

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКТОР МУЗЫКИ ДЛЯ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



Камолов Шавкат Хаджиевич

Старший преподаватель кафедры музыкальное исполнение и культура Бухарского государственного университета

Kamolovsavkat81@gmail.com

Аннотация: В данной статье дается представление о развитии детей, обучающихся по

направлению дошкольного образования средствами музыкотерапии.

Ключевые слова: Тональность, ритм, частотность, эмоциональное активирование, эстетических потребностей, актив, пассив.

Abstract: This article gives an idea of the development of children studying in the direction of preschool education through the means of music therapy.

Key words: Tonality, rhythm, frequency, emotional activation, aesthetic needs, asset, passive.

Музыкальная терапия (или “музыкотерапия”, дословно - “исцеление музыкой”, от лат. musica “музыка” и греч. therapeuein “лечить”) – это психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека, где музыка используется как лечебное средство. Музыкотерапия относится к комплексным средствам эмоционального и психосенсорного воздействия. Терапевтическое воздействие музыки известно с древних времен. Совершим небольшой

экскурс в историю музыкального врачевания, которая уходит своими корнями далеко в прошлое. Музыкотерапию связывают с именем Аполлона – покровителя искусств и его сына Асклепия – покровителя врачевания. Древняя медицина была тесно связана с религией, философией, мифологией и искусством, особенно с музыкой. Умение петь и играть на музыкальных инструментах было одной из обязанностей врача. О целебной силе музыки мы находим упоминание в трудах древнегреческих ученых и философов. Платон предлагал лечить ревматизм пением и игрой на музыкальных инструментах. Пифагор утверждал, что музыка помогает человеку поддерживать внутреннюю гармонию, Ему принадлежит известный афоризм: «Музыка может врачевать безумства людей». Аристотель считал, что музыка влияет на освобождение от эмоционального

напряжения и психологического надлома. Многие мыслители высказывали свое убеждение в том, что музыка формирует характер и помогает взаимопониманию. Древние врачи прописывали больным курсы музыкотерапии (Гиппократ). Авиценна утверждал в «Каноне врачебной науки»: «Страдающих меланхолией необходимо развлекать музыкой», считал, что хорошее пение утишает боль, отвлекает от нее и даже усыпляет. У великого Гомера описывалось, как исполнение мелодичных песен способствовало исцелению ран героев.

В Парфянском царстве в III веке до нашей эры с помощью специально подобранных мелодий лечили от тоски, нервных расстройств и сердечных болей. В XIX столетии французский психиатр Эскироль начал использовать музыкальную терапию в психиатрических заведениях. Дальнейшее распространение музыкотерапия получила после первой мировой войны. В 1930-х годах опыт военных врачей использовали

немецкие терапевты при лечении язвы желуд-ка, швейцарские - при лечении легких форм туберкулеза. Австрийские акушеры с помощью му-зыки обезболивали роды. Использование музыки и звука как анестезирующего средства стало применяться и в стоматологической и хирургической практике. Вся эта практика стала основой развития музыкотерапии после второй мировой войны. Древние врачи прописывали больным курсы музыкотерапии (Гиппократ). Авиценна утвер-ждал в «Каноне врачебной науки»: «Страдающих меланхолией необходимо развлекать музы-кой», считал, что хорошее пение утишает боль, отвлекает от нее и даже усыпляет. У великого Гомера описывалось, как исполнение мелодичных песен способствовало исцелению ран героев.

В Парфянском царстве в III веке до нашей эры с помощью специально подобранных мелодий лечили от тоски, нервных расстройств и сердечных болей. В XIX столетии французский психиатр Эскироль начал использовать музыкальную терапию в психиатрических заведениях. Дальнейшее распространение музыкотерапия получила после первой мировой войны. В 1930-х годах опыт военных врачей использовали немецкие терапевты при лечении язвы желуд-ка, швейцарские - при лечении легких форм туберкулеза. Австрийские акушеры с помощью му-зыки обезболивали роды. Использование музыки и звука как анестезирующего средства стало применяться и в стоматологической и хирургической практике. Вся эта практика стала основой развития музыкотерапии после второй мировой войны. Человеческий мозг - это очень хороший прогностический механизм. Он должен непрерыв-но предсказывать развитие событий, потому что это дает нам возможность подготовиться к их последствиям. Однако, с научной точки зрения объяснить феномен получение удовольствия от музыки весьма трудно. Ведь для человеческого инстинкта музыка бесполезна, то есть без музы-ки человек не умрет, но существует теория, согласно которой музыка представляет тренажерный зал для мозга. Именно музыка позволяет нашим прогностическим механизмам делать предпо-ложения о том, как она будет развиваться, куда повернет мелодия, насколько она нас удивит.

