

Вплив музики на ДИТИНУ

Музика володіє сильним психологічним впливом на людину. Вона впливає на стан нервової системи (заспокоює, розслаблює чи, навпаки, розбурхує, збуджує), викликає різні емоційні стани (від умиротворення), спокою і гармонії до занепокоєння, пригніченості або агресії). У зв'язку з цим важливо звернути увагу на те, яку музику слухаєте ви і ваші діти.

Збудлива, гучна музика, що виражає агресивний настрій, позбавляє людину (і дорослого, і дитину) стану врівноваженості, спокою, а при певних умовах (наприклад, на рок-концертах), спонукає до руйнівних дій. Особливо протипоказана така музика гіперзбудливим дітям із слабким контролем, тому що вона підсилює прояви негативних властивостей у поведінці дитини.

Спокійна музика, що викликає відчуття радості, спокою, любові, здатна гармонізувати емоційний стан як великого, так і маленького слухача, а також розвивати концентрацію уваги. Музику можна використовувати перед сном, щоб допомогти дитині заспокоїтися і розслабитися. Коли дитина ляже у ліжко, увімкніть спокійну, тиху, мелодійну, м'яку музику і попросіть її закрити очі і уявити себе в лісі, на березі моря, в саду або в будь-якому іншому місці, яке викликає в неї позитивні емоції. Зверніть увагу дитини на те, як розслабляється і відпочиває кожна частина її тіла.

Ще з давніх часів люди помітили, що людський голос і звук взагалі володіють сильним впливом. Так, звук східного духового інструменту панга вводить змію в стан, подібний

гіпнозу. Вібрації людського голосу в одному випадку мають лікувальну дію (що здавна використовувалося народними цілителями), а в іншому – заподіюють людині шкоду.

Мова людини є найсильнішим чинником впливу, як на оточуючих, так і на самого мовця. Наш внутрішній стан, наші думки, ставлення до світу виявляються у змісті мови і в її інтонаційному забарвленні. А те, що ми говоримо і як це вимовляємо, в свою чергу відкладає відбиток на психологічний стан слухача, впливає на наші відносини з ним.

Наприклад, *грубий, різкий* голос дорослого може викликати у дитини сильний переляк і стан заціпеніння. *Постійно роздратований, незадоволений* голос мовця породжує у слухача відчуття, що його не люблять і не приймають як особистість. А відмова в чому-небудь, виголошена *спокійним, м'яким, співчуваючим* голосом допомагає дитині легше примиритися з незадоволеністю її бажання.