ГЛАВА 1 Теоретический анализ исследований по проблеме молодёжных музыкальных предпочтений
1.1.Исследования музыкальных предпочтений в различных направлениях науки

В начале исследовательского повествования, хотелось бы обратиться к фрагменту из книги Декер - Фойгта Г.- Г. «Введение в музыкотерапию»: «…Человек находит «свою музыку», она может медленно прорастать в него или, наоборот, ворваться неожиданно, после чего именно ее он назовет своей музыкой или музыкой, которую он предпочитает…» [6] – Автор сообщает нам о том, что человек и музыка воссоединяются на уровне эмоций, становятся одним целым, неделимым. Эти слова весьма чётко определяют состояние человека, прослушивающего любимую музыку, его эмоции, переживания. Исходя из результатов исследований Кохута, эмоциональное воссоединение происходит всегда в финале композиции, именно в тот момент, когда финальные аккорды, слова, итог композиции представляют собой разрешение в тонику. - «…Это тот самый момент, когда исполнитель ощущает: играет не он, а его душа. И восхищается не только музыкой как таковой, но и композитором, и исполнителем (самим собой). «Моя музыка» - это та музыка, что способна поглотить меня всего без остатка, окружить меня со всех сторон, сделаться со мной единым существом...» [6]. И ведь в самом деле, музыка способна поглощать любого человека в зависимости от его музыкальных предпочтений, его внутреннего мировоззрения, характера и т. д. Музыкальное воздействие на человека очень велико, даже если сам слушатель этого не замечает. Один человек, прослушивая музыкальные композиции способен творить шедевры, другой успокаивается после продуктивного дня, а третий просто погружается в свои мечты и размышления.

В современном XXI веке проблема личности в стремительно изменяющихся условиях культурной, информационной и цивилизационной сфер вновь становится актуальной [17]. Многочисленными исследованиями как отечественных [1, 3, 6, 7], так и зарубежных учёных [21, 22, 24], было выявлено, что большинство людей прослушивают музыку в среднем 2 часа в сутки, и данная цифра с каждым годом стремительно растёт [17]. Информационные технологии сменились, техника развивается и совершенствуется с каждым днём. Уже нет громоздкого патефона, пластинок, созданы компактные мобильные колонки, наушники. Другими словами, музыка у людей всегда под рукой. Особенно популярна современная музыка среди детей и молодёжи. Исходя из вышеизложенного, можно с уверенностью утверждать, что влияние современных музыкальных направлений на подрастающее поколение равносильно влиянию телевидения и других средств массовой информации.

В стремлении решения проблем по сохранению психологически здорового и уравновешенного поколения, исследованиями музыкальных предпочтений активно стали заниматься научные деятели таких сфер, как психология, социология, педагогика, и даже физиология [1, 2, 3, 5, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 20, 22, 23, 24]. Ежедневно разрабатываются новые методики, психологические упражнения, позволяющие помогать окружающему обществу адаптироваться в среде, переживать психологические травмы, проблемы и т. д. В последнее время особенную популярность набирает совсем молодое направление науки – музыкальная терапия, предполагающая проведение занятий и тренингов при помощи музыкального сопровождения.

К сожалению, учёным ни одного из перечисленных выше направлений, пока не удалось разработать таких тестов и методик, которые позволили бы определить точные музыкальные предпочтения у исследуемой публики. Это в свою очередь весьма тормозит и делает практически невозможным систематизирование результатов, полученных разными научными деятелями в разные временные промежутки. В случае, если, научному сообществу всё же удастся систематизировать знания, добытые сквозь века, психология музыкальных предпочтений выйдет на новый уровень, что позволит разрабатывать и внедрять всё новые методики для терапии психологических травм, для работы с трудными подростками, что в свою очередь изменит жизнь и судьбы многим людям.

Так, в научных исследованиях С. Фриса было выявлено, что не всегда возраст является основополагающим в выборе отдельной категории музыки [20]. По результатам его исследований, утверждается, что дети подросткового возраста из рабочей среды чаще предпочитают музыку, отличную от той, которую слушают их ровесники из среднего класса. А если обратиться к результатам научных наблюдений Е. Чернокожевой, то согласно её умозаключениям, музыка вторгается в повседневность людей, особенно такой психологически восприимчивой, как молодёжь в виде целостного «культурного конгломерата», что несёт в себе кардинальное изменение человека. Он способен полностью поменять имидж, поведение, изменить привычки и образ жизни, копируя и вливаясь в стиль своего музыкального увлечения [18]. Однако, в современном мире доступного интернета, свободного доступа ко всему без социально – доступного фильтра, становится опасным копирование стиля некоторых непрофессиональных музыкантов, чудом пробившихся благодаря просмотрам их роликов на просторах интернета. Подражание таким сомнительным "гениям" может быть опасным как для себя лично, так и для окружающих людей в целом, что подтверждалось не единожды в новостных программах со всего мира.

