Муниципальное общеобразовательное учреждение   
«Лицей №9 имени заслуженного учителя школы Российской Федерации   
А. Н. Неверова Дзержинского района Волгограда»

**Утверждено:**

Директор МОУ Лицей 9

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Жигульская И. В.

Приказ №\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 г.

**Ульянова Ульяна Сергеевна**

**10 А**

**«Влияние музыки на человека, как важная составляющая формирования всесторонне развитой личности»**

(Индивидуальный проект)

Кафедра: Обществознание

Научные руководители:

Карпова Надежда Анатольевна

Согласовано:

Зам. Директора по УР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Соколова Е. В.

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 г

Оценка \_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/

Подпись \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Соколова Е. В.

Волгоград, 2023

**Содержание**

Введение……………………………………………………………………….............3

1. Музыкальные странички истории…………………………………………………5

1.1. 16-17 век – пышность барокко…………………………………………........5

1.2. 17-18 век – на пути к классицизму………………………………………..…6

1.3. 19 век – мечтательный романтизм…………………………………………..8

1.4. 20 век – освещение глобальных тем…………………………………….....11

1.5. 21 век – музыка будущего……………………………………………….…13

2. Влияние различных стилей музыки на человека………………………………..13

2.1. Влияние поп музыки на человека……………………………………….…13

2.2. Влияние музыки в стиле реп……………………………………………….16

2.3. Влияние рок музыки на человека…………………………………………..17

2.4. Влияние классической музыки на человека………………………………19

3. Практическая часть……………………………………………………………….24

Заключение……………………..………………………………………………….…26

Список источников информации и литературы…………………………………...27

Приложение…………………………………………………………………………..28

**Введение**

**Актуальность:** Влияние музыки на человека является актуальной темой исследований в современном обществе. В наши дни современных технологий, социальных сетей и онлайн сервисов, когда музыка окружает нас везде, от различных музыкальных плееров до радио и потоковых сервисов, важно понять, как она влияет на нашу психологию, наше настроение, характер и поведение. В связи с все большим внедрением современных гаджетов, приложений, современной техники, музыка стала распространяться все шире, проникать в каждую сферу нашей жизни, делиться на все более новые и новые жанры и стили, что вызывает огромный интерес со стороны нынешнего общества.

**Объект исследования:** Эмоциональное и моральное состояние человека.

**Предмет исследования:** Изменение эмоционального фона и личностных качеств человека от прослушивания различного рода музыки.

**Цель работы:** Выяснение, какие конкретные музыкальные жанры и композиции способны вызвать определенные эмоциональные и психологические реакции у людей. Исследование потенциальных польз для личностного роста и развития, которые музыка может принести человеку.

**Методы исследования:** Анализ, аналогия, индукция, обобщение, классификация, конкретизация, сравнение, анкетирование, опрос, описание.

**Научная новизна:** При исследовании данного вопроса можно выявить такое влияние музыки на человеческое состояние, как снижение стресса и тревожности, что в результате дает возможность судить о психологической составляющей человека как существа осознанного, что позволяет открывать новые и расширять старые методы использования музыки в терапии, повышения качества жизни людей с моральной точки зрения.

**Теоретическая значимость:** Теоретическая значимость исследования о влиянии музыки на становление личности человека заключается в расширении наших знаний о влиянии музыки на формирование индивидуальности и развитие личности. Исследование может помочь нам понять, как музыка влияет на эмоциональное состояние, когнитивные процессы, поведение и взаимодействие с окружающим миром. Мы можем также получить более глубокое понимание того, как разные жанры и стили музыки влияют на различные аспекты личности, такие как самооценка, эмпатия, творческое мышление и социальные навыки. В общем, данное исследование ценно для развития нашего понимания влияния музыки на процессы формирования и становления личности человека.

**Практическая ценность:** Исследования показывают, что прослушивание музыки может значительно повысить нашу эмоциональную отзывчивость и способность к эмпатии. Она позволяет нам выразить и понять наши собственные эмоции, а также погрузиться в чужие. Это помогает нам развивать социальные навыки, такие как способность к сопереживанию и пониманию других людей. Помимо эмоционального значения, музыка также оказывает положительное влияние на нашу интеллектуальную и физическую активность. Более того, музыка является мощным средством социального взаимодействия. Участие в музыкальных коллективах, концертах или прослушиваниях музыки с друзьями способствует формированию связей и укреплению социальной сети. Таким образом, исследование влияния музыки на становление человека как личность имеет огромную практическую ценность. Внимательное изучение этого явления может помочь врачам, психологам и педагогам разработать эффективные методы использования музыки в лечении, терапии и образовании.

**1. Музыкальные странички истории**

**1.1. 16-17 век – пышность барокко.**

В конце 16-го столетия сложился художественный стиль барокко. Этому стилю присущи элементы роскоши, драматизм, торжественность, стремление к синтезу (соединению) разных видов искусства. В большей степени особенности барокко проявились в опере, которая включала в себя музыку, поэзию, драматургию и театральную живопись. Зародился этот стиль в Италии, впоследствии распространившись по всей Европе. Одними из главных композиторов этого времени стали Иоганн Себастьян Бах, Антонио Лучо Вивальди, Георг Фридрих Гендель, Иоганн Пахельбель – все они внесли огромный вклад в развитии стиля, изучаемого и по сей день. В музыке стиль барокко зародился в конце 16-го века и просуществовал примерно до середины 18-го века.

