**Восприятие музыки и феномен музыкального воздействия**

 Феномен музыкального воздействия специалисты объясняют так: «Организм человека – это система вибрирующая. А музыка – это тоже вибрация, только упорядоченная, определенным образом синхронизированная. Она вносит порядок в нашу систему, настраивает ее на определенный лад, влияет на настроение и работу внутренних органов и систем. А любые болезни проявляются как вполне определенные диссонансы, возникающие вследствие разбалансировки больного органа со здоровым организмом. Музыка может провоцировать приводящий к болезни процесс десинхронизации, а может и наоборот - гармонизировать организм, поддерживая в человеке здоровье» Так что вопрос только в том - какая музыка и каким образом воздействует на человека, который её слушает?

*Музыкальное восприятие* – сложный творческий процесс, в основе которого лежит способность слышать, переживать музыкальное содержание. Музыкальное звучание воспринимается как процесс, во время которого сменяются и взаимодействуют различные образы, происходят подъемы и спады, противопоставления, трансформации, смены динамики и статики, напряжения и покоя. Именно это процессуальное развитие делает возможным передачу различного идейного содержания, придает музыке силу воздействия, превращает восприятие музыки в подлинно художественное переживание. Слушая музыку, ребенок «вживается» в музыкальные образы, которые пробуждают ассоциации, почерпнутые из его личной жизни.       Важно то, что восприятие музыки может происходить как на сознательном уровне (как правило, дети фиксируют свое внимание на какой-либо одной стороне музыкального образа – ритме, тембре, динамике, ладе и т.д.), так и на подсознательном уровне, так как анализ частотно-временных соотношений акустических сигналов осуществляется при обеих формах восприятия. Таким образом, восприятие музыки может быть *активным* (сознательным) или *пассивным* (бессознательным).

      Большое внимание к вопросам бессознательного восприятия музыки детьми уделяет в своих работах А.В.Торопова, ею доказано, что даже бессознательное восприятие музыки оказывает довольно положительный эффект на интеллектуальную деятельность детей. Г.Ю.Маляренко, М.В.Хватова (1993-1996г.) утверждают, что даже пассивное, регулярное восприятие детьми специально подобранной музыки активизирует зрительное восприятие, улучшает внимание, кратковременную память, а также повышает показатели вербального и невербального интеллекта.  Следует учесть, что ребенку доступно почувствовать не только музыкальное настроение, но и, вопреки мнению взрослых, идею произведения. Строй адекватных мыслей и чувств, понимание идеи возникают у слушателя благодаря активизации его музыкального мышления. Приемами такой активизации могут быть различные задания и целевые установки перед прослушиванием, вокализация, «подыгрывание» на простейших музыкальных инструментах и т.д.

Физиологическое воздействие музыки на человеческий организм основано на том, что нервная система и мускулатура обладают способностью усвоения ритма. Музыка, выступая в качестве ритмического раздражителя, стимулирует физиологические процессы организма, происходящие ритмично как в двигательной, так и вегетативной сфере. Поступая через слуховой анализатор в кору головного мозга, она распространяется на подкорковые центры, спинной мозг и дальше – на вегетативную нервную систему и внутренние органы. Здесь следует отметить, что любой звук раскладывается на частоты, обертоны, шумы. Человеческий организм – это тоже сложная акустическая система, где каждый орган работает на своей частоте.

 Человеческий организм - это природный механизм аккумулированных внешних вибраций, который воспринимает звуковые волны любого происхождения. А головной мозг - это своеобразное передающее – принимающее устройство, работающее на различных частотах, как приемник. Строение человеческого тела представляет собой три большие акустические зоны – купол черепной коробки, камера грудной клетки и брюшная полость, которые идеально соединены гибким позвоночником. Такой своеобразной конструкцией человеческий скелет напоминает нечто вроде лютневого музыкального инструмента. Человеческий организм, как в музыкальном оркестре каждую секунду исполняет собственную мелодию. В нем есть определенный ритм дыхания, сердечных сокращений, пульсаций при ходьбе, беге, сне и т.д. все это порождение «мелодии» связано с шумами мозга – биотоками альфа-, бета-, тета- и дельта –ритмами, а также с собственной частотой различных органов. Причем каждому свойственно определенное число колебаний в секунду. Периодически чередуется доминирующий ритм. Организм в основном работает в автономном режиме. Но любую его «симфонию» может откорректировать и задать соответствующий тон («потухший» или живой) главный аранжировщик, музыкант и композитор – сам человек, точнее сила его веры. Во что человек поверит, то и отразится в симфонии организма. Ведь любое воздействие извне на человеческий организм играет свою роль. Слух воспринимает определенные звуки и это влияет не только на какие-то фрагменты в мозгу, а на все тело целиком. Психика – неотъемлемая часть нашего сознания, с помощью нее мы воспринимаем наши проблемы и решаем текущие дела. Если психика нарушена, нарушается работа всего организма, поэтому очень важно поддерживать ее в стабильном состоянии. Чтобы не доводить себя и свой организм до крайне неуравновешенного состояния, следует проводить хоть иногда профилактику в виде релаксации и полного расслабления, в чем и помогает музыка. XX век принес немало новых сведений. Например, выяснилось, что звуки тяжелого колокола, испускающие резонансное ультразвуковое излучение, за считанные секунды убивают палочки тифа, вирусы гриппа и гепатита.