Исследования, проведённые А. Нортом, показали, что любители классической музыки обладают высоким уровнем креативности, творческого задора, фанаты поп - музыки отличаются трудолюбием и старательностью, а мрачные с виду поклонники heavy - metal на самом деле добрые и мягкие люди, имеющие свои комплексы и старающиеся закрыться от них в тяжёлой музыке. Благодаря трудам А. Норта было выявлено, что связь между чертами характера и музыкальными вкусами носит универсальный характер, и, если не принимать во внимание разницы в возрастных параметрах исследуемых, люди, чьи музыкальные увлечения похожи и в жизни оказываются очень близкими по характеру, мировоззренческим взглядам и т. д. Иными словами, по мнению А. Норта, любовь к той или иной музыке говорит о человеке намного больше, чем, даже, национальность или профессия [2].

Помимо исследований методами наблюдения, учёными со всего света было проведено огромное количество тестирований по выявлению музыкальных предпочтений. Так, анализируя данные сайта [anketolog.ru](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fanketolog.ru&cc_key=), было установлено, что лидирующую позицию занимает по популярности поп - музыка (80 % опрошенных), далее рэп и хип - хоп (76 %), а на третьем месте рок (50 %). Самым не популярным стилем музыки стал блюз, за который проголосовали всего 29 % опрошенных. В результате этого же опроса было выявлено, что 86 % людей, прошедших опрос, каждый день слушают музыку, а у 40 % из них с музыкой проходит практически весь день [10].

В результате анализа результатов опросов, проводимых как онлайн, так и путём заполнения анкет студентами Вузов в Российских мегаполисах (в исследовании приняли участие 900 студентов из крупных городов: Краснодар, Волгоград, Нальчик, Элиста, Владикавказ), было обнаружено, что наиболее популярными среди интересов молодёжи являются такие направления музыки, как рок, рэп, поп, каждый из которых в свою очередь подразделяется на отдельные подстили. Классическая же, интеллектуально обогащённая музыка постепенно утрачивает свою популярность [10], что не может не тревожить научное сообщество. Ведь если агрессивные музыкальные композиции, а также продукты сомнительной репутации вытеснят классические стили музыки, данные изменения могут пагубно сказаться на психологической атмосфере в обществе, а, следовательно, и на здоровье окружающих людей.

Под воздействием музыки подразумевается её способность изменять физическое и психическое состояние человека. Многие исследователи пытаются выявить факторы, детерминирующие максимально эффективное взаимодействие музыки и человека, понять механизмы музыкального воздействия на деятельность отдельных функциональных систем, на деятельность всего организма человека в целом. Необходимо подчеркнуть значение психофизиологических исследований в данной области: продолжаются работы, начатые такими известными русскими учеными как В. М. Бехтерев, И. Р. Тарханов, И. М. Догель, изучающими влияния свойств музыки на деятельность нервной, дыхательной систем, системы кровообращения, электрическую активность головного мозга, функциональное состояние организма и т. д. Также повсеместно проводятся исследования о влиянии возраста, индивидуальных привычек поведения человека, места, где родился исследуемый человек, семейного положения, статус в обществе на музыкальные предпочтения и т. д. [2, 7, 9].

В 2009 году Дунном была предпринята первая попытка связать характеристики, полученные непосредственно из аудио данных, с психотипами. Это был своего рода прорыв в психологии, ведь ранее в большинстве подобных исследований использовался только метод жанровых оценок, не дающий достаточно развернутых результатов. В процессе проведения исследования, Дунном было выделено 9 измерений для описания музыкальных предпочтений методом главных компонент. По каждому из 9 измерений были обнаружены корреляционные связи с характеристиками личности по шкале «большой пятерки», которая была очень популярной в исследовательской деятельности. Связь между 9 измерениями и характеристиками, полученными из аудио данных, а именно: спектрально-временные показатели, тональные характеристики, ритм, ударные - были получены методом дискриминантного анализа, который позволяет определять какие из переменных разделяют полученные наборы данных. Точных описаний полученных результатов работы нигде не приводится, так как исследование проводилось строго конфиденциально в рамках компании Philips Research [9, 10].

