

МУЗЫКОТЕРАПИЯ

1. Уменьшение чувства тревоги и неуверенности.

Шопен «Мазурка», «Прелюдии». Штраус «Вальсы». Рубинштейн «Мелодии».

2. Уменьшение раздражительности, разочарования, повышение чувства принадлежности к прекрасному миру природы.

Бах «Кантата 2». Бетховен «Лунная соната», «Симфония ля-минор».

3. Для общего успокоения, удовлетворения.

Бетховен «Симфония 6», часть 2. Брамс «Колыбельная». Шуберт «Аве Мария». Шопен «Ноктюрн соль-минор». Дебюсси «Свет луны».

4. Снятие симптомов гипертонии и напряженности в отношениях с другими людьми.

Бах «Концерт ре-минор» для скрипки, «Кантата 21». Барток «Соната для фортепиано», «Квартет 5». Брукнер «Месса ля-минор».

5. Для уменьшения головной боли, связанной с эмоциональным напряжением.

Моцарт «Дон Жуан». Лист «Венгерская рапсодия». Хачатурян «Сюита Маскарад».

6. Для поднятия общего жизненного тонуса, улучшение самочувствия, активности, настроения.

Чайковский «Шестая симфония», 3 часть. Бетховен «Увертюра Эдмонд». Шопен «Прелюдия 1, опус 28». Лист «Венгерская рапсодия».

7. Для уменьшения злобности, зависти к успехам других людей.

Бах «Итальянский концерт». Гайдн «Симфония».