

УДК 615.851

**А.В. Даниленко**

канд. психол. наук, доц., доц. каф. психологии  
Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина  
e-mail: [alicjazkc@yandex.ru](mailto:alicjazkc@yandex.ru)

## ПОЭЗИЯ КАК ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО: ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ

*Поэзиотерапия – новая и недостаточно разработанная область психотерапии. Актуальность статьи обусловлена все более возрастающим значением различных видов творчества и искусства в «спасении» людей в условиях нарастающей тенденции переживания ими экзистенциального кризиса, неуклонным ростом нервно-психических проблем, а также отсутствием русскоязычных публикаций по заявленной проблеме и их дефицитом в мировом масштабе. Истоки поэзиотерапии, или поэзии, применяющейся для исцеления и личностного роста, восходят к первобытному человеку, который использовал ее в различных обрядах. Современный специалист, прибегающий к помощи поэзиотерапии, сам должен быть погружен в поэзию: знать ее, ориентироваться в ней, понимать, как она создается и как воздействует эмоционально. В исследовании была предпринята попытка систематизации имеющихся в современном информационном пространстве теоретических сведений об истоках использования поэзии как терапевтического средства, анализа исторического и социального значения поэзии, ее функций и терапевтических возможностей.*

### **Введение**

Использование поэзии как терапевтического средства (поэзиотерапия) – относительно новая и недостаточно разработанная область терапевтической практики. Терапия поэзией (англ. *Poetry Therapy*) сходна с методами свободных ассоциаций, психодрамой и гипнозом. Это метод помощи основан А. Лернером и является одним из психотерапевтических инструментов, а также новым направлением в практике применения экспрессивных искусств.

Рассматривая исторический аспект поэзиотерапии в своих предыдущих работах, мы уже говорили о том, что в силу новизны проблематики в отечественной и зарубежной литературе фактически отсутствуют теоретико-эмпирические работы в этой области. При подготовке материалов нами найден лишь один русскоязычный электронный ресурс, рассматривающий поэзиотерапию в контексте психологии творчества [1]. Все остальные материалы переводились из доступных иностранных источников. Учитывая вышеизложенные обстоятельства, мы использовали междисциплинарный подход к изучению проблемы с привлечением психологии, психотерапии, литературоведения, языкознания, философии, культурологии, которые так или иначе затрагивают проблемы поэзии и литературы как и творчества в целом. Поэтому каждая новая публикация в данной области представляет собой синтез знаний смежных дисциплин и некий новый, уникальный продукт [2].

Для понимания возможностей применения поэзии в различных целях психологу, психотерапевту, арттерапевту, специалистам помогающих профессий необходимо не только знать исторические предпосылки ее возникновения и влияния, общее социальное назначение поэзии, но также ориентироваться в различных ее направлениях, поскольку каждое из них может предполагать разные подходы и выполнять специфические функции. Поэзиотерапевт сам должен быть погружен в поэзию – знать ее, ориентироваться в ней, чувствовать изнутри, понимать, как она создается и как эмоционально воздействует на личность создающего и воспринимающего.

Выделяют различные аспекты ценности поэзии (самовыражение в процессе создания стихов, молчаливое чтение стихов, исполнение стихов перед публикой, сопро-

вождение стихами ритмических движений – эвритмия и др.). Нас же интересует поэтическое творчество как спонтанная аутотерапия и терапия поэзией как «экзотический», по выражению Г. Ю. Айзенка, вид психотерапии.

*Целью* работы является систематизация имеющихся в современном информационном пространстве теоретических сведений об истоках использования поэзии как терапевтического средства; анализ исторического и социального значения поэзии, ее функций и терапевтических возможностей.

