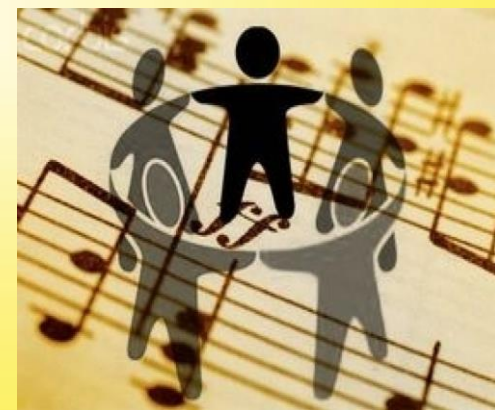


Музыкальная психотерапия: сущность, основные тенденции современного развития



Понятие музыки

Музыка (от греч. *musike*, буквально — искусство муз), вид искусства, который отражает действительность и воздействует на человека посредством осмысленных и особым образом организованных звуковых последовательностей, состоящих в основном из тонов (звуков определённой высоты). Музыка является специфической разновидностью звуковой деятельности людей. С другими разновидностями (речь, инструментально-звуковая сигнализация и т. д.) её объединяет способность выражать мысли, эмоции и волевые процессы человека в слышимой форме и служить средством общения людей и управления их поведением.

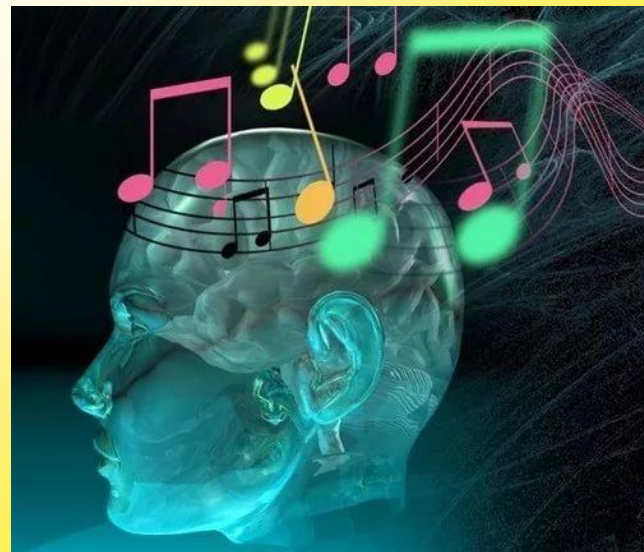
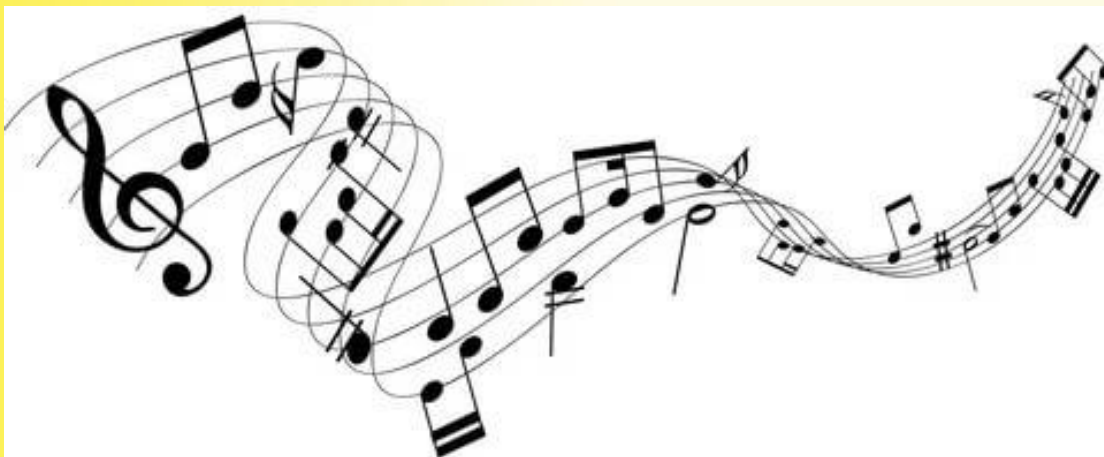


Музыка имеет огромное влияние на человека, она влияет и на настроение человека, и даже на его здоровье. Впервые научное объяснение влияния музыки на здоровье человека прозвучало из уст древнегреческого ученого и философа Пифагора – «Всякая мелодия синхронизирует работу внутренних органов человека. Происходит 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».

