



Євгенія КОЧЕРГА

старший викладач кафедри природничо-математичної освіти Комунального закладу вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпровської обласної ради», аспірант Інституту вищої освіти Національної академії педагогічних наук України

Світлана ЛУК'ЯНЧЕНКО

директор громадської організації «Сила майбутнього», координатор проекту «Митці згоди»

Станіслав ШАПОШНИКОВ

співробітник громадської організації «Етнодрайв», тренер проекту «Митці згоди»

Роман КАНДИБУР

співробітник громадської організації «Етнодрайв», тренер проекту «Митці згоди»

Альона ХЛИСТІК

співробітник громадської організації «Сила майбутнього», координатор проекту «Митці згоди»

Ключові слова: мир, єднання, ритм, ритмічна фасилітація, барабанне коло, проект «Митці згоди», трансформація конфліктів.

У статті наголошено на одній з головних європейських цінностей – цінності миру. Подано інформацію про освітній проект «Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів», який реалізується у Дніпропетровській області. Схарактеризовано метод барабанного кола як один із дієвих творчих методів для трансформації конфліктів та згуртування колективу.

УДК 379.8:37.01:781.1

DOI 10.31392/NPU-VOV.2020.2(77).08

РИТМІЧНЕ КОЛО ЄДНАННЯ – УНІКАЛЬНІ ПРАКТИЧНІ ІНСТРУМЕНТИ РОБОТИ В ЗГУРТУВАННІ ОСВІТНІХ СПІЛЬНОТ

© Кочерга Є., Лук'яненко С., Шапошников С., Кандибур Р., Хлистік А., 2020



інності є основою культури кожного народу, нації та суспільства загалом. Для нашої країни, яка взяла курс на євроінтеграцію, актуальними і визначальними є базові європейські цінності. Серед них – верховенство права, рівність перед законом, права людини, особиста свобода, самореалізація індивіда та мир. Європейські цінності – це демократичні стандарти, у центрі яких знаходиться сама людина. Такі цінності, як свобода, справедливість та мир є метою, а Європа є лише засобом їх утілення, взірцем для інших країн та народів [2, с. 83]. У контексті нашого дослідження звернімося до однієї з європейських цінностей, яка є особливо актуальною для сьогодення України, а саме до цінності миру.

За результатами дослідження, яке було оприлюднене у 2015 році та проведене у рамках міжнародного проекту «Євробарометр» під егідою Європейської Комісії, європейці відносять до головних цінностей саме «мир» (2014 р. – 44%, 2015 р. – 45%) [11]. Проведене у квітні – червні 2017 року Інститутом Горшеніна у співпраці з Представництвом Фонду ім. Фрідріха Еберта дослідження «Українське суспільство та європейські цін-

ності» показало, що для 2000 опитаних респондентів найбільшою цінністю із запропонованого переліку є «мир» – 56,6% [5].

Досягнення миру є справою держави та всіх її інституцій, але водночас і спільною справою кожного її громадянина, кожної свідомої особистості, яка розуміє особисту відповідальність за кожну свою дію. Першим соціальним інститутом, який закладає в підростаюче покоління розуміння миру як цінності, є сім'я, а другим – освіта. Отже, ми визначаємо важливість системи освіти як соціального інституту, який формує в підростаючого покоління цінність миру.

У словнику української мови зазначено, що мир – це відсутність незгоди, ворожечі, сварок; відсутність збройної боротьби між двома або кількома народами, державами; протилежне війна; спокій, тиша [4]. Термін «мир» вживається як у значенні миру в душі людини, так і в значенні миру між групами людей, народами і державами. В останньому значенні мир не означає відсутність конфліктів, а згоду вирішувати конфлікти без застосування насилля, що приводить до війни [1].

У системі освіти проводяться різноманітні заходи на різних рівнях (дошкільна, початкова, середня, вища), з різних предметів, у позакласній та в позашкільній роботі щодо формування в підростаючого покоління цінності миру. Одним із прикладів такої діяльності є освітній проєкт «Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів», який реалізується у Дніпропетровській області з жовтня 2018 року ГО «ДОО «Сила майбутнього» в партнерстві ГО «Рух «Етнодрайв», що фінансується німецьким урядом через Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH у рамках проєкту Громадська служба миру.

Головною ідеєю проєкту є навчання педагогічних працівників (учителів, викладачів, методистів, соціальних педагогів, психологів) трансформації конфліктів за допомогою творчих методів.

