

Вплив музики та голосу на психічну діяльність дитини

Музика має сильний психологічний вплив на людину. Вона викликає різні емоційні стани (від умиротворення), спокою та гармонії до неспокою, пригніченості або агресії), впливає на стан нервової системи (заспокоює, розслаблює чи, навпаки, розбурхує, збуджує).

У зв'язку з цим важливо звернути увагу на те, яку музику слухаєте ви і ваші діти. Збуджуюча, гучна музика, що виражає агресивний настрій, позбавляє людину (і дорослого, і дитину) стану рівноваженості, спокою, а при певних умовах (наприклад, на рок-концертах) спонукає до руйнівних дій. Особливо протипоказана така музика при гіперзбудливості, розгальмованим дітям зі 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 дорослого, так і маленького слухача, а також розвивати концентрацію уваги.

Музику можна використовувати перед сном, щоб допомогти дитині заспокоїтися і розслабитися. Коли дитина ляже в ліжку, 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 нього позитивні емоції. Зверніть увагу дитини на те, як розслабляється і відпочиває кожна частина його тіла.

Ще з давніх часів люди помітили, що людський голос і звук взагалі володіють сильним впливом. Так, звук східного духового інструменту Панг вводить змію в стан, подібний гіпнозу. Вібрації людського голосу в одному випадку мають лікувальну дію (що здавна використовувалося народними цілителями), а в іншому — заподіює людині шкоди.

Мова людини є найсильнішим чинником впливу, як на оточуючих, так і на того, хто говорить. Наш внутрішній стан, наші думки, ставлення до світу вкладаються в зміст промови і в її інтонаційне забарвлення. А те, що ми говоримо і як це вимовляємо, у свою чергу відкладає відбиток на психологічному стані слухача, впливає на наші стосунки з ним. Наприклад, грубий, різкий голос дорослого може викликати у дитини сильний переляк і стан заціпеніння. Постійно роздратований, незадоволений голос породжує у слухача відчуття, що його не люблять і не приймають як особистість. Але, наприклад, відмова в чому-небудь, виголошена спокійним, м'яким, співчувучим голосом допомагає дитині легше примиритися з нездійсненням його бажання.