтый, оранжевый, золотой). Затем детям раздают большие листы, гуашь и необычные инструменты: зубные щетки для разбрызгивания «капель», губки для создания «туч», целлофановые пакеты, чтобы штамповать «тяжелые облака», а для солнца – поролоновые круги и кисти для мягких лучей. Под соответствующую музыку дети создают абстрактную работу, где одна половина листа – «дождь», а вторая – «солнце». В конце можно спросить: «Какое настро-

ение было у твоего дождя? А солнце тебе помогло его изменить?». Так через творчество проживается и трансформируется эмоциональное состояние.

2. Цветотерапия.

Это *сознательное использование цвета как невербального языка для управления психофизиологическим состоянием*. Цвет здесь – не просто украшение, а активный участник, который, сочетаясь с музыкой и движением, усиливает терапевтический эффект. Ребенок учится распознавать, как разные цвета влияют на его самочувствие, и использовать это как инструмент саморегуляции.

Метод отлично корректирует *эмоциональный фон*: успокаивает гиперактивных детей (через работу с синими, зелеными оттенками) и мягко активизирует пассивных, апатичных (через красный, оранжевый, желтый). Он тренирует *избирательное внимание и скорость реакции* в играх, где нужно действовать по цветовому сигналу. Развивает *ассоциативное мышление* (красный = энергия, огонь, праздник; синий = глубина, покой, прохлада). Способствует *социализации* через командные игры с цветовыми атрибутами.

Игра «Эмоциональный светофор». Музыкальный руководитель заранее договаривается с детьми о «цветовом коде»:

– *красный* – эмоция «радость, энергия». Музыка – бодрая, маршеобразная (например, «Турецкий марш» Моцарта). Движения – прыжки, активные взмахи руками, «салют» из красных лент;

– *желтый* – эмоция «любопытность, удивление». Музыка – извилистая, с паузами, загадочная («Шутка» Баха). Движения – на цыпочках, повороты головы, жесты «ах!», «ой!» с желтыми платочками;

– *синий* – эмоция «покой, грусть». Музыка – медленная, лирическая («Адажио» Альбини). Движения – плавные, покачивания, «убаюкивание» синего шарфика. Музыкальный руководитель показывает цветную карточку или включает свет определенного цвета (если есть оборудование) и ставит соответствующую музыку. Дети, ориентируясь и на цвет, и на звук, начинают двигаться, выражая заданную эмоцию. Игра учит осознанному переключению между разными состояниями.

3. Сказкотерапия.

Это использование сказочного нарратива и роли как безопасной «обертки» для проживания сложных ситуаций и эмоций. Подобранный музыка становится «звуковым костюмом» героя, а сюжет – моделью, в которой можно найти решение проблемы. Ребенок не просто играет роль, он «примеряет» на себя новые модели поведения, справляется со страхами и конфликтами в условном, защищенном пространстве сказки.

Метод эффективно снижает тревожность и страхи (страх темноты, одиночества, новых ситуаций), позволяя встретиться с «монстром» в лице условного Волка или Бабы-Яги и победить его с помощью «волшебной» музыки или сплоченности команды. Развивает эмпатию – чтобы сыграть зайчика, нужно понять, что он чувствует, когда боится. Формирует коммуникативные навыки: умение договариваться, слушать партнера, действовать сообща для достижения общей цели в сюжете. Активизирует воображение и образное мышление.

Сказка-импровизация «Потерянный ритм». Музыкальный руководитель начинает рассказ: «В Волшебном лесу пропал Главный Ритм. Без него все звуки перепутались: птицы стали петь медленно и тяжело, как медведи (звучат низкие звуки барабана), а ручей застыл и не журчит. Жителям леса (детям) нужно отправиться на поиски». Каждому ребенку (или паре) дается инструмент и роль: Птички – треугольник, Ручеек – металлофон, Медведь – барабан, Ветер – флейта или шуршалка. Музыкальный руководитель ведет повествование: «Вышли герои на полянку и увидели Мост через пропасть. Чтобы пройти, нужно повторить ритмичный узор (педагог отбивает простой ритм)». Дети вместе повторяют ритм на своих инструментах. «А дальше была пещера, где жил Гном-молчун. Чтобы он заговорил, его нужно рассмешить самой смешной и нестройной музыкой!». Дети импровизируют шумную, хаотичную музыку, что является прекрасной эмоциональной разрядкой. В конце, найдя Ритм (например, бубен), все вместе играют слаженную, веселую мелодию, восстанавливая гармонию. В этой истории дети проживают и преодоление препятствий, и разрешение конфликта (развеселить гнома), и радость от общего успеха.

4. Психогимнастика и игротерапия.

Это система специальных упражнений, игр и этюдов, где основным инструментом выражения и изменения состояния становится собственное тело ребенка. Музыка здесь задает ритм, настроение и границы активности. Метод учит ребенка «считывать» сигналы своего тела (напряжение, расслабление) и сознательно ими управлять.

Это ключевой инструмент для снятия психоэмоционального и мышечного напряжения, что особенно важно для тревожных и зажатых детей. Учит распознаванию и выражению эмоций через мимику и пантомимику (не только словесно сказать «я злюсь», но и показать эту злость телом, а затем – «превратить» ее в другое состояние). Тренирует произвольное внимание, самоконтроль и торможение («замри-отомри»). Корректирует поведенческие проблемы: через правила игры ребенок усваивает нормы взаимодействия, а в контактных играх учится управлять силой, быть аккуратным с другими.

