

## АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ МОЖЛИВОСТІ ВИДІВ МИСТЕЦТВА

*У статті розглядається одна з важливих проблем формування арт-терапевтичної культури особистості, що розглядається нами в історичному та соціально-психолого-педагогічному аспектах. Мистецтво, як найпотужніший чинник дії на особистість людини, здатне допомогти сформувати арт-терапевтичну культуру як складову загальної культури кожного, що є загальнолюдським досвідом та підлягає засвоєнню.*

**Ключові слова:** арт-терапія, музикотерапія, танець, театр.

*В статье поднимается одна из важных проблем формирования арт-терапевтической культуры личности, которая рассматривается нами в историческом и социально-психолого-педагогическом аспектах. Искусство, как сильнейший фактор влияния на личность человека, может помочь сформировать арт-терапевтическую культуру как составляющую общей культуры каждого, которая является общечеловеческим опытом и подлежит усвоению.*

**Ключовые слова:** арт-терапия, музыкотерапия, танец, театр.

*The article is devoted to the problem of forming art-therapy culture of a personality, which we treat in historical, social, psychological and pedagogical aspects. Art influencing a personality can help forming art-therapy culture as a part of general human's culture.*

**Key words:** art-therapy, music therapy, dance, theatre.

Про цілющі можливості різних видів мистецтва відомо з давніх давен. До нашого часу дійшли висловлювання античних філософів: Аристотеля, Платона, Піфагора, Сократа про вплив мистецтва на організм людини та різні прояви людської діяльності. В Іудеї, Індії, Давній Греції, Китаї здійснювалися спроби вивчення кольору та його застосування в діагностиці хвороб, а також зміни психологічного стану засобами піснеспівів та молитов. Отже, дослідження в галузі впливу мистецтва на людину має багатовікову історію, і в наш час вони проводяться як вітчизняними, так і зарубіжними педагогами, психологами, соціологами.

Сучасна естетика є спадкоємицею філософської думки минулого, адептами якої були мислителі античності Аристотель, Платон, Піфагор. В античні часи грецькі натурфілософи і піфагорійці вважали, що естетика, яка, у свою чергу, була складовою філософії, повинна прагнути до створення цілісної картини світу. Так, Платон вважав можливим використання музичного мистецтва в оздоровленні психіки, а гармонію, здатною до

врівноваження людської душі, що допомагає бути у злагоді зі самим собою. Аристотель розробив вчення про мімесис – уявлення про внутрішній світ людини та впливу на нього за допомогою видів мистецтва.

У контексті цієї теорії було презентовано вчення про *катарсис* – очищення душі людини в процесі сприймання творів мистецтва.

Неоцінений вклад у теорію та практику використання мистецтва з метою оздоровлення та гармонізації внутрішнього світу людини внесли античні мислителі: Аристотель, Піфагор, Сократ. Зокрема, у праці Аристотеля «Нікомахова етика» та «Метафізика» відображені процеси самопізнання та саморозвитку засобами мистецтва. Вони замислювалися над таємницями впливу живопису, театру, рухів, музики, намагаючись визначити їх роль як у відновленні функцій організму, так у формуванні духовного світу особистості.

Найдавніша притча, пов'язана з використанням музики як лікувального засобу, представлена у Старому Завіті, де говориться, що Давид, граючи на арфі,вилікував Саула від нервової депресії.

У міфології давніх греків образи Аполлона (заступника мистецтв) і його сина Аскульпія (заступника лікування) були символами зв'язку мистецтва і медицини.

Древні греки надавали особливе значення театру, який був, на той час, державною установою, що давав глядачам живі уроки героїзму, виховання волі, вірності своїм ідеалам. Сильні духом Прометей, Едіп, Антігона, Електра, їх переживання викликали співчуття, за допомогою сили театральної дії формувалася світогляд народу. У класичній Греції музичне мистецтво сприймалося як триєдність «мусических мистецтв» – поезії, танцю і власне музики. Давньогрецькі мислителі вказували на профілактичну і лікувальну силу дії музики. Вони вважали, що музика встановлює порядок у всьому Всесвіті, у тому числі порушену гармонію в людському тілі. Було відмічено, що музика, перш за все, її основні компоненти – мелодія і ритм, змінюють настрої людини, перебудовують його емоційний стан. На думку древніх греків і римлян, музика, що виконується на цитрі, сприяла процесу травлення. Одним із найважливіших понять в етиці Піфагора була «евритмія» – здатність людини знаходити вірний ритм у всіх проявах життєдіяльності – співі, грі, танці, мові, жестах, думках, вчинках, у народженні й смерті. Через знаходження цього вірного ритму людина, що розглядається як свого роду мікрокосмос, могла гармонійно увійти спочатку до ритму полісної гармонії, а потім і підключитися до космічного ритму світового цілого. «Від Піфагора пішла традиція порівнювати суспільне життя як з музичним ладом, так і з музичним інструментом»<sup>1</sup>.

