

Влияние музыки на человека и окружающий мир

Юшкова Елена Михайловна

учитель музыки

КГУ "Школа-гимназия №40 имени Алпамыс Батыра"

Сретинский Виталий

ученик 6 класса

КГУ "Школа-гимназия №40 имени Алпамыс Батыра"

Цель моей работы: влияние музыки на человека и окружающий мир.

Гипотеза: музыка благотворно влияет на настроение и самочувствие человека.

Объект исследования: различные направления музыки и их влияние на человека и окружающий мир.

Предмет: Музыка

Задачи:

1. Изучить теоретические вопросы темы (влияние разных направлений музыки на самочувствие человека)
2. Выбрать направления музыки, которые буду изучать.
3. Провести анкетирование и проанализировать, как воспринимают школьники музыку разных направлений.
4. Провести Музыкальный эксперимент среди одноклассников.
5. Влияние классической музыки на умственные способности учащихся.

Кто музыки не носит сам в себе,

Кто холоден к гармонии прелестной,

Тот может быть изменником, лгуном...

Темны, как ночь, души его движенья

И, как Эреб, черна его приязнь.

Такому человеку - не доверяй...

Эти строки о музыке написал У.Шекспир.

Происхождение музыки. Музыка (греч. Musa - муза). Музыка вид искусства, который воздействует на человека посредством звуковых образов, отражающих его различные переживания и окружающую жизнь. Изучив литературу, я узнал несколько предположений об истории возникновения музыки.

1. Музыка подарок Богов. Древние греки считали, что музыку людям подарили Боги. Если посмотреть на их покровителя искусства Аполлона, то можно заметить, что его часто изображали с музыкальным инструментом.

2. Музыка как инструмент первых людей. Эта теория возникновения музыки подразумевает использование первых мелодий и звуков для бытовых целей: первые напевания матерей, чтобы укачивать засыпающих детей; страшные скрежеты костей о камни, чтобы отпугнуть зверей, первые пастухи

использовали протяжные мотивы для того, чтобы управлять стадами.

3. История музыки по версии «Википедии». Статья в Википедии рассказывает о том, что музыка появилась в Африке 50 тысяч лет тому назад. Началось всё с простых ритмов, и постепенно обростала новыми звуками.

Влияние разных направлений музыки на самочувствие человека. Что касается стилей и направлений музыки, то здесь не все так просто. С одной стороны, человек должен слушать ту музыку, которая ему по душе, с другой стороны, исследования ученых говорят о том, что различные направления музыки способны воздействовать на физическое и эмоциональное состояние человека по-разному.

Как музыка помогает человеку и влияет на его состояние? Влияние классической музыки уже давно доказано учёными, существует огромное количество экспериментальных подтверждений, что классическая музыка благотворно влияет на организм человека. Выясним, как она влияет на человека, а именно попытаемся понять, какое влияние музыка оказывает на психику человека, на его настроение, здоровье и самочувствие, способствует ли она каким-нибудь образом достижению человеком жизненных успехов. Положительное влияние музыки на человека (и на все живое) на самом деле факт, уже неоднократно доказанный многочисленными экспериментами ученых из различных стран.

Как музыка влияет на настроение человека?

То, как музыка помогает человеку справиться с трудными жизненными ситуациями, вряд ли сопоставимо с каким-либо другим воздействием внешних факторов. Музыка способна создать и поддерживать нужное настроение. Она помогает расслабиться (не удивительно, что после работы некоторые люди первым делом, переступая порог собственного дома, включают любимые композиции), а может, наоборот, зарядить энергией. По утрам лучше слушать бодрую и ритмичную музыку, она поможет проснуться и заставит вас соскочить с постели в желании изменить свою жизнь к лучшему. Также веселая и энергичная музыка влияет на психику человека и заставляет его сменить грусть на радость, а печаль на оптимизм и жизнелюбие.