В свою очередь, Делсинг в исследованиях пришёл к выводу о том, что нельзя быть до конца уверенными в стабильности эмоциональных предпочтений, ведь в зависимости от окружающих факторов, воздействующих на личность, музыкальные интересы способны меняться. По его мнению на данные изменения могут повлиять жизненные события, трудности, перемена места работы, переезд, разочарование в самом исполнителе, в общем всё, что угодно.

В результате попытки подтвердить данную гипотезу, Гослингом и Рентроумом были проведены повторные исследования с временными промежутками каждые 3 недели, в ходе которых изменения не подтвердились. Однако данный результат можно объяснить и недостаточно большим временным интервалом между проводимыми исследованиями [9].

Учёные Кембриджского университета также не остались в стороне и в 2015 году исследовательским путём доказали, что музыкальные предпочтения не являются случайностью, а отражают определённые особенности нашей личности, характера. Они разделили исследуемых людей на 3 типа: «эмпатиков», «систематиков», «сбалансированных» [7].

Вначале было проведено обычное тестирование, определяющее тип личности исследуемых, а затем каждому был предложен плэйлист на 50 отрывков музыкальных композиций различных жанров.

Результаты, полученные в процессе исследований, просто поразили учёных! Люди эмпатичного стиля предпочитают мягкую, приятную музыку с низким уровнем энергетики, с возможным преобладанием грустных ноток, мотива плавного, слов душевных и т. д. Систематичный уклад предпочтений подразумевает интересы в музыкальной сфере более энергичных композиций. Люди систематичного характера предпочитают музыкальные произведения сложные, интеллектуально богатые. К таким относятся как классические произведения, так и рок, панк и т. д. Исследуемая группа людей, обладающая "сбалансированным" типом личности, была наделена многогранным кругозором в музыкальных предпочтениях. Они интересуются и роком, и хип - хопом, и одновременно блюзом.

Кембриджскими учёными также было выявлено, что люди, открытые в общении, открыты и более широкому спектру музыки, следовательно, слушают музыкальные композиции сложных стилей (классику, джазовые композиции). В свою очередь, люди, замкнутые по характеру и общению, предпочитают стили музыки какого - либо определенного типа. Случалось, и такое, что их выбор сужался до одного конкретного исполнителя [21].

А исследования канадских учёных выявили, что люди закрытые, скованные обычно получают удовольствие, прослушивая привычные композиции, в то время как открытым людям нравится всё новое, неизведанное [24]. Что также подтверждает предположения о том, что наши музыкальные предпочтения во многом зависят от особенностей нашего характера, привычек и т. д.

В данном направлении, не отстали в научных открытиях и психологи Лондонского университета, которым удалось выяснить особенности музыкальных предпочтений людей в зависимости от типа открытости миру исследуемых людей. Они выявили, что экстравертам присуща всепоглащающая любовь к музыке, они способны слушать её в любых условиях (всегда и везде) преимущественно фоновым исполнением. Они предпочитают танцевальные треки, новинки радиостанций и т. д. Интровертам же присуща любовь к погружению в свой внутренний мир, стремление помечтать о жизни, чему помогает музыка медленная, возможно с нотками грусти и какой - либо историей (интеллектуально насыщенные треки).

Таким образом, современные психологи утверждают, что личность человека можно определить по его личным музыкальным предпочтениям, что является очень ценными знаниями в сфере лечебной музыкотерапии и психотерапии, в частности при работе с тяжёлыми психологическими травмами, жизненными трудностями.

Анализируя вышеизложенные факты, можно прийти к выводу, что исследования в области музыкальных предпочтений в последнее время очень популярны и актуальны как в России [1, 3, 9, 10, 13, 16, 18], так и за рубежом [20 - 24]. Хоть ещё и не совершенны инструменты, применяемые в ходе исследований, наука в данном направлении стремительно развивается, разрабатываются всё новые и новые средства и методы, позволяющие получить наиболее точные и развёрнутые результаты. Можно с уверенностью сообщить, что для научного прорыва в данной области исследований есть все предпосылки и возможности. Далее более детально рассмотрим музыкальные предпочтения, как предмет психологического исследования.