«Теоретики школи трансформації конфліктів вважають, що в даний час недо-

статньо переформулювати позиції і знайти взаємовигідні рішення. Структура сторін конфлікту і їх відносини відображають конфліктність взаємин, які виходять за рамки будь-якої локальної ситуації. Тому їх трансформація – це процес перетворення взаємин, інтересів, дискурсів і в разі необхідності – всього суспільства, якщо його устрій підтримує продовження насильницького конфлікту. Конструктивний конфлікт тут розглядається як життєво важливий фактор або каталізатор змін. У довгостроковому процесі побудови миру всі люди можуть внести свій вклад, у тому числі представники конфліктуючих сторін, люди, що живуть у суспільстві або регіоні, порушеному конфліктом, або зовнішні сторони, що володіють відповідними людськими і матеріальними ресурсами. Трансформація вимагає всебічного і широкомасштабного підходу, при якому пріоритетом є не посередництво зовнішніх сторін, а надання підтримки груп усередині конфлікту. Вона являє собою поступальний процес, що вимагає реалізації ряду маленьких або великих кроків, а також конкретних заходів, у здійсненні яких важливу роль можуть грати абсолютно різні актори» [6]. Отже, трансформація конфлікту, у нашому розумінні, полягає у перетворенні взаємин, інтересів та дискурсів, які породжують конфлікт, на творчість, позитивне ставлення до себе, оточуючих та світу, загалом – у позитивну життєву енергію, яка є основою творення, а не руйнування насаперед стосунків між людьми та групами людей. У даному контексті конфлікт виступає як ресурс для змін. Адже виникнення конфлікту свідчить про порушення певного елемента у взаємовідносинах між людьми або групами людей. Відповідно, він є індикатором, сигналом про необхідність змін.

У теорії трансформації конфліктів творчими методами ми пропонуємо п'ять кроків, виконання яких, на нашу думку, дозволить від конфлікту перейти до порозуміння та миру. Схематично кроки трансформації конфліктів творчими методами представлено на рис. 1.

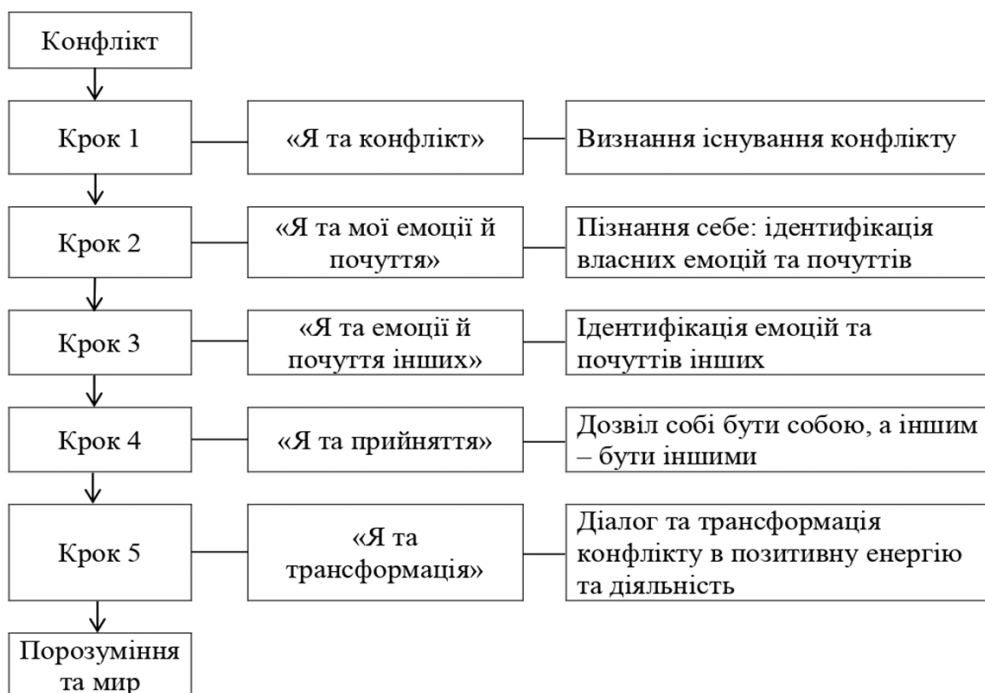


Рис. 1. Кроки трансформації конфліктів творчими методами (авторська схема)