Цілющу дію звучання певних музичних інструментів відзначав Демокріт (V ст до н. е.). Він радив слухати флейту для лікування смертельних інфекцій. На думку Платона, зняття головного болю допомагали лікувальні трави, їх дія посилювалася співом і музикою магічного характеру.

Італійський музичний теоретик Середньовіччя Дж. Царліно (1517-1590) описує, як Сенократ звуками труби повернув здоров'я безумним, а Талет звучанням древнього музичного інструмента кіфари вилікував чуму. Пророк Давид грою на кіфарі і співом допоміг біблейському цареві Саулу позбавитися депресії.

Лікар Аскульпію музикою втихомирював тих, що сваряться, а за допомогою звуків труби покращував слух, тим, хто пагано чує. Гомер в «Одіссеї» оповідає про лікування ран воїна звуками музики і співу, про те, як Ахілл знімав емоційну напругу своїм співом і грою на лірі. У трактаті римського державного діяча і філософа Боеція (480-524) «Повчання до музики» розповідається про те, що музиканти «*Терпандор і Аріон з*

*Метімни за допомогою співу позбавили жителів Лесбосу та іонян від важких хвороб. А Ісменій Фіванській... позбавив від страждань багато беотийцев, яких мучили сильні подагричні болі»*<sup>2</sup>.

Вважалося, що вокалотерапія ефективна при лікуванні. Властивість голосу виражати відчуття і емоції щонайкраще виявляється у мистецтві співу, що має багатовікову історію. До речі, художній спів існував уже до нашої ери в Єгипті, Малій Азії, Древній Греції. Основними жанрами грецької вокальної музики були: *френ* (гімн скорботи), *пеан* (переможний гімн радості), *дифірамб* (підведено-ліричний, урочистий гімн).

У Древній Греції сольні вокальні твори виконувалися поетами-композиторами, що співали під акомпанемент кіфар, авлоса, лір і тригона (арфоподібного інструмента).

Слово виконавця адресувалося до свідомості людини, тембр і музичний супровід – безпосередньо до відчуттів. Танець ще в давнину використовувався в цілях лікування, а в пізніші часи в Італії рухи під швидку, динамічну музику вважалися ефективним засобом лікування тарантизму (укусу павука-тарантула). Хворі у «скаженому» темпі в танці «тарантула» рухалися до повної знемоги, «витанцьовуючи» отруту з тіла.

У Древньому Китаї, як і в Греції, музика використовувалася досить широко і відповідно до правил традиційної китайської медицини, в основі старокитайських підходів до діагностики і лікування (у тому числі з використанням музикотерапії) застосовувалася дія на активні біологічні точки, або точки акупунктури. Вітчизняний музикотерапевт, мистецтвознавець, лікар і музикант С.Ст. Шушарджан, розкриваючи історичний аспект використання музикотерапії, відзначає: «*Музика була невід'ємною складовою частиною всього життя, частиною філософської, космологічної і релігійної картини світу китайців впродовж декількох тисячоліть, поривом душі і продуктом розуму»*<sup>3</sup>.

Музичний лад у китайській музиці називається пентатонікою і базується на п'яти тонах, що відповідають п'яти першоелементам природи (земля, метал, дерево, вогонь, вода), які, у свою чергу, відповідають п'яти органам людини (селезінка, легені, печінка, серце, нирки). Старокитайська філософія й медицина наголошують на тому, що все відбувається й існує у всесвіті відповідно до психічної енергії «Ян» і «Інь» (чоловічої і жіночої). Ця енергія рухається в тілі по певних проходах – меридіанах, пов'язаних між собою. Кожен меридіан пов'язаний ще з одним внутрішнім органом людини. Лікування душевних і фізичних розладів здійснювалося за допомогою дії певних тонів, звуків музичних інструментів на активні точки меридіана і пов'язаних із ними області тіла.

<sup>1</sup> Петрушин В.І. Музична психотерапія. – М., 1999. – С. 10.

<sup>2</sup> Музична естетика західноєвропейського Середньовіччя і Відродження. – М., 1966. – С. 157.

<sup>3</sup> Шушарджан С.В. Музикотерапія і резерви людського організму. – М., 1998. – С. 114.

