

<https://doi.org/10.28925/2412-124X.2024.13.3>

УДК 37.091.33-027.22:78

**Світлана Сисоєва**

<https://orcid.org/0000-0003-2499-732X>

доктор педагогічних, професор,  
дійсний член (академік)  
Національної академії педагогічних наук України,  
академік-секретар  
Відділення філософії освіти,  
загальної та дошкільної педагогіки НАПН України,  
вул. Січових Стрільців, 52-А, 04053 Київ, Україна,  
[s.sysoieva@kubg.edu.ua](mailto:s.sysoieva@kubg.edu.ua)

## ФЕНОМЕН МУЗИЧНОЇ ТВОРЧОСТІ В КОНТЕКСТІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

У статті проаналізовано феномен музичної творчості в контексті збереження здоров'я учнів в умовах воєнного стану; встановлено, що проблема впливу творчості, зокрема музичної, на здоров'я людини залишається предметом наукових досліджень вчених різних наукових галузей. Проаналізовано ключові поняття обраної для статті проблеми, зокрема «здоров'я», «культура здоров'я», розкрито потенціал музичної творчості для підтримки здоров'я та психоемоційного стану людини; зроблено висновок, що для українських дітей та молоді, дитинство і юність яких понівечені війною, творча діяльність в усіх її проявах повинна стати підтримкою, захистом, умовою адаптації до життєвих змін. Серед засобів збереження фізичного, морального, духовного здоров'я людини, утримання її психоемоційної стабільності в кризових життєвих ситуаціях чільне місце посідає творчість, реалізація людиною власного творчого потенціалу у різних видах творчої діяльності та життєтворчості. Акцентовано на тому, що участь у творчій діяльності дає людям можливість емоційного вираження та регуляції, що підвищує гнучкість реагування у стресових ситуаціях; зроблено висновок, що страх заважає реалізації творчого потенціалу людини. Мистецтво як вид творчої діяльності спроможне виступити для людини способом компенсації власних недоліків, що є надзвичайно важливим у подоланні психоемоційних розладів учнів, які постраждали від воєнної агресії, оскільки творча діяльність на уроках мистецтва та в позаурочних колективних формах створюють атмосферу радості, задоволення, довіри, зцілюють психоемоційне здоров'я. Встановлено, що творчість, зокрема музична, може позбавити людину фізичного та емоційного болю, тому вагомого значення набуває використання музики для створення безпечного освітнього середовища.

**Ключові слова:** здоров'я, культура здоров'я, творчість, учні закладів загальної середньої освіти, художня і музична творчість.

**Вступ.** Для українських дітей та молоді, дитинство і юність яких понівечені війною, творча діяльність в усіх її проявах може і повинна стати підтримкою, захистом, засобом адаптації до життєвих змін. Могутній творчий потенціал має мистецтво. Позитивний вплив творчої мистецької діяльності на здоров'я людини активно досліджується вченими, зокрема в галузі педагогіки та психології творчості. Аналіз таких наукових досліджень дає підстави для висновку про позитивний вплив творчості, зокрема мистецької, на здоров'я людини,

стабілізацію й покращення її психоемоційного стану. Важливо підкреслити, що сам процес, а не результат творчості – наприклад, виконана мистецька робота – мають лікувальний вплив під час стійких стресових ситуацій.

Концептуальні засади психології і педагогіки творчості розкрито у працях В. Моляко, С. Сисоєвої, В.Рибалка. Можливість емоційного вираження та регуляції у творчій діяльності, що сприяє підвищенню гнучкості реагування у стресових ситуаціях, підкреслюють у своїх працях D. Fancourt, K. Garnett, D. Müllensiefen (2020). На компенсаторних механізмах творчості зосереджує увагу А. Adler (1923).

Проблемі творчої мистецької діяльності, присвятили свої праці К. Зуб, Л. Масол, Н. Овчаренко, Г. Падалка, О. Ростовський. Вплив творчого потенціалу музичного мистецтва на здоров'я людини досліджували В. Гриньова (2015) та Р. Добровольська (2024).

**Метою статті** є аналіз феномену музичної творчості задля виявлення ефективних засобів збереження здоров'я учнів в умовах воєнного стану.

