

ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ НА НАШУ ПСИХИКУ

Малашенко А. Г., студ. гр. ФЭ-01

Повсюду нас окружают разные звуки. Практически каждый день мы слушаем музыку, которая нам нравится. Находиться в полной тишине человек слишком долго не может.

У каждого человека есть свой вкус в музыке. Некоторые слушают музыку для того, чтобы расслабиться, некоторые для плодотворной работы и т.д. Каждый человек по своему использует в своей жизни музыку. Магическая сила звуков может поднять человеку настроение или наоборот привести его в отчаянье, она может заставить человека смеяться или успокоиться. Но музыка еще и мощное лечебное средство, с помощью которого можно воздействовать на физическое и психическое состояние человека. Многие люди в качестве лекарства от стресса используют именно музыку.

Изучение нейрологического влияния звука показало, что человеческий мозг реагирует на чистые звуки вполне определенным образом. Позитронная томография, измеряющая уровень поглощения глюкозы на клеточном уровне, показала, что чистые звуки и музыка без слов стимулируют повышение клеточной активности в правом или "не доминантном" полушарии. Нейрология показала, что большинство людей используют менее 10% нашего мозга. А это значит, что для повседневной жизни нам нужны только 10% всех имеющихся у нас нейронных связей. Другие 90% не задействованы. И они останутся пассивными, пока не появится необходимость "пробудить" эти "спящие" нейронные связи. Хотя оба полушария мозга перерабатывают массу различных видов информации, можно все же провести простое разделение их задач. Доминантное полушарие (для большинства людей - левое) отвечает за речь и логику. Не доминантное полушарие (для большинства людей - правое) перерабатывает информацию, связанную с пространством, парадоксальную и не основанную на речи. Эти области нашего сознания легче всего достигаются через деятельность не доминантного полушария.

Каждая музыка имеет свой характер и ее можно использовать с разной целью.

- *Блюз, джаз, регги* и другие музыкальные и танцевальные формы, в основе которых лежат выразительные африканские мелодии, могут

вдохновить, поднять настроение, рассеять печаль, обострить юмор и иронию, повысить общительность.

- *Музыка в стиле барокко* дает ощущение безопасности, устойчивости, порядка. Она способна натолкнуть на работу или какое-нибудь занятие.

- *Классическая музыка* выделяется своей элегантностью и прозрачностью. Она с легкостью может улучшить пространственное восприятие.

- *Музыка импрессионистов* способна вызывать у человека приятные образы подобно сновидению. А так же может пробудить творческие импульсы.

- *Поп* – музыка, а также народная музыка создает впечатление благополучия и часто приводит к телодвижениям.

- *Рок* – музыка может пробудить чувства, стимулировать активные движения, снять напряжение, ослабить боль и снизить неприятный эффект громких и резких звуков, которые присутствуют в окружающей среде. Так же эта музыка способна создать напряжение, стресс и даже боль в организме.

- *Drum and bass* - в некоторых европейских странах запрещен, так как разрушает психику человека. Человек становится более агрессивным и неуравновешенным, вспыльчивым.

- *Румба, макарена* обладают импульсивностью, живыми ритмами, делает дыхание более глубоким и учащенным, заставляет все тело двигаться.

- *Самба* отличается очень редким свойством возбуждать и успокаивать одновременно.

- *Религиозная и обрядовая музыка*, включая церковные гимны, барабаны шаманов может успокоить нас и привести в состояние умиротворения.

- *Спокойная фоновая музыка, оркестровки* не строятся на четких ритмах и усиливают состояние расслабленной готовности.

Восприятие музыки очень индивидуально. На восприятие могут повлиять такие факторы, как: настроение, обстановка, ситуация, и самое главное наше физическое и психологическое состояние.

Именно по этой проблеме был проведен социологический тест среди современной молодежи. Результаты показали, что:

- большее количество молодежи предпочитает слушать рок – 11%;

- пытаясь настроить себя на работу большинство предпочитает слушать спокойную фоновую музыку – 7%;

- когда хотят расслабиться и снять напряжение слушают фоновую музыку – 8% или классическую музыку – 5%;
- для поднятия настроения слушают рок – 9% или Drum and bass – 6%, который по мнению психологов вполне может разрушить психику человека.

Как видим, большая часть слушает рок, это может быть причиной появления активных движений, снять напряжения или же наоборот создать его, вызвать стресс или боль в организме.

Любовь к музыке – это любовь ко всему миру. Сложно представить нашу жизнь без музыки и звуков. Музыка способствует более чёткому и конкретному восприятию информации.

Науч. рук. – Сахно П. И., *ст. преп.*

Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства : матеріали Всеукраїнської наукової конференції викладачів, аспірантів, співробітників та студентів факультету іноземної філології та соціальних комунікацій, м. Суми, 19-20 квітня 2013 р. / Відп. за вип. В.В. Опанасюк. — Суми : СумДУ, 2013. — Ч.3. — С. 77-79.