Музыкотерапия - это лечение с помощью музыкального воздействия

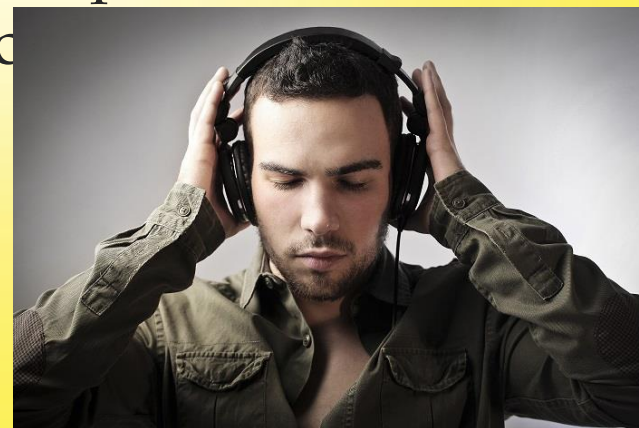
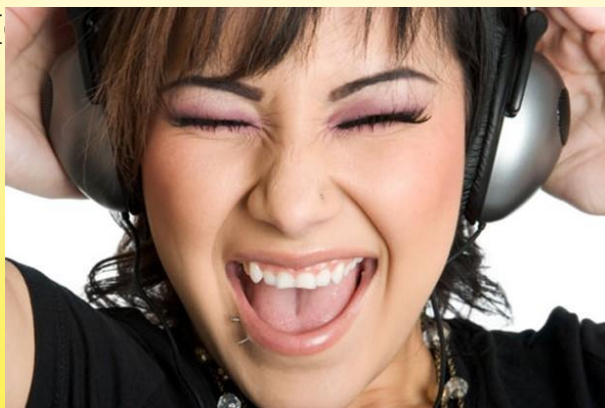


- Этот психотерапевтический метод основан на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека.
- Музыкотерапия, по своей форме, бывает *пассивной* или *активной*.





При *пассивной* форме музыкотерапии, пациентам предлагаются для прослушивания различные музыкальные произведения, соответствующие состоянию их психологического здоровья и ходу лечения. Целью в данном случае является определенное эмоциональное, в том числе эстетическое, переживание, которое должно способствовать отреагированию тех или иных проблемных с





- 3 При *активной* форме музыкотерапии пациенты сами участвуют в исполнении музыкальных произведений (в хоре или музыкальном оркестре), применяя при этом как обычные музыкальные инструменты, так и необычные, например, собственное тело (хлопки, постукивания и др.)



Достоинства музыкотерапии являются:

- 1. Абсолютная безвредность;
- 2. Легкость и простота применения;
- 3. Возможность контроля;
- 4. Уменьшение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и отнимающих больше времени.

