

ΓΕΝΙΚΟ ΛΥΚΕΙΟ ΑΙΤΩΛΙΚΟΥ



Πώς μας επηρεάζει η μουσική;

Τμήμα Α3

Ερευνητική Εργασία Α' Τετραμήνου

Επιβλέπων καθηγητής: Σαπουντζάκης Πέτρος

Ιανουάριος 2018

Το παρόν αποτελεί αποτέλεσμα της έρευνας του τμήματος Α3 στα πλαίσια του μαθήματος της Ερευνητικής Εργασίας για το Α' Τετράμηνο του σχολικού έτους 2017-2018.

Στην εργασία αυτή συμμετείχαν οι εξής μαθητές:

1. Παράς Παντελής
2. Παρασκευά Μαριάννα
3. Πέπα Ανίτα
4. Πουρνάρας Κωνσταντίνος
5. Ρούμπας Διονύσης
6. Σαμαρά Ειρήνη
7. Σιαδήμας Νίκος
8. Τοκμετζής Γιάννης
9. Τομαράς Σωτήρης
10. Τσιγαρίδας Σταύρος
11. Τσιλίκας Γιάννης
12. Τσίντζος Παναγιώτης
13. Τσόλκα Ζαχαρένια
14. Φελιμέγκα Ειρήνη
15. Φούντας Άγγελος
16. Χάσκος Γιάννης
17. Χότζα Τζεμίλε

Την εργασία συντόνισε και επίβλεψε ο κ, Σαπουντζάκης Πέτρος, καθηγητής Πληροφορικής του Γενικού Λυκείου Αιτωλικού.

Περιεχόμενα

<i>Εισαγωγή</i>	<i>σελ. 4</i>
<i>Μουσική στην ψυχολογία και στην υγεία</i>	<i>σελ. 5</i>
<i>Μουσική στην άθληση</i>	<i>σελ. 8</i>
<i>Μουσική στη μάθηση</i>	<i>σελ. 9</i>
<i>Μουσική και θρησκεία</i>	<i>σελ. 15</i>
<i>Μουσική και ψυχαγωγία</i>	<i>σελ. 18</i>
<i>Μουσική και πολιτισμός</i>	<i>σελ. 22</i>
<i>Βιβλιογραφία – Ιστογραφία</i>	<i>σελ. 27</i>

Εισαγωγή

Γιατί μας αρέσει κάποιο τραγούδι περισσότερο από ένα άλλο; Μπορεί να μας επηρεάσει το άκουσμα ενός ήχου; Είναι ωφέλιμη η μουσική για την υγεία μας; Μπορεί να αυξηθεί η παραγωγικότητα της εργασίας μας αν ταυτόχρονα ακούμε μουσική; Τι μας ωθεί ώστε να πάμε σε μία συναυλία για να ακούσουμε έναν καλλιτέχνη ή να αγοράσουμε το cd του; Τελικά, πως μας επηρεάζει η μουσική;

Αυτά και άλλα πολλά παρόμοια ερωτήματα ήταν η βάση για την επιλογή του συγκεκριμένου θέματος στην αρχή της φετινής μας χρονιάς. Η μουσική, ίσως όπως ποτέ στο παρελθόν, είναι συνυφασμένη με τη ζωή μας. Περιμένεις στην ουρά της τράπεζας; Μπορείς να ακούσεις μουσική για να περάσει η ώρα σου. Είσαι στρωμωγμένος μέσα στο λεωφορείο της γραμμής; Ακούς μουσική και τα ξεχνάς όλα. Θέλεις να κάνεις μία εκδήλωση πιο ευχάριστη; Προσθέτεις μουσική. Πόσες φορές πήγατε σε πάρτι και δεν υπήρχε μουσική;

Σίγουρα, η τεχνολογία έχει παίξει μεγάλο ρόλο σε αυτό. Από την εποχή του γραμμοφώνου έχουν περάσει χρόνια και η ευκολία στην επιλογή της μουσικής έχει αυξηθεί. Πλέον, μπορεί ο οποιοσδήποτε να έχει στην τσέπη του όλη την μουσική παραγωγή της ιστορίας και να επιλέξει ποιο κομμάτι ταιριάζει εκείνη τη στιγμή με τη διάθεσή του.

Έχοντας τα παραπάνω κατά νου, θέλαμε να ερευνήσουμε σε ποιες πτυχές της καθημερινής μας ζωής βλέπουμε την μουσική να μας επηρεάζει. Για χάρη ευκολίας, χωρίσαμε τη συνολική έρευνα σε τμήματα. Συγκεκριμένα, αναζητήσαμε την επιρροή της μουσικής στην υγεία, μάθηση, θρησκεία, ψυχολογία, κοινωνιολογία, στον πολιτισμό, στην άθληση και ως μέσο επικοινωνίας.

Ελπίζουμε η εργασία αυτή να απαντάει στις ερωτήσεις του αναγνώστη, αλλά και να αποτελέσει έναυσμα για περαιτέρω έρευνα από αυτόν.

Ιανουάριος 2018

Σαπουντζάκης Πέτρος

Η Μουσική στην ψυχολογία και στην υγεία

Παρασκευά Μαριάννα, Πέπα Ανίτα, Σιαδήμας Νίκος, Φούντας Άγγελος.



Είδη μουσικής και τι υποδηλώνουν

Υψηλή αυτοεκτίμηση:	Μπλουζ, κλασική, τζαζ, ραπ, όπερα, ρέγκε.
Χαμηλή αυτοεκτίμηση:	Ίντι, Ροκ, heavy metal
Δημιουργικότητα:	μπλουζ, κλασική, τζαζ, όπερα, ρέγκε, dance, ίντι, μπόλιγουντ, ροκ, heavy metal
Εξωστρέφεια:	μπλουζ, κλασική, τζαζ, ραπ, κάντρι, dance, μπόλιγουντ, ροκ, heavy metal

Είδη μουσικής και τα προβλήματα τους

- Όσοι ακούν metal είναι επιρρεπείς σε εγκεφαλικά προβλήματα από το έντονο κούνημα του κεφαλιού
- Όσοι ακούν dance μουσική έχουν άλλα προβλήματα, τον κίνδυνο εμφάνισης αρθριτικών σε μετέπειτα ηλικία.
- Η rap, όπου εκεί οι νέοι αντιμετωπίζουν τον θυμό, την βία και την παραβατική συμπεριφορά, όπως την αδυναμία τυφλής υπακοής στις εντολές των προϊσταμένων
- όσοι είναι πιο ψαγμένοι και ακούνε jazz είναι συνήθως μοναχικοί και καταθλιπτικοί

Πως η μουσική επηρεάζει την ψυχολογία μας;

Η κατάλληλη για τον κάθε άνθρωπο μουσική, οδηγεί στο πρώτο στάδιο της χαλάρωσης - στη μυϊκή υποτονία και στη συνέχεια στη συναισθηματική ευφορία. Ως γνωστόν, οι περισσότεροι άνθρωποι επηρεάζονται συναισθηματικά από τη μουσική. Όταν κάποιος ακούει μια μουσική που του αρέσει, ενεργοποιούνται οι ίδιες περιοχές του εγκεφάλου που σχετίζονται με την απόλαυση της τροφής και του σεξ.



Πώς ωφελεί την υγεία!

Η απαλή μουσική μειώνει και τον αναπνευστικό. Επιστημονικές έρευνες έχουν αποδείξει τη θεραπευτική της επίδραση σε ανθρώπους που πάσχουν από χρόνια αναπνευστικά προβλήματα και ακολουθούν ειδικά προγράμματα αποκατάστασης.

Ευεργετικές ιδιότητες της μουσικής

- Η μουσική βοηθά να βγούμε από τα προβλήματα σας
- Η μουσική μας εμπνέει και βοηθά την δημιουργικότητα
- Η μουσική ρυθμίζει την αναπνοή μας
- Η μουσική μπορεί να μειώσει την αρτηριακή πίεση
- Η μουσική μειώνει τον πόνο
- Η μουσική βοηθά στην συγκέντρωση και την παραγωγικότητα
- Η μουσική βοηθά στην σωματική άσκηση
- Δεν είναι τυχαίο που υπάρχει η Μουσικοθεραπεία
- Η μουσική μας κάνει καλύτερους ανθρώπους
- Η μουσική μας κάνει πιο έξυπνους

Η συναισθηματική επίδραση της μουσικής στον άνθρωπο



Η ικανότητα της μουσικής να επιδρά στις ψυχικές καταστάσεις των ακροατών είναι συνδεδεμένη με την προσομοίωση με τον ένα ή τον άλλο χαρακτήρα. Οι μουσικοί τόνοι διαφέρουν ουσιαστικά ο ένας από τον άλλο, ώστε κατά την ακρόασή τους εμφανίζεται σε μας διαφόρων ειδών διάθεση, και δε συμπεριφερόμαστε καθόλου κατά τον ίδιο τρόπο σε κάθε έναν από αυτούς.

Η μουσική μπορεί να έχει ισχυρή επίδραση στα συναισθήματά μας. Από το να μας κάνει ευτυχείς μέχρι να μας βοηθάει να ξεπεράσουμε τους φόβους μας. Ένα ορισμένο είδος μουσικής μπορεί να ενεργοποιήσει συναισθήματα και ορμόνες που επηρεάζουν άμεσα τη διάθεσή μας.

Η μουσική ως μέσο θεραπείας στα παιδιά

Η Μουσικοθεραπεία είναι μια μορφή θεραπείας που χρησιμοποιεί την μουσική ως θεραπευτικό ερέθισμα για την επίτευξη των μη- μουσικών θεραπευτικών μέσων που μπορεί να είναι αποτελεσματικοί στην διευκόλυνση της ανάπτυξης σε πολλούς τομείς της λειτουργικότητας των παιδιών.

Όσον αφορά στα συμπεράσματα που προέκυψαν είναι ότι η μουσικοθεραπεία έχει θετικές επιδράσεις και αποτελέσματα, με σημαντικές ενδείξεις που υποστηρίζουν την αξία της μουσικοθεραπείας στην προώθηση της κοινωνικής, συναισθηματικής και κινητικής ανάπτυξης σε παιδιά με διαταραχές αναπτυξιακό φάσματος και είχε θετική επίδραση στην ανάπτυξη αρκετών δεξιοτήτων σε παιδιά με αυτιστικό φάσμα.

Μουσική και άθληση

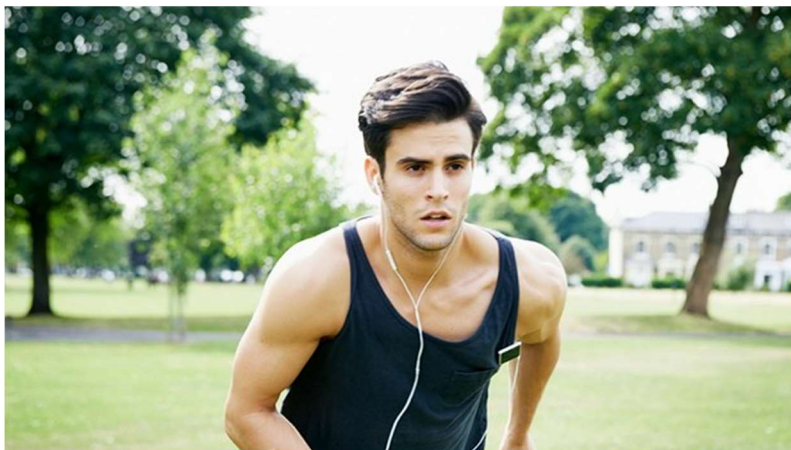
Παράς Παντελής, Ρούμπας Διονύσης, Σαμαρά Ειρήνη, Τσίντζος Παναγιώτης

Ερευνητές εδώ και χρόνια έχουν αποδείξει ότι η γυμναστική με μουσική σε κάνει να νιώθεις πιο ακούραστος και ζωηρότερος. Η μουσική φαίνεται πως κάνει τη διαφορά και στην ποιότητα και στην ποσότητα της άσκησης.

Ακόμη η μουσική στη διάρκεια της γυμναστικής διεγείρει την παραγωγή ορισμένων χημικών ουσιών στον εγκέφαλο που μειώνουν τον κόπο και την κόπωση που αυτή επιφέρει.



Είναι γνωστό πως η προπόνηση γίνεται πολύ πιο ευχάριστη όταν έχεις τα ακουστικά στα αυτιά σου και ακούς τα αγαπημένα σου τραγούδια. Πρέπει όμως να μπορείς να διαχωρίσεις το “κάνω γυμναστική μετά μουσικής” και το “ακούω μουσική όταν κάνω προπόνηση”. Οι έρευνες λένε ότι τα ηχητικά γνωστά περισσότερο από την ηλεκτρονική μουσική- πρέπει να ταιριάζουν με τον καρδιακό ρυθμό του αθλητή. Αλλά η σχέση καρδιακού ρυθμού και ηχητικά δεν είναι τόσο γραμμική.



Όταν γυμνάζεσαι μεταξύ 30 και 70% max τα bpm πρέπει να είναι κάπου μεταξύ 90 και 120. Από 70-80% πρέπει να είναι 120 έως 150 bpm. Μετά το 80% δεν υπάρχει διαφορά.

Οι ερευνητές κάνανε ένα πείραμα. Βάλανε το ίδιο τραγούδι 3 φορές σε διαφορετικές ταχύτητες. Τα αποτελέσματα έδειξαν πως η αλλαγή στην ταχύτητα ήταν ανεπαίσθητη αλλά βρήκαν τα εξής: αυξάνοντας την ταχύτητα αυξάνουν την απόδοση του ποδηλάτη. Μειώνοντας την ταχύτητα μειώνεται η απόδοση. Προφανώς, το σώμα προσαρμόζεται στο τέμπο της μουσικής. Οπότε ναι, κάνουμε προπόνηση με μουσική, αλλά...με τη σωστή μουσική. Το πρόβλημα βέβαια είναι πως θα έβρισκες τα σωστά bpm στη μουσική σου αν υποθέσουμε ότι θα έμπαινες σε αυτή τη διαδικασία.

Μουσική και εκμάθηση γλώσσας

Όλο και περισσότεροι, οι σπουδαστές φέρνουν ακουστικά μαζί τους σε βιβλιοθήκες και αίθουσες σπουδών. Αλλά πραγματικά βοηθά να ακούτε μουσική όταν σπουδάσετε; Το λεγόμενο «φαινόμενο Mozart», ένας όρος που συντάχθηκε από μια μελέτη που πρότεινε ότι η ακρόαση μουσικής μπορούσε να βελτιώσει την ευφυΐα, έχει αμφισβητηθεί ευρέως. Η μουσική που είναι χαλαρωτική και πνευματώδες μπορεί να βοηθήσει τους μαθητές να νικήσουν το στρες ή το άγχος κατά τη διάρκεια της μελέτης.

Η μουσική υποβάθρου μπορεί να βελτιώσει την εστίαση σε μια εργασία παρέχοντας κίνητρα και βελτιώνοντας τη διάθεση. Κατά τη διάρκεια μακρών συνεδριών μελέτης, η μουσική μπορεί να βοηθήσει στην αντοχή.

Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι μαθητές έχουν διαπιστώσει ότι η μουσική τους βοηθά με απομνημόνευση, πιθανώς δημιουργώντας μια θετική διάθεση, η οποία εμμέσως αυξάνει τη δημιουργία μνήμης.

Και παρόλα αυτά, παρά τα οφέλη αυτά, μελέτες έχουν δείξει ότι η μουσική είναι συχνά φορές πιο αποσπασματική από ό, τι είναι χρήσιμη. Οι μαθητές που ακούν μουσική με στίχους ενώ ολοκληρώνουν τις εργασίες ανάγνωσης ή γραφής τείνουν να είναι λιγότερο αποδοτικοί και να έρχονται μακριά έχοντας απορροφήσει λιγότερες πληροφορίες.

Η έντονη ή ταραγμένη μουσική μπορεί να έχει δυσμενείς επιπτώσεις στην κατανόηση της ανάγνωσης και στη διάθεση, καθιστώντας την εστίαση πιο δύσκολη.

Οι σπουδαστές που χρησιμοποιούν μουσική για να τους βοηθήσουν να απομνημονεύσουν μερικές φορές πρέπει να ακούσουν μουσική κατά τη διάρκεια της δοκιμής προκειμένου να αποκομίσουν τα οφέλη αυτής της μεθόδου μελέτης. Στο περιβάλλον σιωπηλών δοκιμασιών, αυτοί οι σπουδαστές μπορεί να δυσκολεύονται να ανακαλέσουν τις πληροφορίες.

Τελικά, οι επιπτώσεις της μουσικής στις συνήθειες της μελέτης εξαρτώνται από τον μαθητή και το στυλ μάθησης. Εάν αποσπαστεί εύκολα,

οι σπουδαστές πιθανότατα θα αποφεύγουν τη μουσική, ώστε να μπορούν να επικεντρωθούν στην εργασία τους. Αντιστρόφως, οι σπουδαστές που λειτουργούν καλύτερα ως multi-taskers μπορεί να διαπιστώσουν ότι η μουσική τους βοηθά να συγκεντρωθούν καλύτερα.

Η έντονη ή ταραγμένη μουσική μπορεί να έχει δυσμενείς επιπτώσεις στην κατανόηση της ανάγνωσης και στη διάθεση, καθιστώντας την εστίαση πιο δύσκολη.

