***Восприятие музыки в пренатальный период***

В наши дни всё более популярным становится пренатальное воспитание: развивать и обучать ребёнка начинают ещё до его рождения. Так, беременные женщины прикладывают к своим животам наушники, в которых звучит музыка Моцарта. Считается, что это способствует раннему развитию интеллекта младенца и прививает ему тягу к прекрасному.

Современная эмбриология утверждает, что с седьмой недели начинает формироваться евстахиева труба, а на девятой неделе у эмбриона уже сформировано наружное ухо — его можно увидеть во время ультразвукового исследования (УЗИ). Но косточки в среднем ухе начинают окостеневать только с восемнадцатой недели. Полностью ухо формируется примерно к двадцать четвёртой неделе.

Плод находится в водном окружении, к тому же внутри материнского тела. Такое окружение играет роль фильтра низких частот, то есть системы, успешно пропускающей низкие частоты и приглушающей высокие. Вспомните, в каком виде до нас долетает громкая музыка, которую включил сосед — сплошные басы, звук оглушается. Примерно так же слышит музыку плод, только к музыке ещё прибавляется многочисленные «внутренние» звуки — стук сердца матери, урчание её пищеварительного тракта, приглушенный голос, звуки её дыхания и движений.

Развивать «музыкальный вкус» плода можно несколькими способами, например, прикладывать наушники к животу. Или же будущая мама сама должна слушать музыку. Однако в обоих случаях плод воспринимает звуки совсем не так, как его мама. Чтобы убедиться, что плод способен воспринимать звуки и реагировать на них, изучают различные показатели. Младенец не только слышит, он запоминает звуки: у плода существует краткосрочная память; при повторении одного и того же стимула ребенок начинает реагировать на него более вяло. Также имеются доказательства существования долгосрочной памяти, сохраняющей информацию и после рождения. Поэтому сейчас модно употреблять термины «пренатальное развитие» и «пренатальное обучение» — полагают, что опыт пренатальных звуков может влиять на звуковые предпочтения ребенка после рождения, а также на его развитие.

Ультразвуковые исследования помогают наблюдать за реакцией плода на звуковые раздражители. После двадцатой недели развития плод начинает двигаться под музыку интенсивнее, а в последний триместр беременность может даже «танцевать» — вращаться в такт музыке и ритмично двигаться.

Что касается музыки Моцарта, её расслабляющий и даже лечебный эффект наблюдается, в частности, при различных стрессовых ситуациях (в научных статьях эти свойства называют «эффектом Моцарта»). Имеются данные, что дети, слушающие в утробе и в момент рождения произведения Моцарта, в будущем ведут себя гораздо спокойнее детей контрольной группы. Объяснение может быть двояким. Во-первых, проигрывание знакомой мелодии улучшает настроение ребенка. Во-вторых, возможно, дело именно в анти-стрессовых свойствах музыки Моцарта.

Также, было показано, что музыкальная стимуляция в течение беременности способствует быстрому развитию у детей моторных навыков, таких как способность сидеть и ходить.

Пока не разработана оптимальная схема прослушивания музыки плодом. Экспериментаторы работают с разными музыкальными направлениями и громкостью. Отличается и способ прослушивания — либо мать сама слушает музыку, звучащую рядом, либо к животу прикладывают специальные наушники. Многими исследователи подчеркивают важность состояния матери в период «музыкотерапии». Существует мнение: если будущая мама сама не вслушивается в музыку и не находится в состоянии релаксации, не будет никакого воздействия и на плод.

Фирма «Памперс», например, выпустила подборку, в которую входят первая часть до-минорной Симфонии № 5Бетховена, «Танец с саблями» Арама Ильича Хачатуряна, «Марш Радецки» Штрауса-отца и, конечно же, несколько произведений Моцарта.

Музыкальное воспитание детей – это процесс, который осуществляется на протяжении всего периода развития ребенка, что формирует его культурный и интеллектуальный уровень. Музыкальное воспитание детей должно начинаться с самого раннего возраста, ребенку необходимо давать слушать музыку разных стилей и направлений, это сформирует его мировоззрение в музыкальном мире и даже в некоторой степени сформирует его вкусы в данной области.

