Концептуальная исследовательская статья / Conceptual research article

# Искусство как терапия души

**А. А. Мелик-Пашаев**
Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований, Москва, Россия

**АННОТАЦИЯ** Автор исходит из того, что человек является творческим по природе существом. Выдвигается тезис о том, что способность творить и потребность в творчестве является не исключением, а нормой бытия. В связи с этим подчеркивается различие статистического понимания нормы и ее аксиологического понимания, характерного для гуманитарной психологии. С тем фактом, что творчество является нормой, а его дефицит или отсутствие — опасной по своим последствиям патологией, связана востребованность терапии творчеством, в первую очередь арт-терапии. Ставится вопрос о том, в какой мере существующие арт-терапевтические практики опираются на специфические возможности искусства как такового. Автор полагает, что приобщение к искусству и художественному творчеству благотворно воздействует на человека в двух взаимосвязанных измерениях — вертикальном и горизонтальном. В первом случае речь идет о преодолении оторванности человека от его собственной творческой природы, разрыва повседневного самосознания и высшего творческого «я». Во втором преодолевается чувство изолированности, отчуждение от окружающего мира, противопоставленность «я» и «не-я». На основании собственных исследований автор утверждает, что дети обладают благоприятными возрастными предпосылками художественно-творческого развития, и потому ранний опыт художественного творчества может послужить профилактикой психологического неблагополучия в их дальнейшей жизни. Ставится вопрос о том, при каких условиях воздействие искусства может быть целительным для человека.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА** творчество, искусство, норма, арт-терапия, возрастные предпосылки художественного развития

**ССЫЛКА ДЛЯ ЦИТИРОВАНИЯ** Мелик-Пашаев, А. А. (2025). Искусство как терапия души. *Образовательная политика*, 20(1), 47–52.

© Мелик-Пашаев А. А., 2025
Контент доступен под лицензией Creative Commons Attribution 4 License.
The content is available under a Creative Commons Attribution 4 License.

Поступила: 01.02.2025
Принята: 15.02.2025
Дата публикации: 31.05.2025

## Введение

Приступая к исследованию какой бы то ни было психологической проблемы, мы, часто сами того не сознавая, опираемся на то или иное аксиоматическое общее представление о сущности Человека. Именно это исходное основание предопределяет направление мысли ученого, возможности, границы и даже, в определенном смысле, результаты его трудов.



**Александр Александрович МЕЛИК-ПАШАЕВ**

**д. псих. н., главный научный сотрудник, Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований (Психологический институт РАО)**
(Россия, Москва, 125009, ул. Моховая, 9/4),
https://orcid.org/0000-0001-8954-3922,
e-mail: zinaidann@mail.ru

Чем более периферийный, частный характер имеет предмет изучения, тем менее различимой становится многократно опосредованная зависимость исследования от того, как автор отвечает на фундаментальный вопрос: «Кто мы? Откуда и куда мы идем?». Вплоть до соблазна вовсе игнорировать этот вопрос как не имеющий значения в реальной научной работе. Но стоит обратиться к центральным для человека проблемам, связанным с такими понятиями, как «личность», «творчество», «развитие», как сразу становится очевидной направляющая и в то же время ограничивающая роль исходных аксиом, а также некая «безосновность» исследований, авторы которых удовлетворяются броской формулой «наука не занимается началами и концами»[1].

Все дальнейшее изложение основывается на понимании человека как *творца по природе* — как существа, изначально одаренного неповторимым творческим потенциалом и стремлением реализовать его в мире. Этот дар как таковой универсален, то есть носит бескачественный, точнее сверхкачественный характер. Но в каждом индивидуальном случае, по совокупности причин, которые мы в рамках этой статьи не можем обсуждать, творческий потенциал человека ищет в жизни и в культуре то или иное приоритетное русло для своей реализации. Так возникает многообразие видов одаренности, проистекающих из единого источника, который мы вслед за В. В. Зеньковским (2011) назовем «внутренней энергией души».

