



## Влияние музыки на психику ребенка

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 слушаете вы и ваши дети.

Возбуждающая, громкая музыка, выражающая агрессивный настрой, лишает человека (и взрослого, и ребенка) состояния уравновешенности, спокойствия, а при определенных условиях (например, на рок-концертах) побуждает к разрушительным действиям. 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. Обратите внимание ребенка на то, как расслабляется и отдыхает каждая часть его тела.

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. Вибрации человеческого голоса в одном случае имеют лечебное действие (что издавна использовалось народными целителями), а в другом — причиняют человеку вред.

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.

## Домашний оркестр

Как правило, дети испытывают большую потребность в музыкальных игрушках. С помощью игрушечных музыкальных инструментов музыка проникает в быт семьи.

Как пользоваться такими музыкальными игрушками? Взрослый исполняет знакомые для детей музыкальные произведения, а дети слушают. Постарайтесь выбирать мелодии, где нет больших интервалов, скачков. Играйте в медленном темпе, чтобы ребенок мог проследить за вашим исполнением. Затем ребенок может присоединиться к вам и только потом — попытаться исполнить мелодию самостоятельно.

Дошкольники очень хорошо чувствуют эмоциональную выразительность музыки, наслаждаются ею, понимают красоту звуков. Поэтому необходимо способствовать развитию музыкальных способностей ребенка (музыкальная память, чувство ритма, и т. п.) не только на музыкальных занятиях, но и с помощью домашнего музицирования.

## Начинайте с колыбели

Музыкальное воспитание ребенка в семье – это одна из актуальных проблем современного образования. Ранний период в жизни ребенка необычайно важен, у детей до 3–4 лет – огромный потенциал. Именно в это время клетки головного мозга усиленно развиваются и достигают 70-80% от мозга взрослого человека. Дети до 4 лет готовы учиться, хотят учиться, получают от учебы удовольствие. В Японии в центре раннего развития проводили эксперимент. Одной группе детей в возрасте от 1-2 лет давали постоянно, но небольшими порциями, слушать классическую музыку (случайно выпал выбор на музыку Бетховена), а другим не давали. Дети в "бетховенской" группе оказались более понятливыми и эмоционально восприимчивыми. Что получается? То, чему дети более старшие, учатся годами, медленно и трудно, карапузы овладевают легко и играючи.

В огромном мире звуков особенно влекут малыша музыкальные звуки. Выдающийся русский физиолог В.М. Бехтерев считал, что для развития музыкальности надо давать младенцу слушать музыку с самых первых дней жизни. Но как определить, подходит ли данная музыка вашему ребенку? Бехтерев предложил способ простой и надежный. "Маленькие дети живо реагируют на музыку. Одни произведения вызывают плач и раздражение. Другие – радостные эмоции и успокоение. Этими внешними реакциями и следует руководствоваться в выборе музыкальных произведений. Музыка, которую вы предлагаете, должна быть высоко художественная. Не стоит искусственно ограждать малышей от Баха, Чайковского, Бетховена и давать слушать только простую, элементарную музыку, написанную специально для них. Но есть и некоторые ограничения – музыка должна иметь ясную мелодию, светлый характер, четкую форму. С большим интересом ребенок слушает музыку, под которую ритмично двигаются взрослые с платочком

или бубном. Взрослого с успехом может заменить кукла. Под марш кукла марширует, под вальс делает танцевальные движения. Под музыку игрушечная птичка поет, а по окончании музыки – улетает. Так музыка постепенно входит в жизнь ребенка: он уже затихает и выжидательно смотрит на источник звука, который собираются включить родители.