Музыка лечит

Воздействие инструментов на органы

Позвоночник - барабан



Сердце - гитара



Печень - флейта



Желчный пузырь - гобой



Тонкий кишечник - скрипка



Легкие - арфа



Почки - саксофон



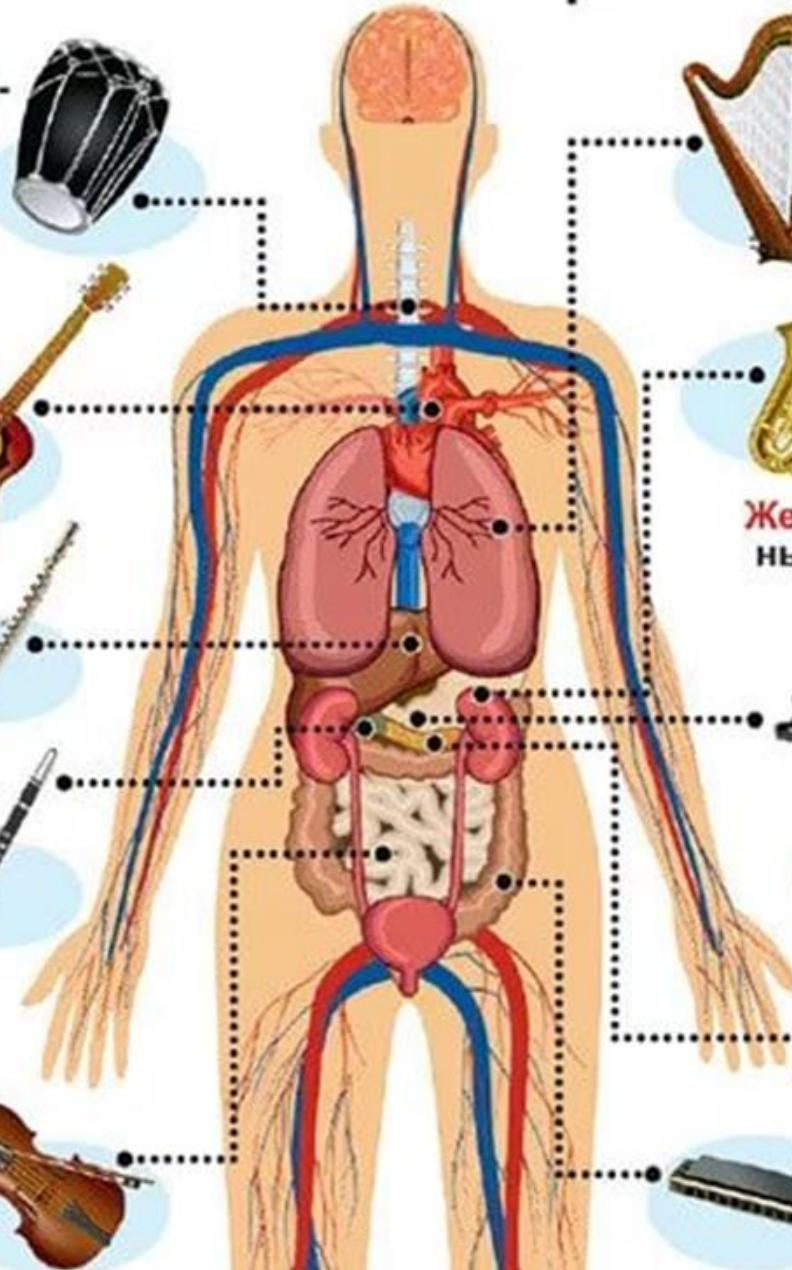
Желудок - клавишные инструменты



Поджелудочная железа - труба

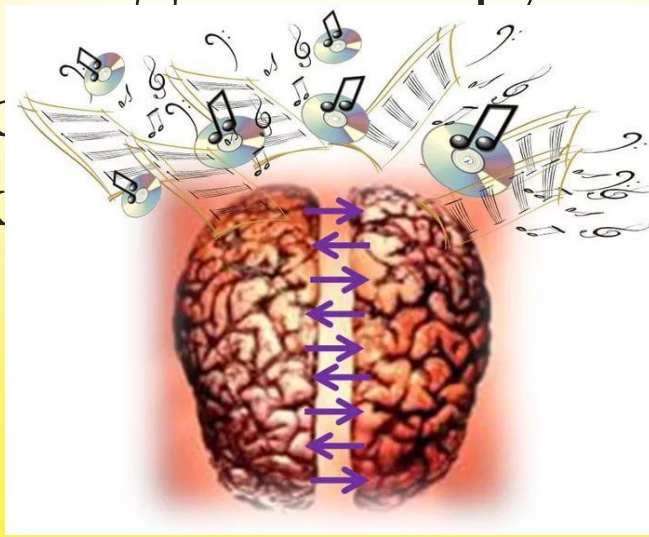


Толстый кишечник - губная гармонь



В основе музыкотерапии лежит несколько видов воздействия:

- ❧ Психо-эстетическое – возникают положительные ассоциации, выстраивается образный ряд.
- ❧ Физиологическое – с помощью музыки отлаживаются отдельные функции организма.
- ❧ Вибрационные и биохимические воздействия действуют на точном уровне.