 Воспитание ребенка до рождения требует ответственности и трепетной осторожности от будущих родителей, начиная от выбора метода, которым вы будете проводить дородовое воспитание и заканчивая средствами реализации этих методов. Чрезвычайно полезным для будущих мам будет прочтение книги "Мамалыш", в которой подробно и понятно изложены основы воспитания еще не родившихся детей. Например, музыкальное воспитание детей давно используется мамами и педиатрами как до рождения, так и после него. Воспитание малыша музыкой это один из самых успешных методов развития мозга малыша и становления его психики. Дети реагируют на музыку гораздо восприимчивее и активнее чем взрослые. Михаил Львович Лазарев автор известнейшей методики воспитания детей в дородовой период рекомендует музыкальное воспитание детей всем мамам, даже если они не планируют для своего малыша будущее, связанное с музыкой. Музыка положительно действует на общее состояние здоровья маленьких детей и взрослых людей, учеными доказано, что каждая клетка организма человека откликается на звуки музыки. Так же Михаил Львович Лазарев проводил множественные исследования, которые помогли ему понять всю пользу, которую воспитание малыша музыкой внесет в его последующие рост и развитие. Удачным примером методики музыкального развития плода является методика сонатал, которую попробовали множество семей и остались довольными результатами ее применения. Вкладывать силы в здоровый рост, гармоничное развитие и воспитание малыша стоит еще до его рождения, для этого будущим родителям нужно читать много качественной литературы и ответственно относиться к выбору авторов книг. К сожалению, многие современные родители считают, что воспитание начинается через определенное время после рождения ребенка, когда он осознает окружающий мир, знакомится с ним. Тем самым родители теряют огромный промежуток времени на протяжении всей беременности и первых месяцев жизни ребенка, оставляя природе первоначальное развитие, это неверно в корне. Методика сонатал единственная в своем роде и воспитание ребенка до рождения с ее применением - отличный выбор хорошего родителя.

Михаил Лазарев - действительный член Академии педагогических и социальных наук, доктор медицинских наук, кандидат психологических наук, профессор Международной академии наук и искусств, руководитель лаборатории формирования здоровья детей Российского научного центра восстановительной медицины и курортологии Росздрава.

Родоначальник идей пренатального воспитания в России и основатель первой пренатальной школы при врачебно-физкультурном диспансере № 4 г. Москвы в 1984 году.

Автор метода музыкального развития плода "Сонатал", который применяется в России и за рубежом с 1983 года.

Обладатель патента на музыкальный пояс для беременных женщин "Маматоник", позволяющий будущему ребенку производить собственные музыкальные звуки и с их помощью общаться с мамой.

Автор программы раннего развития детей с помощью музыки "Интоника", а также музыкальных программ формирования здоровья дошкольников "Здравствуй!", младших школьников "Цветок здоровья". Программы рекомендованы Министерством образования и науки РФ.

Михаилом Лазаревым написано более 1000 детских песен в созданном им музыкальном жанре "Музыка материнства и детства".

Автор научных программ: "Теория пренатальной личности", "Теория здорового образования", "Онтогенопатия" (медицина развития).

Что такое СОНАТАЛ?

Сонатал - музыка рождения (от лат. sonus - звук, natal - рожденный). В нём используются три фактора воздействия музыки на организм человека: психолого-эстетический (ассоциации, эмоции, образы); физиологический (функциональный трениг единого организма "мать-плод"); вибрационный (воздействие на процессы тканевого обмена в организме плода и матери, с целью активизации в них различных биохимических процессов).

 Основой музыкального воздествия в методе является голос (пение) будущей мамы. Сюда включаются и другие виды музыкальной деятельности: рисование и движение под музыку (танец, ритмическая гимнастика), игра на музыкальных инструментах, активное слушание музыки.

Метод направлен на обучение беременной женщины навыкам общения с ребенком еще до его рождения, на стимуляцию двигательной активности, раннее психоэмоциональное созревание плода, а также на улучшение самочувствия самой беременной женщины, подготовку ее к родам и воспитанию здорового ребенка.

Сонатал открывает новую страницу в истории музыки и закладывает основы для создания особой музыкальной субкультуры — музыки материнства и детства (музыки для еще не родившегося ребенка и ребенка раннего возраста).