**Результати дослідження.** Проблема впливу творчості на здоров'я людини залишається предметом наукових досліджень вчених різних наукових галузей. Творчість не тільки забезпечує поступальний рух суспільства вперед, розвиток земної цивілізації. Творчість, що є найважливішим з погляду гуманності буття, маючи могутній психореабілітаційний ефект, охороняє людину-творця від стресів, відгороджує від буденності, дозволяє зануритися у себе, свою творчість, черпати в ній сили й натхнення для життя і творчих звершень. Люди, здатні до творчості, легко адаптуються в будь-якому соціальному середовищі, життєвій і професійній ситуаціях. Здатності і можливості до адаптації знаходяться в них самих, у їхньому умінні абстрагуватися від другорядних аспектів, вибудовувати можливі варіанти вирішення проблем, практичних шляхів їх розв'язання, зосереджуватися на їхній реалізації (Сисоєва, 2006).

В умовах сьогодення творчість набуває вагомості для збереження психічного і фізичного здоров'я людини. Виокремлення сутності здоров'язберезувальної функції творчості потребує окреслення наукового тезаурусу проблеми, зокрема таких понять, як «здоров'я», «культура здоров'я» людини. У Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я (1948) зазначено, що поняття «здоров'я» необхідно розглядати як комплексний стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя. У наукових працях сучасних вчених поняття «здоров'я» розглядається з різних позицій. Зокрема, О. Федько (2009) наголошує, що здоров'я є взаємодією внутрішніх (спадковість, спосіб життя, стать, вік) умов (70%) і зовнішніх (екологічних, соціально-економічних) – 30%. Подібної думки дотримуються такі науковці, як О. Висотська та Н. Романенко (Vysotska, Romanenko 2022), які вважають, що здоров'я відображає взаємозв'язок організму та навколишнього середовища, а організм людини являє собою сукупність фізіологічних і психологічних процесів в єдності із зовнішніми факторами (с. 32).

Здоров'я розглядається також як цілісний динамічний стан, якому притаманні певні резерви синергетичної, пластичної і регуляторної забезпеченості стійкості до впливу негативних чинників зовнішнього середовища, і який є основою для виконання соціальних і біологічних функцій (Бойчук, 2017. с. 15). Визначаючи сутність здоров'я, І. Смоляр та А. Ваханова (2017) звертають увагу на зв'язок поняття «здоров'я» із поняттям «здоровий спосіб життя» як певного сценарію життєдіяльності, спрямованої на збереження та покращання здоров'я людей (с. 2). Існує точка зору, що поняття «здоров'я» варто розглядати через спеціально організовану діяльність учнів по засвоєнню матеріальних і духовних цінностей людства в процесі навчання, які використовуються ними для формування, зміцнення і збереження фізичного, психічного та духовного здоров'я, що виявляється у здоровій поведінці, яка стала їх способом життя (Ляхова, 2019).

Здоров'я відображає не тільки сьогоденний стан організму, але і його потенційні можливості (Цимбалюк, 2016, с. 92). Поняття «потенційне здоров'я людини» відображає рівень її здоров'я, яке вона матиме в майбутньому під впливом змін умов існування та якісних характеристик функціонування організму, резервів фізіологічних, біологічних і психічних систем, переосмисленого ставлення до свого здоров'я й цілей його збереження.

На важливості збереження здоров'я учнів у процесі навчання, формування у них культури здоров'я наголошується у багатьох працях українських учених. У наукових розвідках І. Поташник (2010), підкреслюється, що виховання культури здоров'я учнів закладів загальної середньої освіти (зміст, організація, засоби, форми, методи навчання) повинно проводитися на принципах сучасної педагогіки, відповідно до гігієнічних засад охорони здоров'я учнів (с. 49). Ю. Сурмяк та Л. Кудрик (2012) розглядають культуру здоров'я як цілісну систему особистісних якостей, що охоплює світогляд, духовність, цінності, знання, вміння та здібності, що орієнтують особистість на здоровий спосіб життя і забезпечують її високий рівень здоров'я. Людина зі сформованою культурою здоров'я компетентна щодо забезпечення умов і застосування методів збереження фізичного, духовного, соціального благополуччя свого організму (с. 167). Культура здоров'я учня розглядається як така, що включає духовну, психологічну, медико-гігієнічну, фізичну культури, тісно пов'язані між собою (Сурмяк, Кудрик, 2012, с. 167).

Серед засобів збереження фізичного, морального, духовного здоров'я людини, утримання її психоемоційної стабільності в кризових життєвих ситуаціях чільне місце посідає творчість, реалізація людиною власного творчого потенціалу в різних видах творчої діяльності та життєтворчості.