Влияние звуков на человека



- Музыка – явление физическое. В каждом конкретном случае Музыка представляет собой определенную совокупность звуковых сигналов, которые проходят сложнейшую обработку в слуховом анализаторе, в частности в корковых структурах головного мозга. Возникающие реакции слуховой адаптации порождают различные эстетические переживания, динамика которых всегда приводит к определенным гормональным и биохимическим изменениям, действует на интенсивность обменных процессов, дыхательную и сердечно-сосудистую системы, тонус головного мозга и кровообращение. Человеческий мозг воспринимает музыку одновременно обоими полушариями: левое

Влияние классической музыки

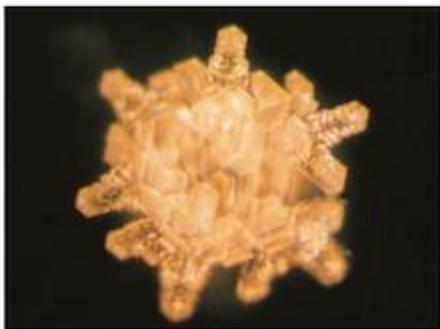


Классическая музыка создана по всем правилам природной гармонии. Пропущенная черед сердце, она становится целебной и радует нас.

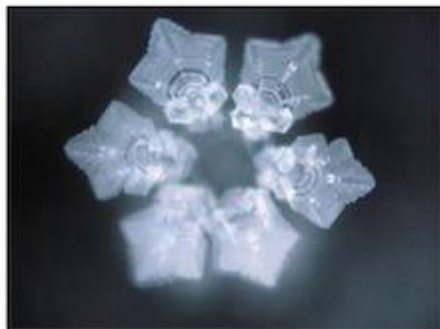
У детей, постоянно слушающих классическую музыку, легче вырабатывается пространственное мышление и развивается хорошая память. А дети, матери которых во время беременности слушали классическую музыку, намного спокойнее и уравновешеннее.



Воздействие музыки на воду



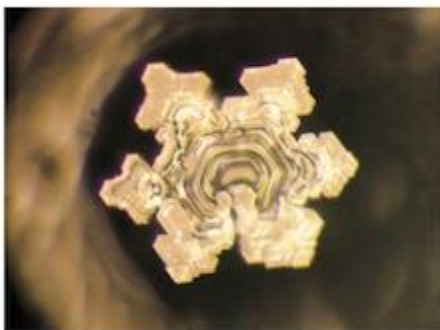
Тибетская сутра



Джон Леннон, «Imagine»



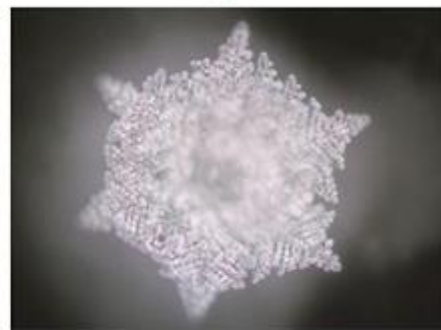
Бетховен, Пасторальная симфония



Моцарт, симфония № 40



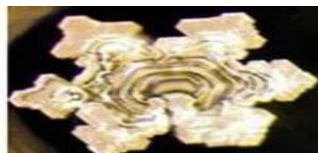
Тяжелый рок



Бедрик Сметана, «Die Moldau»



