

Министерство московской области
ГБОУ СПО МК ПК «Энергия»

Музыкотерапия



Воробьева Д.В
1-ИС-1-15Ж

Тема исследования: музыкальная терапия

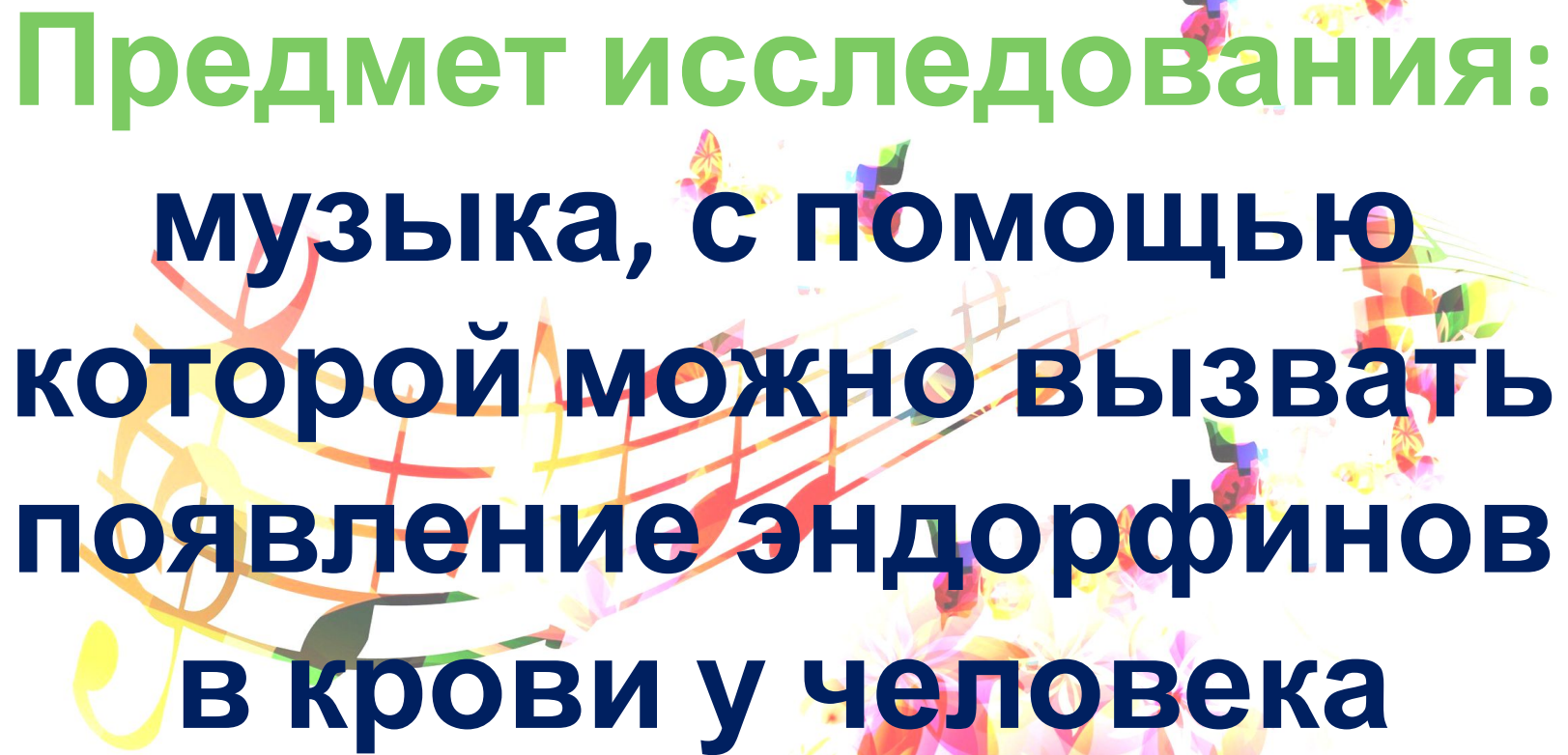
Положительное влияние музыки на человеческий организм.



Цель исследования: Понять какое влияние музыка оказывает на человека.

Задачи:

1. Изучить материал исследований по теме
2. Подобрать музыкальные записи для проведения исследований
3. Провести опрос среди людей какая музыка, и как на них влияет.

The background of the slide is a vibrant collage. It features a white central area where the text is placed. Surrounding this area are various colorful elements: musical notes in shades of yellow, orange, and red; several butterflies in various colors like purple, yellow, and pink; and clusters of stylized flowers in pink, yellow, and purple. The overall aesthetic is bright and artistic, suggesting a connection between music and health.

Предмет исследования:
музыка, с помощью
которой можно вызвать
появление эндорфинов
в крови у человека



Объекты исследования: музыкальные композиции; люди



Музыкотерапия - психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека.





Только сейчас ученые начали понимать, каким образом музыка воздействует на организм человека.

Оказывается, музыку наш мозг воспринимает одновременно обоими полушариями: левое полушарие ощущает ритм, а правое – тембр и мелодию.


Самое сильное воздействие на организм человека оказывает ритм.

Ритмы музыкальных произведений лежат в диапазоне от 2,2 до 4 колебаний в секунду, что очень близко к частоте дыхания и сердцебиения.

Организм человека, слушающего музыку, как бы подстраивается под нее.

В результате поднимается настроение, работоспособность, снижается болевая чувствительность, нормализуется сон, восстанавливается стабильная частота сердцебиения и дыхания.

Музыка благотворно действует не только на человека, но и на животных и даже на растения.



Музыкотерапия применима ко всем независимо от возраста, здоровья или музыкальных способностей.

