

Исследование психологических аспектов влияния музыки на личность

Ярыгина Анна Вадимовна

Магнитогорский Государственный Технический Университет им. Г.И.Носова

Аннотация:

В статье освещены вопросы связанные с исследованием психологических аспектов влияния музыки на личность. Рассмотрены некоторые аспекты решения этого вопроса в исторической ретроспективе, начиная от древних папирусов и работ Пифагора по «музыкальной медицине» до работ современных исследователей. В статье показано, что музыкальная психология все больше и больше развивается и в наши дни, когда другие способы борьбы с негативным эмоциональным состоянием и болезнями не оказывают положительное воздействие. Музыка влияет на организм человека всесторонне. Если человек будет заниматься пением, играть на музыкальных инструментах или просто слушать приятную, спокойную музыку, то в его мыслях не будет места плохому или негативному, многие проблемы отойдут на задний план, эмоциональное состояние улучшится, жизнь наполнится радостью и смыслом. При взаимодействии человека и музыки улучшаются такие психические процессы как: память и внимание, задействуются два полушария головного мозга, музыкальное воздействие осуществляется на центральную нервную систему, мышечную, пищеварительную системы. Так же приводятся данные исследования автора о влиянии занятий музыкой на активность, самочувствие и настроение личности.

Ключевые слова: музыкальная психология, музыка, эмоциональное воздействие, исследование, эмоциональное состояние

The study of the psychological aspects of the influence of music on personality

YaryginaAnna Vadimovna

Magnitogorsk State Technical University. G. I. Nosov

Abstract:

The article highlights the issues related to the study of psychological aspects of influence of music on personality. We address this issue in historical perspective, ranging from ancient papyri and works of Pythagoras in "musical medicine" to the works of modern researchers. The article shows that music psychology is becoming more and more developed and in these days, when other ways of dealing with negative emotions and diseases do not have a positive impact. Music affects the human body comprehensively. If a person will be engaged in singing, playing musical instruments or just listening to nice, calm music, then in his mind no place is bad or negative, many problems will recede into the background, emotional state improved, the life fill with joy and meaning. In the interaction of man and music improves mental processes as memory and attention, to operate two hemispheres of the brain, the musical effect is produced on the Central nervous system, the muscular system, the digestive system. Also describes research about the influence of music lessons on activity, health and mood of the individual.

Keywords: musical psychology, music, emotional impact, research, emotional state

Музыкальная психология -это актуальная и быстро прогрессирующая область науки. Задача данного направления заключается в анализе способов, механизмов и условий достижения "эмоционального общения" в условиях музыкально-психологического эффекта воздействия музыки на личность. Интерес к изучению музыкальной психологии проявляли советские психологи- Выготский.Л.С, Ананьев.Б.Г, Леонтьев.А.Н, Лурия.А.Р и многие другие.

Использование музыкального искусства с терапевтической целью описаны в древних папирусах и Библии.

Впервые научно объяснил влияние музыки на здоровье человека древнегреческий ученый и философ Пифагор, ему принадлежит следующее высказывание: «Всякая мелодия синхронизирует работу внутренних органов человека. Происходит это, потому что любой из наших органов это источник энергии и электромагнитных волн заданной частоты, а так как звуки музыки тоже являются волнами они входят с ними в резонанс – и настройки нашего тела меняются. Когда звучит мелодия, ее акустическое поле налагается на акустическое поле организма и получается, что мы испытываем на себе определенного рода клеточный массаж.» Философом, по свидетельству его учеников, были установлены мелодии и ритмы, с помощью которых на души молодых людей можно было оказывать соответствующее влияние.

Как известно, Пифагор излечивал многие как душевные, так и физические заболевания, с помощью специально составленных им композиций или же читая в присутствии больного отрывки из Гомера и Гесиода. Каждое утро ученого начиналось с пения, по его словам: «чтобы помочь организму возбудить активность и освободить свой ум ото сна». А вечер заканчивался песнями, чтобы успокоить нервы и настроиться на отдых. Философ ничуть не сомневался, что музыка влияет на организм человека и доказывал об огромном ее воздействии на чувства и эмоции, на ум и тело, он даже внес такое понятие, как — «музыкальная медицина». Он полагал, «что музыка во многом содействует здоровью, если пользоваться ею соответственно подобающим ладам, так как человеческая душа, и весь мир в целом имеют музыкально-числовую основу».

Музыкальная психология все больше и больше развивается и в наши дни, когда другие способы борьбы с негативным эмоциональным состоянием и болезнями не оказывают положительное воздействие. Музыка влияет на организм человека всесторонне. Если человек будет заниматься пением, играть на музыкальных инструментах или просто слушать приятную, спокойную музыку, то в его мыслях не будет места плохому или негативному, многие проблемы отойдут на задний план, эмоциональное состояние улучшится, жизнь наполнится радостью и смыслом. При взаимодействии человека и музыки улучшаются такие психические процессы как: память и внимание, задействуются два полушария головного мозга, музыкальное воздействие осуществляется на центральную нервную систему, мышечную, пищеварительную системы.

С целью исследования эмоционального воздействия музыки на человека, была проведена следующая методика САН (Самочувствие, активность, настроение). Цель: оперативная оценка самочувствия, активности и настроения

Методика

Участники исследования

Возраст участников: 20-25 лет.

Обследованы 60 человек двух разных категорий: испытуемые, которые не занимались музыкой, и, чья жизнь неразрывно связана с данным видом деятельности.

Общее описание процедуры

Испытуемым предлагалось описать свое состояние в данный момент с помощью таблицы, состоящей из 30 пар полярных признаков. Участники должны были в каждой паре выбрать ту характеристику, которая наиболее точно описывала их состояние, и отметить цифру, которая соответствует степени выраженности данной характеристики.

Обработка результатов.

В данной методике рассматривались показатели: самочувствия, активности и настроения испытуемых на данный момент времени.

Обработка результатов проводилась с помощью специально составленного ключа.

При подсчете крайняя степень выраженности негативного полюса пары оценивалась в 1 балл, а крайняя степень выраженности позитивного полюса пары — в 7 баллов.

Результаты, полученные в ходе исследования:

Показатели первой группы участников, которые не занимались музыкальной деятельностью:

Низкий уровень-12 испытуемых(40%);

Средний уровень-10 испытуемых(33,3%);

Высокий уровень-8 испытуемых(26,7%).

Показатели второй группы участников, которые занимались музыкальной деятельностью:

Низкий уровень-8 испытуемых(26,7%);

Средний уровень-9 испытуемых(30%);

Высокий уровень-13 испытуемых(43,3%).

Следовательно, у испытуемых, чья деятельность не связана с музыкой, преобладающими уровнями были: низкий и средний, у данной группы участников исследования наблюдалась эмоциональная неудовлетворенность своей жизнью, вялость, пессимизм, равнодушие. У «музыкальных испытуемых» преобладали: средний и высокий уровни, такие участники меньше подверглись негативному эмоциональному состоянию, присутствовала активность, уверенность в себе, хорошее настроение, нежели у другой группы.

Такое небольшое исследование подтвердило факт положительного воздействия музыкальной деятельности на психическое состояние человека.

В заключении хотелось бы отметить, музыкальное воздействие на личность, о котором говорили еще древние философы, с каждым годом все больше и больше реализуется в современном мире, несомненно, музыка, способна не только вылечить человека, но и помочь обрести ему радость и душевный покой.

Список используемой литературы:

1. Барканова О.В. Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум/ О.В. Барканова [серия: Библиотека актуальной психологии]. – Вып.2. – Красноярск: Литера-принт, 2009. – С.7-9.
2. Бочкарев Л. Л. Психология музыкальной деятельности / Л. Л. Бочкарев. – М.: Издательский дом «Классика-XXI», 2008. – 352 с.
3. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека /М., 1964. -344с.
4. Петрушин В. И. Музыкальная психология: Учеб. пособие для студентов и преподавателей. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997. – 384 с.
5. Тарасов Г. С. О психологии музыки // Вопросы психологии. 1994. — № 5.—
6. Диоген Лаэртский. О жизни, учениях и изречениях знаменитых философов / АН СССР, Ин-т философии; Общ. ред. и вступ. статья А.Ф. Лосева. - М.: Мысль, 1979. - 620 с. (Философское наследие); кн. 8. Пифагор (с. 332-346).
7. Ямвлих. Жизнь Пифагора/ Изд. подгот. В. Б. Черниговский.- М.: Алетея, Новый Акрополь, 1998.- 248 с;