Зарубіжні психологи D. Fancourt, K. Garnett, D. Müllensiefen (2020) акцентують увагу на тому, що участь у творчій діяльності дає людям можливість емоційного самовираження та саморегуляції, що сприяє підвищенню гнучкості реагування в стресових ситуаціях. Дослідники відмічають, що позитивні емоційні переживання відіграють особливу роль у творчості, і навпаки – негативні емоції та почуття можуть перешкоджати творчості, негативно позначатися на результатах творчої діяльності, що, наприклад, стосується страху, який заважає реалізації творчого потенціалу людини (Черножук, 2010, с. 55).

Для розуміння механізму позитивної дії творчості на здоров'я людини важливими є положення гуманістичної компенсаторної теорії творчості А. Adler (1923). Психолог застосував принцип компенсації для пояснення людської поведінки, в основі якої лежить її активність, перехід від негативної ситуації до ситуації позитивної, від втрат до переваг. За А. Adler (1923), мистецтво як вид творчої діяльності спроможне виступити для людини способом компенсації власних недоліків. Думка А. Adler (1923) є надзвичайно важливою в подоланні психоемоційних розладів учнів, які постраждали від воєнної агресії, оскільки заняття творчою діяльністю на уроках мистецтва та в позаурочних колективних формах мистецького навчання створюють атмосферу радості, задоволення, довіри, зцілюють психоемоційне здоров'я. Встановлено, що музична творчість може позбавити людину фізичної та емоційної болі, тому вагомим значенням набуває використання музики для створення безпечного освітнього середовища. Сприймання мистецтва базується більше на чуттєвості людини, ніж на естетиці (Quigley, 2023).

Феномен позитивного впливу творчої мистецької діяльності на здоров'я людини продовжує активно досліджуватися вченими, зокрема в галузі педагогіки і психології творчості. Сучасний етап розвитку наукової думки, як зазначає дослідниця психології творчості Н. Карпенко (2016), «не дає вичерпної відповіді про особливості системи механізмів мозку, який діє у творчому акті». Дослідження психології, психотерапії, нейрофізіології характеризують тільки незначну частину психофізіологічних механізмів творчого процесу людини (с. 29). Стимулом до творчої діяльності завжди виступає проблемна ситуація, яку

необхідно вирішити новим способом. З позиції нейрофізіології, пише Н. Карпенко (2016), детектори новизни включають механізм творчості. У мозку активізуються спеціальні нейрони, які не реагують на повторення стимулів і відповідають тільки на нові подразники. Детекторам новизни властива висока чутливість, тому людина відчуває позитивний емоційний вплив і переживання під час творчого процесу. Відчуття задоволення під час творчої діяльності, результатом якої є корисний суспільний продукт, зумовлює розвиток самої особистості, її індивідуальних якостей (Карпенко, 2016, с. 29).

Звернемо увагу на наукові розвідки Г. Шубіної, (2024), яка вивчала думки сучасних українських митців, психологів щодо впливу мистецької творчості на здоров'я людини. Узагальнюючи думки респондентів, можна констатувати, що творча діяльність знімає емоційну напругу, позитивно впливає на внутрішній світ людини і допомагає їй досягнути гармонії із зовнішнім світом, подолати біль та страх. Важливо, щоб та творча справа, якою займається людина, подобалась їй. Через мистецтво і творчість у будь-яких її проявах, переконана Г. Шубіна (2024), приходить зцілення.

Збереження здоров'я дітей, формування у них культури здоров'я засобами музичної творчості відображено в багатьох сучасних наукових розвідках, серед яких дослідження Ф. Шуляра (2022), у якому наводяться результати вивчення впливу творчого потенціалу музичного мистецтва, зокрема класичної музики й літератури, на здоров'я учнів (с. 18). Дослідник встановив, що музичне мистецтво знімає неврози, дратівливість, зневіру, піднімає над буденністю; заспокійливо впливає, зменшує тривожність і невпевненість; поновлює кров'яний тиск, серцеву діяльність, знімає напругу в стосунках з іншими людьми; стимулює розумову діяльність; розвиває розумові здібності в дітей; знімає синдром хронічної втоми; сприяє підняттю життєвого тону, покращує самопочуття, настрої, відновлює творчу енергію. У наукових працях К. Agres et al. (2021) також підкреслюється значення музичного мистецтва, музичної психології та цифрових технологій (що надають можливість фіксувати біологічні реакції на різні музичні твори) для збереження ментального здоров'я людини.

Вивчення впливу творчого потенціалу музичного мистецтва на здоров'я людини дало змогу встановити біорезонансне поєднання музичних звуків з вібраціями окремих органів людського організму (Гриньова, 2015). Вібрації музичних звуків активізують вегетативні механізми вищої нервової діяльності, а ритм музичних творів стимулює фізіологічні процеси в тілі людини. Музика підвищує здатність організму до вивільнення ендорфінів – мозкових біохімічних речовин, що допомагають справлятися з болем і стресом. Усі музичні твори можна умовно розділити на заспокійливі, розслаблюючі й активізуючі, тонізуючі (Гриньова, 2015, с. 26).

Естетика звуку, краса музичного твору, високий рівень музичного виконання позитивно впливає на центральну нервову систему людини. З огляду на це, вчені вважають, що музична терапія є необхідною для збереження здоров'я дітей під час воєнного стану в Україні. Дослідженню музичної терапії приділяється значна увага в європейських країнах. Музичну терапію включено в університетські освітні програми в Україні як новий метод лікування і профілактики ментального здоров'я, який має сприяти розробленню технологій покращення здоров'я і благополуччя людини, зокрема дітей та молоді (Добровольська, 2024). За результатами аналізу впровадження музичної терапії в університетах Австрії встановлено, що музична терапія широко застосовується в університетах країни й існує її тісний зв'язок з такими галузями знань, як: психотерапія, психологія, медицина, музикознавство, освіта. Музична терапія забезпечує профілактику захворювань, збереження здоров'я, лікування гострих і хронічних захворювань, реабілітацію, підтримку соціальних навичок (Добровольська, 2024, с. 217).

Впровадження музичної терапії у систему освіти України особливо актуальне під час воєнного стану, оскільки діти та молодь, які пережили і переживають стресові ситуації, потребують психологічної допомоги і реабілітації.

У такому контексті вагомості набуває науковий досвід вченого, британського композитора, професора Единбурзького університету N. Osborne (2017), який у роботі з дітьми під час воєнних подій в 90-их рр. XX ст. у Боснії та Герцеговині, у кінці XX та на початку XXI ст. на Балканах, Кавказі, Близькому Сході, у Східній Африці, Південно-Західній Азії та Індії впроваджував терапевтичні технології з використанням мистецтва, музичного мистецтва, зокрема створення дітьми творчих композицій, у яких вони передавали власні пережиті емоції. Учений довів, що творча реалізація учнів через створення музики сприяла гармонізації їх внутрішнього стану, позитивно вплинула на стабілізацію емоційної сфери, покращила комунікативні навички (Osborne, 2017). Вивчення й використання результатів наукових розвідок N. Osborne (2017) та інших вчених, дослідження яких присвячено дослідженню потенціалу творчості для збереження здоров'я людини, є важливим для підтримки фізичного й психоемоційного здоров'я українців, які переживають воєнну агресію.

**Висновки.** Творчість – це унікальне явище, і навіть в умовах війни творчість сприяє розвитку особистості, її індивідуальних якостей, стимулює повернення людини до життя й радості від результатів своєї творчості.

Аналіз сучасних наукових досліджень щодо позитивного впливу творчості, зокрема мистецької, на здоров'я людини, дає підстави для висновку, що творчий процес сприяє збереженню й відновленню здоров'я людини, стабілізації й покращенню її психоемоційного стану.

Важливо підкреслити, що сам процес, а не його результат – виконана мистецька робота – мають лікувальний характер під час стійких стресових ситуацій. Рівень мистецької підготовки не є вирішальним у заняттях мистецькою творчістю, яка, маючи необмежений потенціал впливу на центральну нервову систему людини, може використовуватися для лікування гострих і хронічних захворювань, гармонізації внутрішнього світу людини, розвитку стабільності її емоційної сфери, ефективності соціальних комунікацій.

Дослідження доводять, що музична терапія повинна стати складовою університетської освіти педагогічних працівників, оскільки вона сприяє покращенню ментального здоров'я і благополуччя дітей, вчителів, вихователів. Впровадження музичної терапії в зміст сучасної освіти України особливо важливе під час воєнного стану, оскільки учні, які пережили і переживають стресові ситуації, потребують психологічної допомоги і реабілітації.