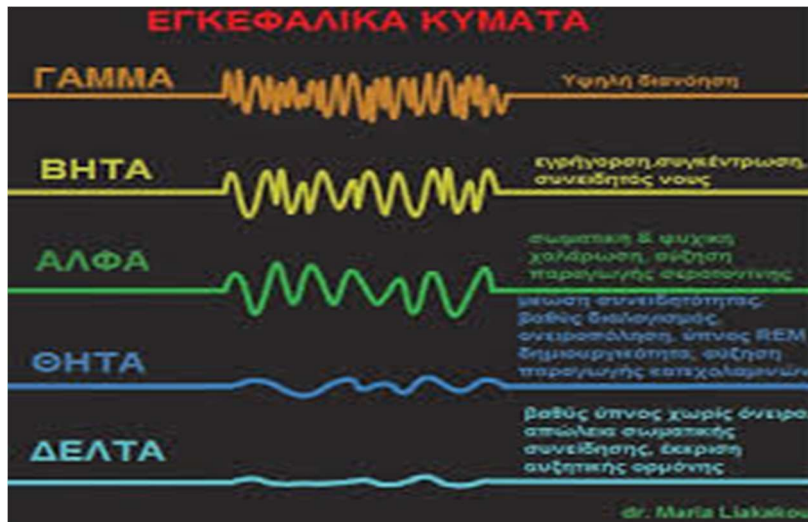


Τα εγκεφαλικά κύματα είναι το αποτέλεσμα της ηλεκτρικής δραστηριότητας του εγκεφάλου. Το ηλεκτροεγκεφαλογράφημα (ΗΕΓ) είναι η καταγραφή της ηλεκτρικής δραστηριότητας του εγκεφάλου μέσω ηλεκτροδίων που τοποθετούνται στο δέρμα του κεφαλιού. Κατά την καταγραφή αυτής της ηλεκτρικής δραστηριότητας παρατηρούνται διάφορες συχνότητες οι οποίες κατηγοριοποιούνται ανάλογα με το πότε εμφανίζονται.

Το ηλεκτροεγκεφαλογράφημα (ΗΕΓ) αποκαλύπτει 4 βασικά κύματα:

- τα κύματα α (8-13 Hz)
- τα κύματα β (13-30 Hz)
- τα κύματα δ (1-4 Hz)
- και τα κύματα θ (4-8 Hz)

αλλά φαίνεται πως το φάσμα του ηλεκτροεγκεφαλογραφήματος αποκαλύπτει και μια ακόμη κατηγορία κυμάτων, τα κύματα γ (περίπου 30-70 Hz). Η ηλεκτρική δραστηριότητα του εγκεφάλου καταγράφεται πλέον και με πιο σύγχρονα μέσα, όπως μαγνητικούς τομογράφους που δίνουν τη δυνατότητα ακριβούς εντοπισμού του σημείου του εγκεφάλου που παρουσιάζει την ηλεκτρική δραστηριότητα και το πώς αυτή μεταναστεύει από περιοχή σε περιοχή. Για παράδειγμα μπορούν να γίνονται εμφανείς οι περιοχές που δραστηριοποιούνται κατά τη διάρκεια του ύπνου, οι οποίες εντοπίζονται σε μικρότερο όγκο σε σχέση με τη λειτουργία ενός εγκεφάλου σε εγρήγορση (ξύπνιου).



Τα πρώτα χρόνια της ζωής το ΗΕΓ αποτελείται κυρίως από χαμηλές συχνότητες. Κατά την ηρεμία του ατόμου με τα μάτια κλειστά, το ΗΕΓ που καταγράφεται από την οπίσθια περιοχή του εγκεφάλου, δίνει κύματα α , ενώ οι συχνότητες που καταγράφονται από το πρόσθιο τμήμα αντιστοιχούν σε κύματα β . Κατά την εγρήγορση όμως κύματα β με χαμηλότερη τάση και υψηλότερη συχνότητα, αντικαθιστούν τα κύματα α . Τα κύματα θ παρατηρούνται στα αρχικά στάδια του ύπνου, ενώ τα κύματα δ εμφανίζονται σε στάδια βαθύτερου ύπνου.

Μια από τις παλαιότερες αναφορές γι' αυτά τα κύματα ήταν το 1964 χρησιμοποιώντας καταγραφές της ηλεκτρικής δραστηριότητας από ηλεκτρόδια που είχαν εμφυτευτεί στο οπτικό κέντρο πιθήκων που ήταν ξυπνητοί. Αυτό που παρουσιάζει ενδιαφέρον είναι ότι τα κύματα γ σχετίζονται με τη συνείδηση (consciousness) μια λειτουργία που ακόμη δεν είναι κατανοητή και η οποία κεντρίζει το ενδιαφέρον πολλών επιστημόνων από πολλούς επιστημονικούς κλάδους. Έρευνες έχουν δείξει ότι τα κύματα γ είναι συνεχώς παρόντα κατά τη διάρκεια της χαμηλής τάσεως γρήγορης νεοφλοιικής δραστηριότητας (low voltage fast neocortical activity (LVFA)), που εμφανίζεται κατά τη διάρκεια της διαδικασίας του ξυπνήματος και κατά τη διάρκεια του ύπνου REM. Πρόσφατα πειράματα έχουν δείξει ότι τα κύματα γ είναι συνεχώς παρόντα σε αρουραίους κατά την διάρκεια της LVFA που εμφανίζεται στη διάρκεια της χειρουργικής αναισθησίας. Κάποιοι ερευνητές ωστόσο δεν διακρίνουν τα κύματα γ ως ξεχωριστή κατηγορία αλλά τα τοποθετούν στα κύματα β .

Νέα έρευνα από το πανεπιστήμιο Concordia στο Μόντρεαλ του Καναδά αναφέρει ότι τα παιδιά που μαθαίνουν μουσική από την ηλικία των 7 ακόμη ετών, επιταχύνουν την ανάπτυξη των κινητικών τους δεξιοτήτων και ενεργοποιούν το τμήμα αυτό του εγκεφάλου που ευθύνεται για το σχεδιασμό και την εκτέλεση των κινήσεων.

Ανάμεσα στην ηλικία των 6 και των 8 ετών συντελούνται οι αλλαγές που επηρεάζουν μακροπρόθεσμα τον εγκέφαλο, αναφέρει η έρευνα.

«Η εκμάθηση ενός μουσική οργάνου απαιτεί τη συνεργασία των άκρων με οπτικά και ακουστικά ερεθίσματα» είπε η επικεφαλής της μελέτης Virginia Penhune και πρόσθεσε ότι σε όσο πιο μικρή ηλικία ξεκινά κανείς να μαθαίνει μουσική, τόσο μεγαλύτερη είναι η συνεργασία που επιτελείται. «Τα παιδιά δε θα γίνουν όλα κορυφαίοι μουσικοί, όμως η μουσική εκπαίδευση έχει να κάνει με την ικανότητα επικοινωνίας και πολλά άλλα πράγματα που δεν συνειδητοποιούμε» είπε ακόμη η ίδια.

Μια νέα Κινέζικη έρευνα έρχεται να το αποδείξει και επίσημα καθώς σημειώνει πως οι άνθρωποι που παίζουν κάποιο μουσικό όργανο, γίνονται έξυπνοι και ο εγκέφαλός τους ενδυναμώνεται.

Συγκεκριμένα, τα παιδιά που ξεκινούν να παίζουν πιάνο πριν την ηλικία των εφτά χρόνων, ο εγκέφαλός τους έχει να κερδίσει πολλά πλεονεκτήματα. Τα παιδιά που ξεκινούν κάποιο μουσικό όργανο σε μικρή ηλικία, έχουν πιο αυξημένη την αίσθηση της ακοής, καλύτερη αίσθηση του προγραμματισμού και καλύτερη διαχείριση χρόνου.

Επιπλέον, από άλλη έρευνα, έχει διαπιστωθεί πως η εκμάθηση ενός μουσικού οργάνου ενισχύει το IQ και βοηθάει στην ταχύρρυθμη εκμάθηση μιας ξένης γλώσσας.

Ωστόσο, οφέλη έχουν να κερδίσουν και οι ενήλικες που έπαιζαν κάποιο μουσικό όργανο σε μικρή ηλικία αλλά δεν ασχολούνται πια αφού μπορούν και αντιλαμβάνονται τους ήχους πολύ γρήγορα.

Οι Κινέζοι ερευνητές από το «Beijing Normal University» που πραγματοποίησαν την έρευνα, μελέτησαν τον εγκέφαλο 48 ανθρώπων ηλικίας 19-21 ετών που είχαν παρακολουθήσει το ελάχιστο ένα χρόνο μάθημα κάποιου μουσικού οργάνου ενώ υπήρχαν και άνθρωποι που εξασκούνταν από τα τρία τους!

1. Βελτιώνει τη μνήμη. Έχει αποδειχθεί βάσει μελετών σε παιδιά προσχολικής ηλικίας πως κάτι τέτοιο ισχύει. Άλλες έρευνες απέδειξαν πως με τη μουσική αυξάνεται το σχήμα και η δύναμη του εγκεφάλου και μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως θεραπεία για τη βελτίωση των γνωστικών ικανοτήτων.
2. Βελτιώνει τη διαχείριση του χρόνου σας και τις οργανωτικές ικανότητες. Ένας καλός μουσικός ξέρει ότι η ποιότητα του χρόνου εξάσκησης είναι πιο πολύτιμη από την ποσότητα. Οι μουσικοί πρέπει να ξέρουν πώς να οργανώνουν τον χρόνο και να κάνουν αποτελεσματική διαχείριση.
3. Ενισχύει τη μαθηματική σας σκέψη. Το διάβασμα μουσικής απαιτεί να ξέρετε να μετράτε τις νότες και τον ρυθμό. Μελέτες έχουν δείξει ότι οι μαθητές που παίζουν ή μελέτη μουσική είναι συχνά καλύτεροι στα μαθηματικά.

