



02 Gru 2020 11:00 CET

Poczuć i zobaczyć potęgę dźwięku

Pionierskie badania pokazują, jak muzyka podnosi na duchu i wpływa na nasze reakcje emocjonalne

- 58% Europejczyków deklaruje, że przed pandemią nigdy nie było w tak złym nastroju jak obecnie, a **72% – że muzyka pomaga im przetrwać ten trudny okres**
- Badania „**Emocje a muzyka**” dra **David Lewisa z firmy konsultingowej Mindlab International** potwierdzają, że muzyka to potężne narzędzie wpływające na nastrój i pomagające w osiągnięciu dobrostanu
- **Na podstawie wyników prac powstały dwa piękne materiały [video](#). Pozwalają one poddać się eksperymentowi i sprawdzić swoje odczucia po obejrzeniu każdego z nich.** Nowe materiały wideo ukazują reakcje ciała na muzykę dobiegającą z głośnika

High Power Audio Sony [MHC-V83D](#). Wykorzystanie dziedziny wiedzy nazywanej cymatyką pozwala pokazać, jak fale rozchodzące się we wszystkich kierunkach w rytm muzyki oddziałują na farbę, piasek i płyn, wywołując nieprzewidywalne, ale urzekające efekty

- **85% Europejczyków doświadczyło zmian nastroju pod wpływem muzyki** (od uczucia radości i podniecenia po smutek i przygnębienie). Drugi z materiałów [video](#) pozwala sprawdzić to w praktyce: ukazuje, jak silną reakcję może wywołać wolniejsze tempo muzyki



Nowatorskie studium pokazuje, że muzyka ma niewiarygodny wpływ na codzienne życie i oddziałuje na ludzi fizycznie i psychicznie w większym stopniu, niż sądzono.

Badania naukowe dowiodły, że muzyka może być narzędziem regulującym nastroj, a jej tempo znacznie zmienia reakcje emocjonalne. Dźwięki w tonacjach durowych i molowych wzbudzają całe spektrum uczuć, od otuchy po przygnębienie.

– *Smutna muzyka może pomóc w przetrwaniu trudnych chwil* – mówi dr David Lewis z firmy konsultingowej Mindlab International. – *Najsilniejsze reakcje emocjonalne, zarówno radości, jak i smutku, pojawiają się podczas słuchania utworu, który pod względem nastroju jest przeciwieństwem poprzedniego. Jeśli*

następnym razem muzyka ma nas uskrzydlić i dodać energii, stwórzmy sobie muzyczny przekładaniec. Zaczniemy od utworu smutnego, a po nim wybierzmy radosny i napawający optymizmem. Pozytywne oddziaływanie tego drugiego utworu będzie wtedy jeszcze silniejsze.

Muzyka to również silny stymulator pamięci wywołujący – często z dużą siłą – dawno zapomniane doznania emocjonalne. 88% uczestników ankiety przyznało, że mają wspomnienia, w których ważną rolę odgrywa muzyka.

Muzyka wpływa nie tylko na pracę umysłu, ale też na zachowanie i reakcje na otoczenie.

Przeciętnie ***śluchamy muzyki przez ponad 285 godzin rocznie (12 dób)***, dając jej niepowtarzalną szansę na umilanie trudnego czasu. Mając świadomość jej korzystnego wpływu na zdrowie fizyczne i psychiczne, ***80% ankietowanych deklaruje chęć częstszego słuchania muzyki.***

Na podstawie badań dra Davida Lewisa firma Sony stworzyła dwie wizualizacje niezwykłej siły, z jaką muzyka może oddziaływać w wymiarze fizycznym i psychicznym. Pierwszoplanową rolę w obu materiałach wideo odgrywają nowe głośniki High-Power Audio Sony [MHC-V83D](#) i [MHC-V73D](#). Kolejne ujęcia pokazują, jak połączenie szybkiej i wolnej muzyki z emitowanym we wszystkie strony dźwiękiem i światłem wpływa na ciało słuchacza i obiekty wokół niego.



Dzięki nowym filmom każdy może wypróbować na sobie siłę muzyki i sprawdzić własne odczucia.

- Najpierw należy obejrzeć [video](#) z wolniejszą, bardziej melancholijną muzyką z utworu *Tails* Jacka Chowna z The Music Lab
- Do obejrzenia jako drugie jest przeznaczone [video](#) z szybszą muzyką: dodającym energii, wzbudzającym uczucie radości utworem *Gutenmorgen* Jacka Chowna z The Music Lab

10 najważniejszych reakcji, jakie wywołuje muzyka

Dr David Lewis przyjrzał się wpływowi, jaki muzyka wywiera na ciało, umysł i emocje – od poprawy funkcjonowania pamięci, przyspieszenia tętna i rozszerzenia źrenic po wywoływanie łez, wspomaganie zasypiania i wzbudzanie poczucia szczęścia.