### Список використаної літератури

1. Бойчук Ю. Д. (ред.). Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія. Харків: Рожко С. Г., 2017. 488 с.
2. Гриньова В. Музикотерапія як складова здоров'язберезувальної технології виховання студентської молоді. *Витоки педагогічної майстерності. Серія: Педагогічні науки*. 2015. Вип. 16. С. 20–28. URL: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP\\_meta&C21COM=S&S21P03=FILA=&S21STR=vpm\\_2015\\_16\\_5](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&S21P03=FILA=&S21STR=vpm_2015_16_5) (дата звернення: 7.10.2024).
3. Добровольська Р. Музична терапія у змісті сучасної університетської освіти Австрії. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія «Педагогічні науки»*. 2024. № 1. С. 213–221. DOI: <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2024-1-213-221>
4. Карпенко Н. А. Психологія творчості: навчальний посібник. Львів: ЛьвДУВС, 2016. 156 с. URL: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/347> (дата звернення: 7.10.2024).

5. Ляхова І. Формування культури здоров'я учнів (теоретичний і здоров'яформувальний аспекти). *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2019. № 7 (115). С. 54–58. URL: [https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/26720/Liakhova\\_54-59.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/26720/Liakhova_54-59.pdf?sequence=1&isAllowed=y) (дата звернення: 7.10.2024).
6. Поташич І. Основи формування культури здоров'я учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2010. № 4 (12). С. 49–52. URL: <https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/1138> (дата звернення: 1.10.2024).
7. Сисоєва С. Основи педагогічної творчості: Підручник. Київ: Міленіум, 2006. 346 с.
8. Смоляр І. І., Вахнова А. П. Технології формування культури здоров'я учнів старшої школи на уроках фізичної культури. *Науковий огляд*. 2017. № 4 (36). С. 1–11. URL: <https://naukajournal.org/index.php/naukajournal/article/view/1192> (дата звернення: 7.10.2024).
9. Статут Всесвітньої організації охорони здоров'я. 1948. URL: <https://ips.ligazakon.net/document/MU46004> (дата звернення: 5.10.2024).
10. Сурмяк Ю. Р., Кудрик Л. Г. Психологічні аспекти формування культури здоров'я особистості як складової національної безпеки. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ (серія психологічна)*. 2012. № 2 (1). С. 165–174. URL: <http://journals.lvduvs.lviv.ua/index.php/psychology/article/view/457> (дата звернення: 7.10.2024).
11. Федько О. А. Багатоаспектність поняття здоров'я у сучасній науковій думці. *Державне управління: удосконалення та розвиток*. 2009. № 4. URL: <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=76> (дата звернення: 5.10.2024).
12. Цимбалюк С. Сучасні підходи до характеристики терміна «здоров'я». *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2016. № 4 (36). С. 88–94. URL: <https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/1594> (дата звернення: 1.10.2024).
13. Черножук Ю. Г. Психологія творчості. Навчальний посібник для студентів педагогічних ВНЗ. Одеса: ПНПУ ім. К. Д. Ушинського. 2010. 182 с. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/handle/123456789/1851?locale=uk> (дата звернення: 8.10.2024).
14. Шубіна Г. Чому творчість лікує: сублімація прожитого досвіду. *HUBZ*. 2024. URL: <https://hubz.ua/ekspertna-dumka/chomu-tvorchist-likuye-sublimatsiya-prozhytogo-dosvidu/> (дата звернення: 7.10.2024).
15. Шуляр В. Методичні стратегії і тактики валеологізації сучасного уроку/заняття з літератури. Музикотерапія як педагогічна інновація в системі літературної освіти. *Вересень*. 2022. № 1. С. 5–24. DOI: <https://doi.org/10.54662/veresen.1.2022.01>
16. Adler A. *The Practice and Theory of Individual Psychology*. London: Routledge, 1923. 344 p. URL: <https://ia801504.us.archive.org/13/items/in.ernet.dli.2015.188513/2015.188513.Thr-Practice-And-Theory-Of-Individual-Psychology.pdf> (дата звернення: 4.10.2024).
17. Agres K. R., Schaefer R. S., Volk A., van Hooren S., Holzapfel A., Dalla Bella S., Müller M., de Witte M., Herremans D., Ramirez Melendez R., Neerinx M., Ruiz S., Meredith D., Dimitriadis T., Magee W. L. Music, Computing, and Health: A Roadmap for the Current and Future Roles of Music Technology for Health Care and Well-Being. *Music and Science*. 2021. № 4. DOI: <https://doi.org/10.1177/20592043219977>
18. Fancourt D., Garnett C., Müllensiefen D. The relationship between demographics, behavioral and experiential engagement factors, and the use of artistic creative activities to regulate emotions. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1037/aca0000296>
19. Osborne N. Love, Rhythm and Chronobiology in Rhythms of Relating in Children's Therapies: Connecting Creatively with Vulnerable Children. *Rhythms of Relating in Children's Therapies* / S. Daniel and C. Trevarthen (Eds.). London, Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2017. P. 1–19.
20. Quigley N. Expressive arts in music education: A creative and integrative curriculum. *HLC 611 Professional Applications of the Expressive and Creative Arts*. 2023. № 1. URL: <https://digitalcommons.salve.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1000&context=paeca> (дата звернення: 4.10.2024).
21. Vysotska O., Romanenko N. Philosophical dimensions of the concept of health. *Dnipro Academy of Continuing Education Herald. Series: Philosophy, Pedagogy*. 2022. № 1 (1). P. 28–33. DOI: <https://doi.org/10.54891/2786-7005-2022-1-5>