В период между 16 и 17 веками произошли существенные изменения в представлениях о церковной музыке. Теперь композиторы стремились передать сложности душевных переживаний человека, а не просто отрешение от земных страстей. Данный период стал знаменательным появлением произведений, написанных на религиозные тексты или сюжеты, которые не были предназначены для исполнения в церкви. Основными жанрами этого времени являлись вокальная музыка, такая как оперы, оратории и барокко, а также инструментальная музыка, включая концерты, сонаты и сюиты. В значительной степени возросло значение светской музыки, которая звучала при дворе, в салонах аристократов и в театрах для широкой публики. Именно в этот период начало формироваться новое искусство - опера.

Инструментальная музыка также стала развиваться, многие музыкальные инструменты стал позиционироваться как сольные, давая возможность исполнителю и композитору проявить себя индивидуально и показать свое самое ценное качество касаемо музыки – виртуозность.

В эпоху барокко произошло открытие, которое перевернуло представление о культуре и изменило гармоничное восприятие мира. Главным свойством универсума стал пафос, который является универсальным принципом, охватывающим волнение мира: «волнение души отражает волнение мира». Целью музыканта становится улучшение, изменение, возбуждение и успокоение эмоций. Бах утверждал, что между музыкой и душевными движениями существует глубокая внутренняя связь.

В эпоху барокко музыка служит выражению человеческих страстей. «В каждой мелодии мы должны ставить себе целью какое-нибудь движение души» - эта мысль Маттезона стала общепринятой.

С наступлением нового времени произошел революционный поворот в художественной сфере, который еще не был знаком истории. Несмотря на то, что Средневековье и Возрождение были абсолютно разными эпохами, общей темой стало божественное начало, причем обе эпохи выразили ее по-своему. В эпоху барокко окружающий мир представлялся полным контрастов и противоречий, представления о пространстве и времени изменились, а в центре внимания оказалась тема человека. Поэтому уже нельзя было создавать произведения искусства, руководствуясь строгими канонами. Вместо радостных и ярких красок на первый план вышли напряженные и резкие тона барокко.

Барокко развивалось и насыщалось благодаря различным путешествиям композиторов и исполнителей по всей Европе. Многие творцы того времени вносили свой вклад в развитие стиля, однако большее влияние оказала немецкая школа барокко. Такие произведения, как «Токката и фуга ре минор», «Оркестровая сюита №2 си минор», хор «Аллилуя» стали культовыми и прослушиваются даже спустя 400 лет.

Концом эпохи барокко считается смерть Иоганна Себастьяна Баха в 1750 году, так как он был лидирующим композитором этого времени.

**1.2. 17-18 век – на пути к классицизму.**

Эволюция музыки в 18 веке достигает блестящей эпохи. Формы, которые зарождались в начале 17 века, достигают высшей ступени совершенства. Классицизм считается периодом, когда музыканты стремились к объективности, простоте и сбалансированности в композиции своих произведений. В истории музыкального искусства 18 век получил огромное значение и поныне представляет первостепенный интерес. Это эпоха создания той музыки, которую мы сейчас называем «классической». Классицизм стал кульминацией классического искусства.

Во Франции 17 века возник классицизм, сначала в литературе и театре, а затем в музыке, отражая смену мировоззрения с религиозного на светское. В начале 18 века самым популярным стилем музыки был сентиментальный классицизм. Классицизм в музыке – это период в западной музыкальной истории, который пришел на смену барокко и предшествовал романтизму. Он простирается примерно с середины 18 века до начала 19 века. Классицизм характеризуется уместностью в выражении эмоций и практичностью в использовании гармонии. Музыкальная культура классицизма создает новые жанры инструментальной музыки, такие как соната, симфония и концерт.

Маятник литературных предпочтений постоянно колебался между разумом и чувствами, между строгой ясностью и сложностью. После эпохи рационального и жизнерадостного Возрождения наступила сложная и разочарованная эпоха барокко. Но вскоре маятник снова качнулся в сторону рассудка и порядка, и так появился классицизм.

Первый признак, по которому узнают классицизм – стремление к античности. Люди в те времена стали одеваться в античные наряды, строить дома с большими колоннами, различные подражания в мире моды. Однако, это не самый главный признак. Эпоха Возрождения также прославляла античность (показывала красоту земного мира человека), классицизм же прославлял не свободу естества, а как раз наоборот – жесткую упорядоченность форм, меру, закон и порядок.

Второй признак - классицизм не знает полутонов, он всегда судит однозначно: или положительный, или отрицательный, или герой, или злодей, или добро, или зло. Классицизм изображает вечную борьбу высокого и низкого, правильного и, наоборот, ошибочного и губительного. Классицизм любит гармонию, но мир при этом считает дисгармоничным, полным низменных начал. И только в напряженной борьбе с силами хаоса и разрушения можно удерживать в гармонию и в государстве, и в своей душе, и в художественном произведении.

Разум – воистину и царь, и бог эпохи классицизма. Разум обязан знать, что хорошо, что плохо, и неизменно бороться с «плохим». А что нас губит? Безответственный произвол страстей, заставляющий поступать себе во вред. Таких принципов придерживались люди эпохи классицизма, а искуcство, в свою очередь, все больше и больше закрепляло это в головах людей.

Среди представителей классицизма в музыке наиболее известными являются Вольфганг Амадей Моцарт, Франц Шуберт, Людвиг ван Бетховен и Иоганн Себастьян Бах. Моцарт считается представителем раннего классицизма, его произведения характеризуются изяществом и легкостью. Бетховен, в свою очередь, развил классицизм в направлении романтизма, добавив больше интенсивности и драматизма в свои произведения. Бах представляет барочную эпоху, однако его музыка сыграла важную роль в формировании классической музыки. Франц Шуберт стал известным своими лирическими песнями, которые олицетворяли его тонкое чувство стиха и мастерство создания музыкальных образов. Одни из известнейших произведений классицизма: «Симфония №40», «Турецкий марш», «Лунная соната», «Смерть и дева» - все это остается образцом всей классической музыки, изучаемой и по сей день в образовательных учреждениях и экспертами в области музыки. Классицизм является стилем определенной исторической эпохи, причём стиль этот не забыт, а имеет серьёзные связи с музыкой современности (неоклассицизм, полистилистика) и является основой всей академической музыки.