Если одаренность, то есть способность-потребность в творчестве, является родовой характеристикой человека, то ее нужно признать *нормой*. Конечно, речь идет о норме не в статистическом, а в ценностном смысле слова: о *лучшем из возможного*. С этой точки зрения великие люди, гении и святые, гораздо ближе к норме, чем кто-либо из нас.

При кажущейся парадоксальности, мысль эта не нова: подобное отношение к норме свойственно многим ученым, понимавшим психологию как гуманитарную науку. В. Франкл, например, подчеркивал, что, мысля подобным образом, мы не переоцениваем человека, не ставим его на слишком высокий пьедестал: мы видим в нем как раз того, кем он *может и должен стать*. Франкл соглашается с Гете в том, что, принимая человека таким, каков он есть, мы делаем его хуже (Франкл, 1990, с. 27). А. Маслоу считал, что ориентация педагогики на среднестатистический уровень вредит развитию. Н. И. Непомнящая, размышляя о личностном подходе к изучению человека, обращала внимание на то, что качества, которыми сегодня актуально владеют немногие, потенциально могут представлять собою сущностные свойства всех людей (Непомнящая, 2005). Аксиологическое понимание нормы с точки зрения высших возможностей человека обосновывается в работах В. И. Слободчикова (2014) и др.

При этом «нормальность» человека определяется, конечно, не уровнем его достижений, а самим стремлением раскрыть, реализовать, можно даже сказать, «оправдать» талант (в евангельском смысле слова[2]), которым в той или иной степени наделен каждый из нас.

## Искусство, творчество и цельность человека

Возвращаясь к аксиоме «человек — творец по природе», положенной в основание этих рассуждений, отметим, что правота ее не может быть доказана в каузальной логике или подтверждена экспериментальным путем, но веские аргументы в ее поддержку мы находим и в библейской антропологии, и в ряде психологических и философских концепций (Маслоу, 1997; Франкл, 1990; Mounier, 1951 и др.), и в результатах творчески ориентированной педагогики, и, конечно, в терапевтической практике.

Ведь если человек — творец по природе, если творчество — *норма* человеческого бытия, то его дефицит или отсутствие, невозможность реализовать жаждущую воплощения «внутреннюю энергию души» — это болезнь, чреватая опасными последствиями психологического и социального порядка. С другой стороны, именно в силу того, что человек — творец по природе, опыт творчества,

1 Характерный пример: выдающийся индийский мыслитель Дж. Кришнамурти исходил из того, что для создания педагогической системы нужно не более и не менее как решить для себя вопрос о смысле человеческой жизни (Кришнамурти, 2003). И был глубоко прав, хотя, на первый взгляд, не просматривается какой-либо связи между смыслом жизни и, скажем, методикой раздачи упражнений по конкретным школьным предметам.

2 Автор отсылает к евангельской притче (Мф. 25:14–30), где талант символизирует данный человеку Богом дар, который нужно приумножить.

чаще всего художественного, становится действенным средством восстановления или (особенно в детстве) профилактики душевного нездоровья.

Поэтому не вызывает удивления востребованность «лечения искусством» — арт-терапии во всем нынешнем многообразии ее разветвлений. В то же время распространенность этого явления ставит перед нами вопрос, который представляется значимым и с точки зрения перспектив развития самой арт-терапии.

Вопрос можно сформулировать так: *какова роль «арт»* в арт-терапевтической практике? Всегда ли она действительно «лечит искусством», то есть приобщением к тому художественному преображению мира и отношению к миру, которое несет в себе истинное искусство? На это ли опирается терапевт?

И не происходит ли во многих случаях подмена «встречи» — соприкосновения человека с сущностью искусства — воздействием каких-либо акцидентальных, периферийных или служебных свойств произведения (сюжетной коллизии, особенностей художественных материалов, экспрессивного жеста, сочетания цветов, тех или иных характеристик «ткани» музыкального произведения и т. д.)? Воздействием, подобным тому, какое оказывает конкретное лекарство на течение конкретного заболевания, и не связанным сущностно ни с собственно *художественными достоинствами* используемых произведений, ни с *художественно-творческой спецификой* предлагаемых клиенту практических задач[3].

