**Статья «Лечить не вылечивая»**

**как музыка помогает детям с аутизмом**

По [данным](http://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders) Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), аутизм встречается у одного ребенка из 160. Людям с расстройствами аутистического спектра (РАС) часто бывает трудно понимать окружающих, а окружающие не всегда могут понять их поведение. Лекарства от РАС не существует, но человеку даже с самыми тяжелыми симптомами аутизма можно помочь. Адам Окельфорд — британский музыкант и ученый, который почти полвека учит особенных детей развивать навыки общения с помощью игры на фортепиано.

Адам Окельфорд

Есть много подходов, которые используют для помощи детям и взрослым с аутизмом. В последние годы ученые все чаще обращают внимание на то, как на людей с ментальными особенностями влияет музыка: опыт многих специалистов показывает, что игра на музыкальных инструментах может стать для них не только способом общения, но и раскрыть настоящий творческий потенциал.

Музыкант и профессор [Университета Рохэмптона](https://pure.roehampton.ac.uk/portal/en/persons/adam-ockelford(14d99d62-d4f5-499e-acf5-c14135f5d3aa).html/) в Лондоне Адам Окельфорд практикует этот подход уже больше 40 лет. В 1983 году Окельфорд окончил Голдсмитский колледж и получил степень доктора музыки. Тогда же он выдвинул свою Zygonic Theory, из которой следует, что основная организующая сила в музыке — подражание, имитация. Эта концепция легла в основу его научных работ и музыкальной терапии.

Сейчас Адам — руководитель Общества исследований образования, музыки и психологии (SEMPER) и председатель правления благотворительных организаций Soundabout и AMBER-Trust.



***Адам Окерфольд***

Впервые заниматься музыкой с особенными детьми профессор начал в студенческие годы, когда учился в Королевской музыкальной академии. Он обучал музыке сына хозяйки квартиры, где тогда жил. Во время занятий Окельфорд обратил внимание на то, что некоторые дети с особенностями имеют действительно незаурядные способности.

Речевые навыки у детей с аутизмом часто соответствуют возрастным нормам, но иногда развиваются с нарушениями: ребенок может заговорить позже остальных, медленнее накапливать словарный запас, а иногда не разговаривать вообще. По словам Окельфорда, в таких случаях мозговые системы, которые отвечают за восприятие музыки (в отличие от тех, что отвечают за язык и речь), у детей с аутизмом работают без каких-либо отставаний. А занятия музыкой, в свою очередь, могут помочь выстроить необходимый «мостик» между нормально функционирующими «музыкальными» и поврежденными «речевыми» системами. Так музыкальная терапия помогает установить детям недостающие причинно-следственные связи, понять мир через музыку.

Занимаясь своими исследованиями, Окельфорд заметил интересную особенность: люди с аутизмом воспринимают музыку немного иначе, как бы «снизу вверх». Каждая нота в отдельности и структура композиции для них важнее того, как звучит мелодия. Структура музыкальных звуков как бы заменяет им обычный язык.

Более того, ребенок с РАС может воспринимать как музыку любые звуки окружающего мира, например, свист чайника или гул машины. В этом и кроется секрет терапии. Она, как говорит Окельфорд, помогает формировать восприятие «себя» и «другого».

Адам не называет свою методику лекарством от аутизма. Но опыт показывает, что во многих случаях с ее помощью можно установить контакт с ребенком.

Дерек Паравичини

Один из самых известных учеников Адама Окельфорда — Дерек Паравичини, от рождения незрячий молодой человек с аутизмом. Он родился на три с половиной месяца раньше положенного срока. Кроме слепоты, у мальчика почти сразу обнаружили и серьезные проблемы в развитии. Когда ребенку было полтора года, ему дали игрушечное пианино. А спустя несколько месяцев он самостоятельно осваивал аккорды и даже играл мелодии.

Впервые профессор встретился с Дереком, когда тому было четыре с половиной года. Окельфорд увидел, что в попытках четко воспроизвести каждый звук мальчик играет, двигаясь всем корпусом — вплоть до носа. «Это было похоже на каратэ», — признается Адам. Поначалу Дерек весьма ревниво относился к своему инструменту и каждый раз отпихивал учителя. Но в итоге мальчик сдался и позволил Окельфорду обучать себя.

