

ВПЛИВ МУЗИКИ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ДУШІ

Вінницький національний технічний університет;

Анотація

Проведено аналіз впливу музики на психічний стан людини.

Ключові слова: музика, музичний вплив, людська психіка, музична терапія .

Abstract

The analysis of influence of music on a mental condition of the person is carried out.

Keywords: music, musical influence, human psyche, music therapy.

Вступ

Проблема реалізації виховного, розвивального впливу мистецтва на становлення особистості є однією з фундаментальних в теорії і практиці педагогіки. Виражаючи думки та емоції людини, музика служить засобом спілкування людей та впливу на їх психіку, формування духовного світу людини, закономірності гармонізації її життя. Тому мета дослідження з'ясувати яким чином музика впливає на емоційний стан людини і стає частиною музикотерапії.

Результати дослідження

Найважливішими особливостями музичного мистецтва є здатність заспокоювати, знімати стресовий стан людини, надихати її на творчу працю, активізувати дійову активність, формувати емоційну стійкість, а також і лікувати. Численні експерименти зарубіжних і вітчизняних вчених показали, що прослуховування, наприклад, творів класичних композиторів сприяє швидкому засвоєнню інформації, нормалізації мовних функцій.

Особливе значення музики, як засобу впливу на свідомість, було відоме з прадавніх часів. Музика розглядалася як магічний засіб впливу на психіку при первісному ладі. Так, відомі спроби тлумачення впливу музики на психіку людини у стародавньому Китаї, Єгипті, Індії та інших країнах. Загальновідомою є роль культової музики у формуванні містико-теологічних поглядів середньовіччя та інших культурно-історичних періодів. Пізніше особливий вплив на людину мала класична музика, особливо у живому виконанні.

Сьогодні значна частина дослідників також звертає увагу на позитивний вплив класичної музики на фізичний та психічний стан людини, на здоров'я хворих людей. Жива музика композиторів - класиків допомагає позбутися депресивних станів, стресів, тривог, переживань і страждань, які негативно впливають на процес одужання.

Музика володіє силою емоційного впливу на людину, передбачаючи роботу уяви, творчу активність суб'єкта сприйняття. Емоції - це об'єктивно існуюче явище природи, вони супроводжують все життя людини і допомагають визначити корисність і шкідливість зовнішніх і внутрішніх ситуацій, які утворились в цей момент. Емоції також є способом взаєморозуміння, взаємодії, особистісно-соціального спілкування людей, без цього світ людей перетворився би у світ бездушних роботів, позбавлених всієї гами людських переживань і нездатних зрозуміти ні суб'єктивних наслідків всього, що відбувається у зовнішньому світі, ні значення своїх власних вчинків.

Так як дослідники відносять людину до розряду істот емоційно-соціальних, пояснюючи, що саме емоції утворюють первинну мотиваційну систему людини, тому пропонують навчати та виховувати людину через переживання. Деякі дослідники, навіть стверджують, що емоції – є ознакою людяності, за допомогою яких людина сприймає загальнолюдські цінності, а також є стимулом для самовдосконалення людини[1].

Деякі дослідники акцентують увагу на заспокійливий вплив на людину класичної музики. Вона розвиває здатність до візуалізації, народжуючи в уяві слухача зорові образи. Звук музики являє собою поздовжню хвилю, яка має свою мірність. Через зміни мірності макропространства відбуває-

ться перерозподіл первинних матерій, а слідом за ними - і людини, яка знаходиться в зоні дії звукових хвиль. У зв'язку з цим звуки надають максимальний вплив на астральне тіло людини чим зумовлюють і лікувальний ефект.

Цікавими в цьому плані є дослідження науковців щодо музикотерапії. Сьогодні музикотерапія розглядається як одна з психотехнік, яка покликана гармонізувати психічне життя людини. Як відомо ще античні філософи рекомендували музику як панацею для тіла і душі. У Стародавньому Єгипті під музику приймали пологи. У Стародавній Індії її використовували як спосіб загоєння ран. Авіцена лікував музикою психічно хворих. Гипократ зціляв нею безсоння, Ескулап – емоційні розлади. Давньокитайські лікарі вважали, що музикою можна вилікувати будь-яку хворобу і виписували музичні рецепти.