Особливістю китайської медицини є сомато-психічний підхід, згідно з яким кожному органу відповідає своя психічна функція.

При гіперфункції (надлишку) виявляються упертість, агресія, гнів, при гіпофункції (недоліку) – боязливність, страх, депресія. Принцип п'яти тонів узгоджується з п'ятьма типами семантичної інтонації в китайській мові, із загадковими законами природи, з частинами світу і континентами, з тим, що у людини п'ять щільних органів і він володіє п'ятьма відчуттями.

На думку древніх китайців, музика (пента-тоніка), завдяки дії цих законів, знаходиться в гармонії з природою і має величезну силу дії на людину. Звуки музики розглядалися відносно тіла людини, які повідомляли йому ті, або інші властивості. Особливе місце в системі китайської музикотерапії займали музичні інструменти, за допомогою яких встановлювався зв'язок між їх звучанням, вібраціями різних органів тіла і коливаннями космосу. Музика, впливаючи таким чином на людину, вводила її у стан гармонії з природою.

Музикотерапія широко використовувалася і в Древній Індії, де ґрунтувалася на ідеї єдності Всесвіту і закону ритму, що діють на духовне ество людини. Видатний індійський філософ і музикант Хазрат Інайт Хан, розкриваючи механізм взаємодії ритму і Всесвіту, відзначав: *«Дерева радісно махають гілками в ритм з вітром; шум моря, свист вітру в скелях серед гір, спалах блискавки і удар грому, гармонія сонця і місяця, рухи зірок і планет, цвітіння рослин, падіння аркуша, регулярна зміна ранку і вечора, дня і ночі – все це відкривається для того, щоби бацити музику природи»*<sup>4</sup>.

Музикознавці вважають, що спочатку людина виражала свої думки і відчуття низькими і високими, короткими або тривалими звуками. Глибина його тембру говорила про силу і потужність, а висота тону проявляла кохання і мудрість.

Людина передавала різні емоційні стани за допомогою різноманітних музичних звуків, що поступово перетворило музику на особливу мову, за допомогою якої виражаються різні людські стани.

Індійська філософія вважає, що навіть найпростіша мова, слово, мова не можуть існувати без музики, що дія музики залежить не лише від майстерності виконавця. Її ефект на слухача визначається і рівнем духовного розвитку музиканта, з цієї причини значення музики різне для кожної людини.

Музика Індії зберегла до теперішнього часу містицизм тембру і тональності, відкритий ще у старовині. Особливе місце в індійській музикотерапії займає спів. Вокальне мистецтво природніше в порівнянні з інструментальним, тому вважа-

ється вищим: *«Які б не були досконалі струни, вони не можуть справити те ж враження на слухача, що і голос, який виходить прямо з душі, як дихання, і приноситься на поверхню за допомогою розуму і голосових органів тіла»*<sup>5</sup>.

У Древній Індії вважалося, що в голосі виражає себе душа. Спочатку викликається активність у думці, а розум, за допомогою думки, проєктує тонкі вібрації в ментальному плані, при цьому вібрації у вигляді дихання через внутрішні органи (ділянка живота, легенів, носоглотки) утворюють голос, який виражає позицію розуму та володіє магнетизмом як ідеальний природний інструмент. Індійська філософія стверджує, що віддзеркалення спокою душі й світу може бути здійснене за допомогою музики. Жодне мистецтво не здатне так надихати, як музика. Будь-яка людина, спілкуючись з мистецтвом, досягає в тій, або іншій області високої міри піднесеного «поля думки».

У середні віки практика музикотерапії була пов'язана з теорією афектів, яка вивчала дію різних ритмів, мелодій і гармоній на емоційний стан людини. Встановлювалися різні стосунки між темпераментом пацієнта і перевагою ним того або іншого характеру музики. На думку німецького ученого і музиканта Атаназіуса Кирхера, *«психотерапевтичні можливості музики полягали в її посередництві між музикою сфер (musica mundana) і тій, яка поміщена в русі фізіологічних процесів в тілі (musica humana). Наводячи у відповідність останню з першою, музика надає оздоровлюючу дію»*<sup>6</sup>.

У культурі Давньої Русі Сергій Радонежський вважався «духовним надбанням народу», а його образи в творах давньоруського живопису та музики мають виховний, естетичний та арт-терапевтичний потенціал. Використання сюжетів та образів давньоруського живопису Андрія Рубльова, Діонісія та ін., духовної музики Д.С. Бортнянського, М.І. Глінки, С.В. Рахманінова, П.І. Чайковського, М.В. Лисенка мають невичерпний арсенал засобів самосцілення засобами мистецтва.