 Прослушивание музыки влияет на наше эмоциональное и чувственное восприятие, что дает мощный импульс всем остальным действующим системам человека. В более спокойном состоянии человек уже трезво размышляет, тоньше понимает события вокруг, неосознанно включает интуицию. Все это существенно влияет на качественные характеристики физического тела. Человеку становиться лучше, он становится бодрее, умнее и веселее, а положительный настрой способствует правильной работе всего организма. Отечественные и западные ученые доказали, что прослушивание определенной музыки действительно вызывает бессознательное изменение частоты сердечных сокращений и дыхательных движений, слезо- и слюноотделение в зависимости от высоты, силы и тембра звука. Позднее было обнаружено, что мелодии, доставляющие положительные эмоции, замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, способствуют расширению сосудов и нормализации артериального давления, тогда как раздражающая музыка дает противоположный эффект. Так же исследователи обнаружили, что сила лечебного воздействия музыкального произведения не зависит от его жанра, стиля, времени создания и степени известности автора, но важны замысел композитора, то есть положенный в основу образ, и эмоционально-психический настрой исполнителей музыки. Творческий процесс связан с особым, высокоэнергетическим состоянием сознания, а произведения искусства, оказывается, несут в себе биоинформационную запись этих состояний. Их силой и направленностью и обеспечивается лечебное воздействие. Неспроста в старину, прежде чем писать икону, мастер должен был долго готовиться к этому, поститься, молиться.

Благодаря исследователям, изучавшим психофизиологический аспект воздействия музыки, можно считать твердо установленными следующие факты:

* музыка оказывает заметное воздействие на минутный объем крови, частоту пульса, кровяное давление, уровень сахара в крови;
* повышает и понижает мышечный тонус;
* стимулирует появление эмоций;
* улучшает вербальные и арифметические способности;
* стимулирует процессы восприятия и памяти;
* активизирует творческое мышление;

Можно с уверенностью сказать, что специально подобранная музыка способна в целом оптимизировать деятельность мозга. Когда же речь идет о формирующемся мозге маленького ребенка, то музыкальные воздействия могут выступать как конструирующие мозг. Поэтому очень важно, чтобы ребенок с рождения (и даже раньше) имел возможность слышать красивую и "богатую" музыку. Восприятие музыки можно считать ведущим видом музыкальной деятельности, поскольку оно доступно человеку еще до его рождения, а также и потому, что сопутствует всем остальным, и оказывает феноменальное воздействие.

**Список литературы:**

1. Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей.,1947.

2. Петрушин В.И. Музыкальная психотерапия. - М., 1999.

3. Шушарджан С. В. Музыкотерапия и резервы человеческого организма. М., 1998.

4. Г. Декер-Фойгт Введение в музыкотерапию. - Издательство:Питер. Серия: Золотой фонд психотерапии. 2003, - 208 с.

5. ВодинскаяМ. Дошкольное образование. Арт-терапия. // Электронный ресурс.http://edu.rin.ru/html/898.html

6. КопытинА.И. Теория и практика арт-терапии. СПб., 2002. 366 с

7. КрамерА. Музыкотерапия, опыт, метод // Электронный ресурс. musa.lvz.ru

8. Краплак К. Путеводитель по арт-терапии // Электронный ресурс.http://www.arifis.ru/artic.php?action=view&id=6

9. Форраи К. Влияние музыкального воспитания на развитие личности ребёнка дошкольного возраста // Музыкальное воспитание в современном мире //.