

УДК 784.78.05

Цитування:

Кавун В. М. Терапевтичний вплив ансамблевого співу. *Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв* : наук. журнал. № 2. Київ : ІДЕЯ ПРИНТ, 2020. С. 237-240.

Kavun V. (2020). Therapeutic effects of ensemble singing. *National Academy of Culture and Arts Management Herald: Science journal*, 2, 237-240 [in Ukrainian].

Кавун Віктор Миколайович,
доцент кафедри культурології
Національного університету
біоресурсів та природокористування України,
Заслужений артист України
ORCID: orcid.org/0000-0001-5806-3299
v_kavun@ukr.net

ТЕРАПЕВТИЧНИЙ ВПЛИВ АНСАМБЛЕВОГО СПІВУ

Мета дослідження полягає у розкритті особливостей ансамблевого співу та виявленні шляхів його впливу на організм людини. **Методологія дослідження.** В досягненні поставленої мети застосовано наступні методи дослідження: порівняння, систематизації, узагальнення досліджуваної проблеми, використано праці з вокальної педагогіки, арт-терапії та психології мистецтва. **Наукова новизна** дослідження полягає в тому, що ансамблевий спів розглядається як метод арт-терапії та здійснюється спроба довести його терапевтичний вплив на людину. **Висновки.** Особлива роль в процесі занять вокальним ансамблем відводиться керівникові. Саме від нього залежить успішність діяльності ансамблю, мотивація та прагнення до швидкого одержання результатів. Перш за все, вокальний керівник повинен створити доброзичливу, сприятливу атмосферу в колективі. В арт-терапії він також приймає активну участь, проходить всі етапи. В ході роботи, було виявлено, що включення у вокальну групу, регулярні заняття, свідоме ставлення до розучування вокальних партій – все це виховує вміння зосередити увагу для подолання труднощів, а також підвищує рівень емоційного життя людини. Активне музикування сприяє виявленню нових здібностей, підносить до духовних вершин, отже сприяє гармонійному розвитку особистості. Основними елементами при участі у вокальному ансамблі при арт-терапії можна вважати вокальний тренінг та різні види імпровізації, при яких розкривається внутрішній потенціал особистості, її можливості та здібності.

Ключові слова: ансамблевий спів, арт-терапія, творчість, музичне мистецтво.

Кавун Віктор Николаевич, доцент кафедры культурологии Национального университета биоресурсов и природопользования Украины, Заслуженный артист Украины

Терапевтическое воздействие ансамблевого пения

Цель исследования заключается в раскрытии особенностей ансамблевого пения и выявление путей его воздействия на организм человека. **Методология исследования.** В достижении поставленной цели применены следующие методы исследования: сравнение, систематизация, обобщение исследуемой проблемы, использованы труды по вокальной педагогике, арт-терапии и психологии искусства. **Научная новизна** исследования заключается в том, что ансамблевое пение рассматривается как метод арт-терапии и осуществляется попытка доказать его терапевтическое влияние на человека. **Выводы.** Особая роль в процессе занятий вокальным ансамблем отводится руководителю. Именно от него зависит успешность деятельности ансамбля, мотивация и стремление к быстрому получению результатов. Прежде всего, вокальный руководитель должен создать доброжелательную, благоприятную атмосферу в коллективе. В арт-терапии он также принимает активное участие, проходит все этапы. В ходе работы было выявлено, что включение у вокальную группу, регулярные занятия, сознательное отношение к разучиванию вокальных партий, – все это воспитывает умение сосредоточить внимание для преодоления трудностей, а также повышает уровень эмоциональной жизни человека. Активное музицирование способствует выявлению новых возможностей, подносит к духовным вершинам, следовательно способствует гармоничному развитию личности. Основными элементами при участии в вокальном ансамбле при арт-терапии можно считать вокальный тренинг и различные виды импровизации, при которых раскрывается внутренний потенциал личности, ее возможности и способности.

Ключевые слова: ансамблевое пение, арт-терапия, творчество, музыкальное искусство.

Kavun Viktor, associate professor of the Department of Cultural Studies of the National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine, Honored Artist of Ukraine.