Игра «Марионетки и Кукольник». Дети делятся на пары. Один – «Кукольник», другой – «Марионетка». Звучит плавная, загадочная музыка (например, «Волшебная страна» из детского альбома). «Кукольник» с помощью невидимых ниточек (легких прикосновений к плечам, рукам, голове партнера) «управляет» марионеткой, которая двигается плавно, с закрытыми глазами, полностью доверяя ведущему. Затем роли меняются. Это упражнение фантастически развивает доверие, чувствительность к невербальным сигналам другого человека и умение как вести, так и следовать. После игры обязательно обсуждение: «Каково было быть марионеткой? Было страшно? А каково было быть Кукольником – чувствовал ли ты ответственность за партнера?». Это глубокая метафора взаимоотношений и доверия.

5. Вокалотерапия.

Это целенаправленное использование возможностей собственного голоса и дыхания как инструмента для гармонизации физического и эмоционального состояния. Акцент смещается с качества исполнения (чистоты интонирования) на ощущения: вибрацию в теле, глубину дыхания, эмоциональный посыл.

Регулярное пропевание гласных на длинном выдохе – отличная профилактика респираторных заболеваний и укрепление дыхательной системы. Работа с диафрагмой массирует внутренние органы. Стабилизирует эмоциональное состояние: коллективное пение жизнеутверждающих песен создает мощный позитивный настрой, чувство единства, а спокойные распевки действительно умиротворяют. Повышает самооценку: голос – это очень личное, и умение им управлять дает уверенность. Развивает фонематический слух и артикуляцию.

Заключение.

Каждый из блоков решает свои специфические задачи: первый направлен на снятие физического напряжения и развитие слухового внимания, второй на формирование эмоционального интеллекта и ассоциативного мышления.

Практическая значимость материалов подтверждается их универсальностью: они могут использоваться как в полном объёме (в виде цикла из нескольких занятий), так и фрагментарно: отдельные игры и задания легко включаются в любую часть музыкального занятия.

Регулярное применение описанных техник способствует снижению уровня тревожности, снятию мышечных зажимов, развитию эмпатии и укреплению групповой сплочённости. Таким образом, музыкотерапия, интегрированная в повседневную образовательную практику, становится эффективным и естественным инструментом сохранения психофизического здоровья дошкольников, помогая им гармонично расти и развиваться в современном мире.

Список литературы

1. Арт-терапия / сост. и общ. ред. А. И. Копытина. – Санкт-Петербург : Питер, 2001. – 315 с.
2. Бехтерев, В. М. Психология и педагогика. Избранные труды / В. М. Бехтерев. – Москва : Юрайт, 2018.
3. Бернштейн, Н. А. Физиология движений и активность / Н. А. Бернштейн ; под ред. И. М. Фейгенберга. 2-е изд., стер. – Москва : Наука, 1990. – 496 с. – URL: <https://djvu.online/file/XUjl8wcEOfwf> (дата обращения: 23.06.2026). – Текст : электронный.

4. Методика музыкального воспитания в детском саду : по спец. 03.08 «Дошк. воспитание» / Н. А. Ветлугина, И. Л. Дзержинская, Л. Н. Комиссарова [и др.]; под ред. Н.А. Ветлугиной. 3-е изд., испр. и доп. – Москва : Просвещение, 1989. – 269 с. – URL: <https://ecat.mpgu.info/Opac/index.php?url=/notices/index/IdNotice:177619/Source:default> (дата обращения: 23.06.2026). – ISBN 5-09-000902-3. – Текст : электронный.

5. Гарипова, Н. М. О механизмах эмоционального воздействия музыки / Н. М. Гарипова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. – 2011. – № 2. – С. 7.

6. Киселева, Т. Ю. Социально-педагогический потенциал программы педагогической арт-терапии «Арт-гармония» / Т. Ю. Киселева, В. А. Беловолов // Сибирский педагогический журнал. – 2009. – № 9. – С. 156–164. – DOI 10.15293/1813–4718.

7. Костина, Е. П. Музыкальная терапия как здоровьесберегающая технология в ДОУ / Е. П. Костина // Дошкольная педагогика. – 2010. – № 6 (55). – С. 25–27.

8. Петрушин, В. И. Музыкальная психотерапия: Теория и практика : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В. И. Петрушин. – Москва : Владос, 2000.

9. Пospelова, Е. А. Роль музыкальной терапии в работе с тревожностью у детей дошкольного возраста : выпускная квалификационная работа / Е. А. Пospelова; науч. рук. И. В. Чебыкина. – Екатеринбург : Уральский государственный педагогический университет, 2025. – 91 с. – URL: <https://elar.uspu.ru/handle/ru-uspu/67897> (дата обращения: 23.06.2026). – Текст : электронный.

10. Шушарджан, С. В. Руководство по музыкотерапии / / С. В. Шушарджан. – Москва : Медицина, 2005. 478 с. – ISBN 5–225–04262–7. – URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01002704073> (дата обращения: 23.06.2026). – Текст : электронный.

11. Эскироль, Ж.-Э. Д. Психические болезни, рассмотренные в медицинском, гигиеническом и медико-правовом отношениях [Des maladies mentales considérées sous les rapports médical, hygiénique et médico-légal]: в 2 т. / Ж.-Э. Д. Эскироль; пер. с фр. – Париж: Изд-во Ж.-Б. Байера, 1838. – Т. 1–2.