

Консультация для родителей на тему: «Влияние музыки на психологическое благополучие ребенка»

Подготовила педагог-психолог Синникова О.Г.

Музыка обладает сильным психологическим воздействием на человека. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает, вызывает различные эмоциональные состояния от умиротворенности, покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии. В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушают дети. Возбуждающая, громкая музыка, выражающая агрессивный настрой, лишает ребенка состояния уравновешенности, спокойствия. Особенно противопоказана такая музыка гипервозбудимым, расторможенным детям со слабым контролем, т. к. она усиливает проявления отрицательных свойств в поведении ребенка. Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние как большого, так и маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания.

Музыку можно использовать перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающему ребенку успокоиться и расслабиться. Когда ребенок ляжет в постель, включите спокойную, тихую, мелодичную, мягкую музыку и попросите его закрыть глаза и представить себя в лесу, на берегу моря, в саду или в любом другом месте, которое вызывает у него положительные эмоции. Ничто не заменит звук маминого голоса, исполняющий колыбельную песню.

Еще с древних времен люди заметили, что человеческий голос и звук вообще обладают сильным воздействием. Так, звук восточного духового инструмента панги вводит змею в состояние, подобное гипнозу.

Речь человека является сильнейшим фактором воздействия, как на окружающих, так и на самого говорящего. Наше внутреннее состояние, наши мысли, отношение к миру проявляются в содержании речи и в ее интонационной окраске. А то, что мы говорим и как это произносим, в свою очередь откладывает отпечаток на психологическом состоянии слушающего, влияет на наши отношения с ним. Например, грубый, резкий голос взрослого может вызвать у ребенка сильный испуг и состояние оцепенения. Постоянно раздраженный, недовольный голос говорящего порождает у слушателя ощущение, что его не любят и не принимают как личность. А отказ в чем-либо, произнесенный спокойным, мягким, сочувствующим голосом помогает ребенку легче примириться с неудовлетворенностью его желания.

Очень важно определиться, какую музыку слушать. При выборе музыкальных треков ориентируйтесь, в первую очередь, на предпочтения

ребенка. Большую положительную роль на общее состояние ребенка оказывает прослушивание детской классической музыки.

Классика — это вроде как волшебный эликсир, способный излечить от всех заболеваний. Она и от стресса избавляет, и от бессонницы с головной болью излечивает. Чем бы вы не заболели, и какие бы эмоции вас не раздирали, в большом архиве классических музыкальных произведений всегда можно найти то, что вам поможет. Классическая музыка – это нечто неземное.

Такую музыку, как и научные законы, не создают, а только открывают. Музыка – это бесценный дар, дарованный нам талантливыми людьми. Не упускайте шанс сделать свою жизнь счастливее. Поверьте, классическая музыка творит настоящие чудеса! Итак, наиболее полезной признана классическая музыка. И особое влияние на развитие личности могут оказать серьёзные и углублённые занятия музыкой. Пользу этих занятий на психологическое состояние ребёнка и развитие будущей гармоничной личности также трудно переоценить. Обучение игре на музыкальных инструментах улучшает лингвистические навыки. Ведь даже если взрослый человек задумает обучаться игре на музыкальном инструменте, то его занятия могут помочь ему справиться с потерей памяти после перенесённой травмы головного мозга. Музыка способна улучшать язык и память детей. В ходе исследований выяснилось, что дети, занимающиеся музыкой, т. е., обучающиеся игре на музыкальном инструменте, обладают намного большим словарным запасом по сравнению с теми, кто совсем не умеет играть ни на одном музыкальном инструменте. Если ребёнок серьёзно занимается музыкой, улучшается его логическое мышление, повышаются математические способности. Игра на музыкальном инструменте развивает мелкую моторику рук. Исследования учёных уже давно доказали, что у маленьких детей развитие мозга (*хорошая речь, интеллект, творческое мышление, память*) напрямую зависит от развития ловкости пальцев. Таким образом, если ребёнок занимается музыкой, то у него гармонично развиваются оба полушария – и эмоциональное, и логическое. Человек, у которого оба полушария одинаково развиты, сильнее и успешнее других, он способен принимать более творческие, обоснованные решения. Этот навык пригодится в жизни.

Основное действие классики - расслабление и успокоение. Кстати, способность классической музыки устранять последствия стресса доказана не кем-то там, а самим академиком Павловым. Есть у классики и другие эффекты. Например, достоверно известно, что даже десятиминутное прослушивание произведений Моцарта ежедневно, приводит к повышению интеллектуального уровня. Сила музыкального воздействия настолько огромна, что музыкотерапию прописывают даже не родившимся детям. Беременность - это

уникальный шанс повлиять на творческие возможности малыша. Когда беременная женщина слушает музыку, это стимулирует познавательную активность и способствует нормальному эмоциональному развитию ребенка. Однако при этом стоит помнить, что малыш в утробе воспринимает звуки совершенно иначе. Чтобы ребенок лучше *«слышал»* музыку, его маме стоит надевать наушники.

Помимо пассивной музыкотерапии, во время которой ребенок лишь слушает музыку, существует ещё и музыкотерапия активная, когда он музицирует сам. Он может делать это с помощью музыкальных инструментов, или просто используя собственный голос, исполняя песни на музыкальных занятиях в детском саду или с мамой дома. Одна из основных целей музыкального занятия — объединить, сплотить детей, дать возможность преодолеть их комплексы, страх общения и застенчивость. Даже неумелое *«бренчание»* по струнам балалайки или битьё по барабану помогает значительно стабилизировать эмоциональную сферу.

Что же ещё можно назвать в числе положительных факторов влияния музыки на ребёнка? Что же ещё происходит в организме человека под влиянием гармоничных звуков? Звуковые колебания стимулируют нервы внутреннего уха, где они преобразуются в нервные импульсы и попадают в мозг. Он отдаёт приказ гормональной системе, регулирующей работу всего организма. Вибрации гармоничных звуков активизируют механизмы высшей нервной деятельности, вызывая вибрационные ответы в системах и органах. Интересен факт, что гармоничные вибрации звуков приводят к скорейшему заживлению ран, нормализуют содержание сахара в крови, улучшают работу сердечно-сосудистой системы и щитовидной железы. Для каждого заболевания имеются отдельные произведения и даже инструменты. Интересно, что, например, звуки гитары больше всего воздействуют на сердце. Музыкотерапия оказывает очень эффективное влияние в лечении головной боли, бессонницы, улучшении памяти и т. д. Но в первую очередь музыкальные звуки воздействуют на психологическое благополучие ребенка.