**«НОРМАЛЬНОСТЬ» ЧЕЛОВЕКА ОПРЕДЕЛЯЕТСЯ, КОНЕЧНО, НЕ УРОВНЕМ ЕГО ДОСТИЖЕНИЙ, А САМИМ СТРЕМЛЕНИЕМ РАСКРЫТЬ, РЕАЛИЗОВАТЬ, МОЖНО ДАЖЕ СКАЗАТЬ, «ОПРАВДАТЬ» ТАЛАНТ**

В таком случае это если и терапия, то *не* «*арт*», т. к. терапевт использует искусство как средство, помогающее клиенту психологически приспособиться к наличной ситуации в его жизни (что в ряде случаев, наверное, необходимо, особенно на первом этапе), но не включает в работу глубинные силы самого искусства, способные дать человеку особый внутренний опыт, помочь по-новому увидеть мир и себя в мире.

Парадоксальным образом искусство преображает человека «именно тогда, когда к нему относятся не как к терапии, не с утилитарными намерениями, а свободно, открываясь той реальности, которая в нем утверждается» (Айламазьян, 2024, с. 16; Айламазьян, 2018). Что же это за реальность, которую хотелось бы уподобить не столько полезному лекарству для конкретного заболевания, сколько целебному воздуху, благотворному всегда и для всех?

Два примера помогут нам настроиться на понимание дальнейшего изложения. Старинная ирландская сага повествует о знаменитом воине и скальде по имени Эгиль. Когда двое сыновей Эгиля погибли в схватках, дальнейшая жизнь лишилась для него смысла, и он твердо решил умереть, не поднимаясь с соломенного ложа. Но умная дочь убедила его, что прежде нужно отпеть сыновей, поскольку никто другой не сможет сочинить достойную погребальную песнь. По мере того как Эгиль сочинял эту песнь, жизненные силы возвращались к нему. Он поднялся, взял свою арфу, сел на почетное место в доме, сначала пропел свою песнь для домашних, потом справил тризну согласно обычаю — и жил еще много лет.

Второй «сюжет» — из позднего советского времени. Человека долго держали под следствием, добиваясь, чтобы он признал что-то такое, в чем не считал себя виновным. После очередного ежедневного допроса он подумал, что положение его безысходно, и решил завтра же все подписать, чтобы отправиться на лесоповал. Но вдруг он вспомнил одно стихотворение Осипа Мандельштама, прочитал

3 Знакомясь с типичными психоаналитическими интерпретациями художественного произведения, видишь, что, как бы их ни оценивать с точки зрения задач психоаналитика, к пониманию *искусства*, к пониманию того, *что движет художником*, они не имеют отношения. Анализируется некий сюжетный скелет, к которому можно с равным успехом свести и трагедию Шекспира, и текст, имеющий нулевую художественную ценность. А психоанализ личности творца схватывает в ней только то, чем он *не отличается* от всех других людей. Но, как пишет К. Юнг, произведение искусства — это «творческое преображение как раз тех условий и обстоятельств, из которых его хотела бы закономерно вывести каузалистская психология» (Юнг, 1991, с. 274).

его про себя и понял, что никакую «кривду» не признает, и будь что будет. Когда он утром пришел на допрос, следователь почему-то сразу понял, что ничего от него не добьется, и отправил его туда, куда он хотел попасть.

Почему же это загадочное и довольно печальное по тону стихотворение, которое начинается строкой «Флейты греческой тэта и йота»[4], подействовало так необъяснимо с рациональной точки зрения? Сам герой происшествия говорил, что ощутил *связь со всем сущим,* с прошлым и будущим, с людьми и со всем миром, и даже нечто подобное тому, что рассказывали его церковные друзья о состоянии после причастия.

Эти два примера свидетельствуют о значимости творчества, увиденного как бы в двух измерениях: вертикальном и горизонтальном.

Человек — творец по природе. Поэтому каждый из нас осознает, чувствует себя *и на самом деле является самим собой* в той мере, в какой ему удается в стесненных обстоятельствах высвобождать, актуализировать эту внутреннюю энергию, воплощать ее в творчестве.