**1.3. 19 век – мечтательный романтизм.**

Музыкальный романтизм является прямым наследником классицизма, который непосредственно «перешёл» в романтизм в процессе развития композиторского мышления, оркестрового стиля, музыкальной драматургии, системы выразительных средств, смены круга музыкальных образов. Возникновению романтизма особенно способствовали события Великой французской революции, что было особенно акцентировано в светском музыкознании (и повлияло на периодизацию истории музыки). В то время как в Европе вершился промышленный переворот, в сердцах европейцев крушились надежды, возложенные на Великую французскую революцию. Культ разума, провозглашённый эрой Просвещения, был низвергнут. На пьедестал взошёл культ чувств и естественного начала в человеке.

Главной характеристикой романтической музыки считается прямое воплощение человеческих эмоций, свобода самовыражения, которая не ограничена общепринятыми рамками. Это связано с более выразительным музыкальным языком и преодолением классических норм. Особенно заметны изменения в гармонии и в составе оркестра симфонической музыки. Романтическая система была универсальной, различные виды искусств свободно переходили друг в друга. Идея синтеза искусств была одной из ключевых в музыкальной культуре романтизма. Эта связь проникала также и в эстетические категории: прекрасное сочеталось с безобразным, высокое – с низким, трагическое – с комическим. Романтическая ирония была связующим звеном этих переходов и отражала универсальное представление мира. Все, что относилось к прекрасному, приобрело новое значение для романтиков. Природа стала объектом поклонения, художников почитали как богов среди смертных, а эмоции превозносились над разумом. Бездуховная реальность сопоставлялась с недостижимой, но красивой мечтой. Романтик с помощью воображения создавал свой новый, уникальный относительно других реальностей, мир.

Музыкальные жанры, которые были популярны у композиторов-романтиков: песня, фортепианная миниатюра, опера, оратория, увертюра, баллады, фантазии, рапсодии, симфонические поэмы. Интерес к этим жанрам объясняется стремлением композиторов-романтиков к свободному самовыражению, постепенной трансформации образов.

Основной конфликт романтизма проявляется в противостоянии человека и окружающего мира. В этой связи возникает психология бунтующей личности, которая объединяет романтических героев в их чувстве собственной исключительности. Человек воспринимает себя как высшую ценность, что приводит к эгоцентризму у главного героя. Однако, сосредотачиваясь на себе, человек сталкивается с противоречиями реальности. Романтический тип личности акцентирует внутреннюю автономию и независимость человека. В этом отношении человек предстает в самом изолированном виде, при этом границы его личности являются неким барьером, защищающим его от внешнего негативного влияния. Позитивным аспектом этого является обеспечение свободного творческого процесса, затрагивающего интуицию, сознательные и бессознательные процессы, игру чувств и фантазии. Романтизм обозначает зону необычных идей, снов, фантастики, проницательности безумия, вдохновения и предвидений, которые поднимают художественную продуктивность. Психология творчества имеет свое отражение в культуре именно в романтизме, однако это же явление может иметь обратную сторону - эгоцентризм, эгоизм, отчужденность, отклоняющееся поведение, гордыня, властолюбие, эстетика зла и безобразного. Время романтика субъективизируется, оно может сжиматься или растягиваться в зависимости от характера внутренних процессов героя. Реальное пространство часто ощущается героем как неприятное, и он стремится избежать его. Юношеский возраст тяготеет к романтическому типу, поскольку это время, когда личность впервые полностью раскрывается перед человеком, но он еще не нашел подходящего языка общения с окружающими. В уголовном мире желание сохранить свою избранность и избежать слияния с «толпой», которая живет низменными и прозаическими интересами, является формой психологической защиты для людей, которые были исключены из нормальной среды.

Одними из самых известных композиторов эпохи романтизма являлись: Фанни Мендельсон Хензель (Автор трех органных прелюдий, драматической пьесы для сопрано и оркестра «Геро и Леандр», фортепианного и струнного квартетов, нескольких кантат, вокальных сочинений на стихи Гёте, Гейне, Ленау, Ламартина и других поэтов-романтиков, лирических пьес для фортепиано, среди которых наиболее известен цикл из 12 миниатюр «Год».), Луи-Гектор Берлиоз (Из многочисленных его произведений особенного внимания заслуживают: симфония «Гарольд в Италии», «Реквием», опера «Бенвенуто Челлини», симфония-кантата «Ромео и Жюльетта», «Погребальная и торжественная симфония», драматическая легенда «Гибель Фауста», оратория «Детство Христа», «Те Deum» для двух.), Феликс Мендельсон (К лучшим произведениям Мендельсона относятся его «Увертюра» и музыкальное сопровождение к «Сон в летнюю ночь», Итальянской симфонии, Шотландской симфонии, оратории «Илия», увертюре к «Гебридским островам»., Песни без слов и его Концерт для скрипки с оркестром.), Роберт Шуман («Карнавал», «Симфонические этюды», «Крейслериана», Фантазия C-dur, «Танцы давидсбюндлеров», Новеллетты, «Фантастические пьесы», «Детские сцены», «Ночные пьесы») и т.д.

**1.4. 20 век – освещение глобальных тем.**

История музыки 20 века отличается разнообразием стилей и жанров, инновационными экспериментами и новаторскими подходами к композиции и звуковому оформлению.