Вже на початку XIX ст. французький лікар-психіатр Жан Етьєн Домінік Еськироль почав вводити музикотерапію до психіатричних установ, але використання музики в медицині носило переважно емпіричний характер. Перші спроби наукового осмислення механізму дії музики на організм людини відносяться до XVII ст., а експериментальні дослідження – до кінця XIX – поч. XX ст. Вчені робили спроби підвести фізіологічний базис під емпіричні факти. З ініціативи В.М. Бехтерева у 1913 р. був заснований комітет з дослідження музично-терапевтичних ефектів, до якого увійшли ряд видатних лікарів і представників музичного світу. Спеціальні дослідження

<sup>4</sup> Цит. по: Шушарджан С.В. Музикотерапія і резерви людського організму. – М., 1998. – С. 131.

<sup>5</sup> ibid – С. 63.

<sup>6</sup> Петрушин В.І. Музична психотерапія. – М., 1999. – С. 10.

С.С. Корсакова, С.М. Бехтерева, І.М. Догеля, І.М. Сеченова, І.Р. Тарханова, Г.П. Шипуліна та ін. виявили позитивний вплив музики на різні системи організму людини: серцево-судинну, рухову, дихальну, центральну нервову. Важливими були висновки про те, що негативні емоції (страх, у першу чергу) блокують функції кори головного мозку і це наводить до втрати орієнтації людиною в довкіллі та може стати причиною його смерті. Позитивні емоції від спілкування з мистецтвом мають лікувальну дію на психосоматичні процеси, сприяють психоемоційній напрузі людини, мобілізують її резервні сили, обумовлюють творчість у всіх галузях мистецтва, науки і всього життя в цілому. Саме ці висновки вітчизняних вчених лягли в основу наукового обґрунтування використання мистецтва в корекційній роботі з дорослими пацієнтами і дітьми.

В Європі практика використання образотворчої творчості в лікуванні хворих, що мають психічні розлади, відноситься на початок ХХ ст. У Великобританії такою діяльністю займалися М. Річардсон, Дж. Дебуффе, Е. Гутман та ін. Здійснювалася взаємодія представників «художнього світу» з психіатрами.

Образотворча діяльність психічно хворих виявляється об'єктом наукового осмислення, застосовується в цілях діагностики. Досвід використання художньої творчості в подоланні хвороб і прискоренні процесів відновлення і реабілітації, описаний у книзі А. Хілла «Образотворче мистецтво проти хвороби» (1945), який увів у європейську науку і практику термін «арт-терапія» відносно образотворчого мистецтва як засобу лікувальної дії (А.І. Копитін).

У США в 1940-ті рр. М. Наубург використовувала у психотерапевтичній роботі з дітьми техніку малюнку, розглядаючи вираження дитям своїх переживань в образотворчій діяльності як інструмент дослідження його несвідомих процесів.

Сьогодні музичну терапію застосовують практично у всіх країнах Західної та Східної Європи, направляючи її на вирішення кола проблем, пов'язаних із практикою лікування нервово-психічних, соматичних захворювань. Останнім часом, в арт-терапії набуло поширення використання музики для нормалізації емоційно-вольової сфери особи, оскільки будь-який перебіг хвороби пов'язаний зі змінами в афектних структурах.

Учені в галузі психології, зокрема З. Фрейд, Р. Арнхейм, Р. Рід, Е. Крамер, Е. Кріс, Д. Юнг, М. Люшер й ін., досліджували можливості світлокольорової терапії, арт-терапії для оздоровлення організму людини. З. Фрейд відкрив, що за покровом свідомості приховано глибинний шар неусвідомлюваних особою прагнень, бажань, які обтяжують життя і можуть стати причиною нервово-психічних захворювань. Це направило його на пошук засобів позбавлення пацієнтів від конфліктів. Так з'явився фрейдівський метод зцілення душі, названий психоаналізом.

Широкого поширення набули погляди М. Люшера, який удосконалив використання кольору в психологічній діагностиці. К.Г. Юнг вважав, що після виявлення основних внутрішніх психічних конфліктів і вираження їх через мистецтво, художню діяльність, пацієнт зможе самостійно регулювати свою психічну діяльність, розкриваючи приховані можливості.