1.2.Музыкальные предпочтения как предмет психологического исследования

При прослушивании одной и той же музыкальной композиции, эмоции, рождающиеся в голове у разных слушателей, будут совершенно различны. Более того человек способен менять свои интересы, предпочтения в зависимости от сложившихся жизненных ситуаций, изменять отношение к какому – либо исполнителю, конкретной композиции и т. д. Обусловлено это особенностями музыкального восприятия, вопросы и конкретные задачи в области которого исследует возникшая совершено недавно научная дисциплина – психология музыки или музыкальная дисциплина. Грандиозных свершений в данной области научными деятелями достигнуть не удалось, однако уже в современном мире разработано очень многих научных трудов, исследований, которые решают по - настоящему важные вопросы и проблемы.

Музыка, является одной из духовных форм освоения действительности, и выполняет особую задачу художественного познания мира, позитивного видения мировоззрения через отражение многообразия жизненных явлений и событий в звуковых образах, поэтому музыка в жизни общества играет очень важную роль. Испокон веков, музыка являлась одним из средств воспитания гармоничной личности, наделённой необходимыми навыками и умениями, знаниями и одновременно обладающей богатым внутренним миром. Формирование нравственных ценностей, воспитание творческой, психологически здоровой молодёжи возможно только при условии воспитания устойчивых духовных потребностей личности, важную роль, в формировании которых играет развитие музыкального вкуса, отвечающего нормам морали и поведения.

В современном мире социально - психологический подход к искусству и к музыке вызывает повышенный интерес у научного общества, о чем свидетельствуют многочисленные экспериментальные исследования в области музыкальных предпочтений, в сфере уровней музыкального развития, музыкальных субкультур, влияний аккультураций на музыкальные предпочтения, ценностно - смысловые влияний музыки [15].

Под термином музыкальное предпочтение подразумевается конкретный выбор человеком музыкального произведения, отвечающего экспектации слушателя, то есть удовлетворяющего его желания, интересы. Если конкретизировать, как именно проявляются варианты показа предпочтений, то это возвращение к музыкальной композиции повторно, оценивание произведения более высокой оценкой, чем остальные, сохранение или загрузка музыки в личный плейлист и т. д. В любом случае, предпочтение, это, своего рода, выбор человека, который может носить как постоянный, так и ситуативный характер [17].

Музыкальные предпочтения рассматриваются как предмет психологического исследования научными деятелями очень давно. Самые значимые открытия и исследования в области психологии музыки были рассмотрены нами в параграфе 1.1, однако одно из исследований хотелось бы упомянуть и в этой части работы.

Психологами России в 2018 году было проведено исследование, по результатам которого наблюдается прямая зависимость музыкальных предпочтений от социального положения и уровня образованности опрошенных. Данное исследование не было достаточно освещено в научных журналах из – за небольшой исследуемой выборки, однако учёные твёрдо уверены в том, что дети, отстающие в обучении в большей степени склонны к своего рода «уличным композициям», нежели их успешные сверстники. Далее в результате этого же исследования, была установлена зависимость предпочтений ребёнка от материального положения и социального благосостояния их родителей [14].

Казалось бы, что ничего удивительного, однако необходимо отметить тот факт, что дети испытывающие проблемы, не имеющие успеха в учёбе, среди сверстников, или же им попросту не хватает тепла и внимания родителей склонны выбирать агрессивную музыку. Агрессия, которую несёт в себе музыкальная композиция нагнетает выброс адреналина в кровь слушателя, как говорится в народе «кровь закипает» и эмоции в некоторых жизненных ситуациях берут верх над разумом. К сожалению большое количество непонятых, обиженных детей, становятся преступниками, только из - за того, что не было достаточного родительского контроля, им не кому было высказать свои переживания и они попросту не справились со своими обидами, эмоциями. В школьные годы учителя не уделяют должного внимания теме психотерапии, не рассказывают ученикам о возможных тренингах, упражнениях, которые позволили бы найти выход из жизненных ситуаций, помогли бы детям найти себя в мире, Многим попросту некуда идти за поддержкой, особенно тем детям, кто из неблагополучных семей.

Музыкальные предпочтения – предмет в психологии весьма тонкий, ведь музыка может как оживить чувства слушателя, умиротворить, создать душевный покой, так и уничтожить судьбу человека, эмоционально воссоединённого своей ненавистью к окружающему безразличию с агрессивными музыкальными композициями.