Аналіз схеми показує, що трансформація відбувається роботою над емоційною та чуттєвою сферою особистості. Творчі методи дозволяють кожній людині пізнати краще свій внутрішній світ, визнати для себе існування самого конфлікту, своїх емоцій та почуттів, які заважають вирішувати конфлікт або, навпаки, можуть допомогти цьому процесу. Відповідне розуміння себе призводить до кращого розуміння інших, адже перелік емоцій і почуттів людей є однаковим для всіх, незалежно від віку, статі, національності та інших характеристик. Наступним кроком є прийняття себе та інших і вираження «Я-позиція», яке й призводить до можливості будувати діалог, і відповідно конфлікт переходить у позитивну енергію та творчу діяльність, які є основою для появи порозуміння та миру.

В усі часи мистецтво виступало як особливий вид людської діяльності, який має величезний потенціал для розвитку осо-

бистості та неймовірну енергію, правильне використання якої може бути основою для будь-яких позитивних змін у суспільстві. Мистецтво приносить людям позитивні емоції, розкриває внутрішній потенціал особистості, сприяє самопізнанню та вмінню представити себе іншим. Мистецтво відкриває творчість у людині, а творчість – це можливість відпустити себе, вона дає людям свободу висловлювати свої думки. Мистецтво є інструментом спілкування між людьми, якому не потрібна звичайна мова. Як мову мистецтво використовує образ, символ, колір, звук, рух, дотик, вираз обличчя. І ця особлива мова мистецтва є зрозумілою для людей будь-якої національності, віку, статі, соціальної приналежності. Мистецтво впливає на людські емоції та почуття набагато глибше, ніж інші засоби. Воно може як заспокоювати, так і збуджувати. Отже, з'являється можливість використання певних мистецьких практик

(творчих методів) для трансформації конфліктів, адже саме вони мають безпосередній вплив на емоційну та чуттєву сферу кожної людини. Одним із творчих методів, який використовується в проєкті «Митці згоди» є ритмічне коло єднання, основою якого є «барабанне коло».

Барабанне коло (Drum circle) належить до методів музичної терапії. Барабанне коло – це інтерактивний захід, у якому кожен учасник є одночасно і артистом і глядачем, це командування (eambuilding) за допомогою барабанів, інших музичних інструментів (у тому числі саморобних), голосу та гри на власному тілі (body percussion). Барабанне коло як метод придумав і запатентував Артур Халл, барабанщик із США, який уперше почав використовувати барабани та голос для згуртування людей. Артур Халл відомий як презентатор ідеї барабанного кола, професійний «диригент» ритму і мотиваційний тренер. Досвід Village Music Circles, які відбуваються по всьому світу, спонукає пересічних людей, що належать до різних культур і мають різний рівень освіти, використовувати ритм для спілкування один з одним. Виконуючи місію допомагати людям розважатися і спілкуватися через ритм, Артур Халл дарує радість і надихаючий досвід гри на ударних інструментах у команді, які доступні будь-якій людині, в тому числі дітям із соціально незахищених категорій [3].

Барабанне коло якраз і працює на тілесному та психічному рівні з людськими емоціями та відчуттями, такими як гнів, злість, сум, страх, радість, сором'язливість, образа, задоволення, здивування, цікавість та ін. Гра на барабані дозволяє емоціям та почуттям проявитися. Те, що людина не може прямо сказати, або те, що приховано десь у тенетах підсвідомості, може вийти назовні через звук. Якщо спочатку є невпевненість і людина може неохоче брати до рук барабан, то через декілька хвилин гри свідомість утрачає контроль. Тіло підкоряється ритму. Емоції звільняються з-під контролю розуму та проявляються у звуці. Людина дозволяє собі зазвучати. І якщо при цьо-

му будуть барабанити сторони конфлікту, їх тіла, емоції та почуття почнуть рухатися в одному потоці, увійдуть у резонанс, то конфлікт може бути вичерпаний через тілесний прояв один одного, через можливість почути один одного в єдиному ритмі. Експериментально перевірено, що свідомо можна тримати дистанцію та стояти на своєму, але якщо включити тіло в гру, то воно довго не зможе ухилитися від єдиного потоку. Якщо два учасника грають кожен свій ритм, то через кілька хвилин гри обов'язково відбудеться загальне налаштування, підлаштування один під одного і настає резонанс.

