

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ  
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ



*Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції*

**ПРОДОВОЛЬЧА ТА ЕКОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА  
В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ПОВОЄННОЇ ВІДБУДОВИ:  
ВИКЛИКИ ДЛЯ УКРАЇНИ ТА СВІТУ**

*присвяченої 125-річчю Національного університету  
біоресурсів і природокористування України*

**Секція 4. Якість освіти та гуманітарна наука в умовах війни  
та глобальних викликів**

**25 травня 2023 року  
Київ, Україна**

Організатор конференції:

Національний університет біоресурсів і  
природокористування України

Продовольча та екологічна безпека в умовах війни та повоєнної відбудови: виклики для України та світу: мат. Міжн. наук.-практ. конф., секція 4: Якість освіти та гуманітарна наука в умовах війни та глобальних викликів (м. Київ, 25 трав. 2023 р.). Київ, 2023. С. 358.

Матеріали конференції подано в авторській редакції.

У збірнику подано результати обговорення актуальних проблем, перспектив і шляхів забезпечення продовольчої та екологічної безпеки в умовах війни, плану відновлення України, сталого розвитку світу в контексті глобальних і регіональних викликів, трансформації суспільства та формування нової парадигми розвитку.

**Редакційна колегія:**

Ніколаєнко С. М. (відповідальний редактор), Кваша С. М., Кондратюк В. М., Ткачук В. А., Шинкарук В. Д., Барановська О. Д., Баль-Прилипка Л. В., Братішко В. В., Глазунова О. Г., Гриценко І. С., Діброва А. Д., Євсюков Т. О., Каплун В. В., Коломієць Ю. В., Кононенко Р. В., Васишин Р. Д., Мельник В. І., Остапчук А. Д., Отченашко В. В., Рудик Я. М., Ружило З. В., Савицька І. М., Тонха О. Л., Цвіліховський М. І., Яра О. С.

Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції

**ПРОДОВОЛЬЧА ТА ЕКОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ПОВОЄННОЇ  
ВІДБУДОВИ: ВИКЛИКИ ДЛЯ УКРАЇНИ ТА СВІТУ**

*присвяченої 125-річчю Національного університету біоресурсів  
і природокористування України*

**Секція 4. Якість освіти та гуманітарна наука в умовах війни та глобальних викликів**

Відповідальний за випуск: **Отченашко В. В.**

© НУБіП України, 2023.

**УДК 7.07**  
**ТЕАТРАЛЬНЕ МИСТЕЦТВО ЯК СПОСІБ РОЗВИТКУ ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ,  
ПОДОЛАННЯ ОСОБИСТІСНИХ БАР'ЄРІВ СПІЛКУВАННЯ ТА ЗНЯТТЯ  
ЕМОЦІЙНОЇ НАПРУГИ**

**Тітенко Н. М.**, старший викладач кафедри культурології  
*Національний університет біоресурсів і природокористування України,  
м. Київ*

Театральне мистецтво бере свій початок з глибокої давнини. Воно вже тоді проявлялося в народних іграх, танцях, піснях та обрядах. Цей видовищний вид мистецтва і по сьогодні є затребуваним в усьому світі. Театральне мистецтво поєднує в собі два протилежні світи - фантазії та реальності. А духовне життя людини повноцінне лише тоді, коли вона живе у світі творчості.

Спілкування - це важливий елемент, без якого неможливо уявити собі формування людини взагалі. Від уміння спілкуватися, озвучення власних думок і почуттів, залежить враження від людини і результат її сприйняття у колективі чи суспільстві – позитивний чи негативний. Із спілкування починається наша поведінка, наша дія і чим вище рівень його розвитку, тим продуктивніше результат дії людини. Через спілкування кожен з нас отримує інформацію, і віддає її в навколишній світ. Вибудовує міжособистісні відносини, без яких неможливий гармонійний розвиток особистості [1].

Театральне мистецтво також важливе і для тих, хто не може «виговоритися», кому висловити свої фантазії в творчості легше, ніж розповісти про них. А заняття в театральних студіях сприяють саме подоланню особистісних бар'єрів спілкування, формуванню комунікативних навичок.

Пластика, слово, музика, гра та інші складові театрального мистецтва можуть не лише розкрити істинні, глибинні бажання людини, її страхи, відношення до когось або чогось, настроїв в даний момент, але й вплинути на психологічно емоційний та фізичний стан. Адже відомо, що кожна мистецька форма, рух, колір та звук випромінюють певну енергію, яку можна і потрібно використовувати для покращення свого емоційного стану, зміцнення здоров'я та світогляду. Термін «Арт – терапія» з'явився ще в 40-і роки ХХ ст. Його почав використовувати британський лікар і художник Адріан Хілл [2].