### **История поэзиотерапии**

Истоки поэзиотерапии, или поэзии, которая применялась для исцеления и личностного роста, восходят к первобытному человеку, использовавшему ее в процессе совершения различных ритуалов и обрядов. Шаманы и колдуны скандировали ритмические слова (стихи) с целью достижения благополучия племенем или отдельным человеком. Это документально подтверждено. Еще в IV тысячелетии до н.э. в Древнем Египте слова записывались на папирусе, который затем растворяли в воде с целью употребления внутрь в виде раствора, для того чтобы написанные слова физическим путем проникли в организм пациента и вступили в силу как можно быстрее.

Известно также, что около 1030 г. до н.э. простой пастух из Вифлеема по имени Давид успокаивал музыкой и пением царя Саула. Тоскующий от неясного предчувствия беды Саул приблизил к себе пастуха, чье пение успокаивало ему душу [3, с. 61]. Давид был принят на государственную службу как певец. Он был храбр, ловок и обрел расположение владыки, когда одолел в поединке филистимлянина-гиганта Голиафа. После этой победы герой стал любимцем народа, лучшим другом старшему сыну Саула – Ионафану. Давид получил должность военачальника, но, заподозренный Саулом в стремлении захватить престол, бежал в пограничные районы Иудеи. После гибели Саула в бою с филистимлянами Давид пришел в Хеврон, где был провозглашен царем Иудеи. Он присоединил земли других израильских племен, захватил хананейский город Иевус (Иерусалим), сделав его столицей объединенного царства и назвав его Ир Давид (город Давида).

Царь Давид, по преданию, является автором многих псалмов. Псалмы – выдающиеся произведения иудейской религиозной лирики. Они представляют собой песнопения и собраны в библейской книге «Псалтирь». Тематика псалмов разнообразна: это и хвала Богу, и мольба, и жалобы, и проклятия, и брачные песни, и исторические повествования, и философские притчи. Псалмы Давида являются основой всех молитв как в иудаизме, так и в христианстве [4].

Исторически сложилось, что первым психотерапевтом, использовавшим поэзию, был в I в. н.э. римский врач по имени Соранус, который прописывал трагедию своим маниакальным пациентам и комедию тем, кто был подавлен. Не удивительно также, что Аполлон является богом искусства, поэзии, музыки, а также медицины, т.к. медицина и искусство были исторически переплетены.

Трубадуры, священники, знахари часто производили мощный лечебный эффект на людей, но на протяжении многих веков связь между поэзией и медициной оставалась неясной. Интересно отметить, что в Пенсильвании в первой в США основанной Бенджамином Франклином в 1751 г. (наряду с университетом) больнице использовали много вспомогательных методов лечения психически больных пациентов, в том числе чтение, письмо и публикации их произведений.

Доктор Бенджамин Раш начал врачебную практику в Филадельфии в 1769 г. врачом общей практики, затем он возглавил больницу в Пенсильвании. Его считают американским просветителем, философом, общественным и политическим деятелем, физиологом и психиатром. Он занимался многими вопросами: внедрением гигиены, борь-

бой с алкаголізмам і куреннем, дыеталогіяй, іскал способы лечення туберкулеза, водянкі, подагры і желтой лихорадки. Многа часу он павяціў ізаученню умственнага адхілення. Работа Б. Раша «*Медыцынскія ісалядавання і набалядавання за болезнямі мозга*», в котрой он высказал прадпалажэнне о соматической прыроде псіхических болезней, переіздавалася 5 раз, став первым в США серыезным ісалядаваннем по псіхіатрыі. Б. Раш настойчыво боролся за прызнанне своіа сумасшедшых паціентав большымі людзьмі, адношенне к котрым должно быць гуманным: іа нелязя держать в темніцах на цепях, подвєргая побоям. Но пры эаом Раш верил, что для ісалення сумасшєствія врач должен достичь абсолютаного контроля над личносьтю душевнобольного. Его считали одним из лучших американских врачей того времени.

Важным моментом в істории ізаучення заявленної проблематики являється то, что Б. Раш считал музыку и литературу эффеаивными вєпомогательными процедурами. Поэмонаписание («*poemwriting*») іпользовалось как способ проявlenia активності паціентав, а написанные ими работы публиковались в больничной газете.

