

тя норми – розглядали сучасний роман (і частково серіал) Саллі Руні «Нормальні люди». Список книг подається перед початком курсу.

Серед кінострічок пропонувалися роботи сучасних українських кінорежисерів, а також кінострічки на вибір. Серед переглянутих – «Помин», «Земля блакитна, наче апельсин» (роботи Ірини Цілик); «Сильні духом» та «Мати» (роботи В'ячеслава Бігуна).

Така робота в контексті вивчення навчального курсу «Психологія творчості» як книготерапія та кінотерапія дає можливість студентам розуміти тенденції розвитку сучасного мистецтва (українських книг та кінофільмів), а також знайомить як із окремими методами арттерапії, так із загальними питаннями арттерапевтичного підходу.

Література:

- Бигун В. С. Юридические фильмы. Учебный киногид о праве и юристах. К., 2011. 316 с.
- Andrew J. Dudley. Film analysis or film therapy: To step beyond semiotics // Quarterly Review of Film Studies. 1977. Issue 2:1. P. 33-41.
- Forman Mark D. A guide to integral psychotherapy: complexity, integration, and spirituality in practice. State University of New York Press, 2010. 340 p. P. 41 p.
- Izod John, Dovalis Joanna. Cinema as Therapy: Grief and Transformational Film. Routledge, 2015. 236 p.
- Psychotherapy, Literature and the Visual and Performing Arts / Bruce Kirkcaldy (Editor). Palgrave Studies in Creativity and Culture Series. Palgrave Macmillan, 2018. XIX, 243 p.
- Saladino Valeri, Sabatino Anna Chiara, Iannaccone Chiara, Pastorino Grazia Maria Giovanna, Verrastro Valeria. Filmmaking and video as therapeutic tools: Case studies on autism spectrum disorder // The Arts in Psychotherapy. 2020. Vol. 7.
- Zeynep Hamamci. Integrating psychodrama and cognitive behavioral therapy to treat moderate depression // The Arts in Psychotherapy. 2006. Vol. 33. P. 199-207.

БАЗОВІ ПЕРЕЖИВАННЯ ОПОВІДАЧА ПЛЕЙБЕК-ТЕАТРУ ДЛЯ ОСОБИСТІСНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ: ВІД СПРАВЖНОСТІ ДІЙСТВА ДО СПРАВЖНОСТІ ДІЙСНОСТІ

Савінов Володимир,

молодший науковий співробітник Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, психолог Будинку дитячої творчості Подільського району м. Києва, засновник і керівник Київського плейбек-театру «Déjà vu plus», керівник секції гештальт-терапії Київської філії УСП, відділення плейбек-театру ВГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ)

Мистецтво відгороджує від хаосу, навіть показуючи хаос

К. Г. Муратова

Навіть не займаючи однозначної позиції з філософського питання про місце особистості в часи суспільних трансформацій, простими словами – хто на кого більше впливає і має впливати, – ми, арттерапевти і митці, можемо сприяти гармонізації, пом'якшенню цього впливу. Так *особистість* не має бути зруйнована якими б не було суспільними змінами – війнами, катастрофами, пандеміями, – а повинна мати можливість зберігати свою гідність та права, реалізовувати базові потреби і звичні домагання, відстоювати власні цінності, інтереси, стиль життя. Але і *суспільство* у своїх екстрених діях та ледь не щоденно оновлюваних рішеннях, нормах не повинно орієнтуватись на особисті бажання кожного, адже об'єктивні загрози постають перед усіма разом чи перед великими когортами людей, що складаються з носіїв різних можливостей, цінностей, індивідуальних потреб та звичок. Тому хотілося б міркувати не про односпрямований вплив, що призводить до диктату більшості чи меншості (аж до окремого індивіда), тотального підпорядкування або хаосу (аж до збільшення кількості смертей), а про *взаємодію суспільства й особистості*, тобто відкритий і рефлексивний діалог, у якому шукатиметься баланс загально-соціального та індивідуально-особистісного, безпеки і свободи, визначеного та невизначеного тощо.

Однією з мистецьких та водночас соціально-психологічних практик, де може здійснюватись саме такий діалог, ми вбачаємо плейбек-театр. Адже в його умовах відбувається «спілкування з поглибленою увагою до індивідуальностей» [6, с. 51] та «спільні переінтерпретації пережитих випробувань» [9, с. 64], які неодмінно відбуваються під час плейбек-театрального дійства. Такий діалог особистості й суспільства з більш-менш вільним розкриттям наративів та їх переплетенням, оновленням, взаємодоповненням має потужний потенціал і для соціально-психологічного супроводу постраждалих, адже є його «найбільш ефективною стратегією» [там само].

На сьогодні є досить багато досліджень щодо впливу плейбек-театру на групові трансформації, що пояснюється концептом «наративної ретикуляції» (виникнення мережі наративів), єднанням спільноти, поверненням до функції древнього театру – «зцілення племені», тобто психологічне відновлення, оздоровлення групи є досить обґрунтованим і доведеним. А стосовно трансформацій окремого учасника перформансу – міркувань значно менше. Взагалі, чи не є розповідь просто споживанням атракціону, який розважає, відволікає, але не має суттєвого впливу на особистість? Тим більше, що особистісні зміни не ставляться за мету плейбек-театру, це нібито просто інтерактивно-театральне дійство.

В арттерапевтичних цілях нас цікавить перш за все, чи спричиняє плейбек-театр особистісні трансформації і якщо так, то за рахунок чого? Що в дійстві допомагає особистості гармонійніше «вписатись» у соціум, щоб краще адаптуватись, реалізуватись, самоактуалізуватись? І передусім, не технічна сторона питання, як наприклад, розвиток навичок самопрезентації, посилення творчої уяви чи емоційного інтелекту, а саме з якими суттєвими переживаннями стикається особистість внаслідок розповіді історії у плейбек-театрі? І звісно, які виникають підґрунтя для особистісних трансформацій, який зміст цих переживань.

Класичний театр дає свій заздалегідь підготовлений матеріал – декілька ідей для споглядання і роздумів, гаму почуттів для катарсису, продумані сцени та фінал тощо. Тобто звичний театр конвенційно існує у літературному жанрі «фікшн», являючи собою своєрідну модель дійсності через мімезис, тобто наслідування природи людини і соціальних відносин, врешті – мистецьку копію реальності, про що всі знають, приймаючи як нормальні та зручні умови гри. А у плейбек-театрі **і психологічні умови**, як у більшості сучасних форм мистецтва (акціоністського, перформативного, імерсивного), **і індивідуальний досвід** учасників – справжні, реальні, ніби у жанрі «нонфікшн». З точки зору сучасного театрального мистецтва у плейбек-театрі також є певні ознаки повноцінної партиципаторності (мистецтва участі), коли глядач має сильний вплив на процес, стає співавтором та співучасником тощо [5, с. 42]. Загалом плейбек-театр можна розглядати, за висловом сучасного мистецтвознавця К. Бішоп, як «аутсорсинг справжності», коли митець ніби позичає автентичності у зовнішнього соціального світу, ба навіть «делегує перформанс» глядачам [1, с. 331].

Справжність умов власне плейбек-театру полягає у тому, що вони є не те що реалістичними, а просто цілком реальними – відкритими, ризикованими, відповідальними, на відміну від інтимних контекстів сповіді або цілеспрямованої психотерапії. Також вони не є підготовленими – відбувається те, що актуальне зараз, нехай би яким незручним чи неестетичним воно не було. У взаємодії з аудиторією та кожним окремим глядачем – ніякого мімезису, тобто наслідування, вигадок, копіювання «правди життя», а просто сама правда як вона є. Звісно, у свідомості учасників. **Справжність досвіду** закладена у самій ідеї плейбек-театру – розповідати саме свої історії, тобто особистісно важливі, чуттєво забарвлені індивідуальні наративи. Ці розповіді майже не обмежені спеціальними правилами чи кондактором, а лише об'єктивною логікою дійства, тобто його зручністю

для всіх – адекватністю ситуації, закономірностям сприйняття тощо. Слухання історій також справжнє, адже аудиторія зазвичай співпереживає реальному досвіду та почуттям «одного з нас», почасти ще уявляючи себе на його місці. А плейбек-актори, навіть якщо їм не цікава конкретна історія, вловлюють все, що лише перформатує (маніфестує) оповідач – фабулу, сюжет, жанр, факти, смисли, почуття, стан та міміку людини тощо. Адже їм потім втілювати почуте і не лише буквально, а по суті. От наступна практика є власне театром в класичному розумінні, бо інсценізація почутих історій – то вже інше питання, вона може бути і мімезисом, і справжнім співчуттям, і художньою трансформацією, метафорою. Але це вже стосується вузькотeatральної техніки, методів переживання та втілення ролі, театрального коду, засобів виразності тощо. Тобто театралізація розповідей залежить від акторської школи/підходу і є частиною загального перформативного дійства плейбек-театру як цілісної події.

Отже, якщо плейбек-театр є простором для справжньої взаємодії індивідуальності з суспільством (у вигляді групи), то як справжній, а тому «простенький» зміст, без «відшліфованих» глибоких ідей, високих сенсів, драматургічної послідовності, продуманих ефектів, відпрацьованих мізансцен тощо, може дати якийсь поштовх для особистісних трансформацій? Може, це просто балачки людей одне з одним та їх якась аматорська інсценізація, нехай все воно правдиве, але безсенса? І для психологів знову постає питання, а що може стати підґрунтям для особистісних трансформацій під час участі у такому дійстві? Чи вони повністю індивідуальні і взагалі немає закономірностей?

Це залежить, звісно, від якості здійснюваного плейбек-театру, його фаховості, глибини, відповідності задуму й техніці. І якщо це дійсно мистецтво, то саме по собі афективне включення до його актів, сприйняття і переживання дійства спонукає до інсайтів та катарсису, а перформативна природа плейбек-театру, розповідь особистої історії збагачує не лише естетичний, але й життєвий досвід особистості [5, с. 7]. Індивідуально практика переінтерпретації переживань безсумнівно «допомагає людині відредагувати своє попереднє ставлення до пережитого і побачити нові, життєствердні аспекти набутого досвіду» [6, с. 65]. Якщо на перформансі плейбек-театру були присутні конфліктні підгрупи і представникам кожної з них було надано можливості взяти активну участь, то відбувається «обмін ролями..., що сприяє ...взаєморозумінню різних позицій та підвищенню суб'єктності через залучення до спільної позитивної діяльності» [6, с. 51]. Тобто вплив плейбек-театру на особистісні трансформації

важко заперечити, але від чого вони відбуваються, які специфічні переживання актуалізуються?

Узагальнена концепція трансформації, достатньо поширена серед практиків плейбек-театру, спирається на теорію «мономіфа» американського мистецтвознавця Дж. Кемпбелла щодо «шляху героя» [4]. І тоді всі історії, що виникають і розповідаються на перформансі, розглядаються як три послідовні етапи стандартного сюжету: виправа (поклик до мандрів), ініціація та повернення. І зрозуміло, що всі розповіді зводяться до спільного наративу з трансформацією його головного героя. Відповідно можна вважати, що цей самий шлях проходить не лише умовний метанаратив групи, а всі глядачі, що у нього були занурені. У тому числі, звісно, і оповідачі, які стали власне його співавторами. Якоюсь мірою, і плейбек-актори, якщо вони дійсно занурилися до сюжетів та почуттів цих історій, а не просто формально, відсторонено їх втілювали (що, до речі, буває вкрай рідко). Тобто можливість стати героєм – нібито одне з переживань оповідача та кожного присутнього. Але ця можливість уявна, адже це художні закономірності, це труп акторів, і це «фікшн»-герой. Хоча психологічна послідовність етапів трансформації тут дійсно може бути закладена.

Психологічно трансформація особистості не обов'язково є її розвитком, «змінювання – безперервний процес, постійний рух» [3, с. 58], який може бути не лише зростанням, а й відбуватись у різних напрямках та з різною модальністю, забарвленням, оцінкою. Крім того, «хаос – прерогатива демонів і героїв, а людина в нормі очікує на осмисленість й впорядкованість, відносність і причинність» [7, с. 14]. Якщо ми орієнтуємось на мистецтво для звичайних людей, не «підштовхуючи їх до вчинків», а просто співпрацюючи в «нормальному» режимі, тоді те, що відбуватиметься з ними, можна пояснити як мінімум – маніфестацією та укріпленням, за виразом Т. М. Титаренко, «дозволу на інакшість» [8], правом бути особливим. Дійсно, плейбек-театр очікує на індивідуальні, особливі історії, актуалізуючи та легітимізуючи їх безоцінними публічною розповіддю та інсценізацією. І обидва ці легітимізуючі процеси не є такими простими та безневинними, як видаються ззовні.

Якщо інсценізація – то внутрішня справа плейбек-труп, то публічна розповідь та психологічні процеси, що в ній відбуваються, заслуговують на особливу увагу психологів. Сама артикуляція розповіді на публіку є корисним процесом наративізації, під час якої інтенсифікується самоусвідомлення та емоційне відреагування оповідача.

Але не менш важливий внутрішньоособистісний процес відбувається ще перед цим, наприклад, долання кордону між внутрішнім і зовнішнім є ледь не центральним психологічним актом (для когось навіть вчинком) на плейбек-театральному дійстві. Спочатку емоційне напруження може заважати участі у перформансі, викликати спротив, страх втрати автономності [2, с. 5]. Але пізніше, коли напруження долається, учасники стають сміливішими і готовими до ризику, по-справжньому відповідаючи на виклик групи, що створює шанс перенесення досвіду у реальне життя. Далі, під час гри впливає і сама інтерпретація (в широкому художньому сенсі, але безоцінна з психологічної точки зору) акторів, і реакція глядачів. Після інсценізації людина з великою спрагою шукає на зворотній зв'язок від присутніх, особливо кондактора та значущих інших в аудиторії. Цікавим також є процес відпускання історії, наче дарування іншим незафіксованої мініатюри свого досвіду. Це уміння, мистецтво відпускати, – засвоєне не лише акторами, а й оповідачем, – може стати важливим психологічним надбанням, яке також укріплює впевненість у собі – через готовність до незаиклювання на продукті, активізацію творчого потенціалу, гнучкості мислення, більшої відповідальності та водночас легкості в унікальних самопроявах. Отже, базове особистісне переживання для трансформації від участі у плейбек-театрі відбувається в напрямі впевненості у своїй індивідуальності, підвищенні самооцінки через *право та цінність бути унікальним*. І це право іноді набуває чинності саме у плейбек-театрі, стає «дозволом на інакшість..., ...коли все навколо і всередині людини плинне, змінюване, нестатичне» [8, с. 490], адже роль оповідача стає справжнім актом саморозкриття, дії у таких як і життя – справжніх, хаотичних, не регламентованими спеціальними правилами (конфіденційності, анонімності, захисту від оцінок учасників, безперечного прийняття тощо) соціально-психологічних умовах. *«Хаос є, але я – не лише хаос»*, – може подумати глядач на цю тему.

Ще один психологічний ефект, найбільш підтримуваний та досліджений теоретиками плейбек-театру – це почуття спільності групи. Адже сама мета плейбек-театру полягає не так в особистісних трансформаціях оповідачів і глядачів, як у спільному з ними створенні перформативно-театрального продукту, мистецькому дослідженні певної теми або психологічного стану реальних людей. І завдання кондактора у пошуку червоної нитки перформансу – лейтмотиву всіх історій, наскільки це можливо. Актори також у фінальній мініатюрі поєднують розповіді, які на перший погляд здаються

зовсім непокєднуваними... Цї дїї спрямованї на пошук метаїсторїї, яка навряд буде зовнїшньою, поверховою, якщо всї учасники перформансу широ заглибились у історїї індивідуальні. Рїзниця плейбек-театру та інших метаїсторїй полягає ще в тому, що вони не відібрані, не рафїновані й вивірені, а «чорнові», хаотичні, до того ж джерелом їх стає безпосередньо цїльова аудиторїя, яка їх потїм і споглядає. Тобто інсценізовані сюжети та переживання цїлком реальні й по-справжньому близькі бїльшостї глядачїв. *«Хаос є, але він не чужий»* – до такої думки часто приходить глядач.

Не дарма також їснує феномен «вгадали», коли актори спонтанно видають такі факти з історїї, які не були розказані під час плейбек-їнтерв'ю. Цей елемент, який до речі, є досить атрактивним, цікавим для оповїдачїв, важко пояснити. Можливо, це потреба відчути екзистенційну несамотнїсть, доторкнутись до глибинної спїльностї людського роду? І ця потреба якимось дивним чином реалїзується у нашїй взаємодїї. Все це надає справжностї, ледь не тїлесної близькостї пережитого досвїду на плейбек-театральному перформансї. І головне – пережитого спїльно, що зазвичай викликає почуття якоїсь суттєвої, *глибинної єдностї* бїльшостї учасників плейбек-театру. *«Хаос є, але він наш спїльний»*.

Цї соціально-психологічні процеси та, відповідно, переживання особистостї на плейбек-театральному перформансї видаються парадоксальними, рїзноспрямованими, що потребує подальших теоретичних розвїдок та емпїричних дослїджень для бїльш фахового супроводу особистостї у знаходженнї свого мїсця в часи суспїльних трансформацїй за допомогою плейбек-театру.

