

Երաժշտության դերը անձի ձևավորման գործընթացում

Մասնագետները կարծում են, որ երաժշտական թերապիան կօգնի լուծել մի շարք խնդիրներ՝ կապված երեխայի քմահաճությունների և անկառավարելիության հետ:

Այն մասին, որ երաժշտությունը կարող ամրապնդել երեխաների առողջությունը, առաջին անգամ արտահայտվել է հայտնի հոգեկենսաբան Վլադիմիր Բեխտերնը 1914 թվականին: Նա պնդում էր, որ երեխայի քմահաճություններն ու նյարդայինությունը շատ ավելի լավ են բուժում մոր օրորոցայինները, քանի որ դրանք հանգստացնում ու քնեցնում են նրան, ինչի շնորհիվ կորստիզոլի՝ սթրեսի հորմոնի մակարդակն արյան մեջ իջնում է:

Ավելի ուշ բժշկության մեջ ձևավորվել է մի ամբողջ ուղղություն, որն անվանվել է երաժշտաթերապիա: Որոշ երկրներում այն նույնիսկ ներառված է բժշկական ապահովագրության մեջ՝ որպես մարդու էմոցիոնալ վիճակը կարգավորելու արդյունավետ եղանակ:

Քանի որ երաժշտությունը խորը ազդեցություն է ունենում երեխաների վրա, դրա օգնությամբ կարելի է լուծել մի շարք խնդիրներ:

1. Բարձրացնում է մտավոր կարողությունները

Հետազոտությունները ցույց են տվել, որ այն երեխաները, որոնք հաճախում են երաժշտության դասընթացների, ավելի հանգիստ են և ուշադիր: Նրանց մոտ ավելի լավ է զարգացած տարածական մտածողությունը: Ինտելեկտի համար ամենից օգտակարը Մոցարտի երաժշտությունն է: Գիտնականները հայտնաբերել են, որ 10 րոպե Մոցարտի երաժշտությունը լսելը բարձրացնում է ինտելեկտի ինդեքսը 8-10 միավորով: Այս բուժիչ ազդեցությունը բացատրվում է նրանով, որ Մոցարտի երաժշտության մեջ շատ են բարձր հաճախականության ձայները, որոնք ամենամեծ ռեզոնանսն են առաջացնում գլխուղեղի կեղևում:

2. Բարելավում է խոսքը

Աշխարհահռչակ դերասան Ժերար Դեպարդիեն երիտասարդ տարիքում կակազում էր և նրան դերասանական արվեստ դասավանդող ուսուցիչն ուղարկել է երիտասարդ դերասանին հայտնի բժիշկ Ալֆրեդ Տոմատիսի մոտ, ով նշանակել է օրական «երկու ժամ Մոցարտ ընդունել»: Ընդամենը մի քանի երաժշտական պրոցեդուրայից հետո դերասանի խոսքը կարգավորվել է և դա դարձել է ավելի ինքնավստահ: Նյարդաբանները կարծում են, որ Մոցարտի ստեղծագործությունները պարունակում են էլևեջներ, որոնք ներդաշնակեցնում են նյարդային համակարգի աշխատանքը:

3. Կարգավորում են զարգացման խանգարումները

Ապացուցվել է, որ երաժշտությամբ զբաղվելն ավելի հուզական է դարձնում, ուստի երաժշտությունը հաճախ օգտագործվում է հոգեկան զարգացման խանգարումներ ունեցող երեխաների բուժման համար: Վերջին տարիներին երաժշտաթերապիան

օգտագործվում է նաև աուտիզմով հիվանդ երեխաների բուժման համար, քանի որ նրանք շատ հեշտ են ընկալում երաժշտությունը:

Նման խնդիրների դեպքում խորհուրդ է տրվում օգտագործել ռոմանտիզմին հատուկ երաժշտությունը, ինչպիսիք են Չայկովսկու, Շոպենի, Լիստի ստեղծագործությունները: Ենթադրվում է, որ այդ երաժշտությունն ազդում է գլխուղեղի աջ կիսագնդի վրա, որը պատասխանատու է երևակայական ընկալման համար:

4. Օգնում է հիպերակտիվության դեպքում

Ճիշտ ընտրված երաժշտությունը նվազեցնում է էմոցիոնալ լարվածությունը և ազատում է անհագստությունից ու վախերից: Նյարդային լարվածությունը թուլացնելու և ավելորդ հուզականությունից ազատվելու համար՝ լավագույն միջոցը հստակ ռիթմերով երաժշտությունն է, ինչպիսիք են վալսերը, Շոպենի նոկտյուրները կամ Բեթհովենի սիմֆոնիաները: