



Jak vnímáme hudbu  
a jak nás hudba ovlivňuje.





# Vnímáme

## Harmonii hudby

- Konsonantní – disonantní

## Tonální – atonální

- Sedmitónová stupnice je základem pro evropské hudební vnímání ,pokus o vytvoření hudby mimo určitou tóninu vedl do slepé uličky.
- Tonika musí tvořit základ, k němuž mají ostatní tóny ve skladbě určitý vztah – vytvářející napětí, přinášející rozjasnění, zatemnění, uklidnění apod.

## Rytmus hudby

- Rytmické uspořádání skladby je nezbytné. Jde o základ hudby, sahající do pravěku.
- Bez pravidelného rytmu jsou skladby prakticky nehratelné, hudba sice může stát na tom, že určité rytmické pravidelnosti porušuje (např. pravidelné střídání těžké a lehké doby), ale určitá pravidelnost musí ve skladbě vždy zůstat, aby neztroskotala na praktické neproveditelnosti. Pokud se skladba rytmicky rozbije, stává se nezajímavou.

## Melodii hudby

- převažuje v orientální kulturní oblasti
- 



# Vnímáme



**Barvu hudby** - závisí na instrumentaci

**Náladu hudby**

- Harmonie, tonalita, rytmus , melodie a barva vytváří specifickou náladu hudby.

**Hudební výpověď**

- Spojení všech výše uvedených prvků vytváří také specifický

**Tvar hudby (Gestalt)**


Vzniká na třech úrovních:

**Melodie v určitém rytmu** je něčím víc než souhrnem tónů (píseň, tanec, pochod, hymna)

**Hudební věta** je něčím víc než souhrnem melodií (Romance, Nokturno, Symfonická báseň)

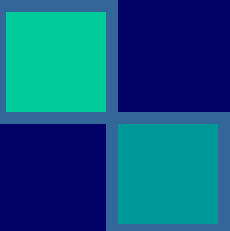
**Symfonie** (sonáta, koncert, mše) je něčím víc než souhrnem vět (Z Nového světa, Osudová, Patetická, Requiem)

Vnímat jednotlivá témata a jejich vzájemné vztahy v dané skladbě vede k bohatšímu zážitku, vnímáme však především celek (podobně jako v mluvené řeči):






# Jak nás hudba ovlivňuje




Některé změny působí hudba **přímo** - působí napří. na mozková centra *pohybu a kreativity*, jiné změny nepřímo, díky takzvanému **efektu transferu**, kdy stimulace určitých mozkových center ovlivňuje činnost dalších – např. centra *kognitivních schopností a rozvoje intelligence*.






# Ovlivňuje funkce těla

- Uvolňuje *svalové napětí*.
  - Zlepšuje *tělesnou a svalovou koordinaci*
  - Působí změny *tepové frekvence, krevního tlaku a dýchání*
  - Ovlivňuje *tělesnou teplotu*.
  - Ovlivňuje *proces trávení*
  - Stimuluje mozková *centra pohybu*, takže při fyzické činnosti excitační hudba výrazně pomáhá.
  - Zvyšuje *fyzickou odolnost* a vytrvalost, zvyšuje produktivitu práce i učení
  - Dokáže ovlivňovat *mozkové vlny*. Uklidnění, hluboká relaxace.
  - Zvyšuje *hladinu endorfinů a přirozených opiátů, tiší bolest*.
- 

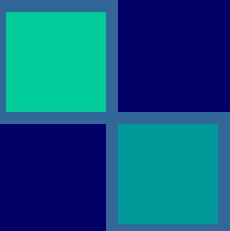



# Ovlivňuje psychiku člověka

- Působí *náladotvorně*
  - Dokáže ve spojení s dýcháním, relaxací nebo pohybem vyvolat *léčivé změny vědomí*.
  - Pomáhá při *léčbě deprese*.
  - Pod vedením odborníka je možné pracovat s podvědomím člověka a léčit tak např. *posttraumatickou stresovou poruchu*.
- 