Классическую музыку и джаз выбирают обычно дети, растущие в благоприятных условиях, построенных на доверии, честности, уважении. Существуют музыкальные психосеансы классической музыки для трудных детей и подростков, которые необходимы им для попытки справиться с бурлящими эмоциями.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что необходимо всё более досконально изучать психологические и физиологические аспекты музыкальных предпочтений, с целью повышения качества жизни общества. В современном мире существует множество способов помочь людям справиться с бурлящими эмоциями, необходимо лишь популяризировать обществу информацию о проводимых сеансах психотерапии, сказкотерапии, музыкальной терапии. Музыкальные предпочтения, как предмет исследования изучены ещё не в совершенстве, однако, полученных знаний и научных результатов достаточно, чтобы улучшить мир, помочь нуждающимся людям в психологической помощи, а также диагностировать ранние психологические расстройства. Ведь как ранее было сказано - настроение и возможные аспекты поведения человека можно распознать исходя из его музыкальных предпочтений и проявления эмоций на определённые композиции.

1.3.Личностные факторы музыкальных предпочтений

Мозг человека воспринимает возбуждение от слуховых рецепторов наиболее интенсивно, нежели от других сенсорных систем. Другими словами, музыка «соприкасается с нашими органами чувств» намного раньше, чем любой другой сенсорный возбудитель. Данные особенности тянутся ещё с древних времён, когда первобытные люди - охотники, добытчики, соперничая с животными, а также с другими общностями людей, делали всё, чтобы выжить и прокормить своё племя. Для этого они могли рассчитывать только на себя, на свои силы и возможности. Очень важную роль всегда играл слух человека, то есть то средство, которое примет сигнал об угрозе, опасности [6]. И в наши дни, благодаря слуху, человек не только получает эмоциональное наслаждение, но и способен предвидеть и оградить себя от угрозы жизни и здоровья.

Время шло, человечество развивалось, стали появляться новые науки, люди стремились познать всё вокруг, изучить окружающие явления. Не обошло стороной и желание познать человеческую сущность, смысл жизни, разобраться в эмоциональной сфере человека, его поступках, поведении и т. д.

С того времени, как появилась наука физиология, а вместе с ней и исследования особенностей мозга, учёные стараются постичь тайны влияния музыки на человека [7].

Как же происходит работа головного мозга? Какие механизмы происходят, когда мы слышим любимые звуки, мелодии?

С физиологической точки зрения, в коре головного мозга человека происходят сложные электрические процессы, главной характеристикой которых является частота и амплитуда. Выражаясь другими словами, наш мозг обладает своим собственным индивидуальным ритмом работы. Наиболее высокой амплитудой ритма наделены люди, имеющие сильный тип нервной системы, т. е. холерики и сангвиники. Это уравновешенные люди, активные, открытые и уверенные в себе. Такие люди просто не способны заниматься монотонной работой, они врятли, возьмутся за бумажную работу, или будут работать в офисах допоздна. Люди, отличающиеся сильным типом нервной системы открыты ко всему новому, неусидчивы и сильны эмоционально [12].

У людей же, имеющих слабый тип нервной системы, а именно флегматиков и меланхоликов, чаще регистрируется низкая амплитуда ритма головного мозга. Данный тип людей склонен к мечтательности, чувствительности, ранимости. Они чересчур эмоциональны и обидчивы. Как раз именно такие люди способны старательно выполнять кропотливую работу часами, не любят перемен, очень долго и тяжело адаптируются ко всему новому [12].

Таким образом, холерики и сангвиники будут с большей вероятностью предпочитать музыку в высоком темпе и не требующую исключительной концентрации внимания. Влияние музыки на таких людей очень велико: происходит улучшение настроения, появляются силы, вдохновение для работы и т. д., то есть открывается второе дыхание.

В свою очередь флегматики и меланхолики предпочтительнее будут прослушивать классические композиции, медленные, непринуждённые. Что интересно, воздействие музыки на данный тип людей тоже своеобразно - в приподнятом настроении флегматики могут порадоваться жизни под гитарные звуки, а сангвиники в печали усугубить своё без того поникшее настроение прослушиванием печальных композиций.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод о прямой зависимости музыкальных предпочтений от биоритмов нашего головного мозга, а также рефлекторной проводимости нервной системы организма.

Ещё одним важным моментом является и то, что характер, стиль звучащей композиции могут повлиять на амплитуду ритма головного мозга. Так, светлая, добрая композиция, с танцевальными оттенками повышает амплитуду, а медленная и грустная понижает. Данный факт позволяет предположить возможность управления эмоциями у детей, путём применения композиций в музыкальной терапии, что позволит детям расслабиться или же наоборот собраться с силами и поверить в себя, раскрыть свои таланты и т. д.