Therapeutic effects of ensemble singing

The purpose of the article is to disclose the characteristic of ensemble singing and identify ways of its effects on the human body. **Methodology.** In achieving this goal, the following research methods were applied: comparison, systematization, the generalization of the problem studied, works on vocal pedagogy, art therapy, and art psychology were used. **Scientific Novelty.** The scientific novelty of the research is that ensemble singing is considered as a method of art therapy and an attempt is made to prove its therapeutic effect on humans. **Conclusions.** A special role in the process of training a vocal ensemble is assigned to the leader. The success of the ensemble's activities, motivation, and the desire for quick results are dependent on him. First of all, the vocal leader should create a friendly, favorable atmosphere in the team. He also takes an active part in art therapy, goes through all stages.

In the course of work, it was revealed that inclusion in the vocal group, regular classes, a conscious attitude to learning vocals – all this fosters the ability to focus attention to overcome difficulties, and also increases the level of the emotional life of a person. Active playing music helps to identify new opportunities, brings to the spiritual heights, therefore contributes to the harmonious development of personality. The main elements when participating in a vocal ensemble during art therapy can be considered vocal training and various types of improvisation, in which the inner potential of a person, its capabilities and abilities are revealed.

Key words: ensemble singing, art therapy, creativity, musical art.

Актуальність теми дослідження. Музична культура людини є органічною частиною культури народу, до якого вона належить. Кожне звертання до музичної спадщини сприяє культурному піднесенню держави й нації. Українська вокально-хорова музика сприяє всебічному розвитку особистості, формує музично-естетичну культуру кожного індивіда. Спів у вокальному ансамблі – це переживання й розуміння художньої суті твору, внутрішня згода із задумом та виконавським планом керівника ансамблю. Останнім часом, арт-терапія зосереджує на собі дедалі більше уваги. Важко назвати напрям у психотерапії, який має здатність зцілювати не лише окрему людину, але й соціум. Спектр можливостей арт-терапії доволі широкий і включає в себе не лише здійснення лікувально-реабілітаційної допомоги пацієнтам з різноманітними захворюваннями, але й допомогу в умовах військових дій (що є актуальним для України на даному етапі), виступає медіатором у різноманітних конфліктах, допомагає дітям із емоційними та поведінковими порушеннями та ін. Отже, незважаючи на тісний зв'язок із лікувальною практикою, арт-терапія набуває психопрофілактичну, соціалізуючу та розвиваючу спрямованість. Кожна особистість так чи так наближається до творчості як способу самореалізації. Саме творчість створює умови для зняття стресу, внутрішньої напруги, самовираження. Установка на творчість лежить в основі різних розвиваючих методик. Кожен музичний звук – багатогранний за своєю природною сутністю. Тому, співаючи у вокальному ансамблі, кожен має змогу почути, усвідомити, полюбити різноманітні звуки й відчутти розширення світу за рахунок їх різноплановості. Все навколо набуває певної наповненості, змісту. Чим тонше людина навчиться відчувати світ та звук, як частину себе, тим сильніше будуть розвинені її почуття, звідси витікає, що вона буде мати багатий внутрішній світ. Окрема роль відводиться керівнику творчого колективу, який сам пройшов цю школу пізнання звуків, саме від ступеню зацікавленості та включеності в процес арт-терапії залежить успіх вокального ансамблю та отримання бажаних результатів. Спільна робота дає змогу навчитися чути один одного, приносити радість собі через самовираження та іншим. Це якнайкраще досягається при роботі з вокальним ансамблем.

Аналіз досліджень та публікацій. Проблему музикотерапії досліджували В. Бехтерев, С. Корсаков, І. Догель, С. Консторум, Г. Шипулін, Б. Асаф'єв, Л. Мадель, Л. Брусиловський, І. Тарханов, Г. Кенаушвілі, О. Борисов,

Л. Батуріна, В. Петрушин, У. Коффер, Г. Алвін, П. Нордофф, К. Роббінс та ін. В. Бехтерев вважав, що за допомогою музичного ритму можна встановити рівновагу в діяльності нервової системи дитини, врівноважити збуджений темперамент, розгальмувати загальмованість, врегулювати лишні рухи. Г. Шипулін у 1928 році відмітив сприятливий вплив ритмічних вправ на дітей, які відрізняються підвищеною нервовою збудливістю. Психологи Н. Самойленко, В. Гринер, О. Конорова вказують, що організація рухів за допомогою музичного ритму розвиває у дітей увагу, пам'ять, внутрішню зібраність. Музичні ігри знімають психоемоційне напруження, виховують навички адекватної групової поведінки, соціалізують. Останні дослідження педагогів, психологів показали, що найефективнішим способом оздоровлення є арт-терапія, де музика застосовується в профілактичних та корекційних цілях.

Метою дослідження є розкриття особливостей ансамблевого співу та виявлення шляхів його впливу на організм людини.

Виклад основного матеріалу. Використання музики з лікувальною метою (музикотерапія) має тисячолітню історію, але й досі музикотерапія не виділилася в окрему науку. В древній медицині різних народів лікування та одужання хворого супроводжувалось складними релігійно-містичними обрядами, в яких важливе місце займала музика. Літературні джерела Давнього Сходу та Індії, зокрема Атарваведи, свідчать про лікування за допомогою священних піснеспівів. Арабські лікарі теж знали про чудодійну силу музики. В «Каноні лікарської науки» Авіценна рекомендував розважатися музикою та співом птахів при стражданні меланхолією [1, 285-294]. У Стародавній Греції музиці надавали універсального значення, приписуючи їй виховні функції. Згідно з теоріями Платона, Арістотеля, Плутарха, будь-яке суспільне виховання – педагогічне, естетичне, інтелектуальне – засноване на музичному вихованні. В Середньовіччя питання музикотерапії не мали такого значення, як у Стародавній Греції, в той же час музика була невід'ємною часткою культових обрядів. Терапевтична дія музики пояснювалась відволіканням людини від земного життя та прилучення до краси духовної. Вчені епохи Відродження бачать музику як засіб естетичної насолоди, радісного сприйняття життя, цікавість до пізнання світу. Лише у XVII – XVIII століттях вчення про лікувальний вплив музики («ятромузика») стало розвиватися. Кірхером була запропонована механічна теорія, яка пояснювала

лікувальний вплив музики фізичними та хімічними процесами, які відбуваються в організмі людини при її впливі. Саме у нього представлені основи таких сучасних форм музикотерапії, як вокалотерапія та танцтранс-терапія [2, 3]. В цей же час музика використовується при лікуванні психічно хворих. Наприкінці XIX століття на зміну емпіричному етапу використання музики прийшов етап експериментально-фізіологічних досліджень. В післявоєнний період лікування музикою нервових та психічних захворювань отримало широке поширення за кордоном. Визначилось два незалежних один від одного напрямки: американська школа та шведська. Американська школа розглядає музикотерапію як допоміжний метод психотерапії. Шведська школа вважає, що музикотерапії повинна відводитися центральна роль у лікуванні. Дитячі психотерапевти розглядають арт-терапію як засіб соціально-емоційного виховання та освіти. Педагогічний напрямок розрахований на потенційно здорову особистість. На перший план виходять питання розвитку, виховання та соціалізації. У науково-педагогічній інтерпретації арт-терапія розуміється як турбота про емоційне самопочуття та соціальне здоров'я особистості засобами музичної діяльності. Арт-терапія включає в себе декілька напрямків роботи:

- музикотерапія;
- вокалотерапія;
- танцетерапія;
- ігротерапія.