У зв'язку з цим суть арт-терапевтичного дії полягає в тому, що емоційно травмуюча ситуація лікується різними засобами мистецтва і художньої практики за допомогою психотерапевта знаходить своє зовнішнє вираження, доводиться до розрядки в катарсисі, внаслідок чого полегшується стан пацієнта. Використовуючи ідеї К. Юнга про можливості художньої творчості в психоаналітичній, психотерапевтичній практиці, Р. Пікфорд, М. Мілнен, Д. Віннікотт та ін. зробили внесок у розвиток арт-терапії, в основі якої у той час було образотворче мистецтво.

І. Якобі виділили відповідність кольорам певні психічні функції людини. М. Наумбург відзначала, що найбільш важливі думки і переживання людини, перш за все, виявляються у вигляді образів. М.Г. Бетенська досліджувала особливості сприйняття мистецтва в арт-терапевтичному процесі, Г.М. Ферс розробив змістовну інтерпретацію арт-терапевтичних дитячих малюнків.

У галузі педагогіки широку популярність здобули погляди Т. Кампанелли, Я.А. Коменського, Ж.Ж. Руссо, І.Г. Песталоцці, які розглядали можливості використання образотворчого мистецтва як засоба саморозвитку і самопізнання особи. Т. Кампанелла, Я.А. Коменський виділили закони виховної діяльності й роль мистецтва в розвитку і вихованні, процеси самопізнання, саморозвитку мистецтвом. Ж.Ж. Руссо і І.Г. Песталоцці підкреслили важливість розвитку природних здібностей дітей, досвіду пізнання, творчого мислення й інтуїції. Р. Штайнер продовжив дослідження ролі пізнання в розвитку і формуванні емоційного світу дитини засобами мистецтва, а також, підкреслив важливість предметів художньо-естетичного циклу в навчально-виховному процесі.

Факхівці в галузі вітчизняної психології і педагогіки мистецтва: Б.М. Теплов, В.І. Петрушин, В.Н. Кузин, М.Л. Лазарев, Б.Г. Ананьєв та інші продовжили традиції Л.С. Виготського, який у пошуках шляхів побудови об'єктивної психології мистецтва її складовою вважав естетичну реакцію на художній твір (М.Г. Ярошевський). С.І. Петрушин, М.Л. Лазарев й ін. розробили науково-методичні рекомендації для роботи з дітьми в цілях оздоровлення дитячого організму засобами мистецтва.

Друга половина ХХ ст. характеризується створенням перших професійних об'єднань арт-терапевтів (у 1963 р. з'явилися Британська асоціація арт-терапевтів, Американська арт-терапевтична асоціація). Цілями і завданнями діяльності цих об'єднань було сприяння збере-

женню психічного і фізичного здоров'я громадян за допомогою образотворчого мистецтва та інших видів творчості як психотерапевтичний інструмент. У 1970-ті рр. Британська асоціація арт-терапевтів зробила перші кроки щодо впровадження арт-терапії в державну охорону здоров'я. Саме тоді починається підготовка спеціалістів-арт-терапевтів у США і Великобританії, а в 1980-90-ті рр. характерним для арт-терапевтичної практики є підвищення її ролі в освіті, зокрема, у спеціалізованих школах.

Розгляд мистецтва як чинника психічного розвитку дітей, обґрунтування використання образотворчих прийомів у роботі з дітьми як психотерапевтичного і психокорекційного інструменту висвітлюється в роботах Х. Рід (1943), Е. Крамер (1958, 1971).

У другій половині ХХ ст. музикотерапія виділяється як самостійний напрям та широко практикується у країнах Європи і США. Цей період характеризується організацією музично-психотерапевтичних суспільств і центрів у Швеції, Австрії, Швейцарії, Німеччині, Росії.

Інтерес до використання мистецтва в цілях корекції, до механізму його дії на людину в кінці ХХ ст. помітно виріс, це пов'язано з науково-технічним прогресом (появою аудіовізуальних засобів, медичної техніки та ін.). У свою чергу, це дозволило більш глибоко вивчати фізіологічні реакції організму у відповідь на дію музики. В той же час цей інтерес визначається можливістю вживання музики як лікувально-корективного засобу, що забезпечує гармонізацію стану людини: зняття напруги, стомлення, підвищення емоційного тону, розвитку естетичних потреб.

У наш час достатньо широке розповсюдження отримали погляди філософів про роль мистецтва у розвитку, формуванні та оздоровленні (навіть самосціленні) людини, зокрема М.А. Бердяєва, С.Н. Булгакова, А.Ф. Лосєва, Н.О. Лосського, В.С. Соловйова, Є. Трубецького та багатьох інших. У галузі філософії мистецтва дослідження проводилися Ф. Аквінським, Г.В. Гегелем, Г.В. Лейбніцем, Ф.В. Шеллінгом, Ж.Ж. Руссо та ін.

