

**БАРАНОВ ЮРИЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ**

кандидат психологических наук, старший научный сотрудник,  
проректор по научной работе Восточно-Европейского института психоанализа,  
prorector@oedipus.ru

**BARANOV JURIJ**

Ph.D (psychology), senior research associate,  
vice rector of East European institute of psychoanalysis

УДК 009

**МУЗЫКОТЕРАПИЯ КАК ВИД ТЕРАПИИ**

**(об одном из научных направлений работы Кафедры философии, культурологии  
и иностранных языков СПбГИПСР)**

**MUSIC THERAPY AS A TYPE OF EXPRESSIVE THERAPY**

*Аннотация. В статье рассматривается одно из важных научных направлений работы Кафедры философии, культурологии и иностранных языков СПбГИПСР — исследование возможности музыкотерапии как вида терапии. Анализируются работы по музыкотерапии отечественных и зарубежных авторов. Акцентируется значение музыкотерапии в гармонизации человека с миром и самим собой.*

*Abstract. The paper deals with the possibilities of using music therapy as a type of expressive therapy. The author analyzes works on music therapy developed both in Russia and abroad and underlines the role of music therapy in harmonization of man with the world and himself.*

*Ключевые слова: музыка, терапия, музыкотерапия, социальная реабилитация, гармонизация, психология, социальная работа.*

*Keywords: music, therapy, social rehabilitation, harmonization, psychology, social work.*

Научная деятельность Кафедры философии, культурологии и иностранных языков СПбГИПСР чрезвычайно многообразна. Одним из ее направлений является разработка вопросов, связанных с применением музыкотерапии в сфере психологии и социальной работы. Это направление на кафедре развивает заведующий кафедрой доктор философских наук, профессор, сертифицированный музыкотерапевт (США, 1994), Вице-президент АМПП (Ассоциации музыкальных психологов и психотерапевтов), Председатель Санкт-Петербургского отделения АМПП Клюев Александр Сергеевич.

В данной статье мы хотели бы представить особенности исследования темы, обратившись к соответствующим публикациям А. С. Клюева.

На наш взгляд, одной из наиболее существенных работ А. С. Клюева, посвященных указанной проблематике, является его статья «Музыкотерапия как метод социальной реабилитации» [1]. Остановимся на некоторых положениях этой работы.

Рассматривая проблему, автор прежде всего подчеркивает, что музыкотерапия является «одним из активно разрабатываемых сегодня методов социально-реабилитационной работы» [1, с. 170].

Как пишет А. С. Клюев, музыкотерапия используется в социальной реабилитации лиц, обладающих наркозависимостью (алкоголь, табакокурение и пр.), лиц с ограниченными возможностями

здоровья (имеющих проблемы со зрением, слухом, развитием интеллекта, опорно-двигательным аппаратом и др.), а также оказавшихся в сложных жизненных ситуациях (сиротство, лишение жилья, тюремное заключение и т. п.).

Существуют две основные формы музыкотерапии: активная и пассивная (рецептивная). Активная музыкотерапия представляет собой терапевтически (психотерапевтически) направленную, активную музыкальную деятельность, заключающуюся в воспроизведении музыкального материала с помощью собственного голоса или каких-либо музыкальных инструментов. Пассивная предполагает процесс восприятия (слушания) музыки с психотерапевтической целью.

Вместе с тем музыкотерапия выступает в двух видах: индивидуальной и групповой.

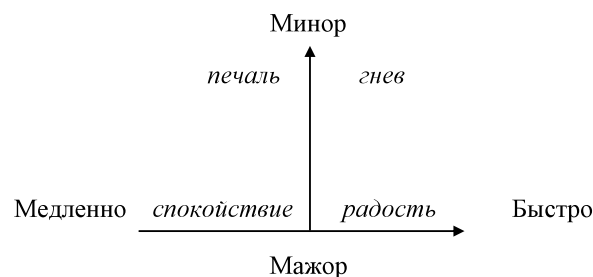
Индивидуальная музыкотерапия применяется в рамках интимно-доверительных отношений между клиентом и психотерапевтом. Групповая музыкотерапия используется тогда, когда в центре внимания находятся особенности коммуникативного поведения клиента и его переживаний, связанных с этим поведением.

Успешность социально-реабилитационной работы на основе музыкотерапии обеспечивается гармонизирующим, социально-адаптационным воздействием музыки на человека.

Учитывая значимость музыкотерапии в социально-реабилитационном процессе, автор останавливается на анализе наиболее, на его взгляд, интересных (и эффективных с точки зрения социальной реабилитации) современных отечественных и зарубежных методик психотерапевтического применения музыки. Из отечественных — в поле его зрения попадают модели В.И. Петрушина, С.В. Шушарджана, В.М. Элькина и Р. Блаво.

Свою методику, указывает А.С. Клюев, В.И. Петрушин называет «музыкально-рациональной психотерапией». Суть ее в строго логическом (рациональном) применении средств музыкальной выразительности в психотерапевтических целях. При этом важнейшими такими средствами В.И. Петрушин считает темп и лад в музыке. По мнению автора методики, музыкальное произведение выражает то или

иное настроение (что и предопределяет его психотерапевтическое использование) в зависимости от темпа и лада его звучания. Данную установку В.И. Петрушин иллюстрирует следующим образом:



На основе утверждаемого положения В.И. Петрушин предлагает две таблицы.

Таблица 1

Основные параметры музыки	Основное настроение	Литературные определения	Названия произведений
Медленная Мажорная	Спокойствие	Лирическая, мягкая, созерцательная, элегическая, напевная, нежная, задумчивая	А. Бородин, Ноктюрн из Струнного квартета; Ф. Шопен, Ноктюрны Фа мажор, Ре-бемоль мажор, Этюд Ми мажор, крайние части; Ф. Шуберт, «Аве Мария»; К. Сен-Санс, «Лебедь»; С. Рахманинов, Концерт № 2 для ф-но с орк., начало II ч.
Медленная Минорная	Печаль	Сумрачная, тоскливая, трагическая, унылая, скорбная	П. Чайковский, начало Пятой симфонии, финал Шестой симфонии; Э. Григ, «Смерть Озе», «Жалоба Ингрид» (из музыки к драме Г. Ибсена «Пер Гюнт»); Ф. Шопен, Прелюдия до минор, Марш из сонаты си-бемоль минор, Этюд до-диез минор; К. Глюк, «Мелодия»
Быстрая Минорная	Гнев	Драматическая, взволнованная, тревожная, беспокойная, злая, отчаянная	Ф. Шопен, Этюды №№ 12, 23, 24, Скерцо № 1, Прелюдии №№ 16, 24; А. Скрябин, Этюд № 6; П. Чайковский, Увертюра «Буря»; Р. Шуман, «Порыв»; Л. ван Бетховен, финалы сонат №№ 14, 23.
Быстрая Мажорная	Радость	Праздничная, ликующая, бодрая, веселая	Д. Шостакович, «Праздничная увертюра»; Ф. Лист, финалы венгерских рапсодий №№ 6, 10, 11, 12; В. Моцарт, «Маленькая ночная серенада» (I и IV ч.); Л. ван Бетховен, финалы симфоний №№ 5, 6, 9.

Таблица 2

Легкая музыка	Серьезная музыка
<p>Низкая когнитивная сложность</p> <p>Ритм — наиболее важное средство выражения</p> <p>Преобладание мелких форм</p> <p>Художественный образ, как правило, статичен</p> <p>Восприятие может быть поверхностным и рассеянным</p> <p>Направленность переживания преимущественно экстравертированная</p> <p>Разрядка музыкального переживания осуществляется в движении</p> <p>Музыкальное произведение как бы нисходит к потенциальным возможностям слушателей</p> <p>Музыка неотделима от повседневного быта, для которого она нередко служит фоном при решении внешнеэстетических задач</p> <p>Музыка приобщает индивида к жизни в непосредственном социальном окружении по принципу «здесь и сейчас»</p> <p>Выразительные средства имеют тенденцию к унификации и космополитизму</p> <p>Наибольшую ценность в глазах слушателей имеют новые произведения</p> <p>Популярность музыки обуславливается, главным образом, личностью исполнителя</p> <p>Самосознание личности растворяется в коллективном переживании</p>	<p>Высокая когнитивная сложность</p> <p>Мелодия и гармония — наиболее важные средства выражения</p> <p>Преобладание крупных форм</p> <p>Художественный образ динамичен</p> <p>Восприятие носит сосредоточенный и углубленный характер</p> <p>Направленность переживания преимущественно интровертированная</p> <p>Разрядка музыкального переживания осуществляется в образах фантазии и воображения</p> <p>Музыкальное произведение требует, чтобы слушатель в своем развитии предварительно поднялся до его уровня</p> <p>Музыка отделена от повседневного фона жизни и является самоцелью для решения эстетических задач</p> <p>Музыка приобщает человека к вечным идеалам всего человечества по принципу «везде и всегда»</p> <p>Выразительные средства стремятся быть самобытными и оригинальными</p> <p>Наибольшую ценность имеют старые произведения</p> <p>Популярность музыки обусловлена именем композитора</p> <p>Самосознание личности концентрируется в субъективном переживании</p>

Методика С. В. Шушарджана базируется на древнекитайском учении о пяти звуках (пентатонике), соответствующих, по представлению древних китайцев, первоэлементам, а также определенным органам человека, вследствие чего воздействие того или иного звука на определенный орган и производит психотерапевтический эффект.