В начале 20 века классическая музыка претерпела значительные изменения под влиянием композиторов, таких как Шёнберг, Стравинский и Дебюсси. Они использовали новые гаммы, ритмические схемы и техники оркестровки, что привело к возникновению таких направлений, как экспрессионизм, неоклассицизм и модернизм. Композиторы экспериментировали с новыми формами музыкального выражения, включая атональную музыку, где отсутствуют традиционные гармонии и мелодии, а также сериальную музыку, где используется система темперирования, чтобы создавать музыкальные ряды.

Джаз стал массовым явлением в 20 веке. Он сочетает африканские ритмы и гармонии с европейской музыкальной традицией. Знаменитые музыканты, такие как Луи Армстронг, Дюк Эллингтон и Майлз Дэвис, разработали свои уникальные стили и внесли значительный вклад в развитие джаза. Жанр развивался вместе с социокультурными изменениями в мире, включая расширение границ и пересечение культурных барьеров. Джаз оказал огромное влияние на музыку во многих жанрах, включая рок, поп и фанк.

В середине 20 века появился рок-н-ролл, сочетающий элементы блюза, кантри и ритм-энд-блюза. Изначально ассоциировавшийся с молодежной культурой и бунтом, рок-н-ролл стал мировым феноменом благодаря музыкантам, таким как Элвис Пресли, The Beatles и The Rolling Stones. Рок-н-ролл привнес в музыку новые звуки, включая гитарные рифы, барабанные бои, и жесткие, энергичные вокальные партии. Жанр стал символом свободы и независимости, а его музыкальный вклад продолжает жить в современной музыке.

Рок музыка помогала своим последователям справляться с душевными переживаниями, выдвигала исполнителей в новый, развивающийся мир. Например, вокалист группы Black Sabbath, уроженец послевоенного города Бирмингем, стал заниматься музыкальной деятельностью под влиянием нескольких факторов: Во-первых, под влиянием творчества более авторитетной группы The Beatles; во-вторых, потому что с помощью пения он смог выражать все свои эмоции и переживания, выводя через звуки душевные чувства; в-третьих, с помощью концертов и выступлений, группа получала денежный доход, который отстранял их от самой ужасающей участи большей части подростков того времени – быть простым низкодоходным рабочим классом. Помимо того, что Black Sabbath взяли от музыки все самое лучшее, также они и успели отдать ей взамен, дав толчок и основав новый жанр в рок-музыке – хеви-метал, который является одним из основных видов металла в целом. Все эти преимущества давала многим рок звездам эта музыка. Любой целеустремленный и заинтересованный в этой отрасли человек мог прославиться и зарабатывать себе имя и избавить себя от тяжкой, изнуряющей и нелюбимой работы. Музыка того времени давала возможность самореализоваться, социализироваться, показать всему миру, чего достойна и что представляет собой конкретно одна взятая личность и то, насколько она ценна. С помощью музыки люди говорили о многих масштабных вещах, таких как моральные ценности и их разнообразие, отношение к войне, межличностные отношения, отношение к любви и институту брака, отношение к вредным привычкам, религии, мотивационные и поддерживающие выражения и т.д. Помимо этого, в основе текстов могли лежать какие- то сказочные и выдуманные истории, порой даже с устрашающим подтекстом. И на все это находилось тысячи слушателей и последователей, из чего можно сделать вывод, что люди слушали и слышали мысли друг друга, что говорит о высоком уровне социализации и желании внимать тому, что говорят такие же простые люди, как они.

Одни из самых известных исполнителей и групп 20 века: Френк Синатра («Let It Snow!», «Fly Me to the Moon», «My Way» и т.д), The Beatles («A Day in the Life», «I Want to Hold Your Hand», «Yesterday» и т.д), The Rolling Stones («Paint It Black», «You Can’t Always Get What You Want», «Ruby Tuesday»), Black Sabbath («Iron Man», «War Pigs», «Hand of Doom», «NIB» и т.д), Iron Maiden («Fear of The Dark», «2 Minutes to Midnight», «Number of the Beast» и т.д), Metallica («Nothing Else Matters», «The God That Failed», «Sad But True», «For Whom The Bell Tolls» и т.д), Megadeth («Peace Sells…But Who’s Buying?», «Rust In Peace…Polaris», «Take No Prisoners», «The Killing Road» и т.д).

**1.5. 21 век – музыка будущего**

В 21 веке музыка стала доступнее, разнообразнее и экспериментальнее, чем когда-либо. Благодаря развитию интернета и цифровых технологий, музыка стала гораздо более доступной. Пользователи могут легко слушать музыку, создавать плейлисты и делиться своими впечатлениями с помощью социальных сетей. Это существенно изменило способ распространения и продвижения музыки, позволило молодым и независимым артистам достичь аудитории без участия больших музыкальных лейблов.

21 век стал эпохой, когда жанры музыки стали переплетаться и сливаться. Музыканты все чаще экспериментируют, смешивают стили и создают новые поджанры. В результате этого множество искусств стало сложно классифицировать в рамках традиционных жанров.

Электронная музыка и синтезаторы играют огромную роль в эволюции музыки. Электронные инструменты позволяют артистам создавать новые звуки и экспериментировать с текстурами. Жанры, такие как электронная музыка, техно и дабстеп, стали очень популярными и оказывают влияние на множество других стилей. Технологические инновации также изменили процесс создания музыки. Программное обеспечение для звукозаписи и обработки аудио позволяет музыкантам создавать музыку даже в домашних условиях, что позволяет начинающим артистам с большей свободой экспериментировать.

Музыка 21 века характеризуется инновациями, разнообразием и доступностью. Это эпоха, когда музыканты могут без ограничений экспериментировать, а слушатели могут наслаждаться разнообразием звучания и текстов песен, которые отражают современный мир и его вызовы. С развитием технологий и социальных сетей музыка 21 века стала более международной. Музыканты из различных культур и стран воздействуют друг на друга, создавая новые звучания. Это привело к популярности музыки с элементами многих культур, такой как к-поп, латиноамериканская музыка и афрофутуризм. Независимым артистам предоставлена возможность создавать и распространять музыку без посредников, благодаря самопубликации и краудфандингу. Это привело к появлению более экспериментальной и авторской музыки, а также к росту независимых музыкальных лейблов.

