

**Les bienfaits de la musique I**

**Lisez attentivement les questions avant d’écouter la chronique**



**Écoutez et faites les exercices**

## **I.** **Cochez la meilleure réponse pour chaque question.**

1. La musique, dans des termes généraux,

🖵 a été créée seulement comme un loisir.

🖵 n’agit que sur le monde de l’économie.

🖵 a une influence importante sur le bien-être de l’individu.

2. Pour quelques personnes, la musique

🖵 est seulement un bruit de fond.

🖵 joue un rôle prépondérant sur la politique.

🖵 est un produit de l’histoire récente.

3. Platon considérait que la musique

🖵 était l’arme idéale pour accompagner les discours politiques.

🖵 avait une place chez l’âme.

🖵 n’avait aucune valeur.

4. Une compréhension adéquate de la musique

🖵 permet une meilleure compréhension des effets de la musique sur le corps.

🖵 requiert l’usage de sons trop graves et trop aigus.

🖵 est inutile si l’on veut soigner au moyen de la musicothérapie.

# **II. Complétez le schéma de la manière dont les bruits agissent sur le corps.**

Différents organes du corps

ont un rythme

Si la musique n’est pas en harmonie avec le corps

réduction du vandalisme

|  |  |
| --- | --- |
| **A =** peut provoquerdes perturbations pour l’organisme | **E =** commele battement du cœur, le rythme cérébral, la respiration des poumons, parmi d’autres |
| **B =** amélioration dans la qualité du rêve | **F =** stimulation du développement cérébral |
| **C =** peut causer du stress et de la tension | **G =** des bruits stridents ou agressifs |
| **D =** si la musique est en harmonie avec le corps | **H =** de la musique classique |

## **III.** **Indiquez si les informations suivantes sont vraies (V), ou fausses (F).**

1. 🖵. Actuellement, il y a des chercheurs qui considèrent la musique comme une possibilité de traitement thérapeutique.
2. 🖵. Fabien Maman est l’inventeur du terme *tama-do*, une technique de guérison par les sons.
3. 🖵. La technique *tama-do* utilise des aiguilles sur les points d’acupuncture.
4. 🖵. La technique *tama-do* est utile seulement pour guérir les os.
5. 🖵. Hélène d’Hennezel travaille avec des personnes ayant des problèmes d’écoute.
6. 🖵. La musique et d’autres sons sont capables d’être en résonance avec le système nerveux de l’être humain.
7. 🖵. Une musique adéquate permet un sommeil profond.