МОУ «Лицей № 43»

 (естественно-технический)

 **Воздействие музыки на организм человека.**

 ***Отличия воздействия рока, металла и классики***

 ***на организм человека.***

 

 Балаж Дмитрий

10 класс

 Саранск

 2013

 Воздействие музыки на организм человека.

 Отличие между классической и современной музыкой.

 Обзор литературы.

Я очень сожалел бы, если бы моя музыка только развлекала моих слушателей: я стремился их сделать лучше.

 Г- Гендель.

 Воздействие музыки на организм человека - тема многогранная. Музыка же - это средство воплощение художественных образов через звук. Есть классическая и «современная» музыка. В данном обзоре будет сравниваться рок, метал и классика. Вот их краткое сравнение:

 Классическая музыка способна «успокоить» и даже излечить наш организм, вот только это «серьёзная» музыка: её нужно чувствовать и понимать, но когда вы это сделаете эффект вас не заставит долго ждать, хотя бы потому, что вы будете себя лучше чувствовать.

 Классика это искусство, передающее чувства, эмоции и образы, обращенной к человеку как отдельной личности.
 Рок, метал - драйв, движение, энергия, кроме того некая мистерия, когда человек становиться частью общего, избавляясь от индивидуальности, растворяясь в коллективном сознании.
 Рок-музыка во многом принципиально отличается от классики, прежде всего целью: ее первая задача - эпатировать, шокировать слушателя необычным звучанием; если эта цель достигнута - нюансы не важны, поэтому она может исполняться на стадионах с десятками и сотнями тысяч людей, причем совсем не молчащих во время исполнения - лишь бы хватило мощности усилителей. Техника, темп и ритм важнее….
 В классике, напротив - крайне важны нюансы, и цель ее - донести до слушателя важные мысли и тонкие ощущения и ориентируется на саму личность[8].

 Всё выше сказанное всего лишь ознакомляет нас о разнице между этими видами музыки. Начнём с металла и рока, то есть «тяжелой» музыки, так как о классической музыке мы знаем из прошлого обзора.

 В наше время многие слушают рок-музыку и даже не задумываются о том, как она на нас влияет. Согласно заключению бельгийских учёных  "музыкальные произведения стилей "тяжелый рок" и "хэви-металл" могут нанести непоправимый вред легким, а именно привести к пневмотораксу — состоянию, при котором легкие перестают наполняться воздухом и дышать". Было провидено наблюдение за тремя случаями возникновения пневмоторакса у молодых людей, находившихся на рок-концертах, а также у мужчины, слушавшего музыку в своём автомобиле. Анализ показал, что "к разрыву альвеол и формированию пневмоторакса приводят высокоэнергетические низкочастотные акустические волны. Ученые обнаружили зависимость интеллекта от музыкальных предпочтений.
Самые низкие результаты в тестах на определение коэффициента развития интеллекта показали те, кто много лет увлекается стилем хип-хоп, а также РНБ. Рэперов, таким образом, называют самыми «недалекими» среди всех испытуемых. Для тестов использовали как классические для определения IQ, так и по традиционным тестам по школьной программе, куда был включен основополагающий общеобразовательный материал. Более высокие показатели были у их ровесников, которые предпочитают классическую и симфоническую музыку. К величайшему огорчению родителей, те дети, которым нравится тяжелая музыка и рок также – обладатели одних из самых высоких показателей уровня интеллекта.

 Далее, фактор громкости. Наше ухо наилучшим образом воспринимает звук в 55-60 децибел. Громким считается звук в 70 децибел. А на площадке, где установлена аппаратура и динамики во время рок-концертов, громкость составляет 120 децибел, а в середине площадки 160 децибел (надо сказать, что 120 децибел - это громкость рёва взлетающего реактивного самолёта!). Что при этом происходит с организмом? Надпочечники выделяют стрессовый гормон - адреналин. Но так как воздействие раздражителя не прекращается, производство адреналина тоже не останавливается. И он, адреналин, стирает часть запечатлённой в мозгу информации. Человек забывает, что с ним было или что он когда-либо изучал, то есть умственно деградирует.

 Далеко небезобиден и такой непременный атрибут рок концертов, как светоэффект - те лучи, которые время от времени пронизывают темноту в разных направлениях и имеют различную конфигурацию. Для всех - это просто украшение концерта. Что же на самом деле? Определённое чередование света и темноты под громкую музыку значительным образом ослабляет зрительную ориентацию, снижается быстрота реакции. Вспышки света, которые идут одна за другой в соответствие с ритмом музыки, стимулируют механизмы, связанные с галлюцинациями, головокружениями, тошнотой.

 В результате исследований установлено, что в результате длительного воздействия рок-музыки, возможны следующие состояния:

- агрессивность;

- ярость;

- гнев;

- депрессия;

- страх;

- склонность к самоубийству;

- непроизвольное движение мышц;

- отсутствие концентрации внимания и способности чётко принимать решения;

- желание постоянного звучания рок-музыки;

- социальная отчуждённость.

 Необязательно, если вы слушаете рок-музыку, с вами могут происходить выше упомянутые состояния, просто вы сильнее к ним предрасположены.