Якщо в процесі оздоровлення людей засобами мистецтва спонукати до співу, слуханню класичної музики, розвивати загальну музикальність, то у них будуть сформовані такі якості, як толерантність, доброзичливість, емпатія, позитивне спілкування, позитивна «Я-концепція», розвинене чуттєве пізнання, музично-творчі здібності, що сприятиме зміцненню соціального здоров'я. Тому музичний розвиток дітей рекомендується з раннього віку, адже якщо закласти всі вище вказані якості з раннього дитинства, вони згодом закріпляться і в дорослому житті. Отже, це один із способів формування здорової, фізично і психічно, особистості. У комплексній терапії музикотерапія може використовуватися в різноманітних формах. Schwabe розрізняє три форми індивідуальної музикотерапії: комунікативну, реактивну та регулюючу. Найпростішою є комунікативна (спільне слухання музики пацієнтом та лікарем). Її метою є налагодження контакту з лікарем. Реактивна форма спрямована на катарсис, а регулююча форма представляє собою вплив, який допомагає зняти нервово-психічну напругу [5]. В залежності від активності хворих, ступені їх участі в музико терапевтичному процесі та поставлених завдань, музикотерапія може бути активною (коли пацієнти активно виражають себе в музиці) та пасивною (коли пропонується лише послухати музику). В свою чергу, пасивна музикотерапія може проводитися в формі пасивного та активного

прослуховування, що визначається здатністю до групової дискусії, яка виникає в процесі музикотерапії в групі. Активна музикотерапія передбачає індивідуальну вокалотерапію, групову (вокальний ансамбль, хор), гру на музичних інструментах, музичну творчість. Відбір у групу проводиться шляхом індивідуальних бесід загального порядку, в процесі яких виявляється відношення пацієнта до музики, його бажання приймати участь у прослуховуванні, збирається «музичний анамнез». Тільки потім проводяться сеанси прослуховування. Перед сеансом повідомляється про автора твору, зміст та мотиви написання тої чи іншої музики.

Тема наукової статті передбачає розгляд активної форми музикотерапії, а саме вокального ансамблю. Вокальний ансамбль як форма групової терапії може представляти новий етап активації інертних, пасивних хворих, але більш на вищому рівні, який потребує при роботі з музично досвідченими хворими творчого підходу до вирішення завдань як з боку учасників ансамблю, так і з боку керівника. Коли пацієнт в результаті індивідуальних занять достатньо оволодіває вокальною партією, проводяться спільні заняття його з тими, хто вивчив ту ж саму п'єсу. Найчастіше така група складає вокальний квартет або квінтет. Обробка музичного твору заключає в себе багато нового, що потребує від хворих виразного фразування, ясності дикції, динамічних відтінків, тобто вимагається художня інтерпретація музичного твору. Необхідно наголошувати про важливість міміки при виконанні твору, на несприятливе враження з боку глядача, яке здійснює на оточуючих маска байдужості, скутості, напруженості, що викликане важкістю виконання та нерозумінням матеріалу. В вокальному ансамблі завжди є свій лідер, яким є музично обдарований хворий, що впевнено знає свою партію, а тому концентрує навколо себе хворих, менш обдарованих, що повільно запам'ятовують мелодію. Останні, навпаки, намагаються наслідувати лідера, бути не гіршим інших. Таким чином, включення хворого у вокальну групу, регулярні заняття, свідоме ставлення до розучування вокальних партій – все це виховує вміння зосередити увагу для подолання труднощів, а також підвищує рівень емоційного життя хворих, що набуває певного терапевтичного значення [4].

Така вокалотерапія показана хворим із фобіями, депресивним, загальмованим, егоцентричним пацієнтам, особам, які страждають функціональними розладами внутрішніх органів, бронхіальною астмою, головними болями. Чисельність групи – 15-20 чоловік, тривалість занять – 45 хвилин. Пісні використовуються переважно оптимістичні, життєрадісного характеру, але є й такі, які спонукають до глибоких роздумів. Не припустимими є сентиментальні пісні, романси та модні сучасні пісеньки. Розміщення групи – замкнене коло. Медичні працівники включаються в коло та співають разом

із усіма. В процесі активної музикотерапії у хворих розкриваються нові здібності, тому пропонується записати проспівану пісню віршами, нотами або зобразити графічно. Важливим елементом арт-терапії при роботі з вокальним ансамблем є імпрровізація. Це особливий вид художньої творчості, при якому твір відтворюється в процесі виконання. Цей вид діяльності привертає увагу дітей, адже не потрібно досконало володіти голосом або добре знати матеріал, головне тут фантазія та уява. Імпрровізація служить появі нових інтонацій, підвищує емоційний рівень сприйняття музики, розвиває співочий апарат, вокально-слухові навички, музично-слухові уявлення. Виконуючи власну мелодію, співак нікого не відтворює, не копіює, що сприяє розгальмованості. Інколи саме цей метод пробуджує інтерес до співу у дітей. Вся робота з вокальної імпрровізації проводиться без супроводу, кожен співає в зручній теситурі, тональності, використовуючи близьке коло інтонацій.