4. Βελτιώνει την ανάγνωση σας και τις δεξιότητες κατανόησης. Σύμφωνα με έρευνες, τα παιδιά που αναλώνονται σε μουσική διδασκαλία αναπτύσσουν όλο και πιο σύνθετες ρυθμικές, τονικές και πρακτικές δεξιότητες και εμφανίζουν ανώτερες **γνωστικές επιδόσεις**.

Η μουσική μπορεί να ενισχύσει την πνευματική μας εγρήγορση και τη συγκέντρωση, σύμφωνα με μελέτη, στα πλαίσια της οποίας, επιστήμονες μελέτησαν την επίδραση στον εγκέφαλο, των κονσέρτων του Βιβάλντι γνωστών με το συλλογικό όνομα, Τέσσερις Εποχές.

Στη μελέτη συμμετείχαν νέοι εθελοντές οι οποίοι άκουσαν τα περίφημα κοντσέρτα για βιολί του Ιταλού συνθέτη, ενώ εκτελούσαν παράλληλα μια δύσκολη πνευματικά εργασία. Παράλληλα, οι επιστήμονες μετρούσαν την ηλεκτρική δραστηριότητα του εγκεφάλου των συμμετεχόντων.

Από τα αποτελέσματα προέκυψε ότι οι συμμετέχοντες εκτέλεσαν την εργασία που τους υπέδειξαν οι ειδικοί πιο γρήγορα και με μεγαλύτερη ακρίβεια ακούγοντας Βιβάλντι, φτάνει τα σχετικά κομμάτια που άκουγαν να προέρχονταν από ζωντανή ηχογράφιση.

Πάντως, στην περίπτωση που δεν σας αρέσει η κλασική μουσική μην ανησυχείτε. Ευεργετικές επιδράσεις στην πνευματική και σωματική υγεία μας, έχουν και τα υπόλοιπα είδη μουσικής.

Σύμφωνα με άλλη μελέτη του 2014, η οποία εξέτασε τις επιδόσεις παιδιών από φτωχικές συνοικίες του Σικάγο και του Λος Άντζελες, τα παιδιά που μαθαίνουν ένα νέο μουσικό όργανο μπορεί να αποκομίσουν ένα επιπρόσθετο όφελος: την ικανότητα να διατηρούν τις επιδόσεις τους στο σχολείο, σε υψηλά επίπεδα, ιδιαίτερα στην εκμάθηση ξένων γλωσσών.

Στα πλαίσια της μελέτης, η οποία παρουσιάστηκε προ διετίας στο επίσης συνέδριο της Αμερικανικής Ψυχολογικής Ένωσης, διαπιστώθηκε ότι τα παιδιά ηλικίας 9 με 10 ετών που είχαν διδαχτεί μουσική, είχαν καλύτερες επιδόσεις στο διάβασμα σε σχέση με όσα δεν είχαν παρακολουθήσει μουσικά μαθήματα.

Η επικεφαλής της μελέτης, Δρ. Nina Kraus από το πανεπιστήμιο Northwestern στο Σικάγο, είπε συγκεκριμένα, ότι όσα παιδιά παρακολουθούσαν μαθήματα μουσικής για 5 ή περισσότερες ώρες την εβδομάδα δεν παρουσίασαν καμία μείωση, όσον αφορά στις επιδόσεις τους στο διάβασμα, μια αναμενόμενη εξέλιξη για πολλά παιδιά που προέρχονται από φτωχές γειτονίες.

Οι επιστήμονες παρακολούθησαν επίσης τους εγκεφάλους των παιδιών μέσω τομογραφίας και διαπίστωσαν ότι μετά από 2 χρόνια εκπαίδευσης στη μουσική, τα παιδιά μπορούσαν να ξεχωρίζουν καλύτερα τον έναν ήχο από τον άλλον, ακόμη και όταν βρίσκονταν σε χώρο με πολύ φασαρία.

"Παρόλο που οι μαθητές που προέρχονται από πιο εύπορες οικογένειες έχουν καλύτερες επιδόσεις στο σχολείο, διαπιστώνουμε ότι η μουσική εκπαίδευση μπορεί να αλλάξει το νευρικό σύστημα των παιδιών από πιο φτωχικά περιβάλλοντα και να συμβάλει στη δημιουργία ενός καλύτερου μαθητή, βοηθώντας τον να αντισταθμίσει αυτό το μαθησιακό κενό", δήλωσε η Δρ Kraus.

Σύμφωνα με μελέτες, τα παιδιά που ασχολούνται με τη μουσική έχουν καλύτερες επιδόσεις στο διάβασμα και μεγαλύτερη συγκέντρωση σε αυτό που κάνουν. Ερευνητές υποστηρίζουν ότι όσα παιδιά ασχολήθηκαν από μικρά με τη μουσική είχαν υψηλότερους βαθμούς στα τεστ των μαθηματικών και έλυναν τα προβλήματα πιο γρήγορα από τα υπόλοιπα. Επιστήμονες μάλιστα από το Χόνγκ Κόνγκ πιστεύουν ότι τα παιδιά που στα 12 χρόνια τους είχαν ήδη 6 χρόνια μουσικής εμπειρίας γνώριζαν πολύ περισσότερες λέξεις από τα άλλα διαθέτοντας ιδιαίτερα πλούσιο λεξιλόγιο.

Μουσική και Θρησκεία

Τσιλίκας Γιάννης, Φελιμέγκα Ειρήνη, Χάσκος Γιάννης, Χότζα Τζεμίλε

Η μουσική έχει έναν τρόπο να γεμίζει τα κενά στη σκέψη, το συναίσθημα και το συναίσθημα που τα λόγια δεν μπορούν να κάνουν τη δικαιοσύνη, η οποία μπορεί να είναι απίστευτα ισχυρή όταν συνοδεύεται από μια πνευματική πίστη. Η χρήση μουσικής για θρησκευτικούς λόγους παρείχε στους πρώτους ανθρώπους τη δυνατότητα να βιώσουν και να εξερευνήσουν τα επιζήμια αποτελέσματα της μουσικής χωρίς να διαπράξουν αμαρτία. Σήμερα, η μουσική χρησιμοποιείται πολύ ευρύτερα και για σκοπούς άλλους από τη λατρεία, γεγονός που επέτρεψε τη θρησκευτική μουσική να αναπτυχθεί και να επεκταθεί σε πολλά είδη επαίνων που έχουν ευρύτερο αντίκτυπο σε πολλούς ανθρώπους. Η μουσική είναι σχεδόν καθολικό κομμάτι της θρησκείας, επειδή απευθύνεται και ενδυναμώνει τις ανθρώπινες αισθήσεις με ευχάριστο τρόπο, ο οποίος με τη σειρά του επιτρέπει στους ανθρώπους να επαινέσουν μέσα από ένα μέσο που κάνει τη λατρεία πιο ευχάριστη.

Η μουσική και η θρησκεία είναι ιστορικά συνδεδεμένες. Η θρησκευτική πίστη του ανθρώπου τροφοδότησε κάποιες από τις σπουδαιότερες μουσικές δημιουργίες σε όλον τον κόσμο, ήδη από την αρχαιότητα, σε Δύση και Ανατολή. Το γεγονός βέβαια ότι στις παλαιότερες εποχές η θρησκεία ήταν απόλυτα συνυφασμένη με την καθημερινότητα του ανθρώπου, έχοντας κυρίαρχο ρόλο στη ζωή του, είναι ένας λόγος που δικαιολογεί ιστορικά την ιδιαίτερη αυτή σχέση.

Βυζαντινή μουσική είναι η εξέλιξη και καλλιέργεια της αρχαίας ελληνικής μουσικής και πήρε το όνομα αυτό από την περιοχή του Βυζαντίου που είναι η πρώτη ονομασία της πρωτεύουσας της νέας αυτοκρατορίας, κατά τον Κωνσταντίνο Παπαρρηγόπουλο.

Η Βυζαντινή Μουσική είναι η μουσική της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας που μεταφράζεται κι απαρτίζεται αποκλειστικά από ελληνικά κείμενα ως μελωδία. Έλληνες και ξένοι ιστορικοί συμφωνούν ότι αυτές οι μελωδίες, οι εκκλησιαστικοί ήχοι και γενικά το όλο σύστημα της βυζαντινής μουσικής, συνδέεται στενά με το αρχαίο ελληνικό μουσικό σύστημα. Οι αρχές της χρονολογούνται από ορισμένους μελετητές στον 4ο αιώνα μ.Χ, λίγο μετά τη μεταφορά της πρωτεύουσας της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας στην Κωνσταντινούπολη από το Μέγα Κωνσταντίνο.