# Ovlivňuje sociální chování

- 
- Člověk naslouchající svému akustickému prostředí, naslouchající hudbě, je schopen lépe *naslouchat ostatním lidem*.
  - Lidé pravidelně poslouchající především tzv. vážnou hudbu touží po *harmonii se svým okolím* a aktivně ji utvářejí.
  - Děti, kterým jsou nabízeny hudební programy, mají mezi sebou *méně konfliktů*.
  - Společné aktivní provozování hudby a s tím spojené silné hudební zážitky ovlivňují *chování člověka ve skupině* (v rodině, zaměstnání, mezi přáteli) – identifikace rolí, vztahové tendence, hudební přenos, dynamické učení.
- 



# Rozvíjí schopnosti




- *Rozvíjí kreativitu*

Tím, že přináší nový podnět, **zážitek, probudí emoce, náladu.**

- *Rozvíjí kognitivní schopnosti*


Aktivní provozování hudby, která má dostatečně přehlednou formu a strukturu má určitý stupeň předvídatelnosti a přitom není banální a jednoduchá, aby ji čl. vnímal jako zotročující. (hudba období baroka a klasicismu – tzv. Mozartův efekt),





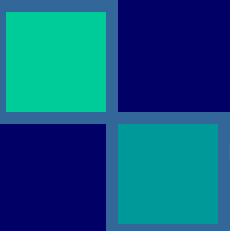



# Rozvíjí duchovní rozměr člověka

- Někdo má s hudbou spojený *zážitek transcendence*, sebepřekročení k jiné skutečnosti.
  - Pak může zážitek spojený s hudbou člověku pomoci při hledání odpovědí na nejdůležitější *otázky lidské existence* – otázky smyslu života a smrti.
  - Hudební zážitek může *ukázat směr, podpořit motivaci, pomoci uchopit cíl – ideu* toho, jaké by to či ono mělo být.
  - Některé skladby se nám stávají citově blízké. Symbolizují nám *určité životní etapy*, postoje, ideály. Díky hudbě je můžeme znovu prožít, zpracovat, uzavřít.
- 



# Škodlivý vliv hudby

- Vzestupný trend **zneužívání hudby** jako zvukové kulisy– **hudební smog** může být pro člověka obtěžující a znepokojující.
  - Sílu zvuku hudby, která může být vnímána jako hluk, lze odstupňovat:
  - **1. Obtěžující hluk – působí na emocionální stav člověka.** Pocit rozmrzelosti nejčastějším důsledkem. Více obtěžuje hluk vyšších frekvencí, proměnlivý a rytmicky nepravidelný. Tolerance obtěžujícího hluku je dána i temperamentem. Extrovertní lidé mají větší schopnost tolerance. Schopnost je ovlivněna i momentálním psychickým stavem, zdravotním stavem, motivací vůči činnosti, která hluk vytváří.
  - **Odráží se v interpersonálních vztazích** – klesá ochota pomáhat, snižuje se ochota ke kontaktu a míra kooperace. Vzrůstá agrese, kritičtěji hodnotíme druhé.
- 
- 

# Škodlivý vliv hudby

- **2. Rušivý hluk** – **ovlivňuje pracovní výkon, zužuje zorné pole**. Proto s působením hluku stoupá výkonnost u monotónních činností, klesá u těch, které jsou složitější, komplexnější, vyžadují zahrnutí více hledisek najednou. Člověk se může po čase adaptovat, ale hluk si vybírá daň na jeho celkovém stavu, vyčerpání organismu. Výkon dlouhodobě nelze udržet.
- **3. Poškozující hluk** – **negativní vliv na sluchový orgán**, který snižuje svou citlivost. Vzniká nebezpeční nevratného poškození vláskových buněk Cortiho orgánu. (Hladiny nad 90 dB). K poškození může dojít buď náhle – akustické trauma, nebo dlouhodobou expozicí – poslechem hlasité hudby.
- Druhý typ poškození nastává vzhledem propojení sluchové dráhy s řadou mozkových struktur. Může být **narušena vegetativní rovnováha organismu**. Při časté expozici nad 60 dB mohou u člověka nastat funkční a posléze i organické poruchy vegetativních funkcí v těle (zažívání, krevní oběh, dýchací obtíže).