Під час гри в барабанному колі учасники відчувають спільність, підтримку, радість. Результатом є посилення командної мотивації, енергетичний заряд, покращення особистісного спілкування в команді. Ця методика покликана згуртовувати людей. Вони намагаються грати в унісон і таким чином учаться слухати одне одного. Об'єднуючись, люди досягають набагато кращих результатів як у професійній, так і особистісній діяльності.

На рис. 2 представлено вплив методу барабанного кола на особистість людини (авторський погляд).

Як видно зі схеми, барабанне коло працює як над особистісними проявами людини (агресія, життєва, енергія, увага, самопізнання, самовираження), так і на міжособистісному рівні (згуртування колективу). Перехід відбувається саме через особистісний вплив на груповий.

Барабанне коло має позитивний вплив і на здоров'я людини через вплив на емоційну та чуттєву сферу. Про це свідчать наукові дослідження В. Bittman (2001) [7], D. Fancourt (2016) [8], R. Mungas (2014) [10]. Так у дослідженні R. Mungas зазначено, що барабанне коло є ефективним при роботі з тривожними станами, депресією, стресом, проявами гніву. У дослідженні A. Yap, S. B. Ang та Yu Heng Kwan (2017) [12] наведено узагальнений аналіз статей, у яких наводяться докази позитивного впливу музики, основою якої є власне створення ритму (а не просто прослуховування музики),

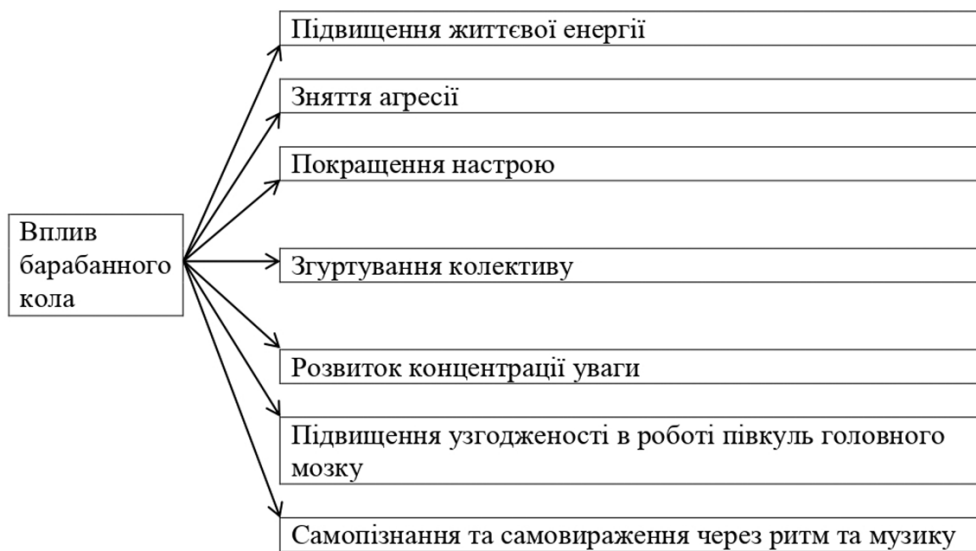


Рис. 2. Вплив барабанного кола на людину (авторський погляд)

на фізичне, психічне та соціальне здоров'я людини. Такий вплив має поширене використання в медицині для покращення різних патологічних станів людського організму. Автори класифікують вплив ритму на фізичне, психічне та соціальне здоров'я людей. Ще одним цікавим дослідженням, яке підтверджує ефективність спільної гри на барабанах, є дослідження Kirschner S. та Tomasello M. (2009) [9], у якому показано, що навіть діти від 2,5 до 4,5 років здатні до синхронізації ритму при груповій грі. Отже, наші особисті спостереження збігаються з результатами досліджень інших авторів.

Окрім власне творчих методів трансформації конфліктів, учасники проекту «Митці згоди» вивчали прийоми фасилітації як способу управління груповою динамікою. Під ритмічною фасилітацією розуміється професійна організація процесу й простору для досягнення певної групової мети за допомогою створення ритму. При цьому фасилітатор не є суб'єктом, який спонукає виконувати групу власні інструкції та розпорядження, фасилітатор поєднує в собі риси керівника та лідера групи, але водночас і учасника групової ритмічної динаміки.

