

Влияние музыки на психику человека

воздействию музыки на психическое здоровье, на интеллект и эмоции человека позволяют рассматривать музыку как универсальное средство совершенствования его жизнедеятельности



МУЗЫКА...

- Музыка - это мощное оружие, обладающее магической силой.
- Музыка - это сила, заключенная в звуке.
- Музыка - это поток энергии, управляющий эмоциями, разумом, настроением.



Механизм влияния музыки на человека

Музыкальный звук – это акустический сигнал, имеющий волновую структуру. Воздействуя на клетки живого организма, он изменяет их активность. Звук влияет на электромагнитную проводимость клеточных структур, а также на их электрохимическую активность.



МУЗЫКА

- стимулирует физиологические процессы, протекающие ритмично в двигательной и вегетативной сфере. Музыкальная стимуляция уменьшает время двигательной реакции, повышает лабильность зрительного анализатора, улучшает память и чувства времени, оживляет условные рефлексy.



Музыка позволяет

оптимизировать эмоциональное состояние, развивает коммуникативные и творческие возможности, повышает самооценку на основе самоактуализации, способствует открытому выражению эмоций, развивает эмпатические чувства.

Улучшается:

- Концентрация внимания и его продолжительность;
- Снижается импульсивность;
- Улучшается речевая и сенсомоторная функции организма;
- Повышается ориентировка в пространственно-временных отношениях;
- Развиваются познавательные интересы ребенка.

Слушая музыку...

При прослушивании рок-музыки- преобладают активно агрессивные компоненты, а при прослушивании классической музыки - чувство психологического благополучия и рефлексивных переживаний.

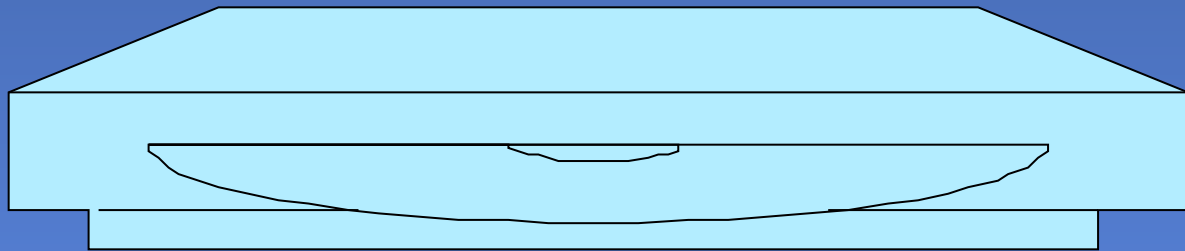
Композиция «Дип Пепл» вызывает сильное возбуждение, вплоть до временной потери контроля над собой, агрессивность к окружающим или, наоборот, негативные эмоции к себе.

Композиция «Битлз» - могут появиться внезапные боли в животе и груди.

КАКАЯ МУЗЫКА САМАЯ ПОЛЕЗНЯ

- - Успокоиться помогут «Колыбельная» Брамса, «Свет луны» Дебюсси, «Аве Мария» Шуберта, мазурки и прелюдии Шопена, вальсы Штрауса.
- - «Лунная соната» Бетховена, «Кантата №2» Баха и «Симфония» Гайдна, «Итальянский концерт» Баха избавят от неврозов и раздражительности.
- - Кровяное давление и сердечную деятельность приведет в норму «Свадебный марш» Мендельсона, «Ноктюрн ре-минор» Шопена и «Концерт ре-минор» для скрипки Баха.
- - Головную боль снимет прослушивание полонеза Огинского, «Венгерская рапсодия» Листа, «Фиделио» Бетховена.
- - От бессонницы избавят сюита «Пер Гюнт» Грига, «Грустный вальс» Сибелиуса, «Грезы» Шумана, пьесы Чайковского.
- - От гастрита поможет «Соната N7» Бетховена.
- - «Аве Мария» Шуберта, «Лунная соната» Бетховена, «Лебедь» Сен-Санса, «Метель» Свиридова подойдут для лечения алкоголизма и курения.
- - От эпилепсии поможет «Соната K448» Моцарта.





КОЛЛЕГИ!

наслаждайтесь музыкой
без излишеств и будьте
здоровы!