Η βυζαντινή μουσική που διασώζεται είναι στο σύνολό της εκκλησιαστική, με εξαίρεση κάποιους αυτοκρατορικούς ύμνους, που και αυτοί έχουν θρησκευτικά στοιχεία. Το βυζαντινό άσμα ήταν μονωδικό, σε ελεύθερο ρυθμό, και προσπάθησε συχνά να απεικονίσει μελωδικά την έννοια των λέξεων. Η γλώσσα που χρησιμοποιήθηκε ήταν η ελληνική. Ο βυζαντινός ύμνος, του οποίου υπήρξαν τρεις τύποι, ήταν η μέγιστη έκφανση αυτού

του μουσικού είδους. Μέρος της βυζαντινής μουσικής, αν και χρονικά μεταγενέστερο μπορεί να θεωρηθεί το δημοτικό τραγούδι, αν και διαφέρει από την εκκλησιαστική μουσική στο ότι έχει σταθερό μέτρο, ώστε να εξυπηρετείται και ο χορευτικός σκοπός. Αυτό δεν είναι τυχαίο: στον ίδιο γεωγραφικό χώρο, από τον ίδιο πολιτισμό η μουσική είναι ενιαία. Μην ξεχνάμε πως η πρώτη φορά που διδάχτηκε (ευρέως) η δυτική μουσική στον Ελληνικό χώρο, ήταν με την έλευση του Όθωνα. Μέχρι τότε η μουσική που εκτελείτο, ακουγόταν καταγραφόταν και διδασκόταν (εμπειρικά ή/και σε μουσικοδιδασκαλεία) ήταν η βυζαντινή.

Ιστορική αναδρομή της εκκλησιαστικής μουσικής - Ιδιαιτερότητες

Στο Βυζάντιο, ως λογική συνέχεια της ρωμαϊκής αυτοκρατορίας και του αρχαίου ελληνικού πολιτισμού, η μουσική είχε εξέχοντα ρόλο. Για την κοσμική (μη θρησκευτική) μουσική έχουμε ελάχιστες πληροφορίες. Αντίθετα μας έχουν διασωθεί σημαντικές πληροφορίες για την εκκλησιαστική μουσική, σε τέτοιο βαθμό μάλιστα που ο όρος βυζαντινή μουσική συχνά συνδέεται σήμερα -εσφαλμένα- μόνο με την εκκλησιαστική μουσική. Η βυζαντινή εκκλησιαστική μουσική προέρχεται από την αρχαία Ελληνική, Συριακή αλλά και Εβραϊκή θρησκευτική μουσική παράδοση. Διακρίνονται 3 εποχές: παλαιού, μέσου και νέου μέλους. Η εποχή του Παλαιού Βυζαντινού Μέλους ξεκινά από τους πρώτους χριστιανικούς χρόνους και περνώντας από την εποχή της αποκρυστάλλωσης της λειτουργίας (9ος αι.) φθάνει μέχρι το 14ο αι.



Συριακή αλλά και Εβραϊκή θρησκευτική μουσική παράδοση. Διακρίνονται 3 εποχές: παλαιού, μέσου και νέου μέλους. Η εποχή του Παλαιού Βυζαντινού Μέλους ξεκινά από τους πρώτους χριστιανικούς χρόνους και περνώντας από την εποχή της αποκρυστάλλωσης της λειτουργίας (9ος αι.) φθάνει μέχρι το 14ο αι.

Χριστιανισμός

Η μουσική είναι μέρος της χριστιανικής λατρείας, της ευχαριστίας και της γιορτής που δείχνουν πώς οι λάτρεις αισθάνονται προς τον Θεό. Η μουσική ενώνει την εκκλησία για να λατρεύεται ο Θεός με μία φωνή. Μια μεγάλη ποικιλία μουσικής χρησιμοποιείται στη χριστιανική λατρεία, συμπεριλαμβανομένων των ύμνων, των ψαλμών, της χορωδιακής μουσικής, των τραγουδιών του ευαγγελίου, της σύγχρονης μουσικής και της οργανικής μουσικής, που παίζεται για διαλογισμό και προβληματισμό.



Η χριστιανική μουσική είναι η μουσική που γράφτηκε για να εκφράσει προσωπικά η κοινοτική πίστη σχετικά με τη χριστιανική ζωή και πίστη. Κοινά θέματα περιλαμβάνουν εγκωμιά, λατρεία, εορτασμό, πεποίθηση και θρήνο, τις μορφές του ποικίλλουν ευρέως σε ολόκληρο τον κόσμο.

Η περισσότερη χριστιανική λατρεία περιλαμβάνει τραγούδια που συνοδεύονται από όργανα. Η Βίβλος έχει πολλές αναφορές στη μουσική: χορεύει, τραγουδά και παίζει όργανα. Οι ψάλλοι είναι τραγούδια δόξας προς τον Θεό και σε αυτά υπάρχουν πολλές αναφορές στη μουσική και στο παιχνίδι των οργάνων στη δόξα του Θεού. Τον δέκατο ένατο και τον εικοστό αιώνα, η θρησκευτική μουσική υποβλήθηκε σε μια μεταμόρφωση που ταιριάζει σε μια μεταβαλλόμενη και εξελισσόμενη κοινότητα.

Ισλάμ.

Οι μουσουλμάνοι πιστεύουν ότι είναι η θεία μελωδία και η αρμονία της ίδιας της ζωής. Πιστεύουν ότι ο Αλλάχ δημιούργησε το σύμπαν, τη γη και όλους τους κατοίκους της, για την ευχαρίστηση του Αλλάχ!

Βλέπουν ολόκληρο το σύμπαν ως συμφωνική ορχήστρα γεμάτη από ήχο. Ο ρυθμός, οι ήχοι και οι μορφές συγχρονισμένοι για τέλεια αρμονική αρμονία σε ενιαία, ακριβή και άπονη σύνθεση, κατευθυνόμενοι και διεξάγονται από τον Δημιουργό του, τον Αλλάχ, με πολλούς ήχους, κινήσεις, ρυθμούς και χτυπήματα σε συγκεκριμένες ρυθμίσεις στις διάφορες μορφές της φύσης. Είναι το πιο υπέροχο από κάθε μουσική σύνθεση και αποτελείται από ένα δώρο.

Κατά τη διάρκεια του χρόνου του προφήτη Μωχάμεθ και μετά το θάνατό του, εκεί ανέπτυξε νέα ισλαμική τέχνη μουσικών στυλ στις ιερές πόλεις της Μέκκας και η Μεντίνα, τα οποία ήταν τα κέντρα ισλαμικής θρησκευτικής και πολιτικής εξουσία. Άρχισαν να γιορτάζουν τη ζωή και τους θρησκευτικούς και πνευματικούς μυστικούς διαστάσεις σε δραστηριότητες



πλούσιας τέχνης και μουσικής θεμελίωσης. Η αναγκαιότητα της εξήγησης και απαγγελίας του Κορανίου είχε ως αποτέλεσμα τη γέννηση της τέχνης του μουσική επιστήμη της γραμματικής, μουσικές μορφές, στυλ και λεξικολογία και το καλύτερο υλικό βρέθηκε στην ισλαμική ποίηση.

Ο προφήτης Μωάμεθ δεν ενέκρινε τρία πράγματα:

1. Το χειροκρότημα των χεριών σε δημόσιες παραστάσεις (επιτρέπονται καλλιτεχνικά χειροκροτήματα).
2. Αισθησιακό τραγούδι που συνδυάστηκε με «αισθησιακό» χορό σε δημόσιες ταβέρνες από άντρες και γυναίκες.
3. Η πώληση, η αγορά ή η διδασκαλία κοριτσιών που εκτελούν.

Ινδουισμός:

Η λατρεία στο σπίτι μπορεί να είναι εξίσου σημαντική με τη λατρεία στον ναό στους Ινδουιστές. Αν και η λαϊκή λατρεία διαδραματίζει κεντρικό ρόλο στο ναό λατρεία, δεν υπάρχει ισχυρή παράδοση εκκλησιαστικής τελετής ή τελετής.

Η λατρεία μπορεί να γίνει με λόγια, μουσική, χορό ή σιωπή. Το "Yagna" (θυσία) είναι μια σημαντική πτυχή της λατρείας της.

Η ινδική κλασική μουσική αποτελεί μέρος της λατρείας. Χρησιμοποιούν Kiritan (κλήση και απόκριση, ψαλμωδία των μάντρων με όργανα και χορός) και Bajan (λατρευτικό τραγούδι) κατά τη λατρεία στο ναό. Αυτοί χρησιμοποιήστε Raga, η οποία είναι μια κλίμακα επτά σημείων, και Tala, η οποία είναι μια ρυθμική πρότυπο χτυπήματος συνοδευόμενο από τύμπανα, αρμονία και κρουστά. Ένα σημαντικό στοιχείο της ινδουιστικής



λατρείας είναι το Bhajari, που σημαίνει λατρεία και δείχνει λατρεία με αγάπη. Αυτό συχνά αναφέρεται στο λατρευτικό τραγούδι ή στους ίδιους τους ύμνους. Η μουσική Μπαρόκ ονομάζεται η μουσική που εντάσσεται στην γενική καλλιτεχνική τεχνοτροπία που ονομάζεται Μπαρόκ και αναπτύχθηκε πρώτα στην Ιταλία κατά τον 17ο αιώνα και εξαπλώθηκε σε όλη την Ευρώπη. Από τις αρχές του 18ου αιώνα αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της καθολικής Θείας Λειτουργίας.