## References

- Boichuk, Yu. D. (Ed.) (2017). *Zahalna teoriia zdorov'ia ta zdorov'iazberezhennia: kolektyvna monohrafiia [General theory of health and health care: a collective monograph]*. Rozhko S. H.
- Grynova, V. (2015). Muzykoterapiia yak skladova zdorov'iazberezhualnoi tekhnologii vykhovannia studentskoi molodi [Music Therapy as a Component of Health Technology Espirialidad Student Youth]. *Vytoky pedahohichnoi maisternosti. Serii: Pedahohichni nauky*, 16, 20–28. [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP\\_meta&C21COM=S&S21P03=FILA=&S21STR=vpm\\_2015\\_16\\_5](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&S21P03=FILA=&S21STR=vpm_2015_16_5)
- Dobrovol'ska, R. (2024). Muzikoterapiya yak skladova zdorov'yazberezhualnoyi tekhnologiyi vihovannya studentskoyi molodi [Music Therapy in the Content of Modern University Education in Austria]. *Bulletin of the Cherkasy Bohdan Khmelnytsky National University. Series «Pedagogical Sciences»*, 1, 213–221. <https://doi.org/10.31651/2524-2660-2024-1-213-221>
- Karpenko, N. A. (2016). *Psykhologhiia tvorchosti: navchalnyi posibnyk [Psychology of creativity: a study guide]*. LvDUVS. <https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/347>
- Liakhova, I. N. [Formation of a student health culture (theoretical and health forming aspects)]. Scientific journal National Pedagogical Dragomanov University
- Potashnyuk, I. (2016). Osnovi formuvannya kulturi zdorov'ya uchniv zagalnoosvitnih navchalnih zakladiv [Basics of Health-Improving Education of Secondary School Students]. *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*, 4 (12), 49–52. <https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/1138>
- Sysoieva, S. (2006). *Osnovi pedagogichnoyi tvorchosti: Pidruchnik [Basics of pedagogical creativity: Textbook]*. Millennium.
- Smolyar, I., Vakhnova, A. (2017). Tehnologiyi formuvannya kulturi zdorov'ya uchniv starshoyi shkoli na urokah fizichnoyi kulturi [Technology culture of health of senior high school for physical education lessons]. *Scientific review*, 4 (36), 1–11. <https://naukajournal.org/index.php/naukajournal/article/view/1192>
- Statut Vsesvitnoi orhanizatsii okhorony zdorov'ia [Constitution of the World Health Organization]* (1948). <https://ips.ligazakon.net/document/MU46004>
- Surmyak, J. R., Kudryk, L. G. (2012). Psihologichni aspekti formuvannya kulturi zdorov'ya osobistosti yak skladovoyi nacionalnoyi bezpeki [Psychological Aspects of Forming of Culture of Health of Personality as to Component National Safety]. *Scientific Journal of Lviv State University of Internal Affairs. Psychology*, 2 (1), 165–174. <http://journals.lvduvs.lviv.ua/index.php/psychology/article/view/457>
- Fedko, O. A. (2009). Bahatoaspektnist poniattia zdorov'ia u suchasni naukovi dumtsi [Multifacetedness of the concept of health in modern scientific thought]. *Derzhavne upravlinnia: udoskonalennia ta rozvytok*, 4. <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=76>
- Tymbaliuk, S. (2016). Suchasni pidhodi do harakteristiki termina «zdorov'ya» [Modern Approaches to the Characterization of the Term «Health»]. *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*, 4 (36), 88–94. <https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/1594>
- Chernozhuk, Yu. H. (2010). *Psykhologhiia tvorchosti. Navchalnyi posibnyk dlia studentiv pedahohichnykh VNZ [Psychology of creativity. Study guide for students of pedagogical universities]*. South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky. <http://dspace.pdpu.edu.ua/handle/123456789/1851?locale=uk>
- Shubina, H. (2024). Chomu tvorchist likuie: sublimatsiia prozhytoho dosvidu [hy creativity heals: sublimation of lived experience]. *HUBZ*. <https://hubz.ua/ekspertna-dumka/chomu-tvorchist-likuye-sublimatsiya-prozhytogo-dosvidu/>
- Shuliar, V. (2022). Metodichni strategiyi i taktiki valeologizatsiyi suchasnogo uroku/zanyattya z literaturi. Muzikoterapiya yak pedagogichna innovaciya v sistemi literaturnoyi osviti [Methodological Strategies and Tactics of Valeologization of the Modern Literature Lesson. Music Therapy as a Pedagogical Innovation within Literary Education]. *Veresen*, 1, 5–24. <https://doi.org/10.54662/veresen.1.2022.01>