Следующая, предлагаемая С. В. Шушарджаном, таблица иллюстрирует сказанное (см. табл. 3).

Согласно С. В. Шушарджану, указанное воздействие звука связано также с его динамикой, тембром и другими показателями.

Что касается методики В. М. Элькина, то она опирается на психологическую цветодиагностику, созданную швейцарским ученым М. Люшером, основанную на соответствии восьми цветов восьми эмоциональным состояниям человека (черного цвета — трагической погруженности в себя;

коричневого — печали; серого — отрешенности; фиолетового — мечтательности; синего — покоя; зеленого — задумчивости; желтого — радости; красного — энергетического подъема). Каждый из предложенных Люшером цветов, как считает Элькин, может быть «представлен» тремя тонами (мажорными или минорными, в зависимости от цвета), обеспечивающими психотерапевтическое воздействие музыки. Вот как это выглядит в предложенной Элькиным таблице (см. табл. 4)

Методика Р. Блаво (которую он именует «энергоинформационной») связана с древнеиндийским учением о семи чакрах — энергетических центрах человека, расположенных вдоль позвоночника, отвечающих за здоровье органов, находящихся в их «зоне влияния» (названия чакр, снизу вверх: Муладхара, Свадхистана, Манипура, Анахата, Вишудха, Аджна и Сахасрара). Воздействия на эти

Таблица 3

Название	1-й тон Kong	2-й тон Shang	3-й тон Yido	4-й тон Zhi	5-й тон Yu
Западная нота	с до	d ре	e ми	g соль	a ля
Музыкальная функция	тоника	супертоника	медианта	доминанта	супердоминанта
Символическая функция	кайзер	министр	народ	государст-венное дело	естественный мир
Фаза	земля	металл	дерево	огонь	вода
Орган	селезенка	легкие	печень	сердце	почки

Таблица 4

Тональность	Цвет	Музыкальные произведения
фа минор	Черный	Ф. Таррега, «Воспоминание об Альгамбре»; М. Глинка, «Прощание».
до минор		Б. Марчелло, Концерт для гобоя с орк. (медл. часть); И. Брамс, Третья симфония (III часть).
соль минор		Т. Альбинони, «Адажио»; Г. Свиридов, «Романс» (из музыки к повести А. С. Пушкина «Метель»).
ре минор	Коричневый	П. Чайковский, «Октябрь».
ля минор		Л. ван Бетховен, «К Элизе»; Э. Григ, «Песня Сольвейг» (из музыки к драме Г. Ибсена «Пер Гюнт»).
ми минор		А. Дворжак, «Мелодия»; С. Рахманинов, «Вокализ».
ля-бемоль (соль-диез) минор	Серый	Ф. Шуберт, «Баркарола».
ми-бемоль минор		Р. Шуман, «Интермеццо».
си-бемоль минор		А. Скрябин, Этюд.
си минор	Фиолетовый	А. Бородин, «Хор полонянок» (из оперы «Князь Игорь»).
фа-диез минор		Э. Григ, «Сердце поэта».
до-диез минор		Ф. Шопен, Вальс (№ 7).
Си мажор	Синий	Л. ван Бетховен, Концерт № 5 для ф-но с орк. (II часть).
Фа-диез мажор		Э. Григ, «Весна».
До-диез (Ре-бемоль) мажор		Ф. Шопен, «Фантазия-экспромт».
Фа мажор	Зеленый	В. Моцарт, Концерт № 21 для ф-но с орк. (II часть), «Эльвира Мадиган».
До мажор		И. С. Бах, Прелюдия (из I и II т. ХТК).
Соль мажор		Ф. Шуберт, «Экспромт».
Ре мажор	Желтый	Э. Григ, «Свадебный день в Трельхаугене».
Ля мажор		Ф. Шопен, Прелюдия (№ 7).
Ми мажор		Ф. Шопен, Этюд.
Ля-бемоль мажор	Красный	Ф. Шопен, Этюд.
Ми-бемоль мажор		Н. Паганини, Концерт № 2 для скр. с орк. (II часть).
Си-бемоль мажор		Ф. Шуберт, «Аве Мария».

чакры специально подобранными музыкой, цветом и ароматом, осуществляется, согласно Р. Блаво, музыкотерапевтическая работа.