В 1928 г. Эли Грейфер, фармацевт, юрист, поэт и один из основателей «поэтической терапии», решил показать, что стихотворение имеет целительную силу. Поэзия была страстью Грейфера, и он отдавал ей свое время и энергию. Он организовал центр искусств «Village Arts Center» и клуб общения «Messagists Club», создал галерею «Remedy Rhyme Gallery» в Нью-Йорке. Чтобы проверить и подтвердить свои теории, он стал первым добровольцем. В 1950-х гг. им была создана группа поэзиотерапии в государственной больнице Кридмора (США). В 1959 г. Грейфер іпользовал поэзию в групповой терапии в больнице Камберленда с двумя контролирующими псіхіатрами – Джеком Д. Лиди и Сэмом Спектором (Jack J. Leedy and Dr. Sam Spector). Умер Грейфер в 1966 г. Он сыграл ключевую роль в развитии того, что мы теперь называем «поэзиотерапия». В его память создана «Ассоциация поэзиотерапии» [6].

Доктор Лиди продолжил ізаучать терапевтическое влияние поэзии в больнице Камберленда и в Центре поэзиотерапии в Нью-Йорке.

Энн Уайт создает экспериментальный проект, который позволил перенести терапевтический эффеаив поэзии в больницы, реабилитационные центры и школы для детей с особенностями развития.

В 1962 г. поэт Джой Шиeman ввел собственный метод «Thera-поэтику» (θερα в переводе с греческого – лечить, ісалять) в больнице Калифорнии. Было доказано, что действием поэзиотерапии правое полушарие мозга получает ісаление.

В 1969 г. Гил Шлосс, автор книги «Псіхопоезия» (Psychopoetry, 1976), проводит индивидуальные и групповые псіхотерапевтические занятия в Институте социотерапии в Нью-Йорке и вместе с доктором Джеком Лиди основывает Ассоциацию поэзиотерапии.

В 1971 г. Артур Лернер, доктор философии, поэт и псіхотерапевт, был назначен поэзиотерапевтом в частной псіхіатрической лаборатории в Калифорнии.

В 1971 г. Рут Лиза Шехтер, поэт (автор книги «Поэтическая терапия: терапевтическое средство и ісаляющая сила», 1983), стала первым официальным поэтическим терапевтом в Нью-Йорке, работающим с наркоманами и жертвами насилия и інцеста.

В 1973 г. Моррис Р. Моррисон, доктор философии, поэт и педагог (автор книги «Поэзия как терапия», 1986), член Ассоциации поэзиотерапии, разрабатывает и ізадает первый систематизированный набор стандартов для сертификации в этой области.

В эао же время поэт, переводчик и литературный критик Аарон Крамер становится одним из первых, кто іпользовал поэзию для людей с нарушениями слуха (книга «Поэзия – целитель» 1973).

В 1974 г. библиотекарь Элоиза Ричардсон убєдила губернатора штата Мэриленд провести День поэзиотерапии.

Поэт Арт Бергер писал о поэзии как о средстве для самопознания и использовал тексты песен разных направлений рока, блюза и джаза, чтобы научить детей писать.

Доктор Джордж Белл («Тетрадь самопознания», 1990), министр из Огайо, включает поэзию в свои консультации, разрабатывает технику «обратной стихотворной связи», позволяющую консультанту и консультируемому лучше понять друг друга. Поэзиотерапия успешно используется им с различными группами населения.