 Музыка была всегда. Даже до появления музыкальных инструментов, до появления оперных див, музыка сопровождала человека всю жизнь. Обращаясь к истории разных народов, можно обнаружить неизменный факт: не существовало в истории человечества такого общества, которое могло бы обходиться без музыки [6]. Человек всегда придумывал мелодии. Ещё начиная с древности, люди напевали их про себя, мычали, создавали мелодию сподручными средствами. Шелест листьев, шум моря, смех ребёнка, всё это воспринимается человеком как мелодия жизни, оказывающая воздействие на поступки, эмоциональный фон человека, его поведение.

С самого зарождения жизни, ещё в утробе матери ребёнок слышит голос мамы, окружающих людей, шум города, трель птиц и т. д. Даже сердцебиение матери, слышимое ребёнком в утробе, является своего рода музыкой, «битами жизни». В своей книге «Введение в музыкотерапию», Декер - Фойгт Г.- Г. очень интересно и тонко сопоставляет укачивание малыша в кроватке под колыбельную мелодию своего рода танцем. Другими словами, уже с самого рождения ребёнок приобщается к искусству танца под музыку, плавности движений, эстетичности и т. д. [6].

Были известны случаи в научных наблюдениях, когда женщина преподавала английский язык во время беременности, и родившийся ребёнок в процессе взросления с лёгкостью осваивал данный язык, хотя в обычной жизни в процессе общения членов семьи английский язык не присутствовал.

Также было проведено множество исследований восприятия мира у людей, находящихся в подвешенном состоянии «между жизнью и смертью». В результате обследования пациентов, находящихся в коме, было установлено, что они слышат намного больше, нежели подозревают их родственники, врачи и т. д. [6]. В ходе психологических экспериментов, наблюдались вспышки мозговой активности у пациентов, после включения их любимых музыкальных композиций.

В мире психологии и в наши дни бытуют противоречия по поводу связи между музыкальными предпочтениями и личностью человека [2]. С одной стороны, музыкальный интерес сводится к воспитанию и внешним факторам, окружающим личность. Тот мир, в котором рождается ребёнок, нравственные ценности, интересы родителей, друзей, в общем те факторы, которые могут повлиять любым образом на будущее мировоззрение личности. С другой стороны радио, просторы интернета, телевидение не всегда достаточно отфильтровывают материал, передаваемый на всеобщее обозрение и без надлежащего родительского контроля дети, молодые люди становятся свидетелями весьма безнравственных продуктов музыкального творчества, оставляющих след на поведении, характере, манере общения и т. д. [10].

Ещё одной немаловажной проблемой является и то, что прослушивание музыки в неограниченном количестве приводит к тому, что музыка превращается в фоновое сопровождение. Нейропсихологами ранее было доказано, что фоновая музыка минует участки мозга, отвечающие за смысловой контроль, и воздействует на бессознательном уровне. Поэтому некоторые «агрессивные» виды рэпа, хард-рока, панк-рока, а также психоделической музыки способны спровоцировать такие эмоции, как страх, депрессию, фрустрации, упадок сил и т. д. [10]. В настоящее время, как никогда раньше необходимо повлиять на распространение и ограничить доступ людей любого возраста к сомнительным музыкальным продуктам, что сейчас возможно только на государственном уровне при должном отборе информации для эфиров и трансляций.

Музыкальное восприятие - это довольно сложный творческий процесс, основной целью которого является способность слушать и переживать музыкальное содержание, проживать какие - то определённые моменты композиций. Музыкальное звучание воспринимается и переживается как процесс, в ходе которого происходят эмоциональные подъёмы и спады, смены напряжения и покоя, происходят различного рода взаимодействия определённых образов, трансформации и т. д. [14].

Музыка, постоянно воздействующая на индивида через аудиальные каналы, в определённой степени оказывает влияние на формирование его идентичности. Ещё в начале XIX столетия музыкальные предпочтения нашли интерес у научных деятелей той эпохи и стали одной из составляющих социальной идентификации человека [3]. Исходя из этого, существует мнение о том, что предпочтения в музыке связаны с характером и особенностями определённого человека. Так, из всех черт характера, открытость опыту, как показали исследования, оказывает наиболее значимый эффект в выборе жанровых предпочтений. У людей с высоким показателем по открытости опыту, в большинстве случаев проявляется интерес к сложному виду музыки, таким как джаз, классика, электика. Также у людей данной группы достаточно высокая самооценка, наблюдается тяга к эстетике, что также можно связать с выбором классических стилей музыки. В связи с этим, является актуальной задача воспитания достойных музыкантов и исполнителей лёгкой музыки, с целью популяризации лёгкой музыки среди молодёжи, что в свою очередь сформирует положительные нравственные ценности, нормы поведения, также сбалансируют эмоциональный фон общества в постоянно изменяющейся среде [10]. Как говорил А. Маслоу, который рассматривал возможным и необходимым организовывать образовательный процесс через искусство: «обучение поднимает к свету качества человека, залегающие в самых глубинных пластах психики, и помогает человеку возмужать и окрепнуть, побуждает его расти и учиться» [4, 5, 7].