Особливу увагу приділено концептуальним підходам до оздоровлення організму засобами мистецтва, що висвітлено у працях Т.І. Баклана, Т.С. Комарової, Л.Д. Лебедевої, Н.М. Сокольникової, яка, до речі, велику увагу приділяє питанням самопізнання і саморозвитку засобами мистецтва, зокрема розвитку художньо-мистецької активності, яка, у тому числі передбачає розвиток процесів емоційного сприйняття витворів мистецтва, фантазії, уяви, які, у свою чергу, знаходячи вираження у всіляких видах художньої діяльності – живопису, графіці, декоративній роботі – є емоційним началом самовираження.

Так, Т.І. Бакланом розроблені критерії діагностики рівня музичної культури особистості, Т.С. Комаровою розкрито значення творчої діяльності для всебічного розвитку дитини, роль

спадкоємності дошкільної і початкової шкільної освіти. Л.Д. Лебедевою систематизовані концептуальні підходи до використання арт-терапії в освіті як педагогічної технології.

Особливе місце серед сучасних видів арт-терапії займає музикотерапія. Кожна з музикотерапевтичних шкіл Європи має власну концепцію. Так, у Франції і Голландії музикотерапія широко використовується і в практиці психотерапії, і в хірургії. При цьому музика підбирається з урахуванням її фізіологічної дії на організм, особливостей людини, його захворювання.

У Голландії музика використовується і при лікуванні серцево-судинних захворювань. Відомий французький отоларинголог А. Томатіс досліджував вплив звуків високої частоти на психіку людини. Він показав, що людина не просто чує: коливання що ним сприймаються впливають на нерви внутрішнього вуха і, перетворюючись в імпульси, прямують у мозок.

Деякі потрапляють в слухові нерви і сприймаються як звуки, інші – в мозочок, відповідальний за складні рухи і відчуття рівноваги. Звідти вони передаються в лімфічну систему, контролюючи емоції і виділення біохімічних речовин, у тому числі гормонів, що впливають на організм. Електричний потенціал, що створюється звуком, також поступає в кору головного мозку, регулюючи вищі психічні функції людини, свідоме управління його поведінкою. На думку А. Томатіса, вухо – один з органів, що формують людську свідомість. До нього більшість дослідників не звертали увагу на те, що здатність чути – лише сторона більш динамічного процесу, в якому задіяна кожна клітинка тіла. Звук є одним з енергетичних джерел мозку і всього організму. Виявлений безпосередній зв'язок між діапазоном слухового сприйняття людини, діапазоном вібрацій його голосу і станом здоров'я.

Шведська школа музикотерапії (засновник А. Понтвік) виходить з концепції психорезонансу, в якій вказується, що глибинні шари людської свідомості резонують із звучними гармонійними формами і виявляються доступними для розуміння. А. Понтвік, спираючись на погляди К. Юнга, на поняття «*колективного несвідомого*», розвинув уявлення про способи розкриття глибинних шарів психіки за допомогою співвідношень звуків, що дають ефект обертонів.

У США музикотерапія отримала визнання після Другої світової війни, коли вона успішно застосовувалася при лікуванні емоційних розладів у ветеранів. Подальший розвиток музикотерапії відбувся після демонстрації її ефективності в роботі з дітьми і людьми похилого віку. Під час сеансу психотерапевт за допомогою музики наводить пацієнта до усвідомлення емоційно травмуючої ситуації, й тим добивається розрядки за допомогою катарсису. При цьому велике значення надавалося вибору музичних творів, що викликають бажані асоціації образів, відчуттів, аналіз

яких допомагає виявити основу прихованого конфлікту.

Одним із найбільш відомих сучасних арт-терапевтичних центрів США є відкрита в 1990 р. в університеті Нью-Йорка клініка музичної терапії Нордофф-Робінса. Напрямок інструментальної і вокальної терапії, що розвивається в ній, ґрунтується на творчому підході, що підкреслює роль «живої» музики як засоба комунікації. Особлива увага надається вивченню дії арт-терапевтичних методик на дітей із різними порушеннями, робиться акцент на інтеграцію різних видів арт-терапії і включення пацієнта в лікувально-направлену художню діяльність за допомогою імпровізації. Окрім індивідуальної музикотерапії, активно використовується групова форма, де творчий потенціал учасників виявляється у спільній драматичній імпровізації, грі на інструментах.

