

Н. Т. Оганесян

**Творческие
поэтические
мастерские:
воздействие
на личность**

Характерной особенностью науки, в частности, психологии, а также искусства в современный

период является множественность подходов к осмыслению сути бытия, возникновение разнообразных картин мира. В конечном счете, идея интеграции картин исследуемой реальности, развивающихся в рамках отдельных наук, складывается в общенаучную картину мира благодаря междисциплинарным взаимодействиям. Таким образом, в последние годы наблюдается интеграция различных областей знания, резко возросла роль смежных научных дисциплин, из которых психология черпает новые методы, подходы, идеи, что открывает перед наукой новые возможности.

Все вышеперечисленные процессы стимулировали появление такого феномена, по мнению А. А. Леонтьева¹, как возникновение интереса к психологии искусства, который является своего рода исследовательским полигоном для расширения и обновления научного аппарата психологической теории. Искусство и психология — две грани единой области человековедения. Психология должна вобрать в себя высшие достижения искусства в активном воздействии на личность.

Именно поэтому мы обращаемся к поэзии как мощному средству психологического воздействия на личность, несущему смыслы и эмоции. Смысловая регуляция жизнедеятельности является основополагающей характеристикой человеческого существования в мире. За динамикой основных смысловых процессов, таких как смыслообразование, смыслоосознание и смыслостроительство стоят такие механизмы, как расширение, преобразование, творческая переработка, трансляция смыслов и, как следствие, развитие субъектом своих жизненных отношений с миром.

По нашему мнению, мнению и поэта, и исследователя одновременно, поэтическое творчество является

не только мощным средством смыслообразования, но и средством коррекции и регуляции психических состояний личности. Таким образом, поэтическое творчество имеет ярко выраженный полифункциональный характер, направленный на регуляцию процессов жизнедеятельности субъекта творчества, регуляцию и коррекцию эмоционально-смысловой сферы личности субъекта поэтического творчества (автора/реципиента).

Психологические смыслы поэтического творчества проявляются в иерархизированной системе функций, реализуются через систему механизмов воздействия его на личность. Поэзия не является самым популярным жанром литературы, поскольку стихотворное слово требует специального подхода, глубокого анализа. Только попытка заглянуть «под поверхность» лексического слоя стихов дает возможность серьезно и правильно понять их, определить силу и механизмы воздействия. Произведение искусства, где форма и содержание осуществляются как противоречие, как несоответствие, неожиданным образом соединяются в смысловую целостность. Диалогичность, дихотомичность, противоречивость произведения — критерий, который выделяется всеми исследователями воздействия поэтического творчества на субъект творчества. Таким образом, через противоречия и парадоксы, несущие мощный суггестивный, смысловой и эмоциональный заряд, мы приходим к следующей миссии поэтического творчества: регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы личности субъекта творчества (автора/реципиента). Мы при-

шли к выводу, что повышенная суггестивность стихотворения выявляется при тщательном изучении феноменов, связанных с противоречиями и парадоксами фонологического, лексического, ритмического, грамматического, стилистического уровней стихотворения, что соответствует той или иной степени «напряжения эмоционально-смыслового поля» стихотворения. Проведенные исследования доказали возможность такого отбора на эмпирическом уровне, а также на уровне теоретическом, основанном на тщательном детальном анализе поэтического произведения.

Цель проведенного нами исследования заключалась в выявлении и научном обосновании концепции о возможности регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы личности субъекта поэтического творчества (автора/реципиента) в процессе поэтического творчества, понимаемого как рецепция или восприятие (чтение/слушание) и продуцирование (создание) поэтических произведений.

Поэтическое творчество обладает специфическим эффектом, проявляющимся в регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы личности субъекта творчества (автора/реципиента) при следующих условиях:

1) разработке научно обоснованных концепций и моделей поэтических мастерских в режиме библиотерапии и в режиме творческого самовыражения;

2) выявлении и отборе практического инструментария — средств воздействия в виде поэтических произведений для организации регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы личности субъекта творчества;

3) использовании средств воздействия в виде поэтических произведений, отобранных на основе «изопринципа» т. е. соответствия ведущей эмоции настроению участников (реципиентов), тематического принципа, и на основе выявления степени «напряжения эмоционально-смыслового поля» стихотворения, связанного с его повышенной суггестивностью;

4) творческой активности самого субъекта творчества, развивающего с помощью руководителя поэтической мастерской или самостоятельно свои читательские и литературно-творческие способности для самостоятельной работы в режиме саморегуляции и самокоррекции;

5) научной апробации и введении в практическую деятельность представленных моделей поэтических мастерских как эффективного средства регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы личности субъекта поэтического творчества.