- Adler, A. (1923). *The Practice and Theory of Individual Psychology*. Routledge.  
<https://ia801504.us.archive.org/13/items/in.ernet.dli.2015.188513/2015.188513.Thr-Practice-And-Theory-Of-Individual-Psychology.pdf>
- Agres, K. R., Schaefer, R. S., Volk, A., van Hooren, S., Holzapfel, A., Dalla Bella, S., Müller, M., de Witte, M., Herremans, D., Ramirez Melendez, R., Neerinx, M., Ruiz, S., Meredith, D., Dimitriadis, T., & Magee, W. L. (2021). Music, Computing, and Health: A Roadmap for the Current and Future Roles of Music Technology for Health Care and Well-Being. *Music and Science*, 4.  
<https://doi.org/10.1177/2059204321997709>
- Fancourt, D., Garnett, C., & Müllensiefen, D. (2020). The relationship between demographics, behavioral and experiential engagement factors, and the use of artistic creative activities to regulate emotions. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*.  
<https://doi.org/10.1037/aca0000296>
- Quigley, N. (2023). Expressive arts in music education: A creative and integrative curriculum. *HLC 611 Professional Applications of the Expressive and Creative Arts*, 1.  
<https://digitalcommons.salve.edu/paeca/1/>
- Osborne, N. (2017). Love, Rhythm and Chronobiology in Rhythms of Relating in Children's Therapies: Connecting Creatively with Vulnerable Children. In S. Daniel and C. Trevarthen (Eds.), *Rhythms of Relating in Children's Therapies* (pp. 1–19). Jessica Kingsley Publishers.
- Vysotska, O., Romanenko, N. (2022). Philosophical dimensions of the concept of health. *Dnipro Academy of Continuing Education Herald. Series: Philosophy, Pedagogy*, 1 (1), 28–33.  
<https://doi.org/10.54891/2786-7005-2022-1-5>

Стаття надійшла до редакції 10.10.2024

Прийнято до друку 28.11.2024

## FENOMEN TWÓRCZOŚCI MUZYCZNEJ W KONTEKŚCIE ZACHOWANIA ZDROWIA UCZNIÓW W WARUNKACH STANU WOJENNEGO

Svitlana Sysoieva

<https://orcid.org/0000-0003-2499-732X>

Doktor nauk pedagogicznych, profesor,  
członek zwyczajny (akademik) Narodowej Akademii Nauk Pedagogicznych Ukrainy,  
sekretarz akademicki Wydział Filozofii Edukacji,  
Pedagogiki Ogólnej i Przedszkolnej Narodowej Akademii Nauk Pedagogicznych Ukrainy,  
ul. Sichovykh Striltsiv 52-A, 04053 Kijów, Ukraina, [s.sysoieva@kubg.edu.ua](mailto:s.sysoieva@kubg.edu.ua)