### Основные функции поэзии

Переходя от краткой истории развития поэзиотерапии как метода, попытаемся проанализировать социальное назначение и функции поэзии. В первую очередь, целесообразно обратиться к размышлениям Томаса Элиота, американско-английского поэта, драматурга и литературного критика, представителя модернизма в поэзии. Определяя назначение поэзии, он подчеркивает, что можно исследовать ее разновидности и их социальное назначение, оставив без внимания социальное назначение поэзии в целом как рода литературы. Он все же хотел бы отделить общее ее назначение от частных функций, чтобы точно представлять, о чем идет речь [7, с. 74]. Оценивая задачу поэзии в историческом контексте, Элиот пишет: «У поэзии может быть осознанная, четко ею для себя определенная общественная задача. Эта задача на более ранних этапах ее развития нередко выступает с полной ясностью. Например, известны ранние руны и песни, многие из которых преследовали чисто практические цели заклинания: помогали отвратить дурной глаз, исцелить какую-нибудь болезнь, изгнать злых духов» [8]. В религиозных обрядах поэзия стала использоваться очень рано и используется по сей день (пение псалмов). Ранние эпические поэмы и саги, по мнению автора, скорее всего, были призваны запечатлеть тогдашние понятия об истории (а позднее воспринимались исключительно как средство увеселения общества). Стиховая форма организации речи помогала, когда требовалось что-то запомнить, и использовалась вплоть до появления письма. В обществах более развитых, скажем, в Древней Греции, общепризнанное социальное назначение поэзии тоже было очевидным. Так, греческая драма рождается из религиозных обрядов и остается формализованной публичной церемонией, связанной с традиционными религиозными празднествами. Пиндарова ода живет, поскольку она связана с известными общественными событиями. Элиот считал, что такое строго определенное приложение поэзии вводило ее в более широкую общественную систему, что создавало возможность добиваться совершенства отдельных ее форм.

Как отмечает Элиот, некоторые из этих форм, например, псалом, сохранились в современной поэзии. Т.н. «*дидактическая поэзия*» передает информацию, «*драматическая поэзия*» имеет назначение произвести непосредственное действие на большую группу людей, а ее специфические законы определяются тем, что она представляет собой также драматургию. «*Философская поэзия*» требует пространных исторических экскурсов и особого анализа и выполняет функции в зависимости от характера той философской категории, которую описывает.

«*Дидактическая поэзия*», характерная для римлян, в более поздние периоды вытесняется прозаикой, поскольку современному человеку не придет в голову писать стихами астрономические и космогонические трактаты. «Сам предмет такой книги значительно усложнился и приобрел научный характер, а с другой стороны, его просто удобнее изложить прозой» [8]. В связи с этим наряду с частными функциями, определяемыми видом поэзии, она выполняет ряд своих основных функций.

1. *Эстетическая (художественная, или собственно поэтическая)*. В поэзии часто большее значение имеет художественный образ, а информация является второстепенной. Так, иногда содержание стихотворения нам не совсем понятно, но нравится форма произведения, и, воздействуя художественными образами, оно вызывает яркие

эмоциональные переживания. Подобные стихи писали поэты-символисты А. Блок, К. Бальмонт, футуристы, В. Хлебников, Б. Пастернак и др.

*Экспрессивная (эмотивная)*. Она проявляется в выражении эмоций, отражении отношения к произведению или проблеме, в прямом выражении чувств.

*Коммуникативная (референтивная)* (понимает контекст как предмет сообщения, иначе называемый референтом). Это передача какого-либо сообщения, ориентация на контекст сообщения. Поэзия – неприкрытое общение душ, и если в процессе этого незримого общения (чтения, слушания) художественное слово у нас вызывает доверие, то непроизвольно открывается и наша душа.

*Метаязыковая*. Поэтический язык – это метаязык, это смысл, передаваемый через образы и формы, т.е. через определенный код. Благодаря этой функции выясняется, понятен ли смысл, ведь, как правило, слова имеют несколько смыслов.

*Апеллятивная (директивная)*. Поэт пытается тем или иным образом воздействовать на адресата, вызвать его реакцию.

*Фатическая (контактоустанавливающая)*. Посредством поэтического произведения можно устанавливать контакт с читателем.