Висновки. Трансформацїї на плейбек-театральному дїїствї можна розглядати як на рївнї групової спїльної історїї (метанаративу), так і всередині особистої розповїдї, не зважаючи на те, що особистісні змїни не ставляться за мету плейбек-театру. Цї рївні досить переплетені, але спочатку варто встановити їх загальний психологічний змїст і його вплив на трансформацїї особистостї. На наш погляд, він полягає у двох базових переживаннях, викликаних паралельними змїстовними соціально-психологічними процесами: 1) виникненнєм почуття спїльностї, глибинної єдностї з групою та через неї, можливо, з людством як таким; 2) укрїпленнєм права на інакшїсть, індивідуальнїсть, унікальнїсть особистостї.

Послїдовнїсть виникнення цих процесїв може варїюватись, чергуватись залежно від характеристик аудиторїї та її актуального психологічного стану, але на наш погляд, викликані ними переживання

стають суттєвими передумовами для психологічних трансформацій, сприяють вивільненню особистісного потенціалу учасників. Особливо це стосується оповідачів плейбек-театру, адже досвід розповіді у плейбек-театрі є справжнім актом саморозкриття, дії у справжніх, хаотичних, не регламентованими спеціальними правилами соціально-психологічних умовах.

Перспективами майбутніх досліджень може бути взаємодія цих парадоксально різноспрямованих процесів та, відповідно, переживань особистості на плейбек-театральному перформансі.

Література:

1. Бишоп К. Искусственный ад. Партиципаторное искусство и политика зрительства / Клер Бишоп ; пер. с англ. И. Соловья. – М. : V-A-C press, 2018. – 528 с.
2. Деннис Р. Пересекая границу: напряженность участия в перформансе плейбек-театра [Електронний ресурс] / Рея Деннис ; пер. с англ. И. Хрусталёвой и Г. Брумберга, 2018. – Режим доступу: <https://www.academia.edu/36494120/>.
3. Євдокімова О. О. Проблема змінювання особистості в зарубіжних наукових студіях / О. О. Євдокімова // Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві : зб. матер. IV Всеукр. наук.-практ. конф. (23 жовтня 2020 р.) / уклад. З. Р. Кісіль. – Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2020. – 256 с. – С. 57–61.
4. Кемпбелл Дж. Тисячолікий герой / Джозеф Кемпбелл ; пер. з англ. Олександра Мокровольського. – Львів : Terra incognita, 2020. – 416 с.
5. Осминкин Р. С. Коллективные формы художественного перформанса в России начала XXI века : дис. ... канд. искусствоведения, спец. 24.00.01 – «Теория и история культуры» / Осминкин Роман Сергеевич ; РГПУ им. А. И. Герцена. – СПб., 2020. – 316 с.
6. Савінов В. В. Плейбек-театр як фасилітатор психологічних ресурсів травмованої спільноти / Савінов В. В. // Породжені війною спільноти як соціальні донори і реципієнти : матер. міждисциплін. наук. семінару, м. Київ, 25 березня 2021 р. [Електронний документ] / ред. кол. : Т. М. Титаренко, О. Г. Злобіна, М. С. Дворник. – К. : ІС НАН України; ІСПП НАПН України, 2021. – 72 с. – С. 44–51. – DOI: <http://doi.org/10.33120/W-GCSDRProceeding-2021>.
7. Титаренко Т. М. Випробування кризою. Одіссея подолання : навч. посібник для закладів вищої освіти / Тетяна Михайлівна Титаренко ; 3-тє вид., доп. – К. : Каравела, 2021. – 248 с.
8. Титаренко Т. М. Постмодерна особистість: дозвіл на інакшість / Т. М. Титаренко // Психологія у суспільстві, що трансформується : матер. VI Харківських Міжнародних психологічних читань. – Харків, 2010. – С. 486–490.
9. Титаренко Т. М. Соціально-психологічний супровід посттравматичних особистісних трансформацій / Т. М. Титаренко // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей / НАПН України, Ін-т соціальної та політичної психології ; [ред. рада: М. М. Слюсаревський (голова), В. Г. Кремень, С. Д. Максименко та ін.]. – К. : Талком, 2020. – Вип. 45(48). – 148 с. – С. 59–68.