Спокойная и плавная музыка поможет расслабиться и успокоиться, отвлечься от повседневных забот, уменьшить количество мыслей в голове и сосредоточиться на саморегуляции. Медленная и релаксирующая музыка влияет на человека как снотворное, поэтому, если вас мучает бессонница, и вы не знаете, как быстро уснуть, используйте этот факт саморегуляции. Какое бы настроение вы не хотели задать с помощью музыки, важно выбрать те композиции и мелодии, которые вам нравятся, и которые будут ласкать ваш слух. Сила музыки заключается в том, что ее влияние обусловлено психоэмоциональным состоянием человека. Она способна положительно воздействовать и сделать человека счастливее, если будет гармонизировать с этим состоянием. В противном случае влияние музыки на человека может оказаться негативным.

Воздействие музыки на человека в зависимости от стилей и направлений

Самое всестороннее влияние на человека оказывает классическая музыка. Именно о влиянии классической музыки на человека говорится больше всего. Ученые приписывают классическим произведениям просто чудодейственный эффект. Больше всего разговоров ведется вокруг творений таких признанных гениев как Вивальди, Моцарт, Бетховен, Чайковский, Шуберт, Григ, Дебюсси и Шуман. Принято считать, что музыка Моцарта способствует быстрому усваиванию информации и влияет на умственную работоспособность. В отличие от классической музыки медики не рекомендуют долго слушать группы, играющие в стиле рэп, хард-рок и хеви-метал. Об этом говорят исследования, проведенные недавно Мельбурнскими учеными. Хард-рок часто является причиной несознательной агрессии, рэп также пробуждает отрицательные эмоции, а хеви-метал и вовсе может стать причиной психических расстройств. Чтобы понять, какое на вас воздействие оказывает музыка того или иного жанра, следует просто понаблюдать за своими эмоциями и ощущениями. Некоторые специалисты убеждены, что не только жанр, ритм и тональность произведения имеют значение, а и то, на каком именно музыкальном инструменте было сыграна мелодия. Звучание отдельно взятого музыкального инструмента влияет на определённый орган человеческого организма. Так, например струнные инструменты (скрипка, гитара, арфа и виолончель) – оказывают оздоровительный эффект на работу сердечнососудистой системы. Помимо этого, звучание струнных вызывает у человека чувство благодарности, сострадания и жертвенность. Давайте более подробно остановимся на том, как музыка помогает человеку побороть то, или иное заболевание.

Влияние музыки на здоровье человека

Впервые научное объяснение влияния музыки на здоровье человека прозвучало из уст древнегреческого ученого и философа Пифагора:

«Всякая мелодия синхронизирует работу внутренних органов человека. Происходит это, потому что любой из наших органов это источник энергии и электромагнитных волн заданной частоты, а так как звуки музыки тоже являются волнами, они входят с ними в резонанс – и настройки нашего тела меняются. Когда звучит мелодия, ее акустическое поле налагается на акустическое поле организма и получается, что мы испытываем на себе определенного рода клеточный массаж». Пифагор – автор математической теории музыки. Он основал науку о гармонии сфер и утвердил музыку как точную науку. Его последователи проводили занятия математикой под музыку, поскольку заметили, что она благотворно влияет на интеллект человека. Пифагор и сам сочинял музыку, основанную на определённых мелодиях и ритмах, которая не просто лечила, а восстанавливала гармонию души.

Однако Пифагор был не единственный, кто в древние времена лечил людей с помощью музыки. Так еще в египетских папирусах были найдены упоминания о том, как древние жрецы оздоравливали египтян с помощью мелодий и звуков. А в Ветхом Завете говорится, что Давид игрой на арфе лечил нервное помешательство царя Саула...

Аристотель считал музыку средством не только лечения, но и очищения

души. Аристотель утверждал, что музыка оказывает воздействие на этическую сторону души.

Великий врачеватель Авиценна называл мелодию «нелекарственным» способом лечения наряду с травами, диетой, запахами и смехом. Абу Али Ибн Сина (Авиценна)

И богиня древних римлян Минерва с равной благосклонностью покровительствовала и музыкантам, и врачам. Все древнейшие учения земных цивилизаций содержат накопленный тысячелетиями опыт положительного воздействия музыки на растения, животных и человека.

Живой организм состоит на 90% из воды и поэтому положительное влияние классической музыки подтверждают исследования японского учёного Эмото Масару. Он провел исследования кристаллизации воды с различной степенью загрязнения, при воздействии на воду классической и рок музыки, агрессивными и позитивными фразами.

Ученые из Гонконга выяснили, что занятия музыкой развивают память и умственные способности детей. Еще одним доказанным фактом положительного влияния музыки на здоровье человека является тот факт, что звучные мелодии помогают восстановлению после операции на сердца. Ученые

установили, что звуки, исходящие с различной периодичностью и в определенной тональности, способны убивать болезнетворные микробы. Музыка предотвращает потерю слуха. Известно, что у знаменитого французско-российского актёра Жерара Депардьё в молодости была серьёзная проблема со здоровьем – он заикался. Врач посоветовал ежедневно, не менее двух часов, слушать музыку Моцарта.

Через два месяца от заикания не осталось и следа. Он говорил, как будто пел. Знаю, что современные врачи в качестве дополнительного лечения сейчас тоже предлагают пациентам с заиканием чаще слушать и обязательно петь любимые песни.

Интересные факты о влиянии музыки на человека. Композиция легендарной ливерпульской группы «The Beatles» «Helter Skelter» наглядный пример того, как на первый взгляд благозвучная и достаточно приятная музыка на самом деле может оказаться очень вредной. Основной ритм этой композиции (примерно 6,4 герца) расположен в опасной для людей области резонансных частот брюшной полости и грудной клетки. У тех, кто ее слушает, может внезапно заболеть живот или могут появиться боли в груди. Помимо этого, так как основной ритм этой мелодии близок по частоте к одному из ритмов человеческого мозга, есть реальная опасность резонансного совпадения этих частот, которое может привести к самому настоящему сумасшествию. В 1950-х годах в США проводились исследования о мере влияния музыки на покупателей. Учеными было выяснено, что спокойные мелодии, звучащие из колонок в торговых залах, создают уютную атмосферу, побуждая и стимулируя посетителей магазинов не торопиться и как можно больше времени уделить выбору покупок. И совершенно другой эффект создает более быстрая и энергичная музыка, в основном она используется в часы пик, для того чтобы ускорить покупателей. Такой из принципов применяется в сетях быстрого питания, например в «McDonalds»- где специальный менеджер, анализирует поток и количество посетителей и когда их много, в помещении начинает играть динамичная музыка, тем самым поторапливая людей. И в противоположном случае, если клиентов мало, то и музыка играет медленная и расслабляющая, чтобы посетитель как можно дольше задержался в заведении.

Влияние музыки на самочувствие животных и развитие растений

Музыка способна влиять не только на настроение человека, но и на самочувствие животных и развитие растений. Существует множество подтверждений того, что одни звуки положительно сказываются на состоянии объектов живой природы, а

другие - отрицательно. Познакомьтесь с некоторыми интересными фактами влияния музыки на животных и растения. Они говорят сами за себя.

Влияние музыки на растения.

В 70-е годы XX века Дороти Ретеллек из штата Колорадо в США провела эксперимент: она выращивала садовые растения под звуки классической музыки и под музыку в стиле хард-рок. Результат оказался сенсационным: там, где звучала классика, были высокие урожаи, а там, где звучал хард-рок, все растения погибли.

Интересный эксперимент провели голландские ученые: три поля, одинаковых по всем биофизико-химическим показателям почвы, засеяли одним и тем же культурным растением. После того как ростки взошли и вытянулись, одно поле стали «озвучивать» рок-музыкой, второе - классической музыкой, третье - фольклорной. Спустя некоторое время на первом поле часть растений пропала, остальные поникли. На втором и третьем полях растения развивались нормально. Ученые сделали вывод: рок-музыка убивает живые клетки.

«Озвученные» растения содержат во много раз больше витаминов и питательных веществ. Под электронным микроскопом отчетливо видно, что протоплазма растительных клеток под воздействием музыки заметно ускоряет свое движение.

Влияние музыки на животных.

Когда в одном из старинных замков в Великобритании провели рок-концерт, из его помещений убежали почти все крысы.

В XIX веке в монастыре в Бретани монахи исполняли музыкальные произведения для домашнего скота. Они заметили, что после «прослушивания» серенады Моцарта коровы давали молока в два раза больше, чем обычно. Когда к такому же открытию в XX веке пришли в Германии, практичные немецкие фермеры стали целенаправленно использовать музыку Моцарта на своих фермах для повышения удоев молока.

В Японии пронаблюдали: когда в пекарне звучат произведения Моцарта, дрожжевое тесто поднимается в 10 раз быстрее. Теперь это открытие активно используется японцами в пекарском деле. Кроме того, по мнению японских специалистов, самая лучшая рисовая водка сакэ получается именно из тех дрожжей, которые «прослушали» музыку Моцарта.

Известен эксперимент на одной из западноевропейских птицефабрик. Рядом с курицей установили динамик и включили тяжелый рок. Курица сначала забеспокоилась, затрясла гребешком, потом закружилась на месте, будто в танце, стала совершать бессмысленные беспорядочные движения, прятать голову, а затем и вовсе повалилась на бок и ее лапки

начали судорожно «скрючиваться».

Потрясающе интересные опыты были проведены на животных. В частности, в финском городе Котка вдруг обнаружили очень низкое качество мяса. И оказалось, что рядом с бойней поселилась рок-группа. Она, репетируя, включала динамики на полную мощность, отчего буренки были в шоке. В страхе таком, что давали, во-первых, прогорклое молоко и, во-вторых, мясо у них наполнялось биохимическими соединениями, которые выделяются при стрессе, и качество его было крайне низким. Но этого мало. Даже такие толстокожие гиганты, как слоны, оказывается, тоже подвержены пагубному влиянию музыки. В Африке эти животные любят полакомиться плодами деревьев, которые содержат алкоголь. Когда они наедаются, то превращаются в очень буйных и нападают на селения туземцев. Эти многотонные чудовища разбивают хижины и ищут настойки алкогольных плодов. И, что бы вы думали, каким способом их удалось оттуда выпроводить? Не стрельбой, не ракетами, а... рок-концертом с огромными децибелами».

Интенсивно изучается влияние музыки в веках. Эксперименты ведутся в нескольких направлениях: влияние отдельных музыкальных инструментов на живые организмы; влияние музыки великих гениев человечества; индивидуальное воздействие отдельных произведений композиторов; воздействие на организм человека традиционных народных направлений в музыке, а также современных направлений. Так ученый И. Догель установил, что под воздействием музыки меняются кровяное давление, частота сокращений сердечной мышцы, ритм и глубина дыхания, как у животных, так и у человека.

Под звуки гармонической музыки ребенок будет гармонично духовно и физически развиваться. Кстати, специалисты считают музыку Моцарта феноменом в области воздействия музыки на живые организмы. Например, не так давно старейший в мире британский научный журнал "Nature" ("Природа") опубликовал статью американской исследовательницы из калифорнийского университета, доктора Франзис Раушер о положительном влиянии музыки Моцарта на человеческий интеллект. Возможно ли, чтобы она вызывала не только эмоциональные переживания, но и способствовала большей эффективности умственного труда? Проведенные эксперименты подтверждают, что это действительно так. После 10-ти минутного прослушивания фортепианной музыки Моцарта тесты показали повышение так называемого "коэффициента интеллектуальности" у студентов участников эксперимента в среднем на 8-9 единиц.

Японский учёный профессор Эмото Масару

проводил эксперименты по воздействию на воду различной музыки. Опыты исследователя показали, что результатом воздействия духовной и классической музыки, несущих положительную энергетику, является образование в обычной воде снежинок поразительной красоты. Напротив, при воздействии рок музыки, нецензурных выражений, слов, несущих отрицательную энергетику, в предварительно хорошо сформированная кристаллическая структура воды разрушалась. Структура воды копирует энерго-информационное поле, в котором она находится, а ведь мы тоже состоим из воды.

Анкетирование и анализ анкет.

Изучая теоретический материал по теме исследования, мы с руководителем убедились, что музыка, особенно классическая, может благотворно влиять на настроение и самочувствие человека. В ходе работы мы более внимательно смотрели за тем, как воспринимают, разные по характеру произведения, мои одноклассники. Мы заметили, что медленную, задумчивую музыку ребята слушают более внимательно, спокойно, сосредоточенно. А веселая, быстрая музыка поднимает настроение, вызывает в классе оживление, иногда переходящее в шум. Также мы заметили, что после хорового исполнения песен, трудно настроиться на слушание музыки. Поэтому слушать музыку лучше в начале урока.

Для выявления музыкальных интересов школьников мы разработали анкету из пяти вопросов:

Ваш любимый инструмент?

Ваш любимый исполнитель?

Ваш любимый композитор?

Ваше любимое произведение?

Какую музыку любите слушать, и чем она вам помогает?

Самые любимые инструменты – фортепиано, арфа, гитара, скрипка, балалайка, гармошка, рояль, баян и барабан.

Любимые исполнители: Н. Басков, Д. Билан, Максим, Ф. Киркоров, Нюша Л. Агутина, П. Гагариной, Е. Крида, С. Лазарева, Тимати, Г. Лепса и Робертино Лоретти.

С любимым композитором еще не определились, по уже все знают имя П.И. Чайковского, В. Моцарта, Ф. Шуберта, Л. Бетховена.

Любимые произведения – балеты, фортепианный цикл «Времена года» П.И. Чайковского, «Времена года» А. Вивальди, разнохарактерные песни.

С пятым вопросом тоже не затруднились. Они считают, что музыка нужна, чтобы выразить эмоции, предпочитают слушать музыку громкую и радостную, чтобы было весело жить. Считают, что музыка нужна для вдохновения, чтобы отдыхать, и что классическая музыка успокаивает,

при хорошем, и при плохом настроении предлагают слушать РЭП или РОК. Музыка радует, успокаивает, улучшает настроение, доставляет радость, помогает думать, снимает головную боль, — вот наиболее частые ответы на 5 вопрос. Есть и необычные признания:

«Поссорилась с подругой, и песня «Дождь» мне помогла пережить печаль».

«Музыка может вылечить человека». «Я слушала музыку, когда заболела и выздоровела на следующий день».

«Очень люблю классику, только она может сделать человека счастливым и внушить ему любовь».

Что думают о музыке шестиклассники?

Ответы детей: - человеку нужна музыка для выражения своих чувств, мыслей. В музыке отражается повседневная жизнь, из неё мы многое понимаем из жизни конкретных людей.

- Музыка помогает задуматься. Она может высказать твои мысли за тебя.

- Музыка – способ расслабиться.

- Чтобы знать свой ритм жизни и что такое счастье. Умение чувствовать и передавать своё настроение.

Вокальная музыка и наблюдение влияния музыки. Вокалотерапия — это метод психосоматической активации защитно-приспособительных реакций, который базируется на оздоровительных свойствах пения и включает в себя упражнения по акустической стимуляции жизненно важных органов и упражнения, повышающие адаптационные и интеллектуально-эстетические способности человека. Метод разработал Шушарджан Сергей Ваганович - лидер российской школы музыкотерапии.

Самое сильное воздействие на людей оказывает вокальная музыка. Ведь часто именно по голосу мы определяем, нравится нам человек или нет. Вспомните звучание церковного хора.

Это музыка, пробирающая до глубины души, которая никого не оставляет равнодушным. Духовная музыка восстанавливает силы, дарит чувство покоя и возвышает над повседневностью.

К сожалению, в нашей стране ещё нет врачей, профессионально занимающихся музыкальной терапией, тем более детской. Но многочисленные эксперименты и наблюдения доказали, что музыка способна снимать стресс, нервное напряжение, активизирует мыслительные процессы. Например, спокойная и мелодичная музыка помогает быстрее и лучше отдохнуть. Бодрая и решительная музыка – улучшает настроение. Пение весёлых песен помогает при сердечных болезнях, способствует долголетию. Установлено, что звучание струнных инструментов эффективно при болезнях сердца, кларнет улучшает работу кровеносных сосудов, флейта помогает при болезнях лёгких и бронхов.

Однако, не все мелодии подходят для музыкальной терапии. Чаще всего для этого используют классику. Она лучше проникает в душу. Человека с тяжёлым горем неразумно лечить легкой песенкой. И, наоборот, человеку с легкой обидой совсем не обязательно назначать серьёзное лечение музыкальной терапией.

Впрочем, у каждого из нас есть свои любимые песни, мелодии, исполнители и приятные слуху, тембры музыкальных инструментов.

Я заметил, что если слушаю музыку спокойную, мелодичную, то она помогает быстрее и лучше отдохнуть, восстановить силы. Такую музыку я стараюсь слушать после уроков. Когда я слушаю бодрую и ритмичную музыку, то у меня улучшается настроение. Она снимает усталость, помогает долгу не уставать. Кроме слушания музыки я стараюсь дома петь. Я узнал, что пение помогает при сердечных заболеваниях, способствует долголетию.

Также следует знать, что музыка может влиять на человека отрицательно. На кафедре акустики МГУ проводили исследования. Семиклассники после 10-минутного прослушивания рок - композиций временно забывали таблицу умножения. Находящиеся в концертных залах слушатели не смогли ответить на вопросы: Как вас зовут?, Где вы находитесь? Какой теперь год? Даже 10-минутное наслаждение рок-музыкой на громкости в 100 децибел снижает чувствительность уха настолько, что наступает частичная потеря слуха.

Вывод.

Таким образом, музыка может из друга превратиться во врага. Классическая музыка прошлого и настоящего времени всегда будет актуальна и ценна человечеством во все времена, поскольку она пронизана положительным энергетическим потенциалом, приносит слушателю радость. А рок – музыка и сверх громкие звуки действуют разрушительно на все живые организмы. Результаты дали возможность не предполагать, а утверждать, что музыка гармоничная благоприятно воздействует на психическое и физическое развитие подростка 21 века, а рок – музыка угнетает или ослабляет данные процессы. И так, наша гипотеза о воздействии музыки на подростка подтвердилась – музыка воздействует на наши чувства, эмоции и даже на физическое и психологическое здоровье. Музыка может быть легкой по содержанию и восприятию. Очень важно, чтобы человек стремился не только без разбора слушать легкую музыку, ориентируясь на капризы моды, но и понимать серьёзную музыку, дающую пищу уму и сердцу. Ведь людям нужна самая разная музыка, отражающая нашу жизнь во всем ее многообразии.

«На сладостях, пирожных и конфетах ни один ребенок не вырастает здоровым человеком. Духовная пища, так же как и телесная, должна быть простой и здоровой. Великие мастера достаточно позаботились о такой пище, пользуйся ею». Р.Шуман

Список литературы:

1. Блум Ф. Мозг, разум и поведение / Блум Ф., Лезерсон А., Иофстедтер Л.— М.: Мир, 2006г.
2. Зильберквит М., Мир музыки; "Детская литература", Москва, 1988
3. Кандыба В. М. // Непознанное и невероятное: энциклопедия чудесного и непознанного. Режим доступа: <http://turlo.narod.ru/texts/text>, свободный.-

Загл. с экрана.

4. Кукушкин А., Вода, как дискета, записывает нашу жизнь? Режим доступа <http://www.pravda.ru/science/eureka/discoveries>, свободный.- Загл. с экрана.
5. Кочубей Б.И., Новикова Е. В. Эмоциональная устойчивость школьника. М.: Знание, 1996
6. Медушевский В. В. О содержании понятия «адекватное восприятие». // Восприятие музыки. - М., 1980.
7. Холопов Ю. Н. Консонанс и диссонанс // Музыкальный энциклопедический словарь. М.: Советская энциклопедия, 1990.