 Вследствие того, что определенные виды современной развлекательной музыки — сильные раздражители, вызывающие выделение стресс-гормонов, «стирающих» часть запечатленной в мозгу информации и способствующих нарушению нервно-мышечной координации, возникновению невроза, а также необузданных порывов. Модуляция частоты ритма, музыки и чередование света и темноты вызывают ускорение сердечного пульса, увеличение адреналина в крови. Исследователи показали, что при частоте 6 — 8 колебаний в секунду теряется глубина восприятия, а при частоте 25 колебаний в секунду вспышки света совпадают с частотой биотоков мозга, что ведет к потере ориентации и контроля над своим поведением. Не исключено и действие высокой частоты в диапазоне ультразвука. Когда мозг подвергается такому воздействию, то в нем происходят биохимические реакции, аналогичные тем, которые вызывает введения морфия. Высокочастотных составляющих особенно много в металл-роке. Некоторые специалисты считают, что рок-музыка вызывает стрессовую реакцию и, соответственно, Повышенное производство антидепрессантов, т., е. природных наркотических веществ. Усиление деятельности таких систем зачастую приводит к чему-то вроде наркомании. В случаях же, когда возникших антидепрессантов оказывается недостаточно, человек начинает вводить их в организм дополнительно. Попросту говоря, культивируя рок, мы тем самым косвенно развиваем наркоманию.

 А теперь о хороших особенностях «тяжёлой» музыки:

Оспаривая факты негативного воздействия металла на психику, британские психологи доказали, что, слушая хэви – металл, молодые люди ощущают прилив позитивных эмоций. В особенности это относится к одарённым студентам.

Многие психотерапевты, даже порой, рекомендуют слушать металл для искоренения неуверенности в себе и преодоления стресса. Дабы прийти к подобным выводам, специалистами был проведён ряд исследовательских мероприятий, в которых приняло участие более одной тысячи студентов Национальной академии одарённой молодёжи. Выборка подбиралась в соответствии с возрастными рамками от одиннадцати до восемнадцати лет.

В данных опросниках содержался вопрос о музыкальных пристрастиях. Почти сорок процентов студентов ответили, что им нравится слушать рок – музыку. Шесть процентов склонились к более тяжёлой музыке. Остальные опрошенные любят реп и популярную музыку.

Шесть процентов опрошенных попали под серьёзное внимание психологов. Вследствие этого оказалось, что именно эти студенты, при помощи тяжёлого металла снимают стресс, избавляются от лишнего гнева и плохого настроения.

Психологи пришли к выводу, что подобная поведенческая окраска встречается, в основном, у взрослых и она абсолютно нормальна.

Ученые обнаружили зависимость интеллекта от музыкальных предпочтений.
Самые низкие результаты в тестах на определение коэффициента развития интеллекта показали те, кто много лет увлекается стилем хип-хоп, а также РНБ. Рэперов, таким образом, называют самыми «недалекими» среди всех испытуемых. Для тестов использовали как классические для определения IQ, так и традиционными тестами по школьной программе, куда были включены основополагающие общеобразовательные материалы. Более высокие показатели были у их ровесников, которые предпочитают классическую и симфоническую музыку. К величайшему огорчению родителей, те дети, которым нравится тяжелая музыка и рок также – обладатели одних из самых высоких показателей уровня интеллекта. Так что необязательно слушать классическую музыку, чтобы быть умным! Правда, можете быть немного агрессивными…

Вот пример положительного воздействия музыки (хотя и не на человека):

 Взяли две коровы, затем поставили в разный хлев. Первой корове поставили классическую музыку, второй корове поставили современную. Через неделю было замечено следующее: первая корова стала давать молока в 2 раза больше, вторая – в 2 раза меньше. Вывод: животные тонко чувствуют музыку, особенно её гармонию. Так что если хотите проверить слушаете ли вы «хорошею» музыку, то дайте послушать её вашим животным (если нет, то поставьте музыку соседскому животному или чтобы было слышно дворовым животным.).

 Общий вывод: классическая музыка успокаивает и восстанавливает наш организм, а рок-музыка, помимо многочисленных «недостатков» (конечно, если слушаете её очень часто и очень громко), стимулирует мозговую и физическую деятельности, как и снимает стресс. Вследствие чего могу сказать: можно слушать ту и ту музыку, каждая из них по-своему плодотворно влияет на организм, только не надо перебарщивать с «тяжёлой» музыкой, иначе можно за это дорого заплатить….

Литература:

1. Влияние тяжелой музыки на человека.

Автор: неизвестно (только псевдоним).

 http://goodgame.ru/diary/5588

1. За что многие не любят классическую музыку?

 Автор: неизвестно (только псевдоним).

http://www.ladygid.ru/vliyanie-rok-muzyki-na-organizm-cheloveka

1. Современная классическая музыка – новое рождение или прощальный реверанс?

 Автор: неизвестно (только псевдоним).

http://pdsem.mrezha.net/pages/p1.html

1. Классическая музыка.

 Автор: неизвестно (только псевдоним).

<http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BC%D1%83%D0%B7%D1%8B%D0%BA%D0%B0>

1. Рок против классической музыки.

 Автор: Виндора (псевдоним).

http://houserock.ru/stati\_o\_muzyke\_i\_vse\_chto\_s\_ney\_svyazano/2305-tyazhelaya-muzyka-kak-ona-vliyaet-na-chelovecheskuyu-psihiku.html

1. Влияние музыки на психоэмоциональное состояние человека.

 Автор: Строгова Наталья Владимировна.

 <http://festival.1september.ru/articles/516025/>

1. Музыка. Википедия.

 Автор: неизвестен.

<http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%83%D0%B7%D1%8B%D0%BA%D0%B0>

1. Чем отличаются современные рок-музыканты от классической музыки?

 Автор: Марина Степановна.

<http://otvet.mail.ru/question/53110998>

1. Коровам нравиться классическая музыка (в работе указывается и воздействие на человека).

 Автор: неизвестен (говориться об Александре Коновалове).

 <http://ecocluster.ru/helpful_information/?ID=8421>