Ефективність використання різних видів арт-терапії в корекції і лікуванні підтверджується широким спектром робіт з музикотерапії (Л.С. Брусилівський, С.І. Петрушин, І.М. Грінева та ін.), вокалотерапії (С.С. Шушарджан), ізотерапії (А.І. Захаров, Р.Б. Хайкин, М. Е. Бурно та ін.), бібліотерапії (С.С. Мурашевський, А.М. Міллер, Е.Ю. Рау, До). Б. Некрасова і ін.), імаготерапії (І.Е. Вольперт, Н.С. Говоров).

Вітчизняна школа використання мистецтва в лікуванні і корекції останніми роками досягла величезних успіхів і показує, що різні засоби мистецтва, особливо музика, надають лікувальну і коректуючу дію як на фізіологічні процеси організму, так і на психоемоційний стан людини. Виявлено, що окремі елементи музики викликають адекватні характеру подразника психічні стани, а при сприйнятті музики різних напрямів і стилів змінюються частотні характеристики ЕЕГ (С.Н. Мясіщев, А.Л. Готендінер, 1975). Виявлено посилення альфа-ритму в ЕЕГ дорослої людини при здобутті ним задоволення від прослуханої музики (Н.Д. Маслова, 1975).

Позитивний вплив мистецтва на центральну нервову систему відзначали психіатри А.Л. Гросман і В. Райків.

Останній вказував на психокоректуючу дію живопису на людину, особливо при його активній участі в образотворчій діяльності і створенні живописного твору. Спостереження психотерапевта С. Мамулова показали, що нормалізації діяльності серцево-судинної системи допомагає музика, яка виконується на кларнеті і скрипці.

У даний час можна виділити декілька напрямів використання мистецтва в корекційній роботі:

- *психофізіологічний*, пов'язаний з корекцією психосоматичних порушень;
- *психотерапевтичний*, пов'язаний з дією на когнітивну і емоційну сфери;

- *психологічний*, що виконує катарсичну, регулятивну, комунікативну функції;
- *соціально-педагогічний*, пов'язаний із розвитком естетичних потреб, розширенням загального і художньо-естетичного світогляду, з активізацією потенційних можливостей дитини у практичній художній діяльності й творчості.

Реалізація цих напрямів у роботі з дітьми здійснюється через певні психокоректуючі методики, які використовуються в межах арт-педагогіки. Адаптація і модифікація вітчизняного арт-терапевтичного досвіду в руслі загальної педагогіки сьогодення має великий інтерес для педагогічної практики. Досить важливими стали концептуальні основи арт-терапії, розроблені Л.Д. Лебедевою, яка розглядає підходи до використання арт-терапії як *педагогічної технології*<sup>7</sup>. В її дослідженнях представлено підхід традиційного використання образотворчого мистецтва і продуктів образотворчої творчості як арт-терапевтичного чинника, подано виклад технології арт-терапевтичного малювання. Ми також розділяємо точку зору, в якій акцентується на необхідності в арт-терапевтичній роботі спиратися на здоровий потенціал особи, залучаючи внутрішні механізми саморегуляції і зцілення.

Таким чином, як показує аналіз джерелознавчої бази, що лягла в основу даної статті, такому важливому аспекту цієї проблеми, як розробка педагогічної технології використання арт-терапії приділялося недостатньо уваги. Виникає протиріччя між фундаментальними теоретичними дослідженнями і реальною практикою освіти. Відсутність педагогічних технологій і методик використання арт-терапії в освітанській практиці з метою активізації процесів самоствердження, самопізнання, саморозвитку, самотерапії засобами мистецтва, як профілактики і самокорекції несприятливих психоемоційних станів, істотно ускладнює практичне використання арт-терапевтичного потенціалу мистецтва.

Нові завдання освіти і виховання, обумовлені комплексним характером проблематики картини сучасного світу, включають загострення соціальних процесів, що призводять до підвищення психологічної напруги в суспільстві, наслідки науково-технічного прогресу, що виявляються в екологічних проблемах, зокрема забрудненні довкілля, техногенних катастрофах, зростанні інформаційних потоків й інш. Все це має істотний вплив на розвиток і формування підростаючого покоління, знаходячи вираження в зниженнях показників фізичного і психічного здоров'я дітей.

Отже, перед системою освіти постають завдання розширення сфери психолого-педагогічної корекції особистості. Назріла необхідність удоско-

<sup>7</sup> Дисертаційні дослідження «Педагогічні основи арт-терапії» і «Педагогічні основи арт-терапії в освіті» (2000, 2002 рр.) – УДПУ.

налення та організації педагогічного процесу в освітнянській практиці в цілях збереження психологічного здоров'я особистості, й особливо тих, хто найбільш схильний до шкідливих зовнішніх впливів середовища через вікові психологічні особливості та потребує психологічного захисту.