Мы можем формировать ожидания на разных уровнях. Конечно, в случае с музыкой мы делаем это не для выживания, но, согласно этой теории, нам от природы интересно предсказывать раз-витие событий, мы ничего не можем с этим поделать. С другой стороны, человек не может вооб-разить себе жизнь без музыки, она ему нужна как все остальные жизненные человеческие по-требности, чтобы жить в гармонии. Получается, что музыка - прекрасная возможность потрени-роваться в таких предсказаниях. Таким образом, Слушая музыку, мы строим догадки, какая нота прозвучит дальше и как будет меняться ритм. Если мы угадали, в мозге активируется система

вознаграждения и мы испытываем положительные эмоции. Как однажды сказал Эрнест Ансерме: «Музыка вызвала к жизни величайшую историю, но человек - движущая сила музыки - так и не составил, более того, даже не осознал необходи-мость составить себе ясное представление о явлении, которое он так назвал». Отдельные элементы музыки имеют прямое влияние на различные системы человеческого организма:

Ритм. Правильно подобранный музыкальный ритм путем нормализации биологических ритмов способствует правильному перераспределению энергии, гармонии, хорошему самочув-ствию. Если звучание ритма музыки реже ритма пульса - то мелодия будет оказывать релакса-ционный эффект на организм, мягкие ритмы

успокаивают, а если они чаще пульса, возникает возбуждающий эффект, при этом быстрые пульсирующие ритмы могут вызывать отрицательные эмоции.

Тональность. Минорные тональности обнаруживают депрессивный, подавляющий эффект. Мажорные - поднимают настроение, приводят в хорошее расположение духа, повышают артериальное давление и мускульный тонус.

Частотность. Высокочастотные звуки (3000-8000 Гц и выше) вызывают в мозге резонанс, пагубно воздействуя на познавательные процессы. Длительный и громкий звук вообще способен привести к полному истощению организма. Звуки среднего диапазона (750-3000 Гц) стимулируют

сердечную деятельность, дыхание и эмоциональный фон. Низкие (125-750 Гц) воздействуют на физическое движение, вызывают напряжение и даже спазмы в мускулатуре. Музыка с низкими вибрациями не дает возможности сконцентрироваться или успокоиться.

Также очень важны такие характеристики, как диссонансы - дисгармоничное сочетание звуков - они возбуждают, раздражают, и консонансы - гармоничное сочетание звуков - они, напротив, успокаивают, создают приятное ощущение. Так, например, рок-музыка отличается частым диссонансом, нерегулярностью ритмов, отсутствием формы. Она воздействует ультра- и инфразвуками, мы их не слышим, но их воспринимают наши органы, а это может действовать разрушающе на мозг по принципу «25-го кадра».

Выделяют три основных направления лечебного действия музыкотерапии:

- эмоциональное активирование;
- регулирующее влияние на психовегетативные процессы;
- повышение эстетических потребностей.

Музыка... Когда мы слышим это слово - для каждого из нас в воображении звучит что-то своё. Но, безусловно, это всегда та мелодия, которая даёт нам силы, заряжает энергией и позитивом.

Различают следующие формы музыкотерапии:

- активную (двигательные импровизации под соответствующий характеру музыки словесный комментарий);
- пассивную (прослушивание стимулирующей, успокаивающей или стабилизирующей музыки специально или как фон).

Музыкотерапия - одно из перспективных направлений в жизни ДОУ. Она способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности.

Литература.

