**МУЗЫКА И МЫ:**

**ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ И ОТРИЦАТЕЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ**

**НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЛЮДЕЙ**

***Вилисова И.М.***

***Научный руководитель: Ермакова В.Н.***

*ГОБУ СПО ВО «Воронежский музыкально-педагогический колледж»*

*e-mail: vmpk36@gmail.com*

Тема работы выбрана не случайно. Музыка занимала и занимает в жизни автора статьи большое место: c музыкой связаны многие воспоминания детства, школьные годы. А поступив в Воронежский музыкально-педагогический колледж на отделение «Музыкальное образование», автор связал свою жизнь с музыкальным искусством и в профессиональном плане.

Что же заставляет людей слушать музыку? Почему они отдают предпочтение тем или иным музыкальным жанрам? Как восприятие музыкальных произведений влияет на эмоциональное и психическое состояние людей и животных?

Попытки найти ответы на поставленные вопросы побудили автора провести несложный эксперимент, цель которого состояла в том, чтобы выяснить, как восприятие тех или иных жанров и направлений музыкального искусства влияет на психологическое и физическое состояние испытуемых.

Участники эксперимента были разделены на 5 групп: 1) представители старшего поколения семьи (дедушка с бабушкой); 2) среднее поколение, которое представляли родители; 3) младшее поколение (автор статьи и его младший брат-подросток); 4) домашние животные (собака, кошка и морская свинка); 5) комнатные растения.

Для проведения эксперимента из сети «Интернет» автором статьи было скачано около сотни мелодий самых разнообразных жанров – от рэпа (рок, поп-музыка, электроника) до классики.

На первом этапе эксперимента испытуемым было предложено слушать рэп (иностранный и русский). Старшее поколение заявило, что «лучше бы мы оглохли»; среднее − пригрозило автору статьи домашним арестом; животные впали в депрессию и все время ели, забыв про игры; цветы начали увядать, несмотря на то, что их регулярно поливали. И только мальчик-подросток чувствовал себя комфортно и радовался появлению в плеере новых песен. В общем, физическое состояние участников эксперимента было обычным, а вот психологически они были подавлены.

На следующем этапе эксперимента испытуемые всей семьей слушали электронную музыку. Если кратко охарактеризовать состояние и настроение испытуемых после прослушивания электронной музыки, то, по сравнению с первой неделей, его можно считать позитивным, хотя старшее поколение отметило, что для их возраста это слишком подвижная музыка. Среднее поколение заявило, что в их время электро-музыка не была такой тяжелой. Мальчик-подросток остался доволен, как всегда. Животные были напуганы, а растения как будто бы начали оживать.

Третья неделя экспериментального исследования стала переходной стадией от депрессии и головных болей первой недели к оживлению и некоей радости. Все потому, что испытуемые слушали поп-музыку: песни в исполнении Адель, П. Гагариной, Пелагеи и других популярных певцов. Однако испытуемые, в том числе и автор статьи, не смогли разобраться в себе. С одной стороны, легкие веселые песни, исполняемые чистыми приятными голосами, радовали, с другой – сильно досаждали своим однообразием (хотя были и исключения, такие как Гару, Шер, С. Дион, Л. Фабиан, А. Челентано и другие исполнители 80-90-х годов XX века). Но, в конечном итоге, довольными остались все.

Четвертая неделя эксперимента была полностью посвящена року: испытуемым были предложены песни рок-исполнителей, начиная с легких жанров вроде поп-рока или рок-н-ролла и заканчивая тяжелыми, такими как дэт-металл и грайндкор. Выяснилось, что легкие направления рока нравятся абсолютно всем участникам эксперимента, включая растения. Тяжелые направления осилили далеко не все. В общем, для сна и уроков такая музыка явно не всегда подходит, и мнение о том, что тяжелый рок негативно влияет на психику, не ошибочно. Действительно, иногда испытуемые (включая животных были на грани нервного срыва.

На пятой неделе все испытуемые вздохнули с облегчением. Наконец-то мы дошли до классики: симфонии, оратории, оперы, песни. Слушая их, старшее и среднее поколение были в восторге. Животные перестали прятаться и вновь стали узнавать хозяев, а растения начали цвести. Не зря ученые советуют слушать музыку Бетховена, Моцарта, Баха, Генделя и других классиков. Это положительно сказывается на психическом и физиологическом состоянии организма. Вместе с тем, ученые выяснили, что музыка Бетховена способна усыпить[[1]](#footnote-1), поэтому автомобилистам лучше не слушать ее за рулем. А музыка Баха не подходит для занятий математикой, так как ее масштабность и величие соревнуются со сложностью и непогрешимостью математических формул. Для таких случаев стоит использовать произведения Моцарта. Ученые из Оксфордского университета доказали, что слушание музыки Моцарта повышает активность мозговой деятельности [3]. Музыка Грига «подходит» для сигнала будильника, а если хотите сделать зарядку, то неплохо подойдет испанская гитара (например, Армика и Пако де Лючия).

В последнее время весьма популярными стали вокалоиды, которые причисляют к жанру электронной музыки. Фактически же – это компьютерные программы, созданные изобретательными японцами, в которых записанный с помощью компьютера голос певца и певицы, накладывается на рисунок персонажа в стиле «аниме» (японского мультфильма). Мелодии вокалоидов легкие и приятные для слуха, но писклявый тембр голосов раздражает. В общем, испытуемые оказались не очень довольны.

Теперь вернемся к вопросам, которые были поставлены в начале эксперимента. Какова же роль музыки в нашей жизни? На этот вопрос у каждого свой ответ. Один из первокурсников ответил, что музыка нужна нам для того, чтобы мы не скучали. Другая знакомая автора статьи, воспитанная в очень религиозной семье, на тот же самый вопрос ответила: «Для разговора с Богом внутри себя».

Недавно познавательный журнал Facte.ru [1] опубликовал в сети «Интернет» статью, касающуюся взаимосвязи уровня интеллекта и музыкальных предпочтений. Оказывается, самый высокий уровень интеллекта у тех людей, которые предпочитают классическую музыку, а также тяжелый рок. Низкий показатель IQ у тех, кто отдает предпочтение рэпу и айренби. Ученые были удивлены тем, насколько тонкая грань отделяет любителей классики и любителей рока. Опрос, проведенный автором статьи в группе однокурсников, подтвердил данное утверждение.

Итак, роль музыки в нашей жизни еще не изучена до конца (включая и психотерапевтический эффект), но никто не возьмется отрицать, что эта роль значительна. Найдите хотя бы одного человека, который никогда не слушал бы музыку или не напевал бы про себя любимую мелодию. Факт остается фактом – представить мир без музыки невозможно.

Напоследок хочется порекомендовать всем, кто заинтересовался исследованием, прочитать книгу Оливера Сакса «Музыкофилия» [2], в которой автор рассуждает о роли музыки в нашей жизни, о той пользе, которую приносят занятия музыкой.

Литература

1. Ежедневный познавательный интернет-журнал Facte.ru, 2010. – URL: <http://facte.ru/man/17011.html>.
2. Сакс О. Музыкофилия: сказки о музыке и мозге; ред. М. Савченко; пер. А. Поляринова, 2007. – 247 с. − URL: <http://e-puzzle.ru/page.php?al=oliver_saksmuzykofilij>.
3. Электронная библиотека «Музей фактов», 2009. – URL: <http://muzey-factov.ru/>
1. Это достаточно спорное заявление, принадлежащее ученым из университета Райса, очевидно, относится лишь к некоторым конкретным произведениям композитора. [↑](#footnote-ref-1)