Μουσική και Ψυχαγωγία

Αναμφισβήτητα η μουσική ήταν είναι και θα είναι τρόπος ψυχαγωγίας για τον άνθρωπο. Από τα αρχαία χρόνια διαπιστώνουμε ότι η μουσική αποτελούσε μέσο αγωγής για τον άνθρωπο. Μέχρι και σήμερα η μουσική χαρακτηρίζει την ποιότητα της ζωής και παίζει σημαντικό ρόλο στην ψυχολογία του ανθρώπου.

Τα αρχαία χρόνια ανακαλύπτουμε σύμφωνα πάντα με τις πληροφορίες μας ότι ο άνθρωπος άκουγε μουσική. Μάλιστα στην αρχαία Ελλάδα η μουσική ήταν απόλυτα συνυφασμένη με την καθημερινότητα όλων των ανθρώπων και σαν μια σύνθετη καλλιτεχνική και πνευματική έκφραση είχε ιδιαίτερη θέση σε όλες της εκδηλώσεις προσωπικής και κοινωνικής ζωής. Η μουσική είχε κυρίως εορταστικό χαρακτήρα αλλά σύντομα ήρθε η ένταξη της στις καθημερινές σκληρές στιγμές της ζωής αλλά και στις τελετές θανάτου τα λεγόμενα μοιρολόγια. Ακόμη στην αρχαία Ελλάδα η μουσική αποτελούσε ένα από τα βασικά μαθήματα στο πλαίσιο της παιδείας των νέων, ενώ η διασύνδεσή της ειδικότερα με την Ποίηση και το

Θέατρο έπαιξε τεράστιο ρόλο. Χάρη σε αυτή διασώθηκαν και αριστουργήματα όπως τα Ομηρικά έπη και οι Τραγωδίες.

Η μουσική όμως δεν αποτέλεσε μέσω ψυχαγωγίας μόνο στην αρχαία Ελλάδα. Διαχρονικά η μουσική αποτελεί ένα από τα μέσα ψυχαγωγίας. Αντίθετα όμως με τότε, σήμερα το ποσοστό των παιδιών που μαθαίνουν ένα μουσικό όργανο είναι πολύ μικρό(σύμφωνα με τις στατιστικές μελέτες).Οι περισσότεροι νέοι επιλέγουν να ακούν ξενόφερτα είδη μουσικής είτε αγοράζοντας κάποιο CD είτε κατεβάζοντας την από το διαδίκτυο. Αν και οι περισσότεροι νέοι προτιμούν την ξένη μουσική δεν μπορούμε να πούμε ότι απουσιάζει από τη ζωή των νέων η Ελληνική. Βέβαια ελάχιστο είναι το ποσοστό των νέων που ακούει την κλασσική μουσική. Αυτό συμβαίνει διότι προτιμούν την παγκόσμια μουσική κυρίως την σύγχρονη. Η μουσική για τους περισσότερους νέους είναι τρόπος ζωής, τρόπος έκφρασης και για αυτό το λόγο η μουσική υπάρχει παντού στη ζωή όλων και είναι ο πιο εκφραστικός τρόπος διασκέδασης.

Η μουσική ήταν πάντα ένας τρόπος ψυχαγωγίας και έπαιξε σημαντικό ρόλο στις ζωές των ανθρώπων, αφού λειτουργεί ως ανάγκη για όλους και η ζωή χωρίς την μουσική θα φάνταζε μονότονη. Αναμφισβήτητα η μουσική ήταν είναι και θα είναι τρόπος ψυχαγωγίας για τον άνθρωπο. Από τα αρχαία χρόνια διαπιστώνουμε ότι η μουσική αποτελούσε μέσο αγωγής για τον άνθρωπο. Μέχρι και σήμερα η μουσική χαρακτηρίζει την ποιότητα της ζωής και παίζει σημαντικό ρόλο στην ψυχολογία του ανθρώπου.

Διαχρονικά η μουσική αποτελεί ένα από τα μέσα ψυχαγωγίας. Αντίθετα όμως με τότε, σήμερα το ποσοστό των παιδιών που μαθαίνουν ένα μουσικό όργανο είναι πολύ μικρό. Οι περισσότεροι νέοι επιλέγουν να ακούν ξενόφερτα είδη μουσικής είτε αγοράζοντας κάποιο CD είτε κατεβάζοντας την από το διαδίκτυο. Αν και οι περισσότεροι νέοι προτιμούν την ξένη μουσική δεν μπορούμε να πούμε ότι απουσιάζει από τη ζωή των νέων η Ελληνική. Βέβαια ελάχιστο είναι το ποσοστό των νέων που ακούει την κλασσική μουσική. Αυτό συμβαίνει διότι προτιμούν την παγκόσμια μουσική κυρίως την σύγχρονη. Η μουσική για τους περισσότερους νέους είναι τρόπος ζωής, τρόπος έκφρασης και για αυτό το λόγο η μουσική υπάρχει παντού στη ζωή όλων και είναι ο πιο εκφραστικός τρόπος διασκέδασης.

Η μουσική ήταν πάντα ένας τρόπος ψυχαγωγίας και έπαιξε σημαντικό ρόλο στις ζωές των ανθρώπων, αφού λειτουργεί ως ανάγκη για όλους και η ζωή χωρίς την μουσική θα φάνταζε μονότονη.

Σοφοί και ψυχολόγοι

Οι φιλόσοφοι και οι σοφοί κατά το πέρασμα των αιώνων έχουν μιλήσει για τη δύναμη που ασκεί η μουσική στον αναπτυσσόμενο χαρακτήρα των νέων. Η επίδραση αυτή έχει τις επιπτώσεις της στην ηθική ανάπτυξη των νέων και στη διαμόρφωση του πολιτισμού που ακολουθεί.

Τον 6ο μ.Χ. αιώνα ένας Ιταλός φιλόσοφος έγραψε: « η μουσική μπορεί να εγκαταστήσει ή να καταστρέψει την ηθική. Διότι καμία δίοδος δεν είναι πιο ανοιχτή προς την ψυχή απ ό τι αυτή δια μέσω των ώτων.»

Η μουσική ως έκφραση τέχνης κινεί τον άνθρωπο να εκφράσει τα συναισθήματα και τα πάθη που η ίδια η μουσική «προκαλεί». Άρα να ακούμε επανειλημμένα την ίδια μουσική, μας γίνεται συνήθεια και η έκφραση που προκαλείται από το άκουσμα της, είτε καλή είτε κακή, τείνει να κρύβεται ώστε το άτομο να μην αντιλαμβάνεται την επίδραση που έχει στον χαρακτήρα του και τον ψυχισμό του. Σε σχέση με αυτό ο Αριστοτέλης είχε πει: «Τα αισθήματα δημιουργούνται από την μελωδία και τον ρυθμό, οπότε με την μουσική ο άνθρωπος συνηθίζει να έχει τα «σωστά» ή τα «λανθασμένα = κακά» αισθήματα. Με τον τρόπο αυτό η μουσική έχει την δύναμη να δημιουργεί τον χαρακτήρα.»

Η μουσική μπορεί να μιμηθεί την λογική, έντιμη και ενάρετη μορφή της ζωής αλλά μπορεί να επιφέρει και το αντίθετο αποτέλεσμα αν είναι τέτοιος ο ρυθμός και η μελωδία της και ο σκοπός του συνθέτη

Η μουσική είναι διαχρονικός τρόπος ψυχαγωγίας για τον άνθρωπο

Αναμφισβήτητα η μουσική ήταν είναι και θα είναι τρόπος ψυχαγωγίας για τον άνθρωπο. Από τα αρχαία χρόνια διαπιστώνουμε ότι η μουσική αποτελούσε μέσο αγωγής για τον άνθρωπο. Μέχρι και σήμερα η μουσική χαρακτηρίζει την ποιότητα της ζωής και παίζει σημαντικό ρόλο στην ψυχολογία του ανθρώπου.

Τα αρχαία χρόνια ανακαλύπτουμε σύμφωνα πάντα με τις πληροφορίες μας ότι ο άνθρωπος άκουγε μουσική. Μάλιστα στην αρχαία Ελλάδα η μουσική ήταν απόλυτα συνυφασμένη με την καθημερινότητα όλων των ανθρώπων και σαν μια σύνθετη καλλιτεχνική και πνευματική έκφραση είχε ιδιαίτερη θέση σε όλες της εκδηλώσεις προσωπικής και κοινωνικής ζωής. Η μουσική είχε κυρίως εορταστικό χαρακτήρα αλλά σύντομα ήρθε η ένταξη της στις καθημερινές σκληρές στιγμές της ζωής αλλά και στις τελετές θανάτου τα λεγόμενα μοιρολόγια. Ακόμη στην αρχαία Ελλάδα η μουσική αποτελούσε ένα από τα βασικά μαθήματα στο πλαίσιο της παιδείας των νέων, ενώ η διασύνδεσή της ειδικότερα με την Ποίηση και το Θέατρο έπαιξε τεράστιο ρόλο. Χάρη σε αυτή διασώθηκαν και αριστουργήματα όπως τα Ομηρικά έπη και οι Τραγωδίες.