І саме зараз, у цей емоційно напружений та психологічно складний воєнний час для нашої країни, терапія мистецтвом може стати тією «чарівною паличкою» яка пом'якшить сприйняття викликів та реалій сьогодення.

Арт - терапія - це метод зцілення за допомогою творчості, це приємна та цікава форма психотерапії, заснована на мистецтві, а також образотворчій і творчій діяльності. Театральне мистецтво допомагає гармонізації розвитку особистості через розвиток уміння самовираження та самопізнання.

Театро-терапія не має обмежень і протипоказань та доступна кожній людині в будь-якому віці. Заняття мистецтвом взагалі, мобілізують творчий потенціал людини, запускають механізм психічного імунітету до самозцілення і відновлюють процеси саморегуляції, а через позитивне наповнення змінюють світогляд людини.

Театро - терапія - один із найм'якших і водночас глибоких методів в арсеналі психології людини. Театральне мистецтво розвиває творчі здібності, тренує навички спілкування, яке необхідне для діяльності людини, театр ніби розкриває та програмує людину на успіх. Бо кожен може стикнутися з тим, що його таємні бажання, його підсвідомі почуття та емоції легше викласти у творчості, ніж виразити словами. І саме арт- методики останнім часом набувають великої популярності. Вони з успіхом використовується в гуманітарній сфері - у психології та педагогіці, в соціальній роботі, у бізнесі та інших платформах. Існує думка, що образи художньої творчості відображають зміст підсвідомих процесів, включаючи внутрішні конфлікти, страхи, нав'язливі думки, спогади, сновидіння тощо.

І у творчості, у будь-якій формі, наше підсвідоме взаємодіє із свідомістю через створювані художні або сценічні образи. Цей процес приносить задоволення, навчас вільно і спонтанно виражати свої переживання, думки, емоції. Театральне мистецтво дає можливість у завуальованій формі трансформувати у сценічний персонаж, пластичний образ, поетичний твір, або ж інші художні форми проблему, яка людиною навіть не усвідомлювалась або була витіснена, дістати її назовні, проаналізувати і знайти рішення. Сприйняття і переробка цієї образної інформації мають рівнозначну цінність і доповнюють одна одну, це важливо не тільки для керівника студії, педагога або психолога, це важливо і для самої людини. Кращого інструменту, ніж гра, розповідь, музика, танець, пісня, казка, або малюнок людство ще не вигадало. Методи арт-терапії допомагають формувати особистість, її світогляд, життєві стратегії та сценарії, все це вчить людину бути творцем власного життя.

У заняттях-тренінгах в театральних студіях, є безліч позитивних моментів: у людини знімаються м'язові та емоційні «затиски», розвивається міміка, артикуляція, когнітивні процеси. Виробляється почуття відповідальності, дисциплінованості, взаєморозуміння, взаємовиручки, адже виконання вправ неможлива без спілкування і взаємодії суб'єктів.

У перші страшні тижні повномасштабної війни майже всі театральні приміщення по всій території України перетворились на волонтерські центри. Тут не лише збирали та видавали гуманітарну допомогу і годували переселенців, але й надавали психологічну допомогу, всіляко підтримували людей, відволікаючи їх від страшних подій. Театрали організовували для дітей та підлітків арт-майданчики, дорослі плели маскувальні сітки, вони робили все щоб дати можливість людям перевести подих та прийти в себе. Ну, а з вересня минулого року театри у більш-менш безпечних містах відчинили двері для глядачів і почали робити те, що вміють найкраще – мистецтво.

Творчість допомагає зрозуміти й оцінити свої почуття, спогади, образи майбутнього, знайти час для відновлення життєвих сил і способів вирішення внутрішньо психічних конфліктів, а також спілкування із собою. І, опираючись на власний творчий потенціал, людина здатна навіть самоцілитись.

### **Перелік посилань**

1. Ветковська Т.І., керівник гуртка НХК ТС «Революційна 13», Методичні рекомендації «Акторський тренінг як засіб розвитку сценічного спілкування у підлітків в умовах дитячої театральної студії», м. Кривий Ріг, 2019.

2. Склярова Л. В., методист з психологічної служби відділу освіти Барвінківської РДА Харківської області, «Основні методи Арт-терапії у роботі практичного психолога», 2019.