Сонатал воплощает новую философию здоровья, предполагающую гармонизацию развития ребенка, начиная с пренатального возраста, с помощью музыки, способствует снятию жизненных стрессов и оздоровлению женщин с помощью музыкальных программ, пения и танца.

Метод «Сонатал» разработан в рамках нового направления или типа образования, которое названо пренатально-ориентированным образованием. Это образование предполагает накопление ребенком до рождения определенного информационного опыта, на котором в дальнейшем строится все последующее образование.

В основе метода "Сонатал" лежит идея о том, что во время беременности очень важно слушать музыку и петь. Даже если у вас нет голоса.

 Песенные программы, по мнению Лазарева, способны оказывать регулирующее действие на сенсорные системы организма и кардиореспираторные процессы. Эти программы были названы кардиосенсорными. Песня оказывает воздействие на левое (смысл) и правое (образ) полушария, вызывает определенное эмоциальное состояние, влияет на функцию внешнего дыхания ребенка. Воздействие музыкой происходит в особом темпоритме и в определенное время суток.

Метод поющего дыхания влияет на показатели здоровья и развития ребенка после рождения. У беременных женщин улучшается психоэмоциональное состояние, снижается уровень тревожности, улучшается состояние здоровья, лучше протекают роды, улучшается лактация. Мамы, прошедшие метод "Сонатал" глубже и лучше понимают своего ребенка.

 Сами дети рождаются физиологически и эмоционально более зрелыми, опережают сверстников по всем психическим и психомоторным реакциям, более внимательны, любознательны, отличаются хорошей памятью,меньше болеют, любят танцевать, лучше спят, много и с удовольствием рисуют.

 Пренатальное воспитание несет в своей основе мысль о необходимости предоставления эмбриону и затем плоду самых лучших материалов и условий. Это должно стать частью естественного процесса развития всего потенциала, всех способностей, изначально заложенных в яйцеклетке.

Малыши часто узнают песни и музыку, услышанные в пренатальном периоде, причем они дейтсвуют успокаивающе на ребёнка и могут использоваться родителями, например, при его сильном эмоциональном напряжении как успокаивающее средство. Что касается рок-музыки, металла и альтернативной музыки, то всеми специалистами отмечается, что она приводит плод в состояние бешенства. Он начинает причинять матери непереносимые страдания, которые она испытывает от бурного движения плода. Такое воздействие на плод является негативным и отрицательно действует на его развитие в утробе матери и на состояние психики уже после рождения. Дети родителей, увлекающихся рок-музыкой, чаще страдают различными нервными расстройствами. Избежать такого отрицательного влияния можно – прослушивание классической успокаивающей музыки.

Можно класть на живот наушники или засовывать их за бандаж и включать спокойную музыку. Но долго глушить ребенка музыкой нельзя, т.к. это все-же является некой агрессией.

Если отец регулярно разговаривает с плодом во время беременности жены, то почти сразу же после рождения ребенок будет узнавать его голос. Часто родители также отмечают, что дети распознают музыку или песни, услышанные в пренатальном периоде. Причем они действуют на малышей как прекрасное успокоительное средство и могут быть успешно использованы при снятии сильного эмоционального напряжения.

Что касается действия голоса матери, то оно настолько велико, что удается снимать напряжение у детей и взрослых и возвращать их в состояние равновесия простым прослушиванием его записи, сделанной через жидкую среду. В этом случае пациенты воспринимают голос так, как воспринимали его, находясь в утробе матери и плавая в амниотической жидкости. Этот возврат к пренатальному периоду, характеризующемуся безопасностью, дает возможность как молодым, так и пожилым пациентам установить новый контакт с первичной энергией и устранить нежелательные явления.

За девять месяцев внутриутробного развития ребенок получил огромное количество информации, которая будет содержаться в его сознании на протяжении всей жизни и не только содержаться, но и оказывать определяющее влияние на его характер, психику и поступки.Таким образом, мать и отец будущего ребенка при желании и ответственном отношении к будущему малышу, могут заложить в него фундаментальные, базовые основы его личности, что во взрослой жизни будет очень важно для социализации ребенка, и помогут ему найти себя в жизни.