

## **Efekt Mozarta. Czy muzyka wzmacnia nasze IQ?**

14 kwietnia br. uczniowie klas pierwszych mieli okazję uczestniczyć w wyjątkowym **spotkaniu z dr Justyną Herdą z Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego**. Gość z Katedry Filozofii Przyrody i Nauk Przyrodniczych poprowadził interesującą prelekcję na temat wpływu muzyki na nasze zdolności poznawcze. Wydarzenie odbyło się w ramach współpracy PLSP z Wydziałem Filozofii KUL i spotkało się z dużym zainteresowaniem ze strony uczestników.

Efekt Mozarta to popularne określenie zjawiska, według którego słuchanie muzyki – zwłaszcza klasycznej – może czasowo poprawiać zdolności poznawcze, takie jak koncentracja, pamięć czy logiczne myślenie. Termin ten powstał po opublikowaniu w 1993 roku badania, które sugerowało, że osoby słuchające utworów Mozarta lepiej radzą sobie z niektórymi zadaniami przestrzennymi. Choć późniejsze badania wykazały, że wpływ muzyki nie jest specyficzny wyłącznie dla Mozarta, sama idea zyskała dużą popularność.

Efekt ten wydaje się być silniejszy, gdy spełnione są określone warunki:

- muzyka jest instrumentalna i spokojna, dzięki czemu nie rozprasza i nie pobudza nadmiernie,
- pochodzi z własnego kręgu kulturowego – co sprawia, że odbierana jest jako **naturalna i przyjemna**,
- towarzyszy wykonywaniu prostych, mechanicznych czynności, które nie wymagają głębokiego skupienia.

W takich sytuacjach muzyka może działać regulująco – poprawia nastrój, zmniejsza stres, wspiera rytmiczność działania i pomaga utrzymać lekką koncentrację. Nie jest to więc „magiczny” sposób na zwiększenie inteligencji, lecz raczej narzędzie poprawiające komfort pracy i ogólną efektywność w sprzyjających warunkach.

Podsumowując, należy stwierdzić, iż efekt Mozarta nie polega na tym, że muzyka klasyczna czyni nas mądrzejszymi, ale że odpowiednio dobrana muzyka może sprzyjać lepszemu funkcjonowaniu poznawczemu – szczególnie w określonych kontekstach i warunkach.

Mariusz Orłowski