У проекті «Митці згоди» 45 педагогічних працівників Дніпропетровської області 10 місяців навчалися творчим методам трансформації конфліктів. Крім того, кожен з учасників проекту з другого місяця навчання почав реалізовувати власні проекти або проводити заняття за основним місцем роботи. За цей період було проведено понад 550 занять з дітьми різного віку (починаючи від дошкільників та закінчуючи учнями старших класів) і з дорослими, зокрема з учителями на курсах підвищення кваліфікації. Головне враження від проведених занять – це зацікавленість, захопленість, незвичайність та позитив.

За результатами анкетування, 72 % учасників проекту називають позитивні зміни в їхньому житті. З-поміж позитивних рис своєї особистості, які відкрили для себе учасники проекту, або рис, які учасники набули за час реалізації проекту, є артистизм, упевненість у собі, наполегливість, жага до знань і бажання розвитку, відкритість, творчість, бажання працювати в команді, цілеспрямованість, віра в успіх, здатність до емпатії, терпіння, методичність, планованість, щирість, уміння швидко пристосову-

ватися до змінних умов, відповідальність, рішучість, лідерство, креативність, більш чітке розуміння своїх емоцій, бажань і потреб, духовне зростання. Але водночас деякі учасники виявили риси, над якими необхідно працювати, а саме: сором'язливість та страх бути в центрі уваги.

Цікавим, на нашу думку, є той факт, що 56 % учасників проекту зазначили покращення стану їхнього здоров'я. Покращення відбулося як у психічному здоров'ї, так і у фізичному. Зокрема, учасники зазначають, що з'явилася психічна рівновага, спокій, збільшилася витривалість та стресостійкість, зменшилася захворюваність на сезонні застуди. Учасники проекту зазначили, що гра на барабанах дозволяє коригувати деякі проблеми опорно-рухового апарату, зміцнювати деякі м'язи, зменшувати біль у шії та кінцівках, за рахунок чого загальна постава вирівнюється. Заняття грою на барабані можна порівняти з гімнастичними вправами, які повільно (без додаткового силового навантаження) зміцнюють м'язи різних груп у тілі та покращують кровообіг, впливають на ритм дихання та серця з користю. Також помічено значний вплив музичних вправ на різних музичних інструментах, звуків різної висоти на загальний стан нервової системи.

Покращення стосунків з рідними та близькими зазначили 68 % учасників проекту. Такі зміни проявилися в збільшенні гармонійності родинних стосунків, злагоженості, ступені довіри, терпимості, взаєморозумінні. Деякі учасники помітили, що в родині їх стали більше підтримувати. Позитивним, на нашу думку, є факт покращення стосунків з власними дітьми. Про це повідомили 36 % учасників проекту.

Про зміну стосунків на робочому місці підкреслює 64 % учасників проекту. Так, зокрема, відбулося покращення стосунків у колективі через підвищення впевненості в собі, розкутості, рішучості у відстоюванні власних кордонів та інтересів, вирішення внутрішньоособистісних конфліктів. Деякі учасники підкреслюють, що адміністра-

ції шкіл стали по-іншому дивитися на роботу шкільного психолога та почали більше прислухатися до нього. Також більшість учасників наголошує, що керівництво позитивно ставиться до їхньої участі в проєкті та проведенні занять за даними техніками у їхніх закладах освіти.

Учасники проєкту (92 %) використовують техніки, яким навчаються, для вирішення конфліктів у власному житті й професійній діяльності та підкреслюють ефективність цих технік. Адже вони дають змогу виражати власні емоції та почуття, розуміти емоції та почуття інших людей, використовувати творчість у спілкуванні, розширюють можливості спільної діяльності, дозволяють дивитися на ситуації та стосунки з різних сторін.

Підтвердженням актуальності проєкту «Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів» є те, що після закінчення навчання всі його учасники продовжують використовувати творчі методи для роботи як з дітьми, так і з дорослими.

Висновки. Ритм є універсальною творчою мовою спілкування людей, незалежно від їхнього віку, статі, соціального чи національного статусу. Ритм об'єднує різноманітні людські спільноти. Це може бути і група дітей дошкільного віку, учнів від початкових до старших класів, і група дорослих, і різновікові групи. Барабанне коло як метод музичної терапії дає можливість впливати як на кожну окрему людину через її емоції та почуття, так і на групу людей їх єднанням у спільному ритмічному потоці. Освітній проєкт «Митці згоди: творчі методи трансформації конфліктів» має підтвержені результати позитивного впливу творчих методів як на трансформацію конфліктів, можливість їх профілактики, так і на особистісні якості людей та на стан їхнього здоров'я. Тож на підставі дослідження можна бачити перспективність ритмічного кола єднання як унікального практичного інструменту згуртування освітніх спільнот. Подальші дослідження будуть спрямовані на проведення експериментальної роботи з педагогічними пра-

цівниками та учнями шкіл щодо визначення ефективності запропонованих творчих

методів трансформації конфліктів, у тому числі барабанного кола.