Тексты песен 21 века все чаще отражают социальные и политические вопросы. Музыканты используют свои песни, чтобы выразить свое мнение по таким темам, как расовое неравенство, изменение климата и социальная справедливость. Музыка стала не только средством развлечения, но и средством коммуникации и вдохновения для общественных движений.

Музыка сопровождает человека на протяжении многих веков, во всех сферах жизнедеятельности и во все времена присутствовала мелодия. С течением времени музыка стала обретать более устойчивые формы, примитивные музыкальные инструменты совершенствовались, также совершенствовалось понятие о музыке. В определенные времена лидирующими были одни жанры, в другое время – совершенно иные. Это связано с тем, что музыкальный мир склонен к преобразованиям и поправкам, за счет изменения и развития общества и моральных ценностей определенной эпохи.

**2. Влияние различных стилей музыки на человека**

**2.1. Влияние поп музыки на человека**

Естественно, поп-музыка различных времен существенно отличается, и в настоящее время можно выделить произведения и песни, которые стали классикой жанра и несут свой позитивный заряд, особенно если в них есть смысловая нагрузка. Такая музыка способна поднимать настроение и эмоциональный тонус у людей.

Интересно, что в советское время власть осознавала влияние музыки и культуры на людей и контролировала эту сферу, оказывая влияние на создание музыкальных произведений. Основными идеями песен были вечные ценности, они несли позитив и веру в лучшее, а концерты и новогодние вечера становились событием в каждой семье.

Отдельное направление представляют песни военных лет, которые до сих пор пользуются популярностью и часто исполняются. Они пропитаны верой в победу, помогают нам найти энергию и осознать несоизмеримость нашего горя и страданий с теми, что переживали наши предки. Песни "Катюша", "Журавли", "Синий платочек" всегда остаются в наших сердцах.

Что касается современной эстрады, то ситуация изменилась. Сейчас всё диктует рынок, постоянно возникают новая музыка и песни. При этом каждый человек сам решает, что полезно и что нет. Важно включать свой внутренний фильтр, анализировать, какие эмоции вызывает композиция, какой она по своему смыслу. Музыка - это духовное питание, она также важна, как и здоровое питание.

Современные популярные песни очень разнообразны, их сложно все уравнять и обобщить. Среди них есть и песни с позитивным смыслом и звучанием, но таких не так много. Такие песни помогают отвлечься, поднять настроение, могут служить фоном, но доктора не рекомендуют слишком много слушать популярную музыку, так как она может оказывать негативное воздействие на психику человека — большое количество монотонных ритмов может привести к ухудшению памяти и снижению внимания. Считается, что популярная музыка негативно влияет на интеллект человека, и многие ученые подтверждают это. Конечно, деградация личности не происходит за один день или после одного прослушивания популярной музыки; все это происходит постепенно, в течение длительного времени. Поп-музыку в основном предпочитают люди, склонные к романтике, и так как реальной жизни им может не хватать этого, они ищут подобное в музыке. Для развития необходима разнообразная и мелодичная музыка. Положительные примеры (классика поп-музыки): Rick Astley - Never Gonna Give You Up, Ed Sheeran – Shape of You, Lady Gaga – Poker Face, Rianna – Diamonds, Dua Lipa – New Rules, Katy Perry – Dark Horse, Sia – Snowman и т.д.

**2.2. Влияние музыки в стиле реп**

Эти стили также широко распространены среди молодежи, их влияние пришло с Запада. Рэп возник в 70-х годах среди афроамериканцев в Бронксе, районе Нью-Йорка. Изначально его использовали диджеи на дискотеках, а затем он стал развиваться в коммерческих целях.

Рэп является удобным стилем исполнения, не требующим сильных вокальных способностей, и позволяющим свободно выражать мысли и эмоции. Однако, доктора также наблюдают его негативное воздействие, такое как повышение агрессивности, злобы и снижение эмоционального тонуса и интеллектуальных способностей. Несмотря на это, рэп музыка может иметь и положительное влияние на человека.

Рэперы часто используют свои рифмы, чтобы показать слушателям, насколько они выдающиеся и неординарные люди. Это может научить слушателей лучше осознавать свою ценность и возможности. В наше время низкой самооценкой страдают даже люди, которые в социальном плане вполне успешны. Человек, сравнивая себя с более успешными, может начать недооценивать себя и иметь негативные установки типа "я никто", "я ничего не добился в жизни" и т.д.

Рэп также может иметь положительный эффект, так как песни с позитивными установками, направленные на поддержку и укрепление самооценки, могут помочь установить душевное равновесие. Рэперы не обвиняют себя в чем-либо и не стыдятся выражать себя полностью. Они принимают и игнорируют своих критиков, они всегда остаются верными себе и не носят маски. Начинающие рэперы, обладающие уникальным стилем, обычно являются самыми самобытными и успешными, в то время как подражание популярным рэперам обычно не приносит популярности. Успех начинающих рэперов-нонконформистов напоминает слушателю, что он должен оставаться верным себе и не позволять другим определять свою жизнь.

Хотя многие русские рэперы также подчеркивают свои достижения и успехи, они также привлекают внимание к тому, что они являются мастерами своего дела и всегда стремятся к совершенству. Но, к сожалению, многие из них пропагандируют нецензурную лексику, насилие и употребление наркотиков. Влияние таких текстов может быть опасным, особенно учитывая, что основные слушатели русского рэпа - подростки, а рэперы стараются соответствовать их вкусам. Это создает опасность, что подростки будут подражать вредным примерам и пробовать наркотики.