Полученные автором предварительные теоретические выводы использованы в целях эстетизированной практической психологии (организации творческих поэтических мастерских). Для доказательства эффективности этой деятельности было необходимо изучить процесс воздействия поэтического творчества на личность субъекта творчества (автора/реципиента), выявить уровень эффективности и зафиксировать результаты этого воздействия.

Способ осуществления деятельности поэтических мастерских включает формирование творческих групп, создание ситуации неформального общения участников, создание творческой атмосферы в группах, личное позиционирование каждого участника.

Прогнозируемый результат, достигаемый в результате использования мастерских, заключается: 1) в достижении индивидуального воздействия на каждого участника поэтической мастерской; 2) в регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы личности участников мастерской; 3) в снижении психической нагрузки участников мастерской; 4) в повышении степени развития творческих способностей участников мастерской; 5) в повышении степени развитости навыков общения участников мастерской.

Организация поэтических мастерских. Во-первых, занятие в форме поэтической мастерской в режиме библиотерапии — чтение специально подобранных стихотворений с целью регуляции и коррекции эмоцио-

нально-смысловой сферы участников мастерской. На начальном этапе используется разработанный автором тренинг общения², в ходе которого на каждой сессии и перед каждым упражнением читаются специально подобранные стихотворения, использующиеся в качестве катализатора эмоционального настроения. Содержание основного этапа поэтической мастерской, которое заключается, с одной стороны, в понимании и переработке смысла стихотворений, с другой — в стимулировании эмоциональной активности реципиентов, представлено в разработанном автором пособии³. Оба процесса — взаимосвязаны по принципу саморегулирующейся функциональной системы.

Характеризуя итоговый этап мастерской, можно сделать вывод, что адекватность переработки смысла и высокая степень эмоциональной активации приводит к следующим промежуточным результатам: к адекватному пониманию или интерпретации смысла художественного текста, во-вторых, к эмоциональной «аккомодации» (Д. А. Леонтьев), т. е. к возникновению у реципиента эмоций, максимально сходных с авторскими (сходство не может быть абсолютным, поскольку эмоции и смыслы возникают на основе не только конвенциональных, но и субъективных представлений). Конечный результат — регуляция и коррекция эмоционально-смысловой сферы реципиента зависит от степени адекватности понимания и эмоциональной «аккомодации».

В интерактивном творческом процессе можно выделить пять этапов:

1. Катализатор. Эмоциональный настрой на работу в мастерской, который производится с помощью специально подобранных стихотворений.

2. Знакомство. Для начала участник должен познакомиться с произведением и идентифицировать себя с этим выбором.

3. Проверка. На этой стадии участники разбирают отдельные детали поэтического произведения с руководителем.

4. Отношение. Это процесс, который использует взаимодействие противоречий и сов-

падений эмоций или смысложизненных ситуаций.

5. Обращение к себе. Очень важно для самого участника почувствовать и установить связь между собственной личностью и поэтическим произведением, чтобы получить новый опыт поведения в реальной жизненной ситуации. Руководитель должен помочь интегрировать этот новый опыт.

Стихотворения могут соединяться для работы в блоки по-разному. Подходы и критерии могут быть разнообразными, например: изопринцип — систематизация стихотворений в зависимости от основной эмоции, которая заключена в стихотворении или тематический (смысловой) подход. Кроме того, нами разработан еще один вариант отбора поэтических произведений, основывающийся на выявлении повышенной суггестивности поэтического произведения как специфического средства воздействия на эмоционально-смысловую сферу реципиента. В результате проведенного анализа, мы выявили, что поэтические произведения могут быть классифицированы в соответствии со степенью выраженности суггестивности или степени «напряжения эмоционально-смыслового поля» стихотворения через следующие модусы: ортодоксально-миметический — отсутствие напряжения эмоционально-смыслового поля; миметико-дескриптивный и миметико-эмотивный — низкий уровень; миметико-технический и технико-миметический — средний уровень; ортодоксально-технический — редукция к эмоциям (выход их смыслового поля); технико-смысловый и смыслово-технический — высокий уровень; ортодоксально-смысловый уровень — редукция к смыслам (выход из поэтического поля).

Таким образом, на основе проведенного анализа, мы отбираем стихотворения, относящиеся к технико-смысловому и смыслово-техническому уровням, обладающим высоким уровнем суггестивности, связанным с формальным (техническим) и содержательным (смысловым) аспектами поэтического произведения.

Во-вторых, занятие в форме поэтической мастерской в режиме творческого самовыражения с целью регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы участников мастерской, т. е. достижения душевного равновесия через взаимодействие эмоций и творческого воображения, нахождение новых жизненных смыслов.