ЛІТЕРАТУРА

1. Мир. Матеріал з Вікіпедії – вільної енциклопедії. URL: <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B8%D1%80>

2. **Пірен М. І.** Європейські цінності та їх реалізація у сфері державної служби та кадрової політики України. Збірник наукових праць Національної академії державного управління при Президентові України. 2015. Вип. 1. С. 78–90.

3. «Посол» ритма Артур Халл. URL: <http://betotogether.com.ua/%C2%ABposol%C2%BB-ritma-artur-khall/>

4. Словник української мови: в 11 т. URL: <http://sum.in.ua/s/myr>

5. Українське суспільство та європейські цінності: звіт за результатами соціологічного дослідження. URL: http://fes.kiev.ua/n/cms/fileadmin/upload2/JEuropeiski_cinnosti_tables_and_diagrams_MR.pdf

6. **Майялл Х.** Трансформація конфліктів: комплексна задача. Етнополітичний конфлікт: пути трансформации: настольная книга Бергховского центра / пер. с англ.; ред. В. Тишков, М. Устинова. Москва: Наука, 2007. URL: https://www.berghof-foundation.org/fileadmin/redaktion/Publications/Handbook/Articles/russian_miall_handbook.pdf

REFERENCES

1. Peace. Wikipedia article is a free encyclopedia. URL: <https://en.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B8%D1%80> (in Ukrainian)

2. **Piren M. I.** European values and their implementation in the sphere of public service and personnel policy of Ukraine. Collection of scientific papers of the National Academy of Public Administration under the President of Ukraine. 2015. Vol. 1, pp. 78–90. (in Ukrainian)

3. "Ambassador" of Rhythm Arthur Hull. URL: <http://betotogether.com.ua/%C2%ABposol%C2%BB-ritma-artur-khall/> (in Russian)

4. Dictionary of Ukrainian: in 11 volumes. URL: <http://sum.in.ua/s/myr> (in Ukrainian)

5. Ukrainian society and European values: a report on the results of a sociological survey. URL: http://fes.kiev.ua/n/cms/fileadmin/upload2/JEuropeiski_cinnosti_tables_and_diagrams_MR.pdf (in Ukrainian)

6. **Mayall H.** Transformation of Conflict: A Complex Challenge. Ethnic and Political Conflict: Ways of Transformation: A Handbook of the Berghov Center / Per. Sangl. language; ed. V. Tishkov, M. Ustinova. – Moscow: Science, 2007. URL: https://www.berghof-foundation.org/fileadmin/redaktion/Publications/Handbook/Articles/russian_miall_handbook.pdf (in Russian)

7. **Bittman B.** Composite effects of group drumming music therapy on modulation of neuroendocrine-immune parameters in normal subjects *Alternative Therapies in Health and Medicine*. Volume 7, no. 1, pp. 38–47, January 2001. URL: <http://drumsofhumanity.org/wp-content/uploads/2012/01/Immune-System-Study.pdf>

8. **Fancourt D.** Effects of Group Drumming Interventions on Anxiety, Depression, Social Resilience and Inflammatory Immune Response among Mental Health Service Users *PLoS One*. 2016. 11(3). URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4790847/>

9. **Kirschner S., Tomasello M.** Joint drumming: Social context facilitates synchronization in preschool children *Journal of Experimental Child Psychology*. Volume 102, issue 3, March 2009, pp. 299–314.

10. **Mungas R., Silverman M. J.** Immediate Effects of Group-Based Wellness Drumming on Affective States in University Students *The Arts in Psychotherapy*. Volume 41, issue 3, July 2014, pp. 287–292.

11. Standard Eurobarometer 83 / Spring 2015. European citizenship. Report // European Commission. URL: http://ec.europa.eu/commfrontoffice/publicopinion/archives/eb/eb83/eb83_citizen_en.pdf

12. **Yap A., S B Ang, Yu Heng Kwan.** A systematic review on the effects of active participation in rhythm-centred music making on different aspects of health *European Journal of Integrative Medicine*. Volume 9, January 2017, pp. 44–49.