### Специфические функции поэзии

Помимо общепризнанной эстетической и других основных функций поэзия характеризуется специфическими функциями. Во всякой живой, процветающей цивилизации, и прежде всего в архаических культурах, поэзия выполняет *витальную, социальную и литургическую* функции. Любая древняя поэзия есть вместе с тем и культ, и праздничное увеселение, и коллективная игра, и проявление искусности, и испытание, или загадывание загадок, и мудрое поучение, и переубеждение, и ясновидение, и пророчество, и состязание.

Йохан Хейзинга описывает ряд специфических функций поэзии. Рассмотрим их.

*Пророческая* – функция пророчества. «Поэт – *Vates*, одержимый, воодушевленный, неистовый. Он – посвященный, *Sja'ir* – так зовется он у древних арабов». А в сказаниях Севера, например, в *Эдде*, поэт мудр и всеведущ, а получить поэтический дар провидца можно, испив медового напитка из крови Квасира, мудрейшего из созданий. «От поэта-ясновидца лишь постепенно отслаиваются фигуры пророка, жреца, прорицателя, мистагога, стихотворца, так же, как философа, законодателя, оратора, демагога, софиста и ритора» [9, с. 50–55]. Вообще, древности характерно представление о поэзии как о пророческом искусстве. Она могла не только заглянуть за завесу будущего, но и влиять на него.

*Игровая функция* – запечатленная в слове форма все вновь повторяющейся игры. Эта функция раскрывается Хейзинга в нескольких нижеследующих примерах.

У жителей Среднего Буру, или Раны, существует праздничное поочередное пение, называемое *инга-фука*. Сидя друг против друга, мужчины и женщины поют друг другу песенки, которые воспроизводят либо импровизируют в сопровождении барабана. Различают не менее пяти видов такого пения. Они основаны на чередовании строфы и антистрофы, хода и противхода, вопроса и ответа, выпада и отместки, иногда по форме напоминают загадки. Каждый куплет начинается словами «друг за другом, следом-следом» – как в детской игре. Формально-поэтическим средством является ассонанс, связывающий тезу и антитезу повторением одного и того же слова, варьированием слов. Согласно Хейзинга, поэзия выступает здесь в качестве игры (смысловой или звуковой), следовательно, трактовать ее следует игровыми терминами. Иной вид поэзии обнаружил Де Йосселин де Йонг на о. Ветан группы Бабар Юго-Восточных островов. Здесь – исключительно импровизация. Эффекта ищут главным образом в игре-варьировании песенных мелодий, а не в игре со значениями слов или языковыми созвучиями.

Еще одна разновидность – малайский *пантун* – четверостишие с перекрестной рифмой, где первые две строки вызывают какой-нибудь образ или констатируют некий факт, а две последние завершают стих довольно отдаленным намеком. *Пантун* напоминает умственную игру. Ему подобна японская поэтическая форма *хайку*. По мнению Хейзинга, *хайку* тоже, видимо, было игрой с цепочкою рифм, где один начинал, а другой должен был продолжать.

*Чисто сакральная функция поэзии.* У многих народов древности искусство поэзии играло роль священнодействия. Так, у кельтского духовенства – друидов – существовала особая прослойка вещей поэтов. Цари и вожди боялись магической силы поэзии. Распространенными являются предания о царях, не проявивших должного почтения к певцу, за что он слагал о них насмешливо-уничужительные песни, после чего проклятие их обрушалось на монарха и он был вынужден уходить в изгнание.

Взаимосвязь этих функций раскрывается мыслью Хейзинга: «Все, что является поэзией, вырастает в игре: в священной игре поклонения богам, в праздничной игре ухаживания, в боевой игре поединка с похвальбой, оскорблениями и насмешкой, в игре остроумия и находчивости» [9, с. 50–55].