Всё вышеизложенное приводит нас к тому, что влияние музыки на человека, на его эмоции и поступки ничуть не преувеличены. Музыка способна оказывать на сознание человека самое различное влияние. Под влиянием музыки меняется настроение, понижается или повышается работоспособность. Специалисты связывают воздействие музыки на эмоциональный фон человека особой настройкой головного мозга на определённые вибрации на уровне физиологии нервной системы. Так, когда человек слышит свою любимую музыку, головной мозг улавливает звуковую волну, настраивается на неё, настроение улучшается, и человек начинает чувствовать себя более комфортно.

Одно направление музыки способно человека окрылять, давать свободу, другое позволит помечтать о жизни, а третье способно вызвать эмоции агрессии, стресса, хаоса, что в последствии может привести к опасным ситуациям.

В последнее время происходит популяризация такого направления в психологии, как музыкальная терапия, изучение которой лежит в основе нашей исследовательской деятельности.

Музыкальная терапия – это средство реабилитации людей, лечения психологических проблем личности, путем применения музыки. Данный вид терапии пришёл в психологическую практику не так давно, однако сам приём был известен лекарями ещё с давних пор. Врачи на практике показывали благоприятное воздействие музыкальных композиций на самочувствие пациентов, отсюда и значение термина: «музыкотерапия» с перевода с греко - латинского обозначает «лечение музыкой» [7].

Ещё знаменитый с древних лет учёный и философ Пифагор отметил значительное влияние музыки на эмоциональный фон человека. Его исследования были не единственными, так многие медицинские работники применяют музыку для расслабления пациентов перед сложными операциями. Музыка в медицинской терапии особенно помогает людям с сердечно – сосудистыми заболеваниями, людям, проходящим реабилитацию после аварий, катастроф. Стимулирующие воздействие музыкальных композиций на настроения и эмоции людей, позволяет поддерживать спортивный дух человека во время соревновательной деятельности, что положительно сказывается на результат спортсмена. В зависимости от определённого типа музыки, можно воздействовать на ритм сердечной мышцы, что крайне важно в процессе регулирования эмоций трудных подростков, людей, потерявших близких или испытывающих серьёзные психологические проблемы.

Практикующие специалисты в области музыкотерапии утверждают, что достаточно правильно подобрать стиль музыкального сопровождения, и можно с лёгкостью управлять и структурировать процессы мышления, памяти человека. В медицинской практике были случаи, когда человек страдающий потерей памяти, благодаря психотерапии смог осознать свои переживания и воссоздать в памяти образы прошлых, давно забытых событий [17]. А исследования, в области влияния композиций Моцарта, Бетховена, Баха показали, что их произведения положительно влияют на снижение количественных показателей припадков и приступов у больных эпилепсией [3]. Однако, к сожалению данные исследования были строго конфиденциальными и практически невозможно их изучить более подробно.

Ещё так много не изученных тайн влияния музыкальных композиций на человеческую жизнь, так много вопросов ещё остаётся открытыми.

Наша исследовательская работа как раз и направлена на более подробное изучение музыкальных предпочтений как предмета психологических исследований, на изучение влияния музыкотерапии и на поиск всё новых средств в музыкальной терапии с целью воссоздания наиболее полной картины для помощи обществу в области психотерапии. При достаточной систематизации полученной информации в области музыкотерапии за все годы её существования, полученной в результате исследовательской деятельности, мы сделаем ещё один шаг вперёд для создания оптимальных условий сохранения психологически здорового общества и создадим новые разработки и методики для своевременной и качественной помощи в области психологии.