У середньовічних університетах музику також використовували в освітньому процесі. Концепція гуманної музики уособлювало гармонію психічного та фізичного станів людини. В університетах музику вивчали як дисципліну до XIX ст. З XIX ст. музику почали використовувати в психіатричних закладах. У XX ст. звертали увагу на позитивні впливи музики на фізіологічні процеси. А з середини XX ст. музична терапія розвивалась як окрема індустрія.

З другої половини XX ст. музикотерапія оформилася в декілька шкіл. Шведська школа розглядала концепцію психорезонанса. Музика здатна проникнути в глибинні пласти людської свідомості, які можуть вступати в резонанс з озвученою музичною гармонією і проявлятися для аналізу і розуміння. Американська школа використувала ідею традиційного психоаналізу. Під час сеансу психотерапевт за допомогою музики доводить пацієнта до катарсисної розрядки і цим полегшує його стан. У зв'язку з цим великого значення має добірка музичних творів, що викликають необхідні переживання. Наприклад, від дратівливості неврозів допомагає музика Чайковського. Від мігрені - "Весняна пісня" Мендельсона, "Гуморески" Дворжака, "Американець в Парижі" Гершвіна. Головну біль знімає "Полонез" Огінського, нормалізує сон - сюїта "Пер Гюнт" Гріча. Кров'яний тиск і серцеву діяльність нормалізує "Весільний марш" Мендельсона. Піднімає настрій і позбавляє від депресії - джаз, блюз.

Особлива роль у розвитку музикотерапії належить паризькій школі професора Альфреда Томатіса, який звернув увагу на цілющу ефективність музики Моцарта. . Тому у деяких лікарнях за допомогою музичних композицій Моцарта проводять спеціальні курси лікування від різних захворювань. А російський дослідник В. Елькін, об'єднав музикотерапію з кольородіагностикою М.Люшера для лікування певних психологічних проблем. Також є дуже популярним новий напрям музикотерапії – астромузіка, основою якої – є твердження, що музика впливає на підсвідомість людини. За допомогою звуків людина навіть здатна позбавлятися певних якостей власного характеру, стилю відносин у житті[2].

Висновки

Таким чином, музична терапія широко використовується з метою надання соціально-психологічної допомоги та підтримки тим, хто відчуває самотність, невпевненість в собі, певні комплекси. Класична музика використовується як профілактика ряду соматичних захворювань, а також як засіб полегшення страждань, реабілітації після перенесених захворювань чи травм.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Кадыров Р.Г. Музыкальная психология : учеб. пособие / Р.Г. Кадыров. – Симферополь, 2011. – 118 с.; Бірюк А. С. Вплив музики на емоційний стан людини URL: http://www.ndu.edu.ua/storage/styd_visnuk/visnuk_stud_tov_19_2018.pdf#page=348
2. Терентьева Н.О. Терапевтический вплив музики: історико-методичний аспект. Педагогічні науки. Збірник наукових праць. Випуск LXXIX. Том2 2017. С. 46-50.

Серединська Ірина Вячеславівна — студентка групи ЕКО-196, інститут екологічної безпеки та моніторингу довкілля, Вінницький національний технічний університет, Вінниця, e-mail: seredynskairka@gmail.com

Зінко Олена Василівна — канд. істор. наук, доцент кафедри суспільно-політичних наук, Вінницький національний технічний університет, e-mail: zinko-ov@ukr.net

Seredynska Iryna V. - student of ECO-19b group, Institute of Ecological Safety and Environmental Monitoring, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, e-mail: seredynskairka@gmail.com

Zinko Olena V. - Candidate of Historical Sciences, Associate Professor of the Department of social and political sciences, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, e-mail: zinko-ov@ukr.net