Поэтическая форма всегда первоначальна, древнейшие священные, парадные, обрядовые тексты всегда создавались в поэтической форме. Обращения к высоким материям требовало соответствующей формы подачи. Кроме того, перед сказителями прошлого стояла необходимость в условиях без письменного общества хранить в памяти колоссальные объемы эпического материала, воспроизводящегося в точности. Аналогичные объемы прозаического характера запоминать практически невозможно. В связи с этим еще раз подчеркнем, что естественным является факт, что поэзия всегда предшествует литературной прозе. Все священные и торжественные тексты: гимны, притчи, трактаты – строятся метрически или строфически.

### **Психологическое и психотерапевтическое значение поэзии**

Мы подошли к необходимости выделения еще одной функции поэзии – терапевтической. Распространено мнение, что поэзия является проекцией внутреннего мира того, кто ее создает, в связи с чем многие пытаются так ее и анализировать. К. Юнг подвергает критическому анализу такой подход в статье «Об отношении аналитической психологии к поэзии». По его мнению, через поэтический материал и способ его обработки можно легко найти тропинку к личным отношениям поэта с родителями, но это не способствует пониманию поэзии. «Если произведение искусства объясняется так же, как невроз, значит, либо оно является неврозом, либо невроз является произведением искусства. Этот тезис, конечно, игра слов, но при этом он выражает позицию здравого смысла, восстающего против помещения произведения искусства на одну доску с неврозом. <...> На одного поэта могут в большей степени влиять взаимоотношения с отцом, на другого – привязанность к матери, в то время как в произведениях третьего отчетливо видны следы сексуальной подавленности. Поскольку все это можно сказать столь же обоснованно не только о невротиках, но и о каждом нормальном человеке, здесь нет ничего особо важного для оценки произведения искусства. <...> Это отсутствие деликатности, похоже, является профессиональной чертой психологов-медиков, а искушение делать смелые выводы часто приводит к откровенному хамству. Легкий налет скандала иногда добавляет перца к биографии, но его излишек вызывает нездоровое любопытство – дурной вкус маскируется наукой. Наш интерес кошмарным образом меняет направленность и теряется в лабиринте психических детерминант, поэт становится клиническим случаем и, чаще всего, очередным примером сексуальной психопатии. <...> Вскрытие черепа Ницше, показавшее атипичскую форму паралича, который стал причиной его смерти. Но какое это имеет отношение к “Заратустре”?» [10, с. 10–29].

Нас, скорее, должна интересовать феноменология восприятия поэтических произведений обычным читателем, который в большинстве случаев обращает внимание не на мастерство рифмовки и витиеватость изложения мыслей, а на то, близки ли ему слова поэта и совпадают ли переживания автора с читательскими переживаниями. У читателей происходит как бы «примерка» мыслей, переживаний и чувств поэта к собственным мыслям, чувствам и переживаниям.

Особенности и результаты соприкосновения человека с поэзией зависят не только от качества, содержания, жанра и других свойств самого произведения, но и от уровня личностных особенностей, уровня культуры, впечатлительности и эмоциональной чувствительности человека, от ситуативных факторов – настроения, самочувствия, предшествующих событий. Одно и то же произведение может совершенно по-разному действовать в зависимости от условий и обстоятельств, в которых оно воспринимается конкретным человеком. Через поэзию человек открывает новую сторону опыта, ранее неизвестного читателю. Переживая эмоции, вызываемые произведением, человек соотносит их со своим опытом, воспоминаниями, переживаниями, открывает себя заново или расширяет сферу своего собственного опыта. Он сталкивается с новыми гранями испытываемых другими чувств.

Поэзия помогает развивать отношение к себе, к окружающей среде, впечатлительность, сопереживание, эмоциональное «вчувствование». Поэзия может стать существенным фактором в осознании и отражении себя, поддерживающим как лечение пациента, так и формирование его отношения к жизни, болезни и смерти, любви и ненависти, радости и горю, счастью и другим важным экзистенциальным вещам.