Η μουσική όμως δεν αποτέλεσε μέσω ψυχαγωγίας μόνο στην αρχαία Ελλάδα. Διαχρονικά η μουσική αποτελεί ένα από τα μέσα ψυχαγωγίας. Αντίθετα όμως με τότε, σήμερα το ποσοστό των παιδιών που μαθαίνουν ένα μουσικό όργανο είναι πολύ μικρό(σύμφωνα με τις στατιστικές μελέτες).

Οι περισσότεροι νέοι επιλέγουν να ακούν ξενόφερτα είδη μουσικής είτε αγοράζοντας κάποιο CD είτε κατεβάζοντας την από το διαδίκτυο. Αν και οι περισσότεροι νέοι προτιμούν την ξένη μουσική δεν μπορούμε να πούμε ότι απουσιάζει από τη ζωή των νέων η Ελληνική. Βέβαια ελάχιστο είναι το ποσοστό των νέων που ακούει την κλασική μουσική. Αυτό συμβαίνει διότι προτιμούν την παγκόσμια μουσική κυρίως την σύγχρονη. Η μουσική για τους περισσότερους νέους είναι τρόπος ζωής, τρόπος έκφρασης και για αυτό το λόγο η μουσική υπάρχει παντού στη ζωή όλων και είναι ο πιο εκφραστικός τρόπος διασκέδασης.

Η μουσική ήταν πάντα ένας τρόπος ψυχαγωγίας και έπαιξε σημαντικό ρόλο στις ζωές των ανθρώπων, αφού λειτουργεί ως ανάγκη για όλους και η ζωή χωρίς την μουσική θα φάνταζε μονότονη.

Μουσική και πολιτισμός

Πουρνάρας Κωνσταντίνος, Τομαράς Σωτήρης, Τοκμετζής Γιάννης, Τσιγαρίδας Σταύρος, Τσόλκα Ζαχαρένια.

Οι φιλόσοφοι όλων των εποχών έχουν επισημάνει ότι η μουσική έχει μεγάλη επίδραση στο άτομο και δεδομένου στην κοινωνία. Η μουσική επιδρά σημαντικά στην ψυχολογία του καθενός και στην ψυχοσύνθεση του πολιτισμού. Η παραδοσιακή μουσική του κάθε λαού τον χαρακτηρίζει σε μεγάλο βαθμό και αναδεικνύει τον πολιτισμό του. Η στενή σχέση που είχε και διατηρεί ο άνθρωπος με τη μουσική επιβεβαιώνεται από το πλήθος καταγεγραμμένων ιστορικά συνθέσεων που εκφράζουν την κάθε περίπτωση της ζωής: χοροί, εμβατήρια, πολιτικά τραγούδια, τραγούδια της τάβλας, του γλεντιού, αναφερόμενα στις χαρές και στις λύπες από τη γέννηση ως το θάνατο του ανθρώπου, έως μνημειώδη παγκόσμια έργα υψηλής διανοητικής σύλληψης. Η Μεσόγειος υπήρξε χώρος ανάπτυξης πολιτισμού που καθώς σε καιρούς ειρήνης αλλά και συγκρούσεων, οι λαοί της Μεσογείου έζησαν μαζί, επηρέασαν ο ένας τον άλλο, μέσα από τις διαφορετικές παραδόσεις και το αποτύπωμα αυτής της επαφής διατηρείται ζωντανό στον σύγχρονο πολιτισμό και τη μουσική.

Ελληνική πολιτιστική κληρονομιά



Είναι γνωστό ότι οι Έλληνες φημίζονται για την παράδοση, τα ήθη και τα έθιμα που κληρονόμησαν από τους προγόνους τους και συνεχίζουν να διαιώνουν μέσα στο χρόνο. Τα παραδοσιακά τραγούδια των Ελλήνων αποτελούν ένα αξιοσημείωτο κομμάτι αυτής της κληρονομιάς. Η μουσική της Αρχαίας Ελλάδας ήταν ένα μείζον κομμάτι του αρχαιοελληνικού

θεάτρου - μεικτές χορωδίες τραγουδούσαν για διασκεδαστικά, εορταστικά και πνευματικά δρώμενα. Χρησιμοποιούνταν μουσικά όργανα όπως, μεταξύ άλλων, ο αυλός, η λύρα, και ιδιαίτερα η κιθάρα. Η μουσική ήταν σημαντικό μέρος της αρχαιοελληνικής παιδείας, όπου τα αγόρια ξεκινούσαν μουσικές σπουδές από έξι χρονών. Η αρχαιοελληνική μουσική θεωρία περιλάμβανε τους τρόπους, οι οποίοι αποτέλεσαν βάση για τη δυτική θρησκευτική και κλασική μουσική, κι επίσης χρησιμοποιούνται εκτενώς στη τζαζ. Αργότερα, η αρχαιοελληνική μουσική



δέχτηκε επιρροές από τη Ρωμαϊκή και Βυζαντινή αυτοκρατορία, καθώς και από τη μουσική της ανατολικής Ευρώπης.

Η μουσική στη ζωή μας και στην κοινωνία

Η μουσική έχει πάρει την ονομασία της από τις εννέα μούσες της αρχαίας

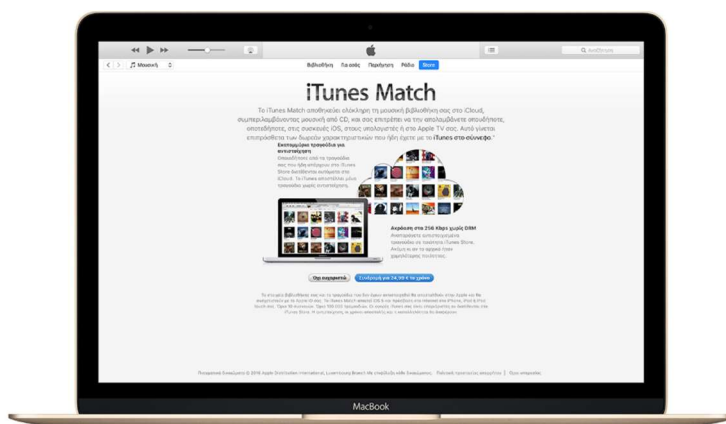


Ελληνικής μυθολογίας διαφέρει από πολιτισμό σε πολιτισμό, αλλά και από εποχή σε εποχή και εξελίσσεται συνέχεια. Είναι από τους βασικούς τρόπους έκφρασης των ανθρωπίνων ανησυχιών και θεμάτων γύρω από την κοινωνία στο σύνολό της και των προβλημάτων που αυτή συνεπάγεται. Ο ρόλος της στην ψυχοσύνθεσή μας και

στην διάθεσή μας είναι κομβικός και μπορεί να μας ανεβάσει ή να μας ρίξει ψυχολογικά αναλόγως με την προδιάθεσή μας

Η μουσική και η πρόσβαση σε αυτή.

Η μουσική στις μέρες μας εξαιτίας της ραγδαίας τεχνολογικής ανάπτυξης έχει ενσωματωθεί στην κοινωνία μας. Ο καθένας πλέον έχει πρόσβαση την οποιαδήποτε στιγμή μέσω του διαδικτύου και των εφαρμογών του π.χ. (YouTube, soundcloud, itunes). Αλλά και μέσω του ραδιοφώνου, το οποίο περισσότερο χρησιμοποιούμε κατά την διάρκεια της οδήγησης. Ακόμη, μέσω των διαφημίσεων της τηλεόρασης προωθούνται συναυλίες, στις οποίες κάποιος μπορεί να ακούσει τον αγαπημένο του τραγουδιστή και να διασκεδάσει με τους φίλους του. Παράλληλα, προωθούνται CD με καινούργια τραγούδια και τσιπάκια στα οποία μπορεί κανείς να αποθηκεύσει τραγούδια, έτσι ώστε κατά την διάρκεια διαφόρων δραστηριοτήτων να ακούν ευχάριστα κάποιο είδος μουσικής με αποτέλεσμα να γίνονται και πιο παραγωγικοί.



Η ambient μουσική

Η Ambient είναι ατμοσφαιρικό μουσικό είδος που δύσκολα μπορεί να περιγραφεί ή να καταταγεί σε μια κατηγορία. Γενικά, ως ambient χαρακτηρίζεται η μουσική η οποία έχει γραφτεί για να μην απαιτεί πολύ από την προσοχή του ακροατή και μπορεί να υπάρξει απλά στο υπόβαθρο. Συνήθως έχει έντονο το στοιχείο της επανάληψης χωρίς μεγάλες αλλαγές στον ήχο και την ενορχήστρωση του κάθε κομματιού.

Η μουσική στη Μέση Ανατολή

Ανάμεσα στις περιοχές που αποτελούν τη Μέση Ανατολή έχουν αναπτυχθεί από αρχαιοτάτων χρόνων δεσμοί γεωγραφικοί, ιστορικοί, θρησκευτικοί και μουσικοί, παράλληλα όμως υπάρχουν και διακριτές διαφορές, προερχόμενες από κοινωνικο-πολιτικές διαμάχες και γεωγραφικές διχοτομήσεις.