Таким образом, рэп может оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на подростковую аудиторию. Это зависит от содержания и моральной ориентации рэп-исполнителя. Примеры смыслового рэпа: Баста – Раз и навсегда, Loc Dog – Спасибо, L’One – Все или ничего и т.д. Главное — наличие мелодики и глубокого смысла в песне, тогда можно снизить отрицательное влияние этого стиля.

**2.3. Влияние рок музыки на человека**

Очевидно из наблюдений, что рок-музыка может влиять на психику человека, вызывая разнообразные эмоции. Положительные и отрицательные эмоции могут быть усилены при прослушивании этого стиля музыки. Для некоторых людей музыка может стать источником уверенности и решительности, хотя жесткий рок на высокой громкости может оказывать негативное воздействие на организм, приводя к нарушению психического состояния и даже временной потери памяти. Врачи рекомендуют не злоупотреблять тяжелым роком и металлом. Однако мелодичный рок с использованием живых инструментов и включением элементов фольклора может оказывать положительное влияние на организм человека. Струнные инструменты, такие как скрипка и арфа, имеют особенно благотворное воздействие. Чаще всего поклонники рока являются интеллектуальными людьми, спокойными по натуре, если предпочитают слушать умеренные музыкальные композиции. "We Are the Champions" является примером положительного влияния рока на эмоциональное состояние. Эта красивая мелодичная песня с сильным текстом вдохновляет и заряжает энергией. Многие успешные люди считают ее одной из своих любимых песен, она помогает поверить в собственные силы и получить уверенность в достижении значительных высот. Неудивительно, что она возглавила список самых популярных песен в мире.

Общепринято считать, что слушание тяжелой музыки делает человека более мрачным, агрессивным и эмоционально нестабильным. Однако исследователи из Университета Квинсленда провели эксперимент, который противоречит этому умозаключению. Участникам эксперимента задавали вопросы, которые могли вызвать раздражение и возмущение, и после этого одной группе предлагали послушать экстремальную музыку (панк-рок, метал, скрим), а другой группе - просто сидеть в тишине. После этого исследователи измеряли сердечный ритм участников и проводили тесты, чтобы выявить уровень агрессивности и стресса. Результаты показали, что прослушивание тяжелой музыки вызывало такое же расслабление и снижение агрессивности, как и простое сидение в тишине, но при этом еще и давало ощущение вдохновения. Ученые считают, что музыка помогала участникам лучше переработать гнев, почувствовать его и освободиться от негативных эмоций в экологически чистом способе. Финские ученые также обнаружили интересный факт: оказывается, воздействие тяжелой музыки имеет разные эффекты на мужчин и женщин. По результатам МРТ-сканирования, у женщин при прослушивании хард-рока активизируется зона мозга, отвечающая за эмоциональный контроль, в то время как у мужчин она наоборот угасает. Результаты опросов также подтвердили эти данные: женщины отмечали, что слушают тяжелый рок для отвлечения от негативных эмоций, а мужчины - чтобы выразить свои отрицательные чувства. По мнению нейропсихолога, профессора Анируддха Пателя, рок может тренировать нейронные сети, отвечающие за речь, и улучшать усваивание новой информации. Однако такой же эффект проявляется и при прослушивании джаза, классики и электронной музыки.

Также, исследователи из разных стран неоднократно пытались установить взаимосвязь между предпочитаемым музыкальным жанром и личностными качествами. Нельзя утверждать, что результаты всегда были однозначными. Однако, многочисленные данные указывают на то, что люди, предпочитающие хард-рок, обычно открыты новым опытам, менее поддаются влиянию окружающих.

**2.4. Влияние классической музыки на человека**

Исследования учёных по вопросу воздействия музыки на психику человека доказали положительное влияние классической музыки. Особенно советуют произведения Моцарта, Вивальди, Чайковского, Шуберта. Почему классическая музыка так полезна и активно применяется в музыкотерапии, способствует успокоению, нормализации работы организма?

Основной характеристикой этой музыки является ее ритм, соответствующий сердечным сокращениям (60-70 Гц), поэтому она легко воспринимается организмом и помогает нормализовать функционирование сердечно-сосудистой системы и других органов. Было отмечено положительное влияние этих композиций даже на животных и растениях, которые начинают расти и развиваться быстрее. При проведении исследований с использованием магнитно-резонансной томографии и воздействия классической музыки, было отмечено активизация всего мозга, а не только определенных его областей, что позволяет полностью погрузиться в прослушивание. Кроме положительного влияния на здоровье, также наблюдается улучшение интеллектуальных способностей, как показывает рост IQ, что происходит благодаря активности мозга во время прослушивания. Поэтому важно уже с детского возраста включать классическую музыку для успешного развития ребенка, формирования чувства гармонии, улучшения памяти и мышления. Кстати, замечено, что у детей существует послеродовая память. Так, если мама включала определенную музыку во время беременности, то после рождения ребенок ее узнает и прекрасно засыпает под знакомые мелодии.

Музыка Моцарта считается особенно целебной. Она оказывает наиболее активное воздействие на кору головного мозга, вовлекая все его участки, включая те, которые влияют на зрение, координацию и ориентацию в пространстве. Рекомендуется слушать "Сонату для двух фортепиано" и другие произведения для активизации мышления и развития интеллекта. Учёные давно интересуются феноменом Моцарта и задаются вопросом: как ему удавалось создавать такие чудесные мелодии? Возможно, главный секрет его успеха заключался в его развитии на ранних этапах. Родители Моцарта были очень музыкальными: его мама часто напевала песни, будучи беременной, а папа исполнял произведения на скрипке. Ещё ребёнком Моцарт впитал дух музыки и искусства, что помогло ему стать великим композитором.