Применение поэзии в терапевтических (профилактических, вспомогательно-диагностических, ресоциализирующих и др.) целях может рассматриваться в разных направлениях:

#### *1. Поэзия как средство аутотерапии.*

Поэзия оказывают сильное влияние на личность человека, поэтому ее можно использовать как средство вдохновения, мотивации, самореализации, рефлексии, развития воображения, достижения эмоциональной зрелости. Предлагая модели различных жизненных ситуаций и способы переживания эмоций другими людьми, поэзия, как и литература в целом, помогает человеку расширить свой внутренний мир. Она может возбуждать, активизировать, пробуждать боевой дух, успокаивать, снимать напряжение, давать ощущение безопасности. Поэзия может использоваться как профилактическое, терапевтическое, коррекционное, дополнительное диагностическое средство. Она также помогает социализировать и ресоциализировать людей с проблемами адаптации в социуме.

Особенно часто к поэзии прибегают заключенные, люди, длительно пребывающие в замкнутых структурах (армия, флот), находящиеся в длительных экспедициях, пережившие различные драматические события и кризисы, лишенные родины (вынужденные переселенцы, беженцы и т.д.). Они не только обращаются к поэзии как литературному жанру, пытаясь найти в ней отголоски собственных переживаний, но и сами становятся авторами произведений, используя поэзию как сублимирующее средство, способ трансформации сильного эмоционального напряжения, средство катарсиса.

Мы считаем, что поэзия выполняет множество функций: эстетическую, нравственную, образовательную, воспитательную, развивающую, социализирующую и ресоциализирующую, терапевтическую, диагностическую. Поэзия также способствует самопознанию и самореализации.

#### *II. Поэзия как средство групповой и индивидуальной психотерапии.*

*1. Поэзия как инструмент (сопровождение) ритмического движения, эвритмии* может применяться как в работе с детьми, так и в работе со взрослыми как механизм

индивидуального или группового воздействия с целью регуляции и коррекции чрезмерного эмоционального и двигательного-психического возбуждения, снижения напряжения, нормализации ритма дыхания и частоты сердечных сокращений, уравнивания выраженных крайних эмоциональных состояний, наведения трансовых состояний, расслабления.

2. *Поэзия как сопровождение игровых техник, психодрамы, терапии театром* может применяться для усиления эмоционального воздействия игры, для дополнения спектра ролевых действий и т.д.

3. *Поэзия как иллюстрирование визуальных образов.* Как самостоятельное диагностическое и терапевтическое средство может применяться в терапии изоискусством, а также в целях развития цветовой и слуховой, эстетической, ритмической, эмоциональной чувствительности для усиления эмоционального восприятия художественного произведения или воздействия процесса рисования.

Поэзия является достаточно мощным источником и фактором формирования собственных мыслей, переживаний, чувств и мечтаний, а также проекции. Она проникает глубоко в сущность человека и может привести к изменению взглядов и привычек; она есть способ саморефлексии и формирования либо изменения жизненных позиций, отношений к событиям и людям, к формам переживания эмоций, является средством самотерапии и терапии, а также диагностики, коррекции ресоциализации других людей.

### **Заключение**

1. Существуют различные виды поэзии, каждый из которых может выполнять свои специфические функции и задачи. Поэзия у своих истоков выполняла обрядовую функцию (заклинания), которая сохраняет свое значение и в современных религиозных обрядах. Из религиозных обрядов в более развитых обществах возникает игровая и другие функции поэзии. Предполагается, что на более ранних этапах развития поэзия была также формой организации речи, которая облегчала запоминание и передачу информации вплоть до возникновения письма. В более поздние периоды она трактовалась как средство увеселения общества.

2. Анализ имеющихся данных позволяет выделить основные (передача информации через драматургию, эстетическую, экспрессивную, коммуникативную, метаязыковую, апеллятивную, фатическую) и специфические (витальная, социальная, литургическая, игровая, пророческая, чисто сакральная) функции поэзии. Она также имеет важное психологическое и терапевтическое значение, что позволяет дополнить ее специфические функции психологической и терапевтической.