Обращение к творчеству словно окликает в нас творца. Оно преодолевает нашу безотрадную замкнутость рамками повседневного самосознания; можно сказать, преодолевает *отчуждение человека от самого себя.* Оно залечивает разрыв эмпирического «эго» и высшего творческого «Я», содержащего в себе всю полноту возможностей, которые мы призваны осуществлять в хронотопе «горизонтальной» земной жизни. Преодолевает несовпадение «сущности и существования», которое исподволь обессмысливает нашу жизнь и не может не быть глубинным источником различных проявлений психологического неблагополучия. Образно говоря, «ис-целяет», то есть делает человека *цельным* в вертикальном измерении его бытия. О такой целительности творческого акта свидетельствует рассказ про древнего скальда.

Но наше неблагополучие имеет и другое, *горизонтальное* измерение, в котором мы чувствуем себя отчужденными от других людей, от мирового целого, внутренне не причастными к всеобщей жизни. Непроницаемый для повседневного «эго» барьер разделяет наше «я» и окружающее «не-я». И это поселяет в нас тоскливое ощущение чуждости объективного мира, который живет по своим, глубоко безразличным к нам законам; приучает видеть в природе лишь совокупность объектов, не содержащих в себе внутренней жизни, родственной нашей. Удерживает нас в том отчужденном отношении к миру, которое М. Бубер назвал отношением «Я — ОНО» (1995).

Прорыв «по вертикали», встреча с собственным высшим «я» лежит в основании любого истинно творческого акта (Мелик-Пашаев, 2020; 2024), хотя особенно часто и феноменологически наиболее ярко переживается в области искусства («Но лишь божественный глагол / До слуха чуткого коснется, / Душа поэта встрепенется, / Как пробудившийся орел…»[5]).

Так же и трансцендирование своих границ «по горизонтали», пережитое героем второго приведенного выше сюжета, неявным образом присутствует во всех видах творчества, но особенно часто случается и отчетливо осознается в опыте художественно одаренного человека.

По бесчисленным свидетельствам выдающихся людей, творивших в разные времена, в разных странах, в разных областях искусства, самую возможность зарождения и потребность воплощения художественного замысла создают не какие-либо специальные способности, а особое, целостное отношение человека к миру, а вернее сказать — с миром, подобное тому, которое М. Бубер назвал отношением «Я — ТЫ» (1995).

Главная характеристика этого отношения — переживание единства и родства с теми или иными явлениями действительности или даже с миром в целом, в предельной форме выраженное Ф. И. Тютчевым: «Все во мне, и я во всем!..»[6].

Хорошо говорит об этом М. М. Пришвин: «…Только потому, что мы в родстве со всем миром, восстанавливаем мы силой родственного внимания общую связь и открываем свое же личное в людях другого образа жизни, даже в животных, даже в растениях, даже в вещах» (1996, с. 7).

4 Мандельштам, О. Э. (1993). *Собрание сочинений в 4 т.* Арт-Бизнес-Центр.

5 Пушкин, А. С. (1959). Стихотворения 1823–1836. Д. Д. Благой, С. М. Бонди и др. (Ред.), *Собрание сочинений в 10 томах (т. 2).* ГИХЛ.

6 Тютчев, Ф. И. (1957). *Полное собрание стихотворений.* Советский писатель.

Такое отношение к миру, явно высказанное или прикровенно присутствующее в любом истинно художественном произведении, воздействует на зрителя, читателя, слушателя и способно пробуждать у него аналогичный целительный опыт причастности к мировому целому.

Важно иметь в виду, что, описывая по отдельности два «измерения» творчества, мы упрощаем дело: существует точка пересечения, в которой они всегда нераздельны. Очевидно, например, что вместить в себя, хотя бы на мгновение, весь «горизонтальный» мир способно не сознание повседневного «эго», которое, по словам У. Уитмена, «помещается между башмаками и шляпой»[7], а вневременное и внепространственное сверхсознание высшего «Я» поэта.

## Практические выводы

Возвращаясь к тому отношению к миру, которое свойственно людям искусства, замечу: многолетние исследования автора данной статьи и З. Н. Новлянской позволяют утверждать, что дети щедро наделены благоприятными возрастными предпосылками такого отношения и что оно успешно развивается в сенситивном возрасте, в условиях творчески ориентированных занятий тем или иным видом искусства (Мелик-Пашаев, 2020, 2024; Мелик-Пашаев, Новлянская, 2022; Новлянская, 2010, 2016). А это позволяет ставить вопрос не только о терапевтическом, но о *профилактическом* потенциале раннего приобщения *всех* детей к полноценному художественному творчеству.

Возможности и перспективы «артпрофилактики» в общем образовании нужно обсуждать отдельно. Сейчас я говорю лишь коротко о главном. Не раз было замечено, что в школах, которым удается, вопреки давлению обстоятельств, находить для искусства достойное место в учебной или внеучебной деятельности, улучшается сама атмосфера учреждения и отношение детей к получению знаний. Они меньше болеют и лучше осваивают так называемые основные предметы. Более того — обширные данные свидетельствуют о том, что подростки, рано приобщившиеся к художественному творчеству, несравнимо реже попадают в так называемые «группы риска» и в поле внимания правоохранительных органов (Кирнарская, 2004; Крылова, 2018; Сайбединов, 2020).

Поэтому тенденция вытеснения искусства из общего (и общедоступного) образования крайне недальновидна и неблагоприятна для психологического здоровья подрастающих поколений и общества в целом.

ТЕНДЕНЦИЯ ВЫТЕСНЕНИЯ ИСКУССТВА ИЗ ОБЩЕГО (И ОБЩЕДОСТУПНОГО) ОБРАЗОВАНИЯ КРАЙНЕ НЕДАЛЬНОВИДНА И НЕБЛАГОПРИЯТНА ДЛЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПОДРАСТАЮЩИХ ПОКОЛЕНИЙ И ОБЩЕСТВА В ЦЕЛОМ

Предвижу, впрочем, что представленное в статье понимание искусства и личности художника может казаться необоснованно идеализированным и вызывать серьезные и не лишенные оснований возражения. Попытаюсь дать предварительный ответ на самое очевидное из них.

Оно заключается в том, что далеко не всякое «песнопение» врачует «болящий дух». Невозможно отрицать, что многие произведения и практики, относимые сегодня к области искусства, никак не могут ни «возвышать», ни «расширять» человека, в том числе и самого автора, и оказывают не то что не целебное, но откровенно деструктивное психологическое воздействие. Как совместить этот несомненный факт со всем, что было сказано выше?

Чтобы дать ответ, который был бы убедителен для каждого, нужно было бы предложить приемлемое для всех определение того, что следует, а что не следует называть искусством. Понимая, что задача эта невыполнима, я просто солидаризируюсь с замечательным писателем и мыслителем Фазилем Искандером, сказавшим, что искусство — это «стремление к благу, выраженное пластически». Это, конечно, не значит, что художник «не замечает» темных

или трагических сторон действительности. Напротив, он предельно чуток к ним, и они тоже становятся предметом преобразования в его творчестве. Речь о том, что «стремление к благу» должно жить в душе самого творца. Тогда все им создаваемое будет во благо, и всякая трагедия приведет к катарсису.

## Список источников/References


Айламазьян, А. М. (2018). О смыслопорождающей роли искусства в жизни человека. *Мир психологии, 1*(93), 241–254. EDN: XMPWHR.

Айламазьян, А. М. (2024). Размышления на тему «Терапия или искусство?». *Искусство в школе,* 3, 16–17. EDN: BOAJIL.

Бубер, М. (1995). *Два образа веры.* Республика.

Зеньковский, В. В. (2011). *Проблема психической причинности* (т. 3). Русский путь: Дом русского зарубежья им. Александра Солженицына.

Кирнарская, Д. К. (2004). *Музыкальные способности.* Таланты — XXI век.

Кришнамурти, Дж. (2003). *Образование и смысл жизни.* ИД «София».