Детям с умственными или физическими трудностями она помогает в преодолении поведенческих проблем, эмоциональных беспокойств и беспокойств, связанных с возрастным развитием.

Музыкотерапия помогает людям с умственными или физическими недостатками, неврологическими проблемами, помогает пожилым переживать острые или хронические болезни.

Музыкотерапия помогает облегчению боли и уменьшению нервного напряжения.

Музыкальные произведения способны повышать уровень эндорфинов в крови.

Биохимические вещества, возникающие в организме под влиянием положительных переживаний и вызванных музыкой эмоций, благоприятствуют образованию в организме собственных анестетиков и повышают уровень иммунитета.

Существует теория, согласно которой удовольствие, получаемое от музыки, чувство парения - результат выработки эндорфинов.

Он выделяется гипофизом, как результат электрической деятельности, распространяющейся в области головного мозга и связанной с активностью лимфатических и автономно управляющих центров.

- Наряду с понижением стресса и болевых ощущений естественные высокочастотные звуковые сигналы способны вызывать увеличение количества лимфоцитов в крови, повышающие естественную устойчивость организма к заболеваниям.
- Лимфоциты также увеличивают резистентность организма к лейкемии, вирусу герпеса, мононуклеоза, кори и другим инфекционным заболеваниям.



Изучая влияние музыки на неврологический статус новорожденных, были сделаны следующие выводы:

- При проведении музыкотерапии общее состояние новорожденных улучшается в два раза быстрее.
- Музыка способствует улучшению соматических показателей у новорожденных.
- Музыкотерапия значительно улучшает, оживляет рефлексы врожденного автоматизма.
- Применение сеансов музыки у новорожденных способствует нормализации частоты дыхания и частоты сердечного ритма.





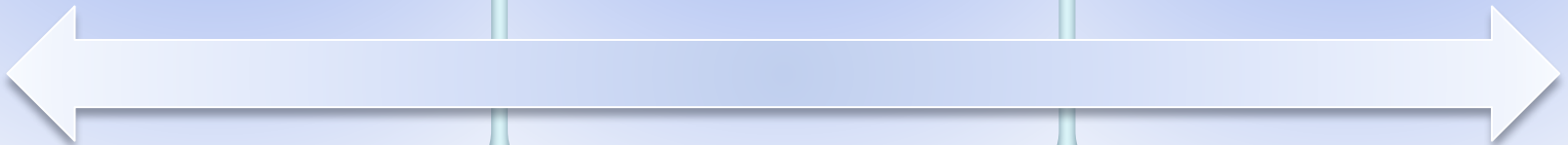
В одном американском медицинском журнале сообщалось (по результатам исследований лечения музыкальной терапией), что многие будущие матери, регулярно слушавшие определенные музыкальные произведения во время родов, не нуждались в обезболивающих препаратах.



«Музыкальная терапия увеличивает выработку эндорфина гипофизом и тем самым уменьшает необходимость применения лекарств.



Она также отвлекает от болевых ощущений и понижает нервное напряжение», — такой вывод сделали ученые-исследователи.



В Лондоне был проведен необычный эксперимент по лечению старческого слабоумия классической музыкой.

Психиатры давно заметили, что музыка способствует более тесному контакту с такими пациентами, хотя пока не известно, обладает ли музыкотерапия достаточно устойчивым эффектом.

Профессор неврологии Сьюзен Гринфилд тоже высоко оценивает музыкотерапию как метод, использующий естественные ресурсы мозга вместо порой токсичных психотропных препаратов.

И хотя музыкальная терапия не излечивает полностью слабоумия, она, по мнению доктора Гринфилд, явно замедляет развитие болезни.

Более того, стимуляция мозга классической музыкой активизирует связи между нервными клетками, что предохраняет их от дальнейшей деградации.

"Музыка помогает сохранить то, что еще осталось", — обнадеживает доктор.

Ряд исследований посвящен успешному использованию музыки в комплексном лечении болезни Паркинсона и болезни Альцгеймера.

Естественно, в таких случаях, музыкотерапия является лишь дополнением к основному лечению.

Однако, применение музыки в качестве метода при лечении целого ряда заболеваний в силу эффективности, отсутствия побочных явлений и дешевизны, представляется достаточно перспективным и доступным для широкого применения.

Тщательно подобранная музыка, по всей видимости, обладает особым значением в холотропных состояниях сознания, где выполняет несколько важных функций.

Она приводит в движение чувства, связанные с вытесненными воспоминаниями, выводит их на поверхность и облегчает выражение.

Она помогает открыть дверь в бессознательное, усиливает и углубляет ход излечения и предоставляет содержательную среду для переживания.

Непрерывный музыкальный поток создаёт бегущую волну, помогающую субъекту продвигаться сквозь трудные переживания и тупики, преодолевать психологические защиты, отдавшись ей и позволяя процессу идти своим чередом.

Очень важно использовать музыку, которая была бы мощной призывной и ведущей к благоприятным переживаниям.

Нужно стараться избегать выбора резкой, диссонирующей и вызывающей тревогу музыки.

Самая полезная музыка.

Успокоиться помогут «Колыбельная» Брамса, «Свет луны» Дебюсси.

Также 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.

Тяжелый рок тоже способен лечить. Хирурги и терапевты часто используют в своей практике композиции группы «Pink Floyd».

В повседневной жизни, богатой сегодня разного рода трудностями и стрессами, музыкальная психотерапия может служить хорошим средством профилактики, помогая людям жить, работать и быть счастливыми.

Музыка имеет неувлимые творчески организующие и эмоциональные качества.

Они используются в медицинской связи, чтобы облегчить контакт, взаимодействие, самовыражение и саморазвитие.