1.Łzy

2.Poprawa funkcjonowania pamięci

3.Poczucie szczęścia

4.Przyspieszenie tętna albo spowolnienie go i rozluźnienie

5.Wpływ na nasze działania

6.Tworzenie przyjaźni i relacji międzyludzkich, a nawet kształtowanie tożsamości

7.Efekt „lecniczy”

8.Pomoc w zasypianiu

9.Wywoływanie dreszczy na plecach i poczucia, że włosy stają dęba

10.Rozszerzanie źrenic, uruchamianie reakcji „walka lub ucieczka” („fight-or-flight response”).

Angela de Klein, Senior Product Planning & Marketing Manager w dziale Sony Video & Sound Europe – *Każdy na pewno pamięta taką chwilę, w której muzyka odegrała znaczącą rolę, poruszyła emocje i wspomnienia, zabrała w niezapomnianą podróż.*

– *Rok 2020 był dla wszystkich trudnym czasem. Chcieliśmy więc stworzyć to studium i film, aby pokazać potęgę muzyki i zachęcić wszystkich do czerpania z niej siły i wprowadzania dzięki niej pozytywnych zmian w życiu. Nasza seria głośników High Power Audio wydobywa całą potęgę dźwięku: wszystko brzmi głośno i czysto. To idealne rozwiązanie dla tych, którzy lubią słuchać muzyki razem.*

MHC-V83D i MHC-V73D to nowe głośniki High-Power Audio firmy Sony przeznaczone dla miłośników wspólnych zabaw w gronie znajomych lub rodziny. Oba mają przenośną konstrukcję i są wyposażone w systemy wielokierunkowego dźwięku i oświetlenia, które nadają spotkaniu niezapomnianą oprawę.



[Watch video on YouTube here](#)



[Watch video on YouTube here](#)

Informacje uzupełniające

Informacja o studium

Studium jest oparte na pracy dra Davida Lewisa z firmy konsultingowej Mindlab International, badaniach University of Warwick, uwagach europejskich specjalistów z branży oraz wynikach ankiety przeprowadzonej w Europie przez instytut badań rynkowych One Poll. Dane statystyczne zgromadzono na podstawie odpowiedzi 3000 respondentów z Wielkiej

Brytanii, Niemiec i Węgier.

O filmie „Power of Sound”

Power of Sound to miniatura filmowa w reżyserii Klaasa Diersmanna wyprodukowana przez firmę Greatcoat Films. Zdjęcia nakręcił JP Garcia, a producentem wykonawczym była Sandra Spethmann.

O serii Sony MHC-V:

Głośniki High Power Audio Sony MHC-V83D i MHC-V73D to propozycja dla miłośników zabaw z przyjaciółmi lub rodziną. Mają przenośną konstrukcję, a dzięki wszechkierunkowej emisji dźwięku i świateł zapewniają maksimum rozrywki.

Głośniki są wyposażone w systemy wielokierunkowego dźwięku imprezowego i wielokierunkowych świateł imprezowych. Mają funkcję karaoke i wejścia mikrofonowe i gitarowe, a do ich obsługi można używać smartfona z aplikacją Fiestable.

Dalsze informacje o serii MHC-V podano [tutaj](#)

Informacja o Sony Corporation

Sony Corporation to firma twórczej rozrywki opartej na solidnych fundamentach technologicznych. Działając na rynku gier, serwisów sieciowych, muzyki, filmów, elektroniki, przetworników obrazu i usług finansowych, Sony stawia sobie za cel wypełnianie świata emocjami dzięki potencjałowi kreatywności i technologii. Dalsze informacje:

<http://www.sony.net/>

10 naszych najważniejszych reakcji na muzykę na poziomie umysłu, ciała i emocji

Muzyka wpływa na funkcjonowanie ciała i umysłu, a także na zachowania i podejście do otoczenia. Oto dziesięć najczęstszych reakcji na muzykę:

1. **Łzy** – Muzyka to potężny przekaz, który przywraca świadomości, czasem w bardzo żywy i dynamiczny sposób, dawno zapomniane przeżycia i emocje. Kinomani często opowiadają, że w czasie wzruszającego filmu dopiero dźwięki muzyki wyciskają im z oczu łzy.
2. **Poprawa funkcjonowania pamięci** – Badania wykazały, że emocje wywołane przez muzykę mogą znacząco wpłynąć na koncentrację, efektywność procesów intelektualnych, dokładność zapamiętywania, właściwą ocenę sytuacji, umiejętność rozwiązywania problemów i podejmowania decyzji.
3. **Poczucie szczęścia** – Muzyka pomaga zapomnieć o tym, o czym nie chcemy myśleć, o przykrych uczuciach. Pomaga rozmawiać o trudnych sprawach, stworzyć ciepłą, życzliwą atmosferę i poczuć się szczęśliwsi.
4. **Tętno: spowolnienie go aż do głębokiego relaksu albo przyspieszenie** – Muzyka pomaga rozluźnić się, zrelaksować i odprężyć albo poczuć przyływ energii i podjąć działanie. Dowiedziono, że może ona mieć silny wpływ na tętno: spowolnić je aż do stanu głębokiego relaksu albo przyspieszyć, przygotowując do działania. Może także podnieść lub obniżyć ciśnienie krwi, szybkość oddechu i przewodnictwo elektryczne skóry, które jest miarą pobudzenia lub odprężenia.
5. **Wpływ na nasze działania** – Muzyka w istotnym stopniu wpływa na ocenę tego, co dzieje się wokół. Oddziałuje na nasze samopoczucie i dążenie do celu. Charles Gulas, adiunkt na wydziale marketingu Wright State University, oraz Charles Schewe, wykładowca na wydziale marketingu University of Michigan, odkryli, że urodzeni w okresie „baby boom” (w latach 1946–1964) częściej decydowali się na kupno towarów, gdy słyszeli brzmienie klasycznego rocka – mimo że dwie trzecie z nich nie potrafiło później odpowiedzieć na pytanie o to, jaka muzyka była odtwarzana w sklepie w czasie zakupów.
6. **Tworzenie przyjaźni i relacji międzyludzkich; do pewnego stopnia także kształtowanie tożsamości** – Wspólne słuchanie muzyki jest jednym z głównych sposobów nawiązywania przyjaźni, zwłaszcza wśród młodych ludzi. Muzyka pomaga także formować relacje między jednostką a społeczeństwem, stając się częścią naszej tożsamości.
7. **Efekt „leczniczy”** – Naukowcy badający oddziaływanie muzyki na ludzki mózg odkryli jej ogromny wpływ na cały układ nerwowy. Podstawowe właściwości akustyczne muzyki są interpretowane przez regiony położone u podstawy mózgu, sygnalizujące potencjalnie ważne lub pilne wydarzenia.

8. **Pomoc w zasypianiu** – Dowiedziono na przykład, że „Cztery pory roku” Vivaldiego pomagają zasnąć zdenerwowanym lub niespokojnym małym dzieciom.
9. **Wywoływanie dreszczy na plecach i wrażenia, że włosy stają dęba** – Mówimy, że „przeszły nas ciarki” albo że „przeszedł nas dreszcz”. Wrażenie to pojawia się, gdy muzyka stymuluje potężny, ale prymitywny ośrodek w mózgu zwany układem nagrody. Mózg zalewa fala dopaminy, „neuroprzekaźnika przyjemności”, powodując uczucie szczęścia i podniecenia. Działa tak samo jak hazard, słodka przekąska czy udany seks. Z drugiej strony ciało migdałowate w mózgu, odpowiedzialne między innymi za uczucie strachu, wyjątkowo silnie reaguje na mroczną muzykę – odpowiednia stymulacja muzyczna powoduje, że włosy stają dęba!
10. **Rozszerzanie źrenic, uruchamianie reakcji „walka lub ucieczka”** – Przy odpowiednim nastroju słuchacza muzyka sprawia, że całe ciało zaczyna działać na najwyższych obrotach. Rośnie tętno, źrenice rozszerzają się, większy strumień krwi kierowany jest do kończyn, rośnie aktywność mózdzku. Zjawisko to jest znane jako „walka lub ucieczka” („fight-or-flight response”). Wykształciło się w procesie ewolucji jako instynktowna reakcja organizmu na sytuację zagrożenia. Przygotowuje do stawienia czoła sytuacji: podjęcia walki lub ratowania się ucieczką. Kiedy w grę nie wchodzi żadne z tych zachowań (oba byłyby zapewne źle widziane w sali koncertowej czy na festiwalu muzycznym...), intensywność wytwarzanych emocji interpretowana jest przez mózg jako wynik podniecenia i przyjemności.

Sony Corporation to firma twórczej rozrywki opartej na solidnych fundamentach technologicznych. Działając na rynku gier, serwisów sieciowych, muzyki, filmów, elektroniki, przetworników obrazu i usług finansowych, Sony stawia sobie za cel wypełnianie świata emocjami dzięki potencjałowi kreatywności i technologii. Dalsze informacje:

<http://www.sony.net/>

Osoby kontaktowe

SONY

Kamil Krzywański

Kontakt prasowy

Head of PR

kamil.krzywanski@sony.com

SONY

Paulina Makuch

Kontakt prasowy

Biuro prasowe Sony Europe, kategorie TV, obrazowanie cyfrowe i sprzęt audio

paulina.makuch@grayling.com