

УДК 615.851.82:78

## **МУЗЫКА КАК ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ФАКТОР**

Тахер Н.Х.

*Белорусский государственный университет, г. Минск*

Историки считают, что слово музыка (музыка) возникло в древней Греции и первоначально означало искусства вообще. Лишь позднее это понятие стало определять любую мелодию или музыкальное произведение, «в котором переживания, чувства и идеи выражаются ритмически и интонационно организованными звуками» [1].

Mauger V.K. пишет, что для древних людей музыка была выражением гармонии и использовалась или как гимн племени, направленный на формирование его сплоченности и единства, или как мелодия мага-врача, изгоняющая злых духов и настраивающая организм на здоровье, как стимул, настраивающий на победу в бою и успех в деятельности [2].

В древнем Египте храм Лапидус являлся крупнейшим медицинским центром, где жрецы осуществляли лечение заболеваний звуками различной высоты [3]. В древнем Китае музыка использовалась в качестве релаксационной техники для снижения [4].

Из арабских источников известно, что в период коптской культуры Абу Трбо (Trbo) лечил больных эпилепсией посредством пения псалмов [3]. Имеются упоминания, что в древнем Ираке в эпоху Омейядов и Аббасидов музыка использовалась для лечения больных [5].

Важную роль в развитии музыкальной терапии сыграл Платон, который считал, что музыка приводит сердца детей к равновесию, что она является эффективным средством повышения самодисциплины и является средством оздоровления. Аристотель считал музыку способом очищения души от страстей, а Пифагор говорил, что музыка является идеальным способом поддержания здорового духа и тела [3].

Ж.Констанс предложил использовать музыку, исполняемую военным оркестром, для успокоения массовых истерических проявлений. Во время Второй мировой войны множество музыкантов и певцов с концертами выступали в госпиталях для раненых солдат. Через некоторое время врачи обнаружили, что музыка уменьшает физические и эмоциональные страдания.

Аль-Балаха А.Х. полагает, что превращение музыки в конкретный психотерапевтический метод произошло в 1896 году, когда в США специалистами было установлено, что музыка способствует увеличению притоку крови к головному мозгу и способствует ясности ума и восстановлению спокойствия. В 1944 году в государственном университете штата Мичиган была создана первая в мире программа музыкальной терапии [3].

Новый этап развития музыкальной терапии начался в 50-60-х годах XX века, когда были разработаны электронные устройства, производящие определенные звуковые волны, имеющие терапевтическую направленность. В последние годы получила развитие музыкальная терапия на основе применения специальных музыкальных инструментов – фортепиано, скрипки, либо духовых инструментов. D.Aldridge описал использование такого воздействия для пациентов, страдающих неизлечимыми заболеваниями. При этом больные не только слушали, но и обучались игре на инструментах и пению [7].

Имеется два вида использования музыки в психотерапии. В первом случае музыка является центральным элементом психотерапии. Психотерапевт в зависимости от состояния клиента подбирает специфические музыкальные произведения, громкость, тембр и другие составляющие звука. При этом выделяют две формы работы с клиентом. В первой – пациенты в течение определенного времени пассивно прослушивают предложенные произведения. Эта форма направлена на улучшения настроения, снятия напряжения, создания определенного эмоционального состояния, также способствует извлечению из памяти необходимого жизненного опыта по механизму ассоциаций. Вторая «активная» форма включает в себя также беседу, направленную на обнаружение ассоциаций, вызванных музыкой. Во втором случае музыка используется лишь как сопровождение других видов психотерапии, чаще всего – телесно-ориентированной.

Выделяют следующие бихевиоральные принципы использования музыки в целях психотерапии. «Вознаграждение» – здесь целью музыкальной терапии является расслабление, создание комфорта, упразднение беспокойства. «Подкрепление» – специфически подобранная музыка нацелена вызвать, поддержать и усилить состояния и переживания, которые провоцируются у клиента

в процессе психотерапии. «Внешний контроль телодвижений» – данный прием используется в динамичных видах психотерапии – танцевальной или гимнастической. «Условно-рефлекторный стимул» – специально подобранные музыкальные произведения призваны вызвать определенные воспоминания и связанные с ними имеющиеся положительные навыки реагирования и полезный жизненный опыт. «Невербальный компонент общения» – многие психотерапевты используют определенные музыкальные произведения с целью упразднения напряжения и защитных реакций на начальных стадиях психотерапии и чтобы вызвать доверительные отношения между психотерапевтом и клиентом. «Фактор сплочения» – музыка издревле использовалась для того, чтобы вызвать в массах определенные общие настроения и состояния.

#### Литература:

1. Ожегов, С.И. Словарь русского языка. // С.И. Ожегов. – М.: Советская энциклопедия, 1973. – С. 334.
2. Maurer, V.K. Phenomenological experience in Response to monotonous drumming and Hypnotizability / V.K. Maurer, – West Chester: West Chester University, 1997. – 130 p.
3. Аль-Балаха, А.Х. Научное объяснение музыкальной терапии / А.Х. Аль-Балаха. [Электронный ресурс]. – 2009. – Режим доступа: <http://www.kcnanaonline.com/search>. – Дата доступа: 29.12.09.
4. Хасан, Р.Х. Влияние музыкальной терапии на уменьшение тревожности у студентов университета: Дисс. маг-ра психол. наук / Р. Х. Хасан. – Багдад, 2001. – 32 с.
5. Аль-Мансур, М. Воздействие музыки в психотерапии / М. Аль-Мансур. [Электронный ресурс]. – 2009. – Режим доступа: [www.macromedia.com/shockwave/download/Triggerpages-mmcom/htm](http://www.macromedia.com/shockwave/download/Triggerpages-mmcom/htm). – Дата доступа: 29.12.09.
6. Аль-Мансур, М. Музыкальная терапия / М. Аль-Мансур. [Электронный ресурс]. – 2009. – Режим доступа: <http://www.ahewar.org/help.htm>. – Дата доступа: 29.12.09.
7. Aldridge, D. Overview of Music Therapy Research, Institute for Therapy University of written Herdecke / D. Aldridge. – Berlin, 1994. – 209 p.

#### MUSIC AS A THERAPEUTIC FACTOR

Taher N.H.

*The value of music as a catalyst for emotions was known in ancient times. It was used as a factor in the formation of cohesion of the community as a method of influencing the doctor-magician, casting out evil spirits and adjusts the body's health, as an incentive that adjusts for victory in battle and success in business. The purposeful use of music in medicine began in the twentieth century. And identify several therapeutic principles of its application.*