Крылова, Е. О. (2018, 25 июня). *Программа для мира и сотрудничества.* Искусство в школе. https://art-inschool.ru/programma-dla-mira

Мандельштам, О. Э. (1993). *Собрание сочинений в 4 т.* Арт-Бизнес-Центр.

Маслоу, А. (1997). *Дальние пределы человеческой психики.* Евразия.

Мелик-Пашаев, А. А. (2020). Доминанта и творчество. *Вопросы психологии,* 3, 80–91. EDN: QPGKBG.

Мелик-Пашаев, А. А. (2024). Инсайт: загадка или тайна? *Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки,* 2, 56–67. EDN: SCXFYZ.

Мелик-Пашаев, А. А., Новлянская, З. Н. (2022). *Психология художественного творчества.* Изд-во МГУ.

Непомнящая, Н. И. (2005). Целостно-личностный подход к изучению человека. *Вопросы психологии,* 1, 116–125.

Новлянская, З. Н. (2016). *Становление авторской позиции в детском литературном творчестве.* Author's Club.

Новлянская, З. Н. (2010). *Учение и творчество.* Российская Академия образования, Психологический институт.

Пришвин, М. М. (1996). *Силой родственного внимания.* Искусство в школе.

Пушкин, А. С. (1959). Стихотворения 1823–1836. В Д. Д. Благой, С. М. Бонди и др. (Ред.), *Собрание сочинений в 10 томах* (т. 2). ГИХЛ.

Сайбединов, А. Г. (2020). Эмоциональное образование как новый ресурс развития роли и значения предметов искусства в современной школе. *Эмоциональное образование: проблемы и споры* (стр. 14–25). ИХОиК РАО.

Слободчиков, В. И. (2014). Теория и диагностика развития в психологической антропологии. *Психология обучения,* 1, 4–34, EDN: RQRGZX.

Тютчев, Ф. И. (1957). *Полное собрание стихотворений.* Советский писатель.

Уитмен, У. (2005). *Листья травы.* Азбука-Классика.

Франкл, В. (1990). *Человек в поисках смысла.* Прогресс.

Юнг, К. Г. (1991). *Архетип и символ.* Renaissance.

Mounier, E. (1951). *Le Personalisme.* Paris.


## Art as Therapy for the Soul


**Alexander A. Melik-Pashayev**
**PhD in Psychology, Chief Researcher, Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research, (Psychological Institute of the Russian Academy of Education) (9/4, Mokhovaya Str., Moscow, Russian Federation, 125009), https://orcid.org/0000-0001-8954-3922, e-mail: zinaidann@mail.ru**



**ABSTRACT** The author proceeds from the fact that man is a creative being by nature, called upon to realize his unique creative potential in life. The thesis is put forward that the ability and need for creativity is not an exception, but a norm of human existence. In this regard, the difference between the statistical understanding of the norm and its axiological understanding, characteristic of humanitarian psychology, is emphasized. The fact that creativity is the norm, and its deficiency or absence is a pathology dangerous in its consequences, is associated with the demand for creativity therapy, primarily art therapy. The question is raised about the extent to which existing art therapy practices rely on the specific possibilities of art as such. The author believes that involvement in art and artistic creativity has a beneficial effect on a person in two interconnected dimensions – vertical and horizontal. In the first case, we are talking about overcoming a person's isolation from his own creative nature, the gap between everyday self-awareness and the higher creative "I". In the second, the feeling of isolation, alienation from the outside world, and the opposition of "I" and "not-I" are overcome. Based on his own research, the author claims that children have favorable age prerequisites for artistic and creative development, and therefore early experience of artistic creativity can serve as a preventive measure against psychological ill-being in their later life. The question is raised about the conditions under which the impact of art can be healing for a person.



**KEY WORDS** creativity, art, norm, art therapy, age prerequisites of artistic development

**TO CITE** Melik-Pashayev, A. A. (2025). Art as Therapy for the Soul. *Educational Policy*, 20(1), 47–52.


© Melik-Pashayev A. A., 2025


Received: 01.02.2025
Accepted: 10.02.2025
Date of publication: 31.05.2025