3. Поэзия как мощный по своей силе воздействия на психическую сферу вид творчества может и должна получить переоценку не только в кругах литераторов и любителей поэзии, но также и среди специалистов в области психологии, психотерапии и помогающих профессий. Однако специфичность данного вида творчества существенно ограничивает возможности использования поэзии теми, кто сам не погружен в творческий процесс, а также требует особого подхода и глубинного понимания сущности вопроса.

### **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Оганесян, Н. Т. Практикум по психологии творчества / Н. Т. Оганесян. – 2-е изд., стер. – М. : ФЛИНТА, 2013. – 528 с.

2. History of NAPT [Electronic resource]. – Mode of access: <http://poetrytherapy.org/index.php/about-napt/history-of-napt/>. –Date of access: 03.03.2017.

3. Даниленко, А. В. Исторические аспекты использования поэзии в терапии и коррекции эмоциональных состояний / А. В. Даниленко, С. С. Даниленко // Актуальные вопросы помощи личности в кризисных состояниях : материалы науч.-метод. семинара, Брест, 23 марта 2016 г. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина. – Брест, 2016. – С. 59–63.
4. Еремин, В. Н. 100 великих поэтов [Электронный ресурс] / В. Н. Еремин. – Режим доступа: <http://fanread.ru/book/9429470/>. – Дата доступа: 03.03.2017.
5. Раш, Б. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Раш,\\_Бенджамин/](https://ru.wikipedia.org/wiki/Раш,_Бенджамин/). – Дата доступа: 03.03.2017.
6. Eli, G. [Electronic resource]. – Mode of access: <http://myweb.wvnet.edu/~jelkins/lp-2001/greifer.html/>. – Date of access: 03.03.2017.
7. Даниленко, А. В. Особенности и возможности поэзии в контексте терапии кризисных состояний и решении других проблем / А. В. Даниленко // Актуальные вопросы помощи личности в кризисных состояниях : материалы Междунар. науч.-практ. конф., Брест, 23–24 марта 2017 г. : в 2 ч. / Брест. гос. ун-т им. А. С. Пушкина. – Брест, 2017. – Ч. 1. – С. 75–79.
8. Элиот, Т. Социальное назначение поэзии [Электронный ресурс] / Т. Элиот. – Режим доступа: <http://noblit.ru/node/1277>; <http://noblit.ru/Eliot/>. – Дата доступа: 17.02.2017.
9. Хейзинга, Й. Homo Ludens. Статьи по истории культуры / Й. Хейзинга ; пер., сост. и вступ. ст. Д. В. Сильвестрова ; науч. коммент. Д. Э. Харитоновича. – М. : Прогресс-Традиция, 1997. – 416 с.
10. Юнг, К. Об отношении аналитической психологии к поэзии / К. Юнг // Психоанализ и искусство / К. Юнг, Э. Нойманн. – М., 1997. – С. 9–30.

Рукапіс паступіў у рэдакцыю 03.04.2017

#### **Danilenko A.V. Poetry as Psychotherapeutic Means: Theoretical Justification**

*Poetrytherapy is a new and underdeveloped area of psychotherapy. The relevance of the article is due to the ever increasing importance of various types of creativity and art in «saving» people in conditions of the growing tendency of experiencing an existential crisis, the steady growth of neuropsychiatric problems, and the lack of Russian-language publications on the stated problem and their global deficit. The origins of poetrytherapy or poetry, used for healing and personal growth, date back to the primitive man who used it in various rituals. A modern specialist who resorts to the help of poetry, himself must be immersed in poetry – to know it, to orientate in it, to understand how it is created and how it affects emotionally. In this regard, we made an attempt to systematize theoretical information available in modern information space on the origins of the use of poetry as a therapeutic tool, the analysis of the historical and social significance of poetry, its functions and therapeutic possibilities.*