Среди зарубежных методик А.С. Клюев отмечает разработки С. Грофа (Grof S.), Х. Швабе (Schwabe Ch.), А. Менеgetti (Menegetti A.).

С. Гроф, фиксирует Клюев, использует музыку в качестве психотерапевтического средства в рамках разработанной им холотропной (от греч. *holos* — весь, целый и *tropos* — поворот, направление) терапии: в холотропной терапии применяется гипервентиляция, а также специально подобранная музыка для индукции неординарных состояний сознания в оздоровительных целях. По мнению Грофа, «во многих великих духовных традициях разработаны приемы звукового воздействия, индуцирующие не только состояние транса, но обладающие гораздо более специфическим влиянием на сознание. К ним, прежде всего, относятся тибетское многоголосое пение, священные песнопения различных суфистских орденов, индуистские бхаяны и киртаны и особенно древнее искусство нада-йоги, или способа единения через звук. Индийские учения постулируют специфическую связь между звуками определенных вибраций и чакрами. Систематически используя это знание, можно оказывать влияние на состояние сознания в желаемом и предсказуемом направлении» [1, с. 176–177]. С. Гроф подчеркивает, что при проведении сеанса холотропной терапии с использованием музыки необходимо «полностью подчиниться музыкальному потоку, позволить ему резонировать во всем теле и отвечать (реагировать) на него в спонтанной непосредственной манере» [1, с. 177]. И еще важное замечание С. Грофа: для того, чтобы музыка стала «очень мощным инструментом индуцирования и поддержания необычного состояния сознания», прослушиваемая запись ее «должна обладать высоким техническим качеством» [там же].

В своей методике Х. Швабе выделяет ретроспективную и проспективную фазы музыкотерапии.

«Ретроспективная фаза имеет задачей заставить пациента пережить необходимость активного раскрытия внутреннего конфликта. Слушание музыки должно привести к конфронтации пациента со своей внутренней жизнью, своими переживаниями. До того остававшиеся неосознанными или только частично осознанными конфликты преобразуются в конкретные представления. Эта трансформация может служить предварительной ступенью к словесной психотерапии» [там же].

В проспективной фазе, по Х. Швабе, возможны два подхода. Первый подход — разрядка психического напряжения, выражением которого могут быть различные функциональные расстройства органов. Второй — развитие потребности в слушании музыки, ведущее к стабилизации уравновешенного самочувствия. В этой фазе Х. Швабе предполагает использование индивидуальной направленной (на определенные лечебные задачи) и ненаправленной музыкотерапии. Наибольшее значение, по мнению Х. Швабе, имеет индивидуальная направленная музыкотерапия, которая у Х. Швабе, выступает

в трех формах: коммуникативной, реактивной и регулирующей.

Согласно Х. Швабе, «коммуникативная форма заключается в совместном слушании музыки с целью создания атмосферы взаимного — между врачом и больным — доверия» [1, с. 178], «реактивная форма... должна вызвать разрешающую аффективно-динамическую реакцию, своего рода катарсис. Реактивная форма особенно показана тогда, когда пациент, склонный к рационализации, уклоняется от существа дела, когда психотерапевтический диалог застопорился... Регулирующая форма индивидуальной музыкотерапии имеет задачей тренировку пациента в саморегулировании» [там же].

Важная роль, с точки зрения Х. Швабе, принадлежит и групповой музыкотерапии. По его мнению, наиболее эффективный метод групповой музыкотерапии — пение (групповая вокалотерапия). Как полагает Х. Швабе, «преимущество этого метода заключается в сочетании внимания к своей телесной сфере — функциям гортани, шейной мускулатуры, легких, диафрагмы и, по существу, всего организма — с ориентацией на группу» [там же].

Методика А. Менеgetti основывается на активном вовлечении телесности в музыкотерапевтический процесс. Задача музыкотерапевта, по Менеgetti, используя средства музыкальной выразительности, прежде всего звучание ударных инструментов, вызвать у участников процесса (работа проводится главным образом с группами) телесное ощущение радости бытия, что, по его мнению, ведет к оздоровлению организма. «Музыкотерапией, — утверждает Менеgetti, — занимаются не для укрепления тех или иных органов: в самом деле, она не ставит целью лишь излечение, а стремится усилить тот естественный процесс, посредством которого счастливое бытие формирует человека. Исцеление же является неизбежным следствием этого» [там же].