Ещё одним секретом влияния классической музыки на психику человека является частота звуков. Классическая музыка находится в пределах высоких частот от 5000 до 8000 Гц, что благотворно влияет на мозговую активность. Она не только положительно влияет на здоровье, поднимает настроение и улучшает психоэмоциональное состояние человека, но и бодрит, заряжает позитивом. Спокойные композиции, наоборот, способствуют расслаблению организма и снятию стресса и усталости.

Также учёные отмечают особую энергетику во "Втором концерте" Рахманинова. Это произведение оказывает позитивное влияние на психику и здоровье людей, содержит заряд победы. Возникает вопрос: что именно вызвало этот эффект? История говорит о том, что после провала первого концерта, Рахманинов пережил сильную депрессию и находился в полном отчаянии. Его друг, доктор, вернул его к жизни и воодушевил на написание музыки, предрекая её успех во всём мире. Это оказалось правдой: Рахманинов создал шедевр, победу жизни над смертью и человека над своими слабостями.

Таким образом, воздействие музыки на психику человека зависит от её энергетики, смысла, заложенного автором, на какой волне с жизнью находился, какие мысли преобладали. Музыка — это код, через который композитор передаёт свои идеи, мысли. У Вивальди и Моцарта в музыке много позитива, они любили жизнь и старались передать эти чувства слушателям.

Помимо вышеперечисленного, классическая музыка также:

1. Понижает давление

В эксперименте факультета психологии Калифорнийского университета приняли участие 75 человек. Основной целью было изучение воздействия классической музыки на сердечные сокращения и поврежденную стрессом сосудистую систему. Участникам предложили решить арифметическую задачу в ограниченное время и затем разделили их на различные группы. Участники первой группы слушали джаз, второй — поп-музыку, третьей — классическую музыку. Участники из последней группы показали более низкий уровень систолического артериального давления. Ни один из других музыкальных стилей, а также тишина, не привели к таким же эффектам.

1. Усиливает умственные способности

В журнале Learning and Individual Differences было опубликовано исследование, которое проводилось среди студентов. В рамках этого исследования участников поделили на две группы с одинаковыми показателями по возрасту, состоянию здоровья и успеваемости (среднему баллу). Участники первой группы посещали лекцию, на которой играла классическая музыка в качестве фонового сопровождения, в то время как участники второй группы прослушивали тот же материал в тишине. После лекций у обеих групп студенты выполняли один и тот же тест. Результаты показали, что добровольцы, которые слушали классическую музыку, набрали более высокие баллы за правильные ответы по сравнению с теми, кто слушал лекцию без аккомпанемента. Таким образом, можно сделать вывод о том, что музыка способствует более эффективному усвоению новой информации.

1. Улучшает сон

Исследование, проведенное при университете Земмельвайса в Будапеште, Венгрия, подтверждает, что классическая музыка может быть полезной в борьбе с бессонницей. Для этого эксперимента были отобраны 94 человека, возрастом от 19 до 28 лет, которые испытывали трудности с засыпанием. В течение трех недель, две трети участников прослушивали перед сном классическую музыку или аудиокниги, в то время как остальным было разрешено продолжать свой обычный образ жизни без изменений. Каждую неделю результаты измерялись с помощью питтсбургского опросника, который определяет качество сна. Результаты этого эксперимента показали, что классическая музыка успокаивает нервную систему и способствует более быстрому засыпанию. Врачи рекомендуют использовать классическую музыку в качестве безопасного метода лечения легкой степени бессонницы.

4. Помогает снизить тревогу

Научные исследователи из медицинского университета Kaohsiung на Тайване утверждают, что одним из способов борьбы со стрессом является прослушивание классической музыки. Они провели эксперимент с беременными женщинами, у которых был зафиксирован повышенный уровень тревожности. Участницы ежедневно слушали классическую музыку, звуки природы, колыбельные или нью-эйдж. Они имели возможность изменять плейлист и выбирать музыку в зависимости от настроения. Большинство женщин отметили значительное уменьшение тревожности и почувствовали себя более спокойными после двухнедельного аудиотерапевтического сеанса. Врачи измерили уровень стресса будущих матерей и отметили, что наиболее благотворное воздействие оказывают сонаты Бетховена.

5. Уменьшает боль

Как выяснилось в ходе эксперимента со страдающими хроническими болями, классическая музыка обладает обезболивающим эффектом. Большинство участников эксперимента отметили, что они чувствуют себя значительно лучше после прослушивания запечатленных композиций и испытывают приятные эмоции вместо сосредоточения на страдании. Врачи сделали вывод, что классическая музыка способствует эффективному восстановлению после травм и операций, усиливая действие принимаемых анальгетиков. Кроме того, она способствует формированию позитивного настроя, что играет важную роль в процессе выздоровления.

В результате исследования выяснилось, что жанр музыки играет большую роль на воздействие на человека. В зависимости от музыкальных особенностей разных стилей, музыка влияет на человека по-разному, давая разные эффекты от прослушивания конкретного жанра, поэтому этот вопрос стоит рассматривать более структурировано.

**3. Практическая часть**

Характеристика эксперимента

**Цели тестирования**

Выяснение, как музыка способна вызывать определенные эмоциональные и психологические реакции у людей. Исследование потенциальных польз для личностного роста и развития, которые музыка может принести человеку.

**Предмет исследования**

Изменение эмоционального фона и личностных качеств человека от прослушивания различного рода музыки.

**Проблема**

Большинство людей не воспринимают музыку как искусство, не обращая внимания на композиционную составляющую.