1. Каюмов И. Ф. Психологические истоки музыки //Academy. – 2020. – №. 11 (62). – С. 56-58.
2. Васильченко Е.В. Культура звука в традиционных восточных цивилизациях. Автореф. дис. доктора культурологических наук. - М., 1997. - С. 10-26.
3. Минаев Е. Музыкально-информационное поле в эволюционных процессах искусства. Авт. дис. на соиск. уч. ст. д. искусствоведения. - М., 2000.
4. Музыкальный энциклопедический словарь. - М., 2000.

THE MULTIDISCIPLINARY JOURNAL OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

VOLUME-3, ISSUE-5

5. Каюмов И. Ф., Жураева М. Место музыки в воспитании духовно-нравственных качеств учащихся 5-7 классов общеобразовательных школ //Проблемы педагогики. – 2020. – №. 3 (48). – С. 17-19.
6. Kayumov I. F. Values and aesthetic factors in the formation of culture and art //International Engineering Journal For Research & Development. – 2020. – Т. 12. – №. 1. – С. 10.
7. Fayzullaevich Q. I. Culture and art values and aesthetics in formation factors. – 2021.
8. Kayumov I. F. XALQ QO'SHIQLARI ASOSIDA BOSHLANGICH SINF O'QUVCHILARINING NUTQIY MALAKASINI O'STIRISH USULLARI //Scientific progress. – 2021. – Т. 1. – №. 5. – С. 635-640.
9. Каюмов И. Ф. Санъатнинг турлари ва уларнинг тарбиявий аҳамияти //Science and Education. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 849-854.
10. Kayumov, I. F. (2021). Formation of composing art in uzbek music. *Researchjet journal of Analysis and Inventions*, 2(12), 61-65.
11. Каюмов И. Ф. ВАЖНОСТЬ ВНЕКЛАССНЫХ ЗАНЯТИЙ В РАЗВИТИИ МУЗЫКАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ //Academy. – 2021. – №. 3 (66). – С. 51-53.
12. Каримов О. И. Значение специфических особенностей и воспитательных возможностей узбекских народных инструментов //Academy. – 2020. – №. 3 (54). – С. 78-80.
13. Karimov O. J. I. Tanbur sozining paydo bo 'lishi va milliy cholg 'u ijrochiligidagi o 'rni //Scientific progress. – 2021. – Т. 1. – №. 5. – С. 767-771.
14. Каримов О. И. Профессиональные музыкальные взгляды будущего учителя музыки //Вестник науки и образования. – 2020. – №. 22-2 (100). – С. 17-20.
15. Каримов О. И. Садриддин Айни-знаток и любитель народной музыки //Вопросы науки и образования. – 2021. – №. 13 (138). – С. 21-24.
16. Ходжаев Р. Р., Каримов О. И. Подготовка будущих учителя музыки. Тренировка на скрипке для рефлексии мышц //Science and Education. – 2022. – Т. 3. – №. 2. – С. 1419-1423.
17. Каримов О. И. Бўлажак мусика ўқитувчиларида маънавий-ахлоқий сифатларни шакллантириш //Scientific Impulse. – 2022. – Т. 1. – №. 2. – С. 377-381.
18. Каримов О. И., Шарипова С. Ш. К. Место искусства музыки в формировании идеальной личности человека в дошкольном заведении //Science and Education. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 692-698.
19. Islamovich K. O., Shukhrat S. S. The Role of Music in Forming a Perfect Human Personality //Miasto Przyszłości. – 2023. – Т. 33. – С. 72-75.
20. Камолов Ш. Х., Бомуродов Ш. Ш. Педагогический характер студенческой молодежи и психологический подход //Academy. – 2021. – №. 3 (66). – С. 60-62.
21. Камолов Ш. Х. Приёмы и методы преподавания музыки в общеобразовательной школе //Science and Education. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 602-607.
22. O'quvchi-yoshlarni mumtoz musiqa asarlari va xalq og'zaki ijodi namunalari bilan tanishtirishning ahamiyati SX Kamolov, Scientific progress, 2021
23. TALABALARDA MUSTAQIL TA'LIMNI TASHKIL ETISH Sh/ KAMOLOV, PEDAGOGIK MAHORAT. Ilmiy-nazariy va metodik jurnal. 2022, Maxsus son, 2022