Огромное значение А. Менеgetti придает эротическому началу в музыкотерапии. И это понятно, поскольку с точки зрения Менеgetti, «в сущности, истинный эротизм — это здоровье». Здоровый — это «некто целостный и мудрый». Первоначально понятие «здоровый» обозначало человека, обладающего телесной целостностью и жизненной силой, то есть умевшего объединить каждую часть организма в своем внутреннем.

Основная концепция здоровья состоит именно в этом. А энергией, питающей здоровье, является эротизм. Эрос — вершина органической жизненной силы». И далее вывод: «Эротический компонент в музыкотерапии является определяющим» [1, с. 178–179].

Интересным материалом, в известной степени развивающим положения рассмотренной выше статьи, является публикация А.С. Клюева «Музыкотерапия как средство гармонизации человека с миром и самим собой» [2].

Отталкиваясь от высказанной в рассмотренной статье идеи о том, что успешность музыкотерапевтической работы обеспечивается гармонизирующим воздействием музыки на человека, автор исследует механизм такого воздействия, в связи с чем

предварительно уточняет характеристики музыки и человека. Начинает — с характеристики человека.

По мнению, А.С. Клюева, человек — сложное существо, природу которого образуют три компонента (элемента): телесный, душевный и духовный.

*Телесный* прежде всего устанавливает связь человека с физической («неживой») материей. *Душевный* — с биологической («живой»). *Духовный* — с социокультурной.

Все эти три компонента, как полагает ученый, неразрывно слиты в человеке, иначе говоря, по проявлениям одного из них — будь то телесный, душевный или духовный — мы можем судить о состоянии других. Вместе с тем, поскольку первые две ипостаси, по сути, свидетельствуют о принадлежности человека к естественно-природной среде, наиболее значимым, действительно фиксирующим наличие человека — собственно человека, оказывается третий, т.е. духовный компонент.

В связи с этим, предельно точным, по мнению автора, является определение человека, предложенное французским мыслителем XX века Жаком Маритеном: «Человек есть животное, которое кормится трансцендентным» [2, с. 121-122].

Что касается музыки, последняя, с точки зрения А.С. Клюева, — звуковое образование, обладающее тремя уровнями (слоями) звучания, именуемыми исследователем *физико-акустическим*, *коммуникативно-интонационным* и *духовно-ценностным*.

*Физико-акустический уровень* предопределяет воздействие музыкальных звуков на физическую («неживую») реальность. *Коммуникативно-интонационный* — биологическую («живую»). *Духовно-ценностный* — социокультурную.

Названные уровни звучания тесно сопряжены в музыке, что вызвано существованием их по единым законам структурирования

звуковой материи, однако главный из этих уровней звучания — духовно-ценностный.

Приведенные рассуждения о человеке и музыке, считает Клюев, позволяют констатировать, что организация человека подобна организации музыки: человек и музыка обладают тремя аналогичными уровнями: телесным — душевным — духовным — человек, физико-акустическим — коммуникативно-интонационным — духовно-ценностным — музыка. Это организационное подобие человека и музыки (где с телесной ипостасью человека в первую очередь соотносится физико-акустический уровень звучания музыки, душевной — коммуникативно-интонационный, духовной — духовно-ценностный) и порождает возможность музыки, а вместе с тем и музыкотерапии, осуществлять гармонизацию человека.

Анализируя работы А.С. Клюева, посвященные вопросам музыкотерапии, можно было бы вспомнить и о других, подобного профиля, трудах автора. Но мы не будем этого делать, так как думаем, что «исследовательские намерения» автора, в рассматриваемом ракурсе, уже достаточно нами выявлены. Единственно, что хотелось бы добавить к вышесказанному: А.С. Клюев, будучи музыкотерапевтом (и, кстати, музыкантом — пианистом, выпускником Санкт-Петербургской консерватории) — доктор философских наук. Его представления о музыкотерапии и возможностях ее применения тесно связаны с его философской моделью музыки [3]. И то, что Клюев подводит под изучение принципов музыкотерапии философский фундамент — замечательно, так как это, с одной стороны, углубляет понимание этих принципов, с другой — свидетельствует о наличии единого, целостного философско-культурологического концепта, утверждаемого на возглавляемой им кафедре.

1. Клюев А.С. Музыкотерапия как метод социальной реабилитации // Credo New: теоретический журнал. — 2009. — № 1(57). — С. 170–180.
2. Клюев А.С. Музыкотерапия как средство гармонизации человека с миром и самим собой // Технологии психолого-социальной работы в условиях мегаполиса: материалы международной научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 25–26 ноября 2010 г. — СПб.: СПбГИПСР, 2010. — С. 121–123.
3. Клюев А.С. Философия музыки: 2-е изд., испр. и перераб. — СПб.: Астерион, 2010. — 227 с.