**Описание опроса**

Был проведен опрос среди подростков от 14 до 18 лет, для дальнейшего анализа полученных результатов, выдвижения вывода и определения, каким образом музыка влияет на формирование личности молодого поколения в современном мире.

Мы выдали тестирование 100 молодым людям для достижения вышеуказанных целей.

1. Как вы считаете, способствует ли музыка снижению нервно-психического напряжения?

75,2% опрошенных ответили, что согласны с этим, 24,8% ответили, что не согласны (Приложение 1). Это свидетельствует о том, что большинству подростков музыка помогает справляться с тревогой и усталостью, давая возможность получить эмоциональную разрядку.

2. Получаете ли Вы от музыки облегчение осознания собственных переживаний?

45,4% опрошенных ответили «Безусловно», 20,6% ответили «Возможно», 19,1 ответили «Нет, не получаю» и 14,9 ответили «Иногда» (Приложение 2). Из этого следует, что большей части опрошенных музыка помогает справляться с внутренними проблемами и переживаниями, давая возможность почувствовать моральное облегчение.

3. Как Вы считаете, влияет ли музыка на моральное и духовное развитие человека?

74,5% процентов опрошенных согласились с этим, а 25,5% были не согласны (Приложение 3). Это говорит о том, что большинство подростков осведомлены о влиянии музыки на моральное развитие человека, и, возможно, лично прочувствовали это на собственном опыте.

4. Влияют ли на Вас слова, произносимые в песне?

51,8% опрошенных ответили «Да, но не всегда», 31,2% ответили «Нет», 17% ответили «Однозначно да» (Приложение 4). Из данных ответов можно сделать вывод, что в большинстве случаев слова песни оказывают влияние на людей, давая людям пищу для размышлений, мотивацию или слова поддержки.

5. Стимулирует ли Вас музыка на продолжение какой-либо деятельности?

74,5% опрошенных согласились с этим, а 25,5% были не согласны (Приложение 5). Это свидетельствует о том, что большинству подростков музыка помогает справляться с трудностями на пути к какой-то цели, давая своеобразную мотивацию и толчок для преодоления трудностей.

6. Какие изменения Вы замечаете при прослушивании музыки?

Самыми популярными ответами стали: Повышение настроения (85,8%), снятие напряжения (83%), повышение самооценки (59,6%), способность лучше понимать чувства и внутренний мир других людей (54,6%) (Приложение 6). Из всего этого следует, что музыка помогает людям в вопросах самооценки, эмпатии и снятия тревоги – все это помогает нормальной жизнедеятельности и развитию человека в социуме.

Итак, с помощью этого исследования мы смогли выявить, каким образом влияет музыка и какую именно пользу она может принести людям для развития и личностного роста, тем самым выполнив цели нашего тестирования.

**Заключение**

В рамках данного индивидуального проекта было проведено исследование на тему «Влияние музыки на человека». Целью проекта было изучить, каким образом музыка оказывает влияние на внутренний мир человека, и какую пользу для развития и роста личности она может принести.

В ходе исследования было установлено, что музыка способна помочь людям справляться с трудностями, поднимать мотивацию, улучшать настроение и самооценку, придавать уверенности и прививать склонность к эмпатии, давать эмоциональную разрядку – все эти качества дают возможность человеку развиваться и расти, а также поддерживать свою нормальную жизнедеятельность.

Было выявлено, что музыка может использоваться в самых различных сферах жизни – образование, терапия, психология, политика, и даже медицина. Из этого следует, что музыка играет огромную роль в жизни человечества.

Также, был проведен опрос, из которого мы смогли выявить, как именно влияет на подростков музыка, и какие эмоции, чувства и изменения при прослушивании замечали опрошенные. Это позволяет сделать вывод о важности положительного влияния музыки на формирующуюся личность человека.

Исследование влияния музыки на человека представляет большой научный интерес. Она может использоваться для создания и совершенствования новых методов терапии, преподавания в образовательных учреждениях, поднятия морального духа и приоритетов населения. Поэтому, изучение данной темы и ее применения в различных сферах жизни заслуживают изучения и внимания.

**Список источников информации и литературы**

**Литература:**

1. Мик Уолл//Black Sabbath. Симптом вселенной.
2. Мик Уолл//Metallica. Экстремальная биография группы.
3. Оззи Осборн//Я - Оззи. Все, что мне удалось вспомнить.
4. Дэйв Мастейн//Мастейн. Автобиография иконы хэви-метала.
5. Бреан Аре, Скейе Гейр Ульве//Музыка и мозг: Как музыка влияет на эмоции, здоровье и интеллект.
6. Болл Филип//Музыкальный инстинкт. Почему мы любим музыку.
7. Марк Эглинтон//So let it be written. Подлинная биография фронтмена Metallica Джеймса Хэтфилда.

**Электронные ресурсы**

1. Описание различных музыкальных эпох <https://infoselection.ru/infokatalog/muzyka/muzyka-obshchee/item/545-istoriya-muzyki-muzykalnye-epokhi>
2. <https://translated.turbopages.org/proxy_u/en-ru.ru.676af0c1-65db8d8f-51af42b3-74722d776562/https/en.wikipedia.org/wiki/History_of_music>
3. Описание влияния музыки на человека в общем и по жанрам <https://style.rbc.ru/health/5c6fb5d59a794705784689c3>
4. <https://music-education.ru/vliyanie-muzyki-na-psihiku-cheloveka/>
5. <https://fonmix.ru/ru/blog_kak_raznye-zhanry-muzyki-vliyayut-na-cheloveka>
6. <https://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1162&context=honors>
7. <https://www.scientificamerican.com/article/psychology-workout-music/>
8. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2013.00311/full>

**Приложение**

**Приложение 1**

**Приложение 2**

**Приложение 3**

**Приложение 4**

**Приложение 5**

**Приложение 6**