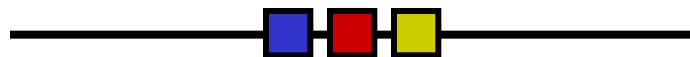


Jak vnímáme hudbu  
a jak nás hudba ovlivňuje.





# Vnímáme



## Harmonii hudby

- Konsonantní – disonantní

## Rytmus hudby

- Rytmické uspořádání skladby je nezbytné. Jde o základ hudby, sahající do pravěku.

## Melodii hudby

- převažuje v orientální kulturní oblasti

**Barvu hudby** - závisí na instrumentaci

## Náladu hudby

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

## Hudební výpověď

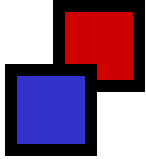
Spojení všech výše uvedených prvků vytváří také specifický

- **Tvar hudby (Gestalt)**

**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)





# Jak nás hudba ovlivňuje



Některé změny působí hudba **přímo**

- působí např. na mozková centra *pohybu a kreativity*.

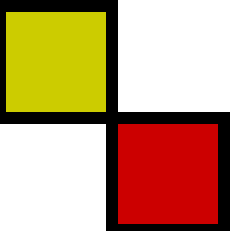
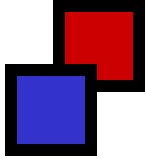
Jiné změny působí nepřímě, díky takzvanému **efektu transferu**,  
kdy stimulace určitých mozkových center ovlivňuje činnost  
dalších

- např. centra *kognitivních schopností a rozvoje inteligence*.



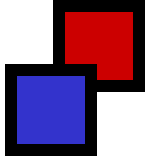


# Ovlivňuje funkce těla

- Uvolňuje *svalové napětí*.
  - Zlepšuje *tělesnou a svalovou koordinaci*
  - Působí změny *tepové frekvence, krevního tlaku a dýchání*
  - 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*.
- 
- 

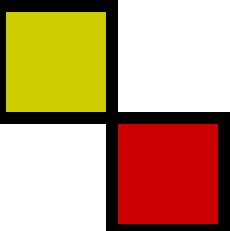
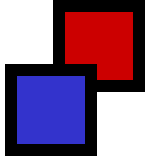


# Ovlivňuje psychiku člověka

- Působí *náladotvorně*
  - Rozvíjí *fantazii a představivost*, a tím *motivuje* k aktivitě.
  - Dokáže ve spojení s dýcháním, relaxací nebo pohybem vyvolat *léčivé změny vědomí*.
  - Pomáhá při *léčbě deprese, syndromu vyhoření, únavovém syndromu*.
  - 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 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).

*Schopnost soustředění*

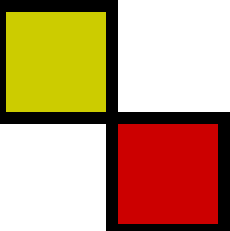
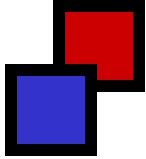
*Schopnost kreativně řešit problémy*

*Schopnost sebereflexe*





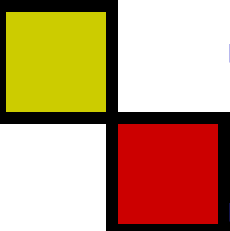
# Rozvíjí duchovní rozměr člověka

- 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*.
  - 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.
  - **1. Obtěžující hluk** – působí na emocionální stav člověka. Pocit rozmrzelosti nejčastějším důsledkem. **Odráží se v interpersonálních vztazích** – klesá ochota pomáhat, snižuje se ochota ke kontaktu a míra kooperace. Vzdělává agrese, kritičtěji hodnotíme druhé.
  - **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.
  - **3. Poškozující hluk** – negativní vliv na sluchový orgán, který snižuje svou citlivost. Vzniká nebezpečné a nevratné 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 k propojení sluchové dráhy s řadou mozkových struktur. Může být **narušena vegetativní rovnováha organismu**.
- 
- 