

"ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ НА ПСИХИКУ РЕБЁНКА"



Музыка – это вид искусства, обладающий сильным психологическим и эмоциональным воздействием на человека. Она влияет на состояние нервной системы: успокаивает, расслабляет, или, наоборот: будоражит, возбуждает; вызывает различные эмоциональные состояния от умиротворенности, покоя и гармонии до беспокойства, подавленности и даже агрессии. В связи с этим важно обратить внимание на то, какая музыка окружает вас и ваших детей.



Возбуждающая, громкая музыка, где преобладают особенно низкие частоты, выражает агрессивный настрой, лишает человека (и взрослого, и ребенка) состояния уравновешенности, спокойствия.



А при определенных условиях (например, на рок-концертах) побуждает к разрушительным, и часто, противоправным, действиям.

Особенно противопоказана такая агрессивная музыка гипервозбудимым, расторможенным детям со слабым контролем, т.к. она усиливает проявления отрицательных свойств в поведении ребенка.

Спокойная же и мелодичная музыка вызывает ощущения покоя, любви, радости, поможет быстрее и лучше отдохнуть, восстановить силы. Музыка снимает раздражение, нервное напряжение. Она способна гармонизировать эмоциональное состояние как большого, так и маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания, активизировать мыслительные процессы, повысить работоспособность.

Музыку можно использовать перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающему ребенку успокоиться и расслабиться. Когда ребенок ляжет в постель, включите спокойную, тихую, мелодичную, мягкую музыку и попросите его закрыть глаза и представить себя в лесу, на берегу моря, в саду или в любом другом месте, которое вызывает у него положительные эмоции.

Обратите внимание ребенка на то, как расслабляется и отдыхает каждая часть его тела.



О сильнейшем воздействии музыки на организм человека знали еще в древние времена и использовали ее в различных целях. Еще с древних времен люди заметили, что человеческий голос и звук вообще обладают сильным воздействием. Так, звук восточного духового инструмента панги вводит змею в состояние, подобное гипнозу.

Культуру, какой бы страны мы ни взяли, везде можем найти сведения об использовании музыки, в основном в целях нормализации душевного состояния людей, т. е. в психотерапевтических целях. В колыбелях человеческой цивилизации — Китае и Индии, Египте и древней Греции врачи и жрецы, философы и музыканты использовали музыку для врачевания. Шаманы при заклинаниях обязательно использовали пение, ритуальные танцы. При этом ритм музыки, танца поддерживался игрой на барабанах.



Вибрации человеческого голоса сродни музыкальным интона-

циям: в одном случае имеют лечебное действие (что издавна использовалось народными целителями), а в другом – причиняют человеку вред.

Речь человека является сильнейшим фактором воздействия, как на окружающих, так и на самого говорящего. Наше внутреннее состояние, наши мысли, отношение к миру проявляются в содержании речи и в ее интонационной окраске. А то, что мы говорим и как это произносим, в свою очередь, откладывает отпечаток на психологическом состоянии слушающего, влияет на наши отношения с ним.

Например, грубый, резкий голос взрослого может вызвать у ребенка сильный испуг и состояние оцепенения.

Постоянно раздраженный, недовольный голос говорящего порождает у слушателя ощущение, что его не любят и не принимают как личность.

А отказ в чем-либо, произнесенный спокойным, мягким, сочувствующим голосом помогает ребенку легче примириться с неудовлетворенностью его желания.



Слушайте красивую музыку и будьте счастливы!