Όσον αφορά στη μουσική παράδοση, ο βασικός ιστός που συνδέει όλες αυτές τις περιοχές είναι οι ομοιότητες στα θεωρητικά τους συστήματα. Η μουσική της Μέσης Ανατολής πηγάζει από πέντε διαφορετικά, αλλά μεταξύ τους ιστορικά συνδεδεμένα μουσικά συστήματα: το Αραβικό, το Περσικό, το Τουρκικό και αυτό της Βόρειας (maghribi) και της Νότιας Αφρικής.

Μιλώντας για τη μουσική διαμόρφωση της Μέσης Ανατολής, δεν θα πρέπει να υποτιμήσουμε και την επιρροή που δέχθηκαν ορισμένες περιοχές της που βρίσκονται στα σύνορα με τις γύρω ηπείρους: την Ευρώπη, την Αφρική και την Ασία.

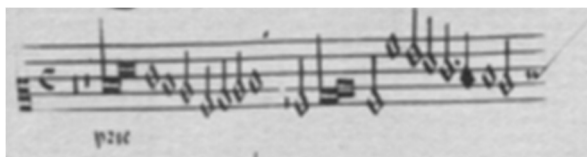
Κλασική Μουσική

Με τον όρο κλασική μουσική αναφέρεται ευρύτερα η δυτικοευρωπαϊκή μουσική παραγωγή που εκτείνεται σε μία αρκετά μεγάλη χρονική περίοδο, περίπου από το έτος 470 μ.Χ. μέχρι και τη σύγχρονη εποχή.

Το επίθετο «κλασικός» προέρχεται από τη λατινική λέξη -classicus, σηματοδοτεί δηλαδή κάτι εξαιρετικό. Διάφοροι ορισμοί συνδέουν τον όρο με την ελληνική και λατινική αρχαιότητα, ως «συμμόρφωση του ύφους ή της σύνθεσης με τα πρότυπα της ελληνικής και λατινικής αρχαιότητας. Οι ορισμοί αυτοί μεταφέρθηκαν στην μουσική για να δηλώσουν περισσότερο την διάκριση μεταξύ της «έντεχνης» μουσικής από την λαϊκή ή παραδοσιακή. Η έννοια της κλασικής μουσικής, παρέπεμπε επομένως σε μία «ανώτερη» μορφή μουσικής σύνθεσης, με «σοβαρούς» σκοπούς και πέρα από τον ψυχαγωγικό χαρακτήρα.

Ο όρος «Κλασική Σχολή» χρησιμοποιήθηκε αργότερα στη Γερμανία το 1830 για το έργο των Χάυντν, Μότσαρτ και Μπετόβεν. Οι κύριες χρονικές διαιρέσεις της κλασικής μουσικής έως το 1900 είναι της πρώιμης μουσικής

περιόδου η οποία αποτελείται από την Μεσαιωνική μουσική (500–1400) και την Αναγεννησιακή μουσική (1400–1600), και της περιόδου της κοινής πρακτικής η οποία αποτελείται από την Μπαρόκ μουσική (1600–1750), Κλασική μουσική περίοδο (1750–1830) και τη Ρομαντική μουσική (1804–1910). Από το 1900, η διαίρεση των περιόδων της κλασικής μουσικής άρχισε να υπολογίζεται περισσότερο ανά αιώνα παρά από τα συγκεκριμένα μουσικά χαρακτηριστικά τα οποία είχαν διασκορπιστεί και ήταν δύσκολο να οριστούν. Η κλασική μουσική της σύγχρονης περιόδου από τις αρχές έως τα τέλη του 20ού αιώνα διαιρείται σε αυτή της μοντερνιστικής μουσικής περιόδου (1890–1930), την ύστερη μοντερνιστική (έως τα μέσα του 20ού αιώνα), και την σημερινή και μεταμοντέρνα κλασική μουσική από το 1975 και έπειτα. Η μουσική περίοδος της Αναγέννησης διήρκεσε από το 1400 έως το 1600, και χαρακτηρίστηκε από την ευρύτερη χρήση των μουσικών οργάνων και την εισαγωγή οργάνων που παρήγαγαν μπάσο ήχο. Με τον χορό να είναι πιο συνηθισμένο φαινόμενο πλέον κατά την διάρκεια των κοινωνικών εκδηλώσεων, οι μουσικές μορφές που εμφανίστηκαν προσάρμοσαν τους ήχους τους ώστε να ανταποκρίνονται στις ανάγκες των χορευτικών προτύπων.



Απόσπασμα παρτιτούρας από το *Kyrie Au travail suis*,

Κατά την περίοδο αυτή εμφανίστηκε αρχικά και το μουσικό πεντάγραμμο και άλλα στοιχεία της μουσικής σημειογραφίας. Η εμφάνιση του πενταγράμμου ήταν σημαντική γιατί επέτρεπε τον διαχωρισμό της σύνθεσης ενός μουσικού τμήματος από την μετάδοσή της, καθώς χωρίς γραπτώς αποτυπωμένη μουσική, η μετάδοσή της αναγκαστικά ήταν μονάχα ηχητική και προφορική, και όχι δύσκολο να αλλάξει κάθε φορά που αναπαράγονταν κάπου αλλού από μνήμης. Με την ύπαρξη της παρτιτούρας η οποία περιείχε το μουσικό έργο, το έργο αυτό πλέον μπορούσε να παιχτεί χωρίς την παρουσία του συνθέτη του, και η εφεύρεση της τυπογραφίας κατά τα μέσα του 15ου αιώνα έφερε την μεγάλη αύξηση της μεταδόσεως της μουσικής καθώς και της ευκολίας διατήρησής της.

20ος και 21ος αιώνας

Η σύγχρονη κλασική μουσική διαθέτει μια ευρεία ποικιλία μεταρομαντικών μορφών καθώς και σύγχρονων και μεταμοντέρνων τεχνοτροπιών σύνθεσης. Ο Μοντερνισμός στη μουσική (1890–1930) υπήρξε εποχή κατά την οποία οι συνθέτες απέρριψαν ορισμένες μορφές της μουσικής κοινής πρακτικής περιόδου, όπως την παραδοσιακή τονικότητα, μελωδία, ενοργάνιση, και δομή. Η σύγχρονη εποχή έφερε την εμφάνιση της νεοκλασικής και της

σειριαστικής μουσικής, με τα πρώτα ίχνη των ειδών αυτών πιθανώς να χρονολογούνται ήδη από την δεκαετία του 1930, και με την εμφάνισή τους να γίνεται σαφής στα τέλη του 20ού και τις αρχές του 21ου αιώνα.

Βιβλιογραφία - Ιστογραφία

1. Οι νέοι και η μουσική:

<https://goo.gl/6NtzA6>

2. Μουσική και ψυχολογία:

<http://www.musicheaven.gr/html/modules.php?name=News&file=article&id=2290>

3. Ποια μουσική χαρίζει υγεία:

<http://www.vita.gr/ygeia/article/9942/poia-moysikh-xarizei-ygeia/>

4. Η συναισθηματική επίδραση της μουσικής στον άνθρωπο

<http://beausillage.com/i-sinesthimatiki-epidراسi-tis-mousikis-ston-anthropo/>

5. Η μουσική ως μέσο θεραπείας σε παιδιά με αυτισμό

<http://docplayer.gr/10156431-Dimokriteio-panepistimio-thrakis-sholi-epistimon-agogis-tmima-epistimon-tis-ekpaideysis-stin-prosholiki-ilikia-ptyhiaki-ergasia.html>

6. Βοηθάει η μουσική στην άσκηση;

<http://www.clickatlife.gr/your-life/story/1088>

7. Εγκεφαλικά κύματα

<https://goo.gl/hvqK7H>

8. Τα οφέλη της εκμάθησης μουσικών οργάνων

<https://www.newsbeast.gr/health/arthro/489190/ta-ofeli-tis-ekmathisis-mousikon-organon>

9. Τα 10 απίστευτα οφέλη της μουσικής

<http://www.pathfinder.gr/stories/3827883/ta-10-apistefta-ofelh-ths-moysikhhs/>

10. Μουσική και θρησκεία

http://nektariakarantzi.blogspot.gr/2014/08/blog-post_97.html

11. Ελληνική παραδοσιακή μουσική

<http://local.e-history.gr/pages/viewpage.action?pageId=18318314>

12. Βυζαντινή μουσική (Wikipedia)

https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%92%CF%85%CE%B6%CE%B1%CE%BD%CF%84%CE%B9%CE%BD%CE%AE_%CE%BC%CE%BF%CF%85%CF%83%CE%B9%CE%BA%CE%AE

13. Η λατρεία της ορθοδοξίας

<https://www.impantokratoros.gr/D2B93E87.el.aspx>

14. Η μουσική είναι διαχρονικός τρόπος ψυχαγωγίας για τον άνθρωπο

http://ente-8.blogspot.gr/2012/01/blog-post_5815.html

15. Παραδοσιακά τραγούδια

<https://goo.gl/UH12jg>

16. Η μαγεία της ελληνικής μουσικής

<http://www.funxion.gr/>

17. Ambient Μουσική

<https://el.wikipedia.org/wiki/Ambient>

18. Κλασική μουσική

<https://goo.gl/7EzzRV>