**Конкурс «Педагогические идеи и технологии».**

Тема: «Использование комплекса арт-терапевтических методов при работе с педагогами в ДОУ».

*Совместно подготовили:*музыкальный руководитель Лысенко Е.С.

педагог-психолог Родникова Д.С.

С давних времен у людей складывались определеннные  представления о тесной взаимосвязи музыки и цвета. Например, индусы считали, что в каждом человеке заложена своя мелодия и цвет. Гениальный Аристотель утверждал в трактате «О душе», что соотношение цветов подобно музыкальным созвучиям.

Пифагорейцы отдавали предпочтение белому цвету, как главенствующему во Вселенной, а цвета спектра в их представлении соответствовали семи музыкальным тонам. Цвета и звуки в космогонии греков являются активными созидательными силами.

В XVIII веке монах-учёный Л. Кастель задумал сконструировать «цветовой клавесин». Нажатие на клавишу представило бы взору слушателя яркое цветовое пятно в специальном окошечке над инструментом в виде цветной движущейся ленты, флажков, сияющих различными цветами драгоценных камней, подсвечиваемых факелами или свечами для усиления эффекта.

Композиторы Рамо, Телеман и Гретри отнеслись со вниманием к идеям Кастеля. В то же время он подвергся резкой критике энциклопедистов, которые считали аналогию «семь звуков гаммы – семь цветов спектра» несостоятельной.

**Феномен «цветного» слуха**

Явление цветового видения музыки обнаруживали у себя некоторые выдающиеся музыкальные деятели. Гениальному русскому композитору Н.А. Римскому-Корсакову, а так же известным советским музыкантам Б.В. Асафьеву, С.С. Скребкову, А.А.Кенелю и др. все тональности мажора и минора виделись окрашенными в определённые цвета. В отличие от них, австрийский композитор XX в. А. Шёнберг сопоставлял краски не с тональностью, а с музыкальными тембрами инструментов симфонического оркестра. Каждый из этих выдающихся мастеров видел свои цвета в звуках музыки.

* Например, для Римского-Корсакова *ре мажор* имел золотистый оттенок и вызывал ощущение радости и света, для Асафьева он окрашивался в цвет изумрудной газонной зелени после весеннего дождя.
* *Ре-бемоль мажор* представлялся Римскому-Корсакову темноватым и теплым, Кенелю – лимонно-жёлтым, Асафьеву – красным заревом, а у Скребкова вызывал ассоциации с зелёным цветом.

Но бывали и удивительные, почти волшебные совпадения.

* О тональности *ми мажор* высказывались, как о синей, цвета ночного неба.
* *Ре мажор* вызывал ассоциации у Римского-Корсакова с желтоватым, царственным цветом, у Асафьева – это солнечные лучи, интенсивный жаркий свет, а у Скребкова и Кенеля – жёлтый.

Стоит отметить, что все перечисленные музыканты обладали [абсолютным слухом](http://music-education.ru/vidy-muzykalnogo-sluha-chto-k-chemu/).

**«Цветопись» звуками**

Произведения Н.А. Римского-Корсакова музыковеды часто величают «звуковой живописью». Такое определение связано с дивной изобразительностью музыки композитора. Творения Римского-Корсакова насыщены музыкальными пейзажами. Выбор тонального плана картин природы отнюдь не случайный.

Увиденные в синих тонах ми мажор и ми-бемоль мажор, в операх «Сказка о царе Салтане», «Садко», «Золотой петушок», употреблены для создания картин моря, звёздного ночного неба. Восход солнца в тех же операх написан в ля мажоре – тональности весенней, розовой.

В опере «Снегурочка» ледяная девочка впервые появляется на сцене в «синем» ми мажоре, а её мать Весна-Красна – в «весеннем, розовом» ля мажоре. Проявление лирических чувств передано композитором в «тёплом» ре-бемоль мажоре – это и [тональность](http://music-education.ru/chto-takoe-tonalnost/) сцены таяния Снегурочки, получившей великий дар любви.

Французский композитор-импрессионист К. Дебюсси не оставил точных высказываний о своём видении музыки в цвете. Но его фортепианные прелюдии – «Терраса, посещаемая лунным светом», в которой переливаются звуковые блики, «Девушка с волосами цвета льна», написанная в тонких акварельных тонах, заставляют предположить, что у композитора были явные намерения соединить звук, свет и цвет.

Учёные, музыканты и художники и сегодня спорят о возможности соединения цвета и музыки. Есть исследования о том, что периоды колебаний звуковых и световых волн не совпадают и «цветозвук» — это лишь феномен восприятия. Но бытуют ведь у музыкантов определения: *«тональный колорит», «тембровые краски»*. А если в творческом сознании композитора соединяются звук и цвет, то рождаются грандиозный «Прометей» А. Скрябина и величественные звучащие пейзажи И. Левитана, Н Рериха. В Поленова…

Аналогичные варианты идеи с использованием принципа универсальности цветозвуковых соотношений выдвигались в XVIII веке Изучением явления «цветного слуха» занимались известные композиторы: Берлиоз, Лист, Вагнер, Римский-Корсаков, Скрябин, Асафьев. Это дало толчок к новым идеям о природе цвето-звуковых соответствий. Речь идет о «цветном» восприятии изолированных тональностей или отдельных тембров. Однако известно, что люди, обладающие этим редким явлением, воспринимают подобным образом не каждую тональность и не каждый тембр. А.Н. Скрябин, например, как свидетельствует Л. Сабанеев (1925), отчетливо воспринимал в цвете тональности до мажор, фа мажор и соль мажор, цвета других тональностей он выводил чисто умозрительно на основе закономерностей квинтового круга. Скрябин считал, что его система цвето-тонального слуха универсальна, единственно возможна, и абсолютизировал ее как обязательную для всех. В таблице ниже приведены примеры цвето-тональных ассоциаций некоторых русских композиторов (Галеев, Ванечкина, 2000).

**Таблица.** Примеры цвето-тональных ассоциаций некоторых русских композиторов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тональность** | **А. Н. Скрябин** | **Н. А. Римский-Корсаков** | **Б. В. Асафьев** |
| до мажор | красный | белый | **–** |
| соль мажор | оранжеворозовый | светлый, откровенный, коричневато-золотистый | изумруд газонов после весеннего дождя или грозы |
| ре мажор | желтый, яркий | дневной, желтоватый, царственный, властный | солнечные лучи, блеск именно как интенсивное излучение света (если в жаркий день смотреть с горы Давида на Тифлис!) |
| ля мажор | зеленый | ясный, весенний, розовый; это цвет вечной юности, вечной молодости | скорее радостное, пьянящее настроение, чем световое ощущение, но как таковое приближается к ре мажору |
| ми мажор | сине-белесоватый | синий, сапфировый, блестящий, ночной, темнолазурный | ночное, очень звездное небо, очень глубокое, перспективное |
| си мажор | сине-белесоватый | мрачный, темно-синий со стальным сероватосвинцовым отливом; цвет зловещих грозовых туч | **–** |
| фа-диез мажор | сине-яркий | серовато-зеленоватый | кожа зрелого апельсина (соль-бемоль мажор) |
| ре-бемоль мажор | фиолетовый | темноватый, теплый | красное зарево |
| ля-бемоль мажор | пурпурнофиолетовый | характер нежный, мечтательный; цвет сероватофиолетовый | цвет вишни, если ее разломать |
| ми-бемоль мажор | стальной цвет с металлическим блеском | темный, сумрачный, серо-синеватый (тональность «крепостей и градов») | ощущение синевы неба, даже лазури |
| си-бемоль мажор | стальной цвет с металлическим блеском | несколько темный, сильный | ощущение цвета слоновой кости |
| фа мажор | красный | ясно-зеленый, пасторальный; цвет весенних березок | **–** |

Как известно, у каждого музыканта в процессе воспитания и творчества складывается своя семантика тональностей, их эмоционально-смысловая и символическая оценка. Она не может быть одинаковой и единой для всех людей, так как зависит от эпохи, от художественной школы, от стиля, в котором работает музыкант, от исторического и художественного контекста и, вместе с тем, от личных творческих предпочтений (Галеев, Ванечкина, 2000).

В. В. Ванслов (1983), исследуя творчество А. Н. Скрябина и Н. А. Римского-Корсакова, пишет о том, что механизм синестезии действует у вышеназванных композиторов только при восприятии отдельных аккордов и тембров. Всё тут же меняется, когда эти аккорды и тембры вплетаются в целостную музыкальную ткань. Это свидетельствует в пользу предположения об отсутствии универсальности соответствий цвет – звук.

Французский психолог Т. Рибо выводил три гипотезы происхождения «цветного слуха», которые были общеизвестны уже в XIX веке. Он пишет: «По эмбриологической гипотезе, это могло бы быть следствием неполной дифференциации между чувствами зрения и слуха и фактом случайного оживания такой особенности, которая в некоторую отдаленную эпоху была, может быть, общим правилом в человечестве. Анатомическая гипотеза предполагает сообщения или анастомозы между центрами зрительных и слуховых ощущений в головном мозгу. Затем есть физиологическая гипотеза нервной иррадиации и психологическая, видящая здесь ассоциацию» (Рибо, 1901). Сторонники синестетичности «цветного слуха» придерживаются главным образом «физиологической гипотезы», если воспользоваться определением Рибо. Существуют, тем не менее, серьезные возражения, ставящие под сомнение саму идею такого рода синестезии и предполагающие наличие лишь образных ассоциаций (Галеев, 1987, 1997).

В экспериментальной психологии исследование явления «цветного слуха» проводились в 20–30-х годах прошлого века. Во второй половине 20-х годов в Германии были организованы специальные конгрессы цвето-музыки и издавались сборники Farbe-Ton-Forschungen. Примерно в то же время были проведены исследования С. Н. Беляевой Экземплярской и Б. М. Теплова в России. Психологическую природу «цветного слуха», по мнению Теплова, «едва ли можно понять, оставаясь в пределах простых звуко-цветовых соответствий. Мало того, можно думать, что самые эти соответствия являлись моментом производным… здесь речь идет вовсе не только о цветах, а о некоторых предметноэмоциональных комплексах» (Теплов, 2003, с. 15). «Правильнее всего, – пишет Б. М. Теплов, – будет представлять себе природу цветного слуха Римского-Корсакова так: каждая тональность имела для него ярко выраженный эмоциональный тон, имела свое характерное настроение; а это настроение вызывало соответствующие ему зрительные образы, чаще всего картины природы; основной цвет этих образов и картин становился цветом данной тональности» (Теплов, 2003, с. 15). В том же направлении идет объяснение, даваемое Беляевой-Экземплярской относительно случаев появления при слушании музыки цветных образов (Беляева-Экземплярская, 1923).

В 60-х годах прошлого века в рамках кибернетического подхода в Москве (К. Леонтьев) и Казани (Б. М. Галеев) были проведены цвето-музыкальные эксперименты с помощью сконструированных цвето-музыкальных инструментов, основанных на несходных эстетических и технических принципах (Галеев, 1967, 1973; Леонтьев, 1961, 1965). Авторы отказались от принципа однозначности соответствий звука и цвета (гамма – спектр и квинтовый круг – спектр) и попытались выразить в цвете звуковую структуру музыки одновременно по многим параметрам. Но, полученный результат, получился весьма неубедительным и мало чем отличающимся от опытов Ньютона–Кастеля, так как строился на основе чисто технического усложнения установок, а не на основе поисков реальных закономерностей цветозвуковых соответствий.

В 70–80-е годы произошел отход от прямых аналогий между звуком и цветом. Начались исследования элементарных структур музыкального восприятия, интонационной природы звука, близости его к звучанию человеческого голоса (Назайкинский, 1967; Рагс, Назайкинский, 1970; Медушевский, 1976). Авторы говорят о том, что способность человека к звукопорождению, звукоизвлечению (речи, пению) «одухотворяет» звук, придает ему смысл, наполняет его эмоциональным содержанием, создает возможность воплощения индивидуально-смысловых характеристик в звуке голоса. В отличие от этого человек не владеет способностью к цветоизвлечению. Он не светится, имеет цвет, но не создает его, не может в нем выразить себя так, как выражает в звуках голоса. Поэтому отвлеченный, беспредметный цвет, взятый сам по себе, не обладает такой выразительностью, как звук. Выразительные особенности цвета опосредуются предметным миром и его значением для человека. Цвета холодные и теплые, тяжелые и легкие, веселые и грустные – это цвета, присущие предметам, которые обладают соответствующими свойствами, и от их значения в жизни человека получившие свою выразительность.

Таким образом, природа выразительности звука и цвета совершенно различна. В одном случае это происходит непосредственно, в другом – опосредованно. Поэтому просто присоединение одного к другому без посредствующего звена по любому механическому или техническому принципу несостоятельно.

В процессе нашего исследования была поставлена *цель* выяснить, существуют ли однозначные соответствия между цветом и простейшими (наименее эмоциогенными) элементами музыкального звучания и каковы закономерности, лежащие в основе их образования.

Основные *задачи* исследования:

1. Установить наличие или отсутствие однозначных параллелей между цветами и музыкальными тонами и тональностями.

2. Сравнить полученные результаты с данными предыдущих экспериментов в этой области.

3. Проанализировать (по результатам субъективных отчетов) способы подбора цвета к музыкальным звукам и их совокупности и найти психологическое обоснование полученных цвето-музыкальных параллелей.

*Процедура исследования:*

В процессе эксперимента перед музыкантами ставились задачи:

1. Подобрать тот или иной цвет:

-к звукам гаммы в пределах трех октав (от малой до второй), при этом варьировалась высота звука;

-к ряду мажорных и минорных тональностей в рамках одного квинтового круга и четырех тональностей в рамках второго квинтового круга (тональности с количеством знаков больше семи) – всего 14 мажорных и 14 минорных тональностей;

-к ступеням мажорного и минорного лада, характеризующимся выраженной устойчивостью–неустойчивостью, а также тяготением и разрешением;

-к основным музыкальным интервалам.

2. Дать субъективный отчет о способе подбора цвета (обосновать, почему, по мнению испытуемого, он подбирает в том или ином случае именно этот цвет).

**Результаты и их обсуждение**

Обнаружилось почти полное отсутствие однозначности в подборе цвета как к отдельным тонам, так и к их сочетанию (тональностям и музыкальным интервалам). Исключение составляют:

-нота до 1-й октавы (чаще всего ассоциируется с белым цветом);

-тональности до и соль мажор (ассоциируются соответственно с белым и красным цветом);

-некоторые ступени лада (5- и 7-я ступени, характеризующиеся наиболее сильным тяготением и стремлением к разрешению в 1-ю ступень, – ассоциируются с ярким, раздражающим красным или насыщенным бордовым цветом, от которого «хочется уйти»);

-чистые интервалы (чистая кварта и чистая октава описываются как бесцветные или белые, чистая квинта описывается как красная).

Подбор цвета к звуку – особенно это касается тональностей – осуществлялся с опорой либо на известные (любимые, часто используемые испытуемыми) музыкальные произведения, написанные в той или иной тональности и имеющие определенный характер звучания, несущие определенную эмоционально-смысловую нагрузку, либо по «чувству», которое возникает по ассоциации в связи с прошлым опытом работы с данной тональностью. Цвет, таким образом, приписывался этому «чувству».

Часто испытуемые не могли назвать конкретный цвет, а описывали его метафорически, с помощью таких прилагательных, как: приглушенный, яркий, светлый, темный, контрастный, утвердительный, простой, прозрачный, кристальный, матовый, что-то туманное, завуалированное, или давали сравнительные характеристики цвета по отношению к другой тональности (например: ре мажор более яркая, чем соль мажор).

Испытуемые (имеющих наиболее высокую музыкальную подготовку) вообще испытывали затруднение в подборе цвета к тональностям и без просьбы экспериментатора давали в основном нецветовые и более детальные ассоциации, связанные с:

-осязанием: холодная, твердая, плотная, тяжелая, легкая, мягкая, рыхлая, сухая;

-настроением, эмоциональным состоянием: печальная, задумчивая, романтическая, ностальгия, отрешенная, спокойная, бодрая, уравновешенная, походная, волевая, трагическая, мужественная;

-чисто музыкальными характеристиками: мелодичная, лирико-драматичная, песенная, элегическая;

-музыкальными жанрами: русский фольклор, народная музыка;

-живописью, архитектурой и графикой: русский модерн, живопись импрессионистов, готический собор, базилика, квадратная;

-конкретными предметами и материалами: дерево, свинец, металл, молоток, стекло, фарфор, иголка, топленое молоко;

-явлениями природы, временем суток и временем года: восход солнца, утро, осенняя, цвет русской природы, цвет весны, цвет лета.

Следует отметить, что среди музыкантов нередко наблюдаются случаи особенно тесной связи слуховых представлений со зрительными. Эта связь носит настолько яркий характер, что слуховое представление не может возникнуть без соответствующего «вспомогательного» зрительного (Теплов, 2003).

Далее по результатам эксперимента можно отметить существование общности в подборе цвета к тональностям относительно светлотных характеристик, касающихся мажорных и минорных тональностей в целом: цвета минорных тональностей, как правило, бледнее, тусклее тех же одноименных или параллельных мажорных тональностей. Минорное созвучие ощущается как «притушенное», «приглушенное».

**Терапия искусством**

**Арт-терапия** (от [англ.](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BD%D0%B3%D0%BB%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%8F%D0%B7%D1%8B%D0%BA) *art*, искусство) — это вид [психотерапии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BF%D0%B8%D1%8F) и [психологической коррекции](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F), основанный на [искусстве](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%81%D0%BA%D1%83%D1%81%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE) и [творчестве](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B2%D0%BE%D1%80%D1%87%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE). В узком смысле слова под арт-терапией обычно подразумевается терапия [изобразительным](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%B7%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%B8%D1%81%D0%BA%D1%83%D1%81%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE) творчеством с целью воздействия на психоэмоциональное состояние пациента. Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Методика арт-терапии базируется на убеждении, что внутреннее «Я» человека отражается в зрительных образах всякий раз, когда он рисует, пишет картину, лепит скульптуру, занимается свободным творчеством. Использование арт-терпевтических методов дают положительные результаты при трудностях эмоционального развития, [стресс](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D1%82%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81)е, [депрессии](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B5%D0%BF%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F), сниженном настроении, эмоциональной неустойчивости, импульсивности, межличностные конфликты и т.д. Таким образом, можно седелать вывод о том, что терапия творчеством может быть использована в ДОУ не только для работы с родителями и детьми, но и с педагогами.

Творческие компоненты имеются везде и в составе чувственных представлений и в системе понятийных образов, как в живом созерцании, так и в эмпирическом, теоретическом познании.

Творчество помогает человеку освободить свою индивидуальность. В то время, когда включается творческий процесс, человек приобретает активность и желание действовать. Душа стремится к своей цели.

В основе творчества лежит множество факторов, это и абстрактное и боковое мышление, и готовность памяти и способность речи, а также способность к сцеплению фактов, умение работать с информацией и воля, чтобы любой процесс доводить до конца. Если сказать коротко, то для реализации творчества остаются главными: труд, талант и умение найти себя в окружающей реальности.

Творчество связано с интуицией, она помогает принять более точное решение. Импульсы, несущие информацию идут по многочисленным каналам. Пространственная и временная суммация импульсов, связанные с ней мозаика возбуждения и торможения – есть физиологическая основа человеческого мышления. Для нашего занятия с педагогами мы постарались объединить несколько арт-терпевтических методов для расширения возмоностей педагогов в их работе, т.к. чем больше человек познаёт, анализирует, наблюдает, тем больше, шире открывается на творческий процесс – создания новых форм, а так же для создания положительного настроя у педагогов.

**План мероприятия:**

1. Рассказ о взаимосвязи цветового и музыкального восприятия.

2. Прослушивание отрывков из музыкальных произведений с последующим индивидуальным анализом (педагоги рассказывают о своих цветовых ассоциациях и эмоциях, вызванных предложенными композициями).

3. Рассказ об использовании арт-терапевтических методах (цветотерапии, музыкальной терапии, творческом самовыражении через свободное творчество).

4. Практическая часть (творчество с использованием цветотерапии и музыкальной терапии).

**Выводы**

1. Полученные цвето-звуковые соответствия носят, за исключением отдельных случаев, неоднозначный характер и определяются сложившимися (в процессе обучения, воспитания, профессиональной деятельности, творчества) у каждого испытуемого устойчивыми индивидуальными представлениями о характере звучания того или иного музыкального элемента. Таким образом, нельзя констатировать существование единой системы цветозвуковых соответствий. По мнению некоторых авторов (Расников, 2006), такая система отсутствует в принципе. Однако можно говорить о наличии у разных людей индивидуальных синестетических схем взаимоперевода звук–цвет.

2. Полученные данные говорят об условном, ассоциативном, метафорическом характере цвето-звуковых параллелей, в основе которого лежит эмоционально-смысловая оценка звучания музыкальных элементов и соответствующих цветов. Таким образом, мы имеем дело с классическим *межмодальным переходом: звук – эмоция – цвет*.

3. Музыкальные произведения, представленные для прослушивания, без названия вызывают у людей неоднозначные образы и создают разные цветовые ассоциации, в отлии от тех композиций, название которых заранее формировало готовый образ.

4. Комплексное использование арт-терапевтических методов при работе с педагогами в ДОУ способствует раскрытию творческих возможностей, способствует релаксации и улучшению взаимоотношений между педагогами.

5. В результате проведенного тренинга с педагогами, с уверенностью можно скать, что данная педагогическая технология может быть успешно использована и при работе с детьми.

6. Использование данного метода возможно в других образовательных учреждениях.