ЛЕБЕДИНОЕ ОЗЕРО



СИМФОНΙΑ МОЦАРТ



ДЖОН ЛЕННОН



ТЯЖЕЛЫЙ РОК



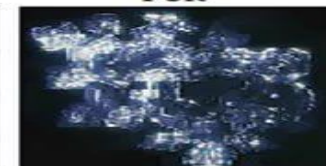
БАХ
"Вариации Голдберга"



МОЛИТВА



АВЕ МАРИЯ



БАХ
"Ария на струне соль"

Весь технический арсенал рока направлен на то, чтобы играть на человеческом организме, на его психике, как на музыкальном инструменте

Ниже перечислены возможные результаты воздействия рок-произведений на

1. Агрессивность.
2. Ярость.
3. Гнев.
4. Вынужденные действия.
5. Состояние транса различной глубины.
6. Склонность к самоубийству. У подростков эта склонность начинает проявляться с 11-12 лет, но при прослушивании рок-музыки, эта особенность подростковой психики провоцируется или намного усиливается в более старшем возрасте).
7. Непроизвольное движение мышц.
8. Музыкальная мания (желание постоянного звучания рок-музыки).



Воздействие музыки на внутриутробное развитие ребенка

Воздействие музыки на организм ребенка в чреве матери внутриутробного развития отчетливо слышит музыку и р и лирические мелодии делают его спокойным и тихим, заводные и веселые – радостным, подвижным, а тяжелые ритмы ребенка пугают и беспокоят.



Ученые предлагают для укрепления двигательной, дыхательной и нервной систем будущего ребенка матери слушать следующие аудиозаписи:

Моцарт – Флис: «Спи, моя радость, усни»;

Дунаевский – Лебедев– Кумач: «Сон приходит на порог»;

Островский – Перова: «За печкою поет сверчок»;

Чайковский – Майков: «Спи, дитя мое».

Воздействие музыки на организм ребенка при прослушивании этих мелодий происходит даже корректировка плода, его гармоничное формирование и развитие направляется в нужную сторону.

Механизмы лечебного действия музыкотерапии

- ❧ Можно выделить несколько механизмов лечебного действия музыкотерапии:
- ❧ **Катарсис** (от. греч. katharsis очищение) – душевная разрядка, испытываемая зрителем или слушателем в процессе эмоционального потрясения и сопереживания. Л.С. Выготский в «Психологии искусства» (1925) понимал под катарсисом эстетическую реакцию, благодаря которой человек освобождается от неприятных и мучительных аффектов. При этом, по мысли Л.С. Выготского, состояние, возникающее вследствие катарсиса, пропорционально силе мучившего аффекта: чем мучительнее был аффект, тем ярче его разрядка за счет катарсиса. Катарктическим воздействием особенно богата музыка П.И. Чайковского.

Механизмы лечебного действия музыкотерапии



- Эмоциональная разрядка. Данный механизм лечебного действия музыкотерапии очень близок к катарсису, а в некоторых направлениях, даже перекликается с ним. Достаточно сказать, что в психоаналитической литературе катарсисом обозначается именно разрядка (то есть снятие) напряжения и тревоги вследствие доведения до сознания подавленных влечений. И тем не менее, есть и некоторые отличия. Эмоциональная разрядка не обязательно носит катарктический характер. Она не всегда сопровождается бурным эмоциональным состоянием посредством сопереживания, а может носить умиротворяющий, релаксационный характер.

Возможности музыкотерапии



- Музыка развивает коммуникативные способности и навыки межличностного общения. Известно, что музыка – это интернациональный язык, способный объединить людей разных национальностей, культур, возрастов, профессий и т.д. Но ее интегрирующее действие проявляется не только на глобальном, но и на межличностном уровне. Помогая раскрепоститься, музыка активизирует межличностную коммуникацию, «общение по душам», одновременно способствуя преодолению разного рода коммуникационных барьеров. Музыка может обеспечить уникальную возможность общения без слов.

*Спасибо за
внимание!*