На начальном этапе также используется тренинг общения⁴. Содержание основного этапа поэтической мастерской представлено в разработанном нами пособии⁵. Поэтическая мастерская включает в себя систему теоретических и практических занятий, каждое из которых предусматривает отдельную тему, рассматривающую те или иные психологические аспекты, те или иные аспекты поэтического языка. Каждая новая тема дается с учетом предыдущей и опирается на уже известные знания, полученные в ходе освоения материала.

В интерактивном творческом процессе можно выделить три этапа:

1. Первый этап представляет собой психологический тренинг, включающий поэтические эмоциональные настроения. Цель этапа — ускорить процедуру знакомства группы и, кроме того, решить сопутствующие проблемы, связанные с общением.

2. Второй этап представляет собой краткое теоретическое освещение темы «Стихосложение». Примерные темы занятий в общей схеме соответствуют порядку их проведения. Здесь участник впервые осмысливает данные руководителем мастерской средства анализа и построения стихотворной речи. Цель этапа — предварительная ориентировка в теме, ознакомление с областью стихосложения и осмысление значимости изучаемого.

3. Третий этап — непосредственно практическая работа по заданиям. Задания подбираются таким образом, чтобы включалась в работу аналитическая и конструктивная деятельность участников. Каждый участник имеет возможность применить полученные в ходе предыдущего этапа средства, необходимые для анализа и создания стихотво-

рений. Выполненные задания непременно обсуждаются всеми участниками по ходу и в конце занятия; по мере необходимости, дается задание на дом. Цель этапа — практическое овладение освоенными ранее на теоретическом уровне приемами стихосложения, а также — осознание развивающего и коррекционного эффекта поэтического творчества.

Исследователи, как теоретики, так и практики, позитивно оценивают перспективы развития этого вида специально организованной творческой деятельности, поскольку наблюдают явное улучшение эмоциональных состояний участников, расширение поля их жизненных смыслов. За редким исключением, систематические исследования эффективности воздействия поэтического творчества не проводились. К. Graue и сотрудники⁶ опубликовали фундаментальный мета-анализ — выдающийся своим качеством и количеством исследованных работ, в результате которого выяснилось, что метод, связанный с воздействием поэтического творчества на личность, практически не исследовался.

Полученные в проведенном нами исследовании данные позволяют выявлять психологические механизмы воздействия поэтического творчества на личность субъекта поэтического творчества (автора/реципиента). Была доказана возможность использования специально разработанных и организованных поэтических мастерских в качестве коррекционно-регулирующего средства, воздействующего на эмоционально-смысловую сферу личности.

Цель нашего исследования заключалась в выявлении и научном обосновании концепции о возможности регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы личности субъекта поэтического творчества (автора/реципиента) в процессе поэтического творчества, понимаемого как рецепция и продуцирование поэтических произведений.

Исследование состояло из нескольких этапов:

1. На первом этапе исследования проводился анализ литературы, разрабатывались план и программа исследования, определялась выборка участников, определялись методы исследования.

2. На втором этапе было проведено пилотажное исследование. В пилотажном исследовании принимали участие 114 респондентов в возрасте от 18 до 60 лет, разного социального уровня и профессиональной принадлежности, занимающихся поэтическим творчеством (пишущих и читающих стихи). Проведенный контент-анализ высказываний респондентов показал, что выявилась группа функций поэтического творчества, реально отвечающих потребностям респондентов. Определили для себя как одну из ведущих функцию: коррекции и регуляции психических состояний — 39% респондентов; смыслообразующую — 27%. Таким образом, необходимость в регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы посредством поэтического творчества испытывает 66% респондентов.

3. На третьем этапе с помощью анкетирования произведена проверка пилотажного исследования, выявление предпочтений определенных функций поэтического творчества, отвечающих потребностям опантов. В нем приняли участие 612 человек — студенты Вятского государственного гуманитарного университета различных факультетов, группа самодеятельных поэтов г. Кирова, группа преподавателей ВятГГУ, группа служащих. Данные, полученные в результате анкетирования, подвергались математико-статистической обработке. Анализ данных подтверждает выводы пилотажного исследования, поскольку корреляции значимы.