Види вокальної імпрровізації:

1. Діалогічна – питання-відповідь;
2. Імпрровізація на вірш діалогічної структури – питання задає педагог, а учасники ланцюгом задають один одному питання-відповіді;
3. Імпрровізація на емоційно-образну ситуацію – музичний спектакль. Є вдалою при роботі з дітьми;
4. Імпрровізація на жанр – відтворити з текстом або без мелодії маршу, польки, вальсу тощо.
5. Імпрровізація на певний настрій;
6. Імпрровізація в заданому ладі – мажорі або мінорі;
7. Імпрровізація в заданому ритмі;
8. Імпрровізація на певну інтонацію (півтон, чиста кварта, секста ті т. ін.);
9. Імпрровізація в певному стилі.

Корисними є діалогічні вправи з керівником у формі запитань-відповідей, які потрібно проспівати.

Таким чином, при роботі з вокальним ансамблем, використовуючи елементи арт-терапії, керівник повинен зуміти:

- створити на занятті невимушену атмосферу, в якій учасники ансамблю будуть почувати себе легко та невимушено;
- підхопити реакцію та емоційний настрій групи та допомогти розвинути його в конкретному вираженні;
- зацікавити своїм творчим відношенням;
- вміти разом із учасниками оцінити їх творчу реалізацію художнього задуму;
- підтримати бажання до творчого самовираження.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що ансамблевий спів розглядається як метод арт-терапії та здійснюється спроба довести його терапевтичний вплив на людину.

Висновки. Особлива роль в процесі занять вокальним ансамблем відводиться керівникові. Саме від нього залежить успішність діяльності

ансамблю, мотивація та прагнення до швидкого одержання результатів. Перш за все, вокальний керівник повинен створити доброзичливу, сприятливу атмосферу в колективі. В арт-терапії він також приймає активну участь, проходить всі етапи. В ході роботи, було виявлено, включення у вокальну групу, регулярні заняття, свідоме ставлення до розучування вокальних партій – все це виховує вміння зосередити увагу для подолання труднощів, а також підвищує рівень емоційного життя людини. Активне музикування сприяє виявленню нових здібностей, підносить до духовних вершин, отже сприяє гармонійному розвитку особистості. Основними елементами при участі у вокальному ансамблі при арт-терапії можна вважати вокальний тренінг та різні види імпрровізації, при яких розкривається внутрішній потенціал особистості, її можливості та здібності.

Література

1. Авиценна. Канон врачебной науки: избранные разделы в трех частях, Том 2 / МИКО Коммерческий вестник, 1994. 400 с.
2. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учеб. для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений / Е. А. Медведева, И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссарова, Т. А. Добровольская. М.: Издательский центр «Академия», 2001. 248 с.
3. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии [Текст] / М. Бетенски; Пер. с англ. М. Злотник. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. 256 с.
4. Брусиловский Л. С. Цынман А. Г. Об одном варианте сочетания аутогенной тренировки с музыкой. В кн.: Психическая регуляция. Алма-Ата, 1974. с. 123-125.
5. Руководство по психотерапии / под ред. В. Е. Рожнова. 3-е изд., доп. и перераб. Т.: Медицина, 1985. 719 с.

References

1. Avicenna. (1994). Canon of Medicine: Selected Sections in three parts, volume 2. MICO Commercial Herald [in Russian].
2. Art pedagogy and art therapy in special education (2001). Moscow: Publishing Center "Academy" [in Russian].
3. Betensky M. (2002). What do you see? New methods of art therapy. Moscow: EKSMO-Press [in Russian].
4. Brusilovsky L., Tsynman A. (1974). On a variant of the combination of autogenic training with music. Alma-Ata [in Russian].
5. Guide to psychotherapy (1985). T.: Medicine [in Russian].

Стаття надійшла до редакції 14.04.2020

Прийнято до друку 15.05.2020