

Влияние музыки на течение беременности

Л. С. Блажнюк

Н.О. Бухарина,

А. И. Латыпова

студентки,

Научный руководитель: Галянт Ирина Геннадьевна

к.п.н., доцент, ФГБУ ВО ЮУрГГПУ, Челябинск, Россия

Аннотация: в статье рассматриваются вопросы влияния музыки в пренатальный период на течение беременности. Представлены научные точки зрения по использованию музыкотерапии в решении данной проблемы.

Ключевые слова: музыкотерапия, беременность, влияние музыки, материнская музыкальная поэзия.

Influence of music on pregnancy

N.O. Bukharina

Scientific leader: Galyant Irina Gennadievna

Abstract: the article deals with the influence of music in the prenatal period on the course of pregnancy. Scientific points of view on the use of music therapy in solving this problem are presented.

Keywords: music therapy, pregnancy, influence of music, maternal musical poetry.

Период беременности очень важный этап для жизни будущего малыша и его мамы. Чтобы ребенок и мама ощущали чувство комфорта нужно не только вести здоровый образ жизни, избегать стресса, но и слушать музыку. Прослушивание специальных мелодий, симфоний, колыбельных, помогает успокоить психику и благотворно влияет на все органы мамы и ребенка.

В последние годы возрос интерес к терапевтическим функциям музыки, с помощью её у человека улучшается настроение или даже самочувствие. Исследования использования музыкотерапии во время беременности освещены в научных трудах И.Г. Галянт, Лазарева М.Л., Фанкурт Д., Винникотт Д., Палмер К., Левитина Д., Дейзи Фанкурт и др.

Так, И.Г. Гальянт отмечает, что проблема музыкального развития детей в XXI веке вызывает интерес в области влияния таких факторов, как подготовка к этапу материнства и отцовства, планирование беременности, внутриутробное развитие, раннее развитие ребёнка. Научный интерес вызывает влияние музыки и музыкотерапии на развитие детей в пренатальный период, младенчество и раннее детство [1].

М.Л. Лазарев, исследуя влияние музыки на развитие ребёнка, написал более 1000 детских песен в созданном им жанре «Музыка детства и материнства». Чтобы познание мира ребёнком происходило через музыку, через звучание не только слов, но и мелодий, И.Л. Лазарев сочинил песенки и даже детские оперы. Так же автор разработал программу «Сонатал» для беременных женщин по дородовому (пренатальному) развитию и воспитанию ребёнка с помощью музыки.

Метод «Сонатал» выполняет следующие функции:

- обучает родителей общаться с ребёнком ещё до его рождения;
- устанавливает духовную близость между мамой и ребёнком;
- улучшает самочувствие и настроение мамы во время беременности;
- нормализует физическое и психическое состояние беременной мамы;
- повышает её устойчивость к погодным изменениям;
- выполняет общую антистрессовую функцию для мамы и ребёнка, так как снижает частоту сердечных сокращений беременной мамы;
- снижает риск внутриутробной избыточной гипоксии и направлен на физиологическое созревание плода;
- выстраивает естественный режим дня, по которому затем живёт новорождённый;
- увеличивает лактацию кормящей мамы и удлиняет её срок.

В процессе экспериментального исследования по программе «Сонатал» были получены следующие результаты: дети опережают сверстников в физическом и интеллектуальном развитии; имеют высокую творческую

активность; имеют хорошие музыкальные способности; демонстрируют раннее чувство юмора и положительные эмоции; меньше болеют; легче адаптируются к окружающей среде; спокойнее спят [2].

Как считала Дейзи Фанкурт есть много теорий о том, как возникла музыка. Согласно одной из них, она возникла, чтобы помочь общению матери и ребенка. Музыка появилась из «маминого языка», способа естественного общения с младенцами. Для него характерны высокие мелодические арки, спокойные интонации, напевность. Считается, что так младенцам легче понимать речь, это помогает им общаться [postnauka.ru/video/96572].

Ребенок может воспринимать звуки уже на 19–20-й неделе беременности матери, а младенцы реагируют на звуки, которые они слышали во время рождения. Пение и музыка также позволяют матерям общаться с детьми. Например, пение по сравнению с разговорами приводит к усилению зрительного внимания ребенка, меньшему количеству движений и более долгим периодам внимания. Когда матери поют детям, а не говорят с ними, они чувствуют себя эмоционально ближе к ним.

В последнее время исследовался вопрос о том, есть ли более широкие эффекты от музыки и пения. Если ребенок родился недоношенным, то музыкотерапия полезна в интенсивной терапии новорожденных. Они помогают детям меньше двигаться, так что те тратят меньше калорий; также делают их спокойнее, могут помочь им лучше питаться, что важно для потребления калорий и увеличения веса, и в конечном счете дети могут раньше восстановиться. Если ребенок родился здоровым, музыкотерапия помогает в развитии его языковых навыков. В связи с тем, что музыка легко воспринимается и язык содержится в простых мелодических фразах, это помогает развитию архитектуры мозга, которая затем развивается в речь [ok.ru/postnauka/topic/70011267347825].

Известный детский психиатр и психоаналитик Дональд Вудс Винникот, на труды которого мы будем широко опираться, писал: «Трудно определить, откуда начинается личность. Если некто обретает опыт, сопоставляет опыт

разного рода, чувствует и проводит различие между чувствами, испытывает в подходящий момент страх, организует защиту от душевной боли, тогда я скажу, что ребенок есть, и отсюда следует, что изучение ребенка с необходимостью включает

психологию»

[https://khablyalya.ru/medicina-i-psihologiya/article_post/psihologiya-novorozhdyonogo].

По мнению И.Г. Галянт огромное значение для развития плода играет материнская музыкальная поэзия, рассказанная нараспев (докучные, пестушные и кумулятивные сказки, прибаутки, колыбельные) и детский фольклор (песни, заклички, приговорки). Познание фольклора через материнский голос и его интонации помогает в последствии раскрыть код нации, генетические корни, фундамент, на котором строится музыкальный материал, с которым малыш встретиться наяву. Веками доказано терапевтическое воздействие «бабушкиных прибауток» на здоровье малыша. Так, логоневрозы, нестабильное психоэмоциональное состояния детей врачевали пестушками (пестовали, играли, держа младенца на руках), пальчиковыми играми, прибаутками, массажными играми [5].

Список используемой литературы

1. Галянт, И.Г. Пути художественно-эстетического развития детей дошкольного возраста в соответствии с ФГОС / И.Г. Галянт // Вестник ЧГПУ. – 2015. - №2. – С. 64-79.
2. Лазарев М.Л. Сонатал: школа дородовой педагогики / М.Л. Лазарев. – Москва: МП Новая школа, 1993. – 68 с.
3. Винникот, Д.В. «Маленькие дети и их матери» / Д.В. Винникот. – М.: Класс 2011 г. 80 стр.
4. Фанкурт Д. «Музыка в перинатальном уходе». [видеозапись] // YouTube. Режим доступа: postnauka.ru/video/96572
5. Галянт, И.Г. Детский фольклор как средство организации жизненного пространства детей на этапе дошкольного детства / И.Г. Галянт // Вестник ЧГПУ. – 2016. - №8. – С. 32-36.