4. На четвертом этапе было проведено исследование эффективности процесса регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы личности субъектов поэтического творчества в режиме поэтической мастерской в русле библиотерапии и в русле терапии творческим самовыражением. Исследование проводилось с использованием методики Н. А. Курганского, Т. А. Немчина

«Оценка психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности»⁷. Методика оценивает такие психические состояния, как «психическая активация», «интерес», «эмоциональный тонус», «напряжение» и «комфортность». Она построена на основе факторного анализа динамики оценивания испытуемыми своего состояния. В исследовании приняли участие 40 испытуемых — участники поэтической мастерской в русле библиотерапии и 40 испытуемых — участники поэтической мастерской в русле терапии творческим самовыражением. В результате выявилось, что работа в режиме поэтической мастерской в русле библиотерапии несколько стимулирует активность, интерес, эмоционально заряжает участников, значительно помогает организовать комфортную поддерживающую атмосферу. Работа в режиме поэтической мастерской в русле терапии творческим самовыражением явно стимулирует активность, интерес, эмоционально заряжает участников, в некоторой степени помогает организовать комфортную поддерживающую атмосферу, но при этом нарастает напряжение участников, поскольку активный творческий процесс — весьма энергоемок. В целом обе формы работы продемонстрировали свою эффективность и доказали возможность использования их в качестве специфического, но достаточно эффективного средства коррекции и регуляции психических состояний. При этом работа в режиме поэтической мастерской в русле терапии творческим самовыражением продемонстрировала большую эффективность.

Дополнительный вывод был сделан на основе оценки эффективности воздействия поэтического творчества по М. Е. Бурно⁸. Результат определялся в основном удовлетворенностью участника мастерской и его последующей социальной адаптацией. Свое эмоциональное состояние и степень удовлетворенности жизнью участники оценивают как вполне удовлетворительные и связывают свое улучшившееся эмоциональное состояние, повысившийся интерес к жизни,

удовлетворенность жизнью с занятием поэтическим творчеством. Возникает радостное ощущение полноты жизни, наполненности жизни новым смыслом и убежденность, что все это объясняется активной творческой позицией, связанной с работой в поэтической мастерской.

В. Э. Чудновский⁹ выделяет и исследует характеристики адекватности смысла жизни: «Оптимальный смысл жизни можно охарактеризовать как гармоничную структуру смысложизненных ориентаций, существенно обуславливающую высокую успешность в различных областях деятельности, максимальное раскрытие способностей и индивидуальности человека, его эмоциональный комфорт, проявляющийся в переживании полноты жизни и удовлетворенностью ею». Таким образом, в результате проведенного исследования выяснилось, что испытуемые в процессе творчества избавились от многих, мучающих их проблем, стали испытывать эмоциональный комфорт, проявляющийся в переживании осмысленности жизни, «полноты жизни и удовлетворенностью ею».

Таким образом, мы пришли к выводу, что поэтическое творчество является мощным средством регуляции и коррекции эмоционально-смысловой сферы личности субъекта творчества (автора/реципиента), регуляции жизнедеятельности субъекта творчества. Полученные в исследовании данные

позволили доказать возможность использования поэтического творчества (процессов рецепции/продукции и продуктов творчества) в качестве коррекционно-регулирующего средства, воздействующего на смысловую и эмоциональную сферы личности субъекта творчества.

¹ Леонтьев А. А. Деятельный ум (Деятельность, Знак, Личность). М., 2001.

² Оганесян Н. Т. Методы активного социально-психологического обучения: тренинги, дискуссии, игры. М., 2002.

³ Оганесян Н. Т. Библиотерапия: самоактуализация психических состояний через поэзию. М., 2002.

⁴ Оганесян Н. Т. Методы активного социально-психологического обучения. М., 2002.

⁵ Оганесян Н. Т. Практикум по психологии творчества. М., 2007.

⁶ Grawe K., Donati R. & Bernauer F. Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Gottingen ; Bern ; Toronto; Seattle : Hogrefe, 1994.

⁷ Практикум по экспериментальной и прикладной психологии. М., 1990. С. 44–51.

⁸ Бурно М. Е. Терапия творческим самовыражением. М., 1999. С. 70–72.

⁹ Чудновский В. Э. Проблема оптимального смысла жизни // Смысл жизни и акме: 10 лет поиска. Материалы VIII–X симпозиумов. Ч. 1. М., 2004. С. 7–23.

Из хроники научной жизни

29 июля 2007 г. в г. Гжель Московской области состоялось очередное заседание постоянно действующего семинара по биоэтике под руководством чл.-корр. РАН Б. Г. Юдина (семинар, работающий на базе Института гуманитарных исследований МосГУ, поддержан РГНФ, проект 07-06-14090г). Кроме постоянных участников семинара в нем приняли участие профессор МГИМО (У) МИД России, президент Общественной Академии наук, культуры, образования и бизнеса Кавказа, доктор исторических наук В. В. Дегоев, профессор МосГУ доктор философских наук И. С. Хорин, декан факультета культурологии и туризма МосГУ доктор философских наук Г. П. Хорина, исполнительный директор Межгосударственного Фонда гуманитарного сотрудничества государств — участников СНГ (МФГС) кандидат исторических наук С. В. Алещенок. Обсуждены проблемы связи биоэтических концепций с социальными и культурными практиками народов различных стран.