Список литературы

1. Адмакина Т. А., Психологические характеристики эмоциональной отзывчивости на музыку. Автореф. Дис. …канд. псих. наук: 19.01.01. – СПб. - 2012.
2. Адорно Теодор В. «Избранное: Социология музыки», СПб.: Университетская книга, 1998 – 445 с.
3. Горюнова Л. О. Социокультурные аспекты формирования музыкальных предпочтений современной российской молодёжи [Электронный ресурс]: Дис. …канд. социол. наук: 22.00.06.-М.: РГБ, 2003 (Из фондов Российской Государственной библиотеки). - Саратов., - 2004.
4. Григорович Л.А., Марциновская Т.Д. Педагогика и психология. - М.: Гардарики, 2005.
5. Грязева - Добшинская В.Г. Современное искусство и личность: гармонии и катастрофы. - М.: Академический проект, 2002. - 402 с.
6. Декер - Фойгт Г.-Г. «Введение в музыкотерапию», СПб.: Питер, 2003 –208 с.
7. Изард К. «Психология эмоций», СПб: Питер, 2003 – 464 с.
8. Ильин Е. П. «Эмоции и чувства», СПб: Питер, 2002 – 634 с.
9. Киселева, С. Д. Влияние характеристик личности на музыкальные предпочтения / С. Д. Киселева. - Текст: непосредственный // Молодой ученый. - 2017. - № 19 (153). - С. 276 - 279.
10. Кузнецова Е. П., Исследования музыкальных предпочтений молодёжи. // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики Тамбов: Грамота, - 2017. - № 9(83). - C. 115 - 118.
11. Леер Е. И. Психофизиологические характеристики восприятия музыки разных направлений детьми и подростками. Автореф. Дис. …канд. псих. наук: 19.00.02. - М. - 2017.
12. Леер Е. И. Психофизиологические характеристики восприятия музыки разных направлений детьми и подростками. Дис. …канд. псих. наук: 19.00.02. - М. - 2017.
13. Люсин Д. В. «Современные представления об эмоциональном интеллекте» // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования /Под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова., М.: Институт психологии РАН, 2004, С. 29 - 36.
14. Самбурская А. В., Рылькова В. А. http://do.gendocs.ru/docs/index264216.html [Электронный ресурс] (дата обращения 15.05.2021г.).
15. Таберко Н. И., Полухин П. В., Музыкальные предпочтения школьников (опыт изучения). // Социокультурное развитие города: История и современность. - 2006. - С. 136 - 141.
16. Харжевская А. А., Исследование взаимосвязи предпочитаемых музыкальных стилей с личностными особенностями начинающих педагогов – музыкантов. // Музыкальная психология, психология музыкального образования. - Т. 7. - № 2. - М. - 2019. С. 41 - 56.
17. Фаликан М. В. «Психология мотиваций и эмоций» / Под редакцией Ю.Б. Гиппенрейнер и М.В. Фаликман, М.: «ЧеРо», 2002 г. – 752 с.
18. Чернокожева Е. Развлечение и повседневность. // Урбанизация и развлекательная культура. Сб. ст. / Под ред. Е. В. Дукова. - М., 1991. - С. 24.
19. DeWall C. N., Pond R. S., Keith Campbell Jr., W., Twenge J. M., Tuning in to Psychological Change: Linguistic Markers of Psychological Traits and Emotions Over Time in Popular U.S. Song Lyrics // Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts. - USA. - 2011. - P. 1 – 8.
20. Frith S. Sound Effects. Youth, Leisure and Politics of Rock n Roll. – London: Constable, 1983.
21. Manolios S., Hanjalic A., Liem C. S., The Influence of Personal Values on Music Taste: Towards Value-Based Music Recommendations // Delft University of Technology. - 2019. P. 501 - 505.
22. Rentfrow P. J., Gosling S. D., The Do Re Mi’s of Everyday Life: The Structure and Personality Correlates of Music Preferences // Journal of Personality and Social Psychology. - 2003, - Vol. 84, No. 6. - USA. - P. 1236 - 1256.
23. [T. C. Premuzic](https://www.researchgate.net/scientific-contributions/Tomas-Chamorro-Premuzic-40068578), P. Fagan, A. Furnham, Personality and Uses of Music as Predictors of Preferences for Music Consensually Classified as Happy, Sad, Complex, and Social // [Psychology of Aesthetics Creativity and the Arts](https://www.researchgate.net/journal/Psychology-of-Aesthetics-Creativity-and-the-Arts-1931-390X) 4 (4). - 2010. - P. 205 - 213.
24. Vuoskoski, J., Thompson, W. F., McIlwain, D., & Eerola, T. Who enjoys listening to sad music and why? // Music Perception, 29 (3), -P. 311 - 317. - (2012).