

А.Г. Заховаева

## ШЕДЕВРЫ ЖИВОПИСИ В РАБОТЕ АРТ-ТЕРАПЕВТА (ГЕРМЕНЕВТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ)\*

Ивановская государственная медицинская академия  
(Россия, Иваново, Шереметевский пр., д. 8)

*Актуальность.* Арт-терапия – сфера трансдисциплинарная, здесь объединяются искусство, медицина, психология, философия, педагогика, социология. В настоящее время опубликовано большое количество работ по арт-терапии. При этом большинство исследований посвящены исключительно творческой работе самого пациента через рисование, лепку и т.д., тому, каким образом пациент (клиент) выражает свой внутренний мир. Так происходит диагностика проблемы, а затем формируется алгоритм арт-терапевтического лечения через различные методики, связанные с непосредственным участием пациента в эмпирическом процессе. Остается практически неисследованной арт-терапия «созерцания живописи».

*Цель* представленной статьи – совершенствование и повышение эффективности арт-терапевтических методик через изучения влияния «созерцания» шедевров живописи на психику личности. Наша задача – проанализировать: какие именно картины следует использовать в этой арт-терапевтической методике; какие картины могут присутствовать в студии арт-терапевта, а какие нет. Герменевтический анализ позволяет описывать многообразие интерпретаций смыслов (текстов и контекстов) в этой арт-терапевтической технологии.

*Методология.* В исследовании приняли участие 94 человека. Анализируются материалы 1-го этапа исследования – опроса с целью выяснить у респондентов, какие жанры живописи (известные шедевры мирового искусства), по их мнению, улучшают настