

## **ВЛИЯНИЕ РАЗЛИЧНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ МУЗЫКИ НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА**

*АУ при Президенте Республики Беларусь, Минск  
Научный руководитель: канд. психол. наук, доцент  
Овдей С.В.*

*Статья посвящена вопросу влияния музыки на психологическое здоровье и поведение человека и специфике осознания людьми студенческого возраста этого влияния.*

Целью нашего исследования явилось изучение влияния музыки как одного из наиболее популярных рекреационных компонентов в жизни человека на психическое здоровье современной молодежи.

Музыка – самая тонкая, и вместе с тем самая влиятельная составляющая культуры, однако музыкальная культура в своем глубинном значении давно вышла за пределы круга любителей музыки в современном мире. Широкое использование музыки в целях воздействия на состояние человека сейчас приняло почти тотальный характер. Свойство музыки влиять на состояние человека применяется в терапевтических сеансах, рекламе, кино и т.д.

Основная причина такого активного использования музыки заключается в ее влиянии не только на людей, но даже на предметы материального мира. После «прослушивания» водой симфоний Моцарта и Бетховена, получались красивые, правильной конфигурации кристаллы с отчетливыми «лучиками», в то время как тяжелый рок превращал воду в замерзшие страшные рваные осколки. Не являются исключением и люди. Исследования показали, что подростки, после получасового пребывания на дискотеке, полностью теряют над собой контроль и впадают в состояние, близкое к гипнотическому.

Известно, «низкий бета-ритм частотой 15 Гц интенсифицирует нормальное состояние бодрствующего сознания. Альфа-ритм частотой 10,5 Гц вызывает состояние глубокой релаксации. Тета-ритм частотой 7,5 Гц способствует возникновению состояния, характерного для глубокой медитации. При частотах ниже 4 Гц возникает сильное стремление заснуть, трудность сохранения бодрствующего сознания».

Особое влияние на человека, в первую очередь, оказывают такие современные стили музыки как рок, рэп, хэви-метал и клубная музыка. Вся техника рок-музыки взята из древних и современных тайных чёрно-магических обществ и братств. Ритм приобретает наркотические свойства. Интенсивность звука доходит до 120 децибелов, хотя человеческий слух настроен на среднюю интенсивность – 55 децибелов. Воздействие на человеческий организм сверхгромких звуков разрушительно. В течение продолжительного времени невозможно подвергать себя воздействию рока и не получить при этом глубокие психоэмоциональные травмы. В этот момент возникает утрата контроля над способностью к сосредоточению, значительно ослабляется контроль над умственной деятельностью и волей. Всё вместе взятое означает, что вероятно разрушение барьеров нравственности, исчезновение механизмов естественной защиты. И всё это направлено на то, чтобы увлечь человека подсознательными сообщениями исполнителя.

Подсознательные сообщения, как бы минуя слух, зрение, внешние ощущения, проникают в самую глубину подсознательного. В том случае, когда мозг в течение продолжительного времени подвергается воздействию направленного на подсознание звукового сигнала, в нём происходит биохимическая реакция, аналогичная той, которую вызывает укол морфия. А когда человек находится в наркотическом трансе, подсознательные сообщения превращаются в программы, обязательные для исполнения. Происходит тотальное коллективное оболванивание, зомбирование.

Ученые исследовали связь между пристрастием молодых людей к стилю хэви-метал и суицидальными склонностями. Поклонники этого стиля характеризовались меньшим жизнелюбием (особенно юноши) и большей частотой мыслей о самоубийстве (особенно девушки). Ряд научных исследований был специально посвящен вопросу о возможной связи прослушивания музыки определенного типа со склонностью детей и юношей к суицидальному, агрессивному или противоправному поведению.

Наиболее «проблемными» оказались жанры «рэп» и «хеви-метал». Ритм музыки частотой около 130-150 ударов в минуту попадает в полосу "шаманских" частот. Музыка в этом ритме, часто звучащая на дискотеках при определенных условиях может стать чрезвычайно опасной. В отличие от джаза или классической музыки, ритм этот акцентирован, очень громок и почти лишен вариаций. Систематические многочасовые дозы такого «шаманского» транса вызывают эффект привыкания и изменения структуры мозга.

В ходе проведенного нами исследования были получены данные об осознании людьми студенческого возраста влияния разных стилей на их психическое здоровье. Музыкальные стили были распределены на три группы: I группа – это рок, рэп и хэви-метал; II группа – классическая музыка; III группа – клубная музыка.

На первый вопрос «Влияет ли музыка на поведение человека?» «да» ответили 92,3%, «нет» – 7,7% от всех опрошенных юношей. Девушки 93,2% и 6,8% соответственно. Как видно разница между ответами юношей и девушек не существенна. Большинство осознают то, что музыка может оказывать влияние на поведение человека.

На второй вопрос, «Какой стиль музыки Вы предпочитаете?» были получены следующие результаты: как у юношей, так и девушек преобладают стили I группы – 71,4% (юноши) и 52,4% (девушки). Однако вполне очевидна разница между ними. Не существенна же разница в предпочтении клубного стиля: у

юношей ей отдали предпочтение 21,4%, у девушек – 23,8 респондентов. Что касается классической музыки, то здесь разрыв довольно существенный: только 7,2% юношей дали положительные ответы, в то время как у девушек таких ответов было 23,8%. Хотя в целом такой низкий процент «спокойной» и такой высокий процент «жесткой» музыки объясняется далеко не только ее «магическими свойствами». Большую роль здесь также играет социальное окружение и природные психологические особенности человека.

Интересные результаты получены на третий вопрос, который звучал так: «Какую музыку Вы слушаете, когда у Вас грустное настроение (а) и когда весёлое (б)». Обнаружилось, что 58,3% предпочитают слушать классическую музыку, когда у них грустное настроение, а остальные 41,7% – музыку I группы. Клубную музыку же в этом случае не слушают ни юноши, ни девушки. Если у представителей мужского пола разница существует, но не большая, то у девушек она достаточно внушительна: 80,5% предпочитают слушать классическую музыку, находясь в плохом настроении, и только 19,5% – рок, рэп и хэви-метал.

Важно отметить, что II музыкальная группа способствует установлению внутренней гармонии, в то время как I группа наоборот вызывает депрессивное настроение.

На наш взгляд, выбор музыки I группы можно объяснить тем, что люди стремятся к отражению своего внутреннего состояния через музыку, т.е. слушают музыку под стать своего настроения. Практически невозможно встретите человека, который слушает рок, хэви-метал или рэп, с жизнерадостным лицом, а вот с угрюмым вполне возможно. Рок, рэп, хэви-метал, кроме пессимистического настроения может вызывать также агрессию, которая накапливается в человека и, конечно же, рано или поздно должна «выплеснуться». Поэтому такая музыка не улучшает настроение человека, а вот ухудшить состояние вполне может.

Что же касается веселого настроения, то в этом случае 70,3% девушек предпочитают слушать клубную музыку, 27% – музыку I группы и только 2,7% – II группы. Юношами же II группа не используется совсем, а вот распределение голосов между I и II группой абсолютно одинаковое: 50% и 50%. При всем этом хотела бы отметить, что III группа может вызывать у человека опьянение схожее с наркотическим состоянием.

Таким образом, наиболее часто используемым средством рекреации, особенно у людей студенческого возраста, является музыка. Люди часто слушают музыку, чтобы расслабиться, скрасить одиночество, скоротать время, поднять себе настроение и даже не задумываясь об ее влиянии. В то время как музыка оказывает на человека не только положительное, но и отрицательное влияние.

В музыке существует ряд опасных для человека стилей, течений, направлений. Они искажают музыкально-смысловые гармонии, подменяя их мощными эффектами и потоком негативного воздействия на аудиторию. Поэтому знание молодежью, что не вся музыка может благоприятно влиять на человека может служить профилактической мерой для предотвращения эффекта «зомбирования» с помощью музыки.

УДК 159.9

Прокопчук И.В., Ильючик И.А.

## **ИЗМЕНЕНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИИ У СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА**

*УО «Брестский государственный технический  
университет» Брест, Республика Беларусь  
Научный руководитель: ст. преподаватель Бурко О.П.*

*В процессе профессиональной подготовки студентов происходит изменение содержания когнитивного компонента стереотипа в сторону конкретизации, обогащения, корректировки*