Нинішній стан освітнього простору, незважаючи на те чи-то школа, чи вища школа, не дозволяє ефективно вирішувати завдання збереження психологічного здоров'я особистості, а тому вимагає наукової розробленості нових підходів до цієї проблеми. Необхідність цього обумовлена протиріччями між реальними потребами суспільства у профілактиці порушень психологічного здоров'я особистості і недостатньо ефективною реалізацією виховного, навчального і психологічного потенціалу мистецтва у виховному процесі в умовах освітнього простору.

До того-ж, недостатньо естетичним потенціалом мистецтва, що використовується, сприяючи максимальному розвитку особистості, входженню його в контекст сучасної культури, становленню його як суб'єкта власного життя, формуванню його мотивів і цінностей.

Саме мистецтво, як найпотужніший чинник дії на особистість людини, здатне допомогти сформувати арт-терапевтичну культуру як складову загальної культури кожного, що є загальнолюдським досвідом та підлягає засвоєнню. Цілі і завдання, у свою чергу, визначають основний зміст освіти з предметів художньо-естетичного циклу, необхідних для формування цієї культури, і (або) зміст освіти з предметів художньо-естетичного циклу, змодельованих з урахуванням цілей і завдань, що дозволить сформувати *арт-терапевтичну культуру*. Арт-терапевтична культура розуміється нами як культура використання наявних арт-терапевтичних знань, умінь і навичок профілактики і самокорекції негативних психоемоційних станів свого організму, для зняття

стресів, втоми та інших негативних станів засобами образотворчого і музичного мистецтва, а також культура взаємин у соціумі.

У даний час великого значення набуває стратегія творчого саморозвитку освітньо-виховних систем, а значить і творчого саморозвитку особистості (В.І. Андреев). У зв'язку із цим, важливим в майбутньому є розгляд виховання як цілеспрямованого процесу створення умов для освоєння людиною культури, перекладу її в особистий досвід через організовану тривалу дію на розвиток індивіда з боку довколишніх виховних інститутів, соціального і природного середовища, з врахуванням його потенційних можливостей і подальшим стимулюванням його саморозвитку, самостійності і самосвідомості (Г.М. Коджаспірова, В.І. Слободчиков, В.А. Андреев, І.В. Вачков та ін.).

Формування арт-терапевтичної культури розглядається нами в соціально-психолого-педагогічному аспектах, зокрема:

- засвоєння арт-терапевтичної культури як складової загальнолюдської культури і перекладу її в особистий досвід, що сприяє інтеграції в сучасну культуру і його соціалізації;
- стимулююча роль мистецтва в розвитку особистості, що включає етапи самопізнання, саморозвитку засобами мистецтва;
- використання естетичного потенціалу мистецтва в сучасних умовах, що є *«яскравим, неповторним джерелом пізнання способу життя, колориту, духовного змісту будь-якої епохи»* (Б.Т. Ліхачев) та сприяє максимальному розвитку особистості, формуванню його мотивів і цінностей.

Отже, весь комплекс взаємодій повинен здійснюватися в цілях профілактики порушень і збереження психологічного здоров'я особистості, а також корекції негативних психоемоційних станів.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Алексеев В.А. Творчество музыканта. – М., 1991.
2. Голубева Е. Вивчення психофізіологічних передумов успішності музичної діяльності студентів. – Клайпеда, 1985. – С. 65-66.
3. Морозов В.П. Невербальная коммуникация: экспериментально-теоретические и прикладные аспекты // Психол. журн. – 1993. – Т. 14. – № 1. – С. 18.
4. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. – М., 1988.
5. О месте психологии искусства в психологической науке // Категории, принципы и методы психологии / Тезисы науч. сообщ. сов. психологов к VI съезду Общества психологов СССР. – Ч. I. – М., 1983.
6. Психология процессов художественного творчества / Сост. Б.М. Мейлах и Н.А. Хренов. – М., 1980.
7. Рубинштейн С.Л. Принципы и пути развития психологии. – М., 1959.
8. Способности и склонности / Сост. Э.А. Голубева. – М., 1990.
9. Тарасов Г.С. О психологии искусства // Вопр. психол. – 1992. – № 1-2. – С. 105-110.
10. Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей. – М., 1947.

Рецензенти: д.пед.н., професор Федоришин Б.О.,  
д.пед.н., доцент Гришкова Р.О.

© П'ятницька-Позднякова І.С., 2009

Стаття надійшла до редакції 13.05.2009 р.