За несколько лет талант Дерека перерос в настоящее мастерство. Многие выдающиеся музыканты не смогли бы так виртуозно и бегло сыграть «Полет шмеля», как это удается этому незрячему молодому человеку с аутизмом. Окельфорд и Паравичини объехали с концертами и лекциями полмира.

На выступления Дерека Паравичини приходят сотни и тысячи людей. У него даже есть своя джазовая группа — Derek Paravicini Quartet. При этом Дереку все еще трудно делать некоторые самые простые вещи: например, самостоятельно одеваться. Но музыка подарила ему ключ к социализации.

Федя Назаров

Федя Назаров — еще один юный ученик Адама Окельфорда. Феде пришлось буквально бороться за жизнь: мальчик родился с черепно-мозговой грыжей. Позже у него обнаружили и аутизм.

Когда Феде было два года, родители распознали в нем склонность к музыке. С ним стала заниматься преподавательница его старшей сестры. Спустя несколько лет семья Феди услышала историю Дерека Паравичини, и тогда они решили написать Окельфорду.

По словам мамы Феди, Вероники Назаровой, Адам моментально «заговорил» с мальчиком на рояле — подыгрывал ему, задавал вариации, смешные пассажи, повторы в других тональностях. «Специалисты говорят, что импровизация — в самой сути музыки. Не было до нотной записи никаких неизменных музыкальных произведений. Музыка — это язык, а мы ведь не говорим заученными текстами», — рассуждает Вероника.

В работе с ребенком Адам не придерживается какой-то определенной методики. Тем не менее его подход к музыкальной терапии основывается на нескольких принципах. Например, он не заставляет детей монотонно выполнять задания: больше шутит с ними, разучивает новые приемы через игру. Кроме того, Окельфорд — один из немногих преподавателей, которые учат играть на инструменте «с рук», не заставляя зубрить перед этим ноты. По его мнению, владение нотной грамотой придет у ребенка со временем, а может и не прийти вовсе.

Сейчас Федя Назаров уже выступает перед публикой, причем играть на концертах ему нравится даже больше, чем дома. Многие люди с аутизмом плохо переносят шум, но Федя перед публикой чувствует себя особенно уверенно и любит аплодисменты.

Пока этот материал готовился к публикации, Федя научился читать ноты и теперь с увлечением по ним играет. К сожалению, большинство музыкальных школ пока не готовы принимать таких учеников: многие и рады были бы видеть детей с такими способностями, как у Феди, но пока в системе образования нет маршрута, чтобы разрабатывать индивидуальные программы.

Его маму вдохновляет судьба «собрата» Феди по учителю — Дерека, но она не строит за сына планы на будущее: кто знает, что ждет юного музыканта. «Одно понятно: у него большой талант, который нужно всячески развивать. Музыка будет большой частью его жизни, это очевидно. А вот какую это примет форму, поживем-увидим», — говорит Вероника. Она не исключает, что увлечение сына музыкой «вытянет» и другие его способности. «Когда-нибудь, как знать, дастся ему и всем прочим знакомая алгебра», — надеется мама Феди.

«Лечить, не вылечивая»

Истории двух одаренных музыкантов, которые, несмотря на все трудности, смогли развить свой талант, показывают, какое сильное влияние музыка может оказать на человека. Но полностью нормализировать коммуникативные навыки людей с РАС, увы, невозможно.

«Мы привыкли это делать с большим количеством расстройств — лечить, не вылечивая», — говорит детский психиатр, эксперт фонда «Выход» Елисей Осин. «При аутизме, как и при других похожих расстройствах, специалистам нужно работать над качеством жизни, над адаптацией и над тем, чтобы такие люди просто чувствовали себя хорошо», — продолжает специалист.

По словам Осина, способов улучшить жизнь особенного человека довольно много. Все их можно разделить на четыре направления. Первое из них — помочь ребенку сформировать те навыки, которые затрудняет РАС. Вторая задача — постараться облегчить симптомы РАС, которые в каждом конкретном случае могут выражаться по-разному. Третье направление помощи заключается в том, чтобы избавиться от сопутствующих аутизму расстройств — например, проблем со сном и пищеварением. Последним направлением должна стать помощь семье особенного ребенка со стороны государства и общества.

*Редакция RTVI благодарит фонд «Выход» за помощь в создании этого материала. Сделать пожертвование и помочь людям с аутизмом в России вы можете*[*по этой ссылке*](https://bit.ly/2HRRQrK)*.*

*Автор:*[*Анна Рязанова*](https://rtvi.com/team/anna-ryazanova/)