*W artykule przeanalizowano fenomen twórczości muzycznej w kontekście zachowania zdrowia uczniów w warunkach stanu wojennego. Stwierdzono, że problem wpływu twórczości, w szczególności muzycznej, na zdrowie człowieka pozostaje przedmiotem badań naukowych uczonych z różnych dziedzin nauki. Przeanalizowano kluczowe pojęcia wybranego problemu, takie jak „zdrowie” i „kultura zdrowia”, oraz przedstawiono potencjał twórczości muzycznej w zakresie wspierania zdrowia i kondycji psychoemocjonalnej człowieka. Wyciągnięto wniosek, że dla ukraińskich dzieci i młodzieży, których dzieciństwo i młodość zostały naznaczone wojną, działalność twórcza w jej wszystkich przejawach powinna stać się wsparciem, ochroną oraz warunkiem adaptacji do zmian życiowych. Wśród środków zachowania zdrowia fizycznego, moralnego i duchowego człowieka oraz utrzymania jego stabilności psychoemocjonalnej w kryzysowych sytuacjach życiowych, szczególne miejsce zajmuje twórczość, realizacja przez człowieka własnego potencjału twórczego w różnych rodzajach działalności twórczej i życiowej. Podkreślono, że uczestnictwo w działalności twórczej daje ludziom możliwość wyrażania i regulacji emocji, co zwiększa elastyczność reakcji w sytuacjach stresowych. W wyniku tego stwierdzono, że strach przeszkadza w realizacji potencjału twórczego człowieka. Sztuka jako rodzaj działalności twórczej może pełnić dla człowieka funkcję kompensacyjną, co ma ogromne znaczenie w pokonywaniu zaburzeń psychoemocjonalnych uczniów, którzy ucierpieli na skutek agresji wojennej. Działalność twórcza na lekcjach sztuki oraz w pozalekcyjnych formach kolektywnych tworzy atmosferę radości, zadowolenia i zaufania,*



uzdrawiając zdrowie psychoemocjonalne. Ustalono, że twórczość, zwłaszcza muzyczna, może uwolnić człowieka od bólu fizycznego i emocjonalnego, dlatego szczególne znaczenie ma wykorzystanie muzyki w tworzeniu bezpiecznego środowiska edukacyjnego.

**Słowa kluczowe:** kultura zdrowia, twórczość, twórczość artystyczna i muzyczna, uczniowie szkół ogólnokształcących, zdrowie.

## THE PHENOMENON OF MUSICAL CREATIVITY IN THE CONTEXT OF PRESERVING THE HEALTH OF STUDENTS UNDER THE CONDITIONS OF MARTIAL STATE

Svitlana Sysoieva

<https://orcid.org/0000-0003-2499-732X>

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Full member (Academician)  
of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine,  
Academician-Secretary of the Department of Philosophy of Education, General and  
Preschool Pedagogy of the NAES of Ukraine,  
52-A Sichovykh Striltsiv Str., 04053 Kyiv, Ukraine, [s.sysoieva@kubg.edu.ua](mailto:s.sysoieva@kubg.edu.ua)

*The article analyzes the phenomenon of musical creativity in the context of preserving the health of students under martial law; It is established that the problem of the influence of creativity, in particular music, on human health remains the subject of scientific research by scientists in various scientific fields. The key concepts of the problem chosen for the article are analyzed, in particular «health», «culture of health», the potential of musical creativity to maintain the health and psycho-emotional state of a person is revealed; It is concluded that for Ukrainian children and youth, whose childhood and youth are disfigured by the war, creative activity in all its manifestations should become support, protection, and a condition for adaptation to life changes. Among the means of preserving the physical, moral, spiritual health of a person, maintaining his psycho-emotional stability in crisis life situations, a prominent place is occupied by creativity, the realization of a person's own creative potential in various types of creative activity and life creation. Attention is focused on the fact that participation in creative activities gives people the opportunity for emotional expression and regulation, which increases the flexibility of response in stressful situations; It is concluded that that fear interferes with the realization of a person's creative potential. Art as a type of creative activity can act as a way for a person to compensate for their own shortcomings, which is extremely important in overcoming psycho-emotional disorders of students who have suffered from military aggression, since creative activity in art lessons and in extracurricular collective forms creates an atmosphere of joy, pleasure, trust, heals psycho-emotional health. It has been established that creativity, in particular music, can relieve a person of physical and emotional pain, so the use of music to create a safe educational environment is of great importance.*

**Keywords:** artistic and musical creativity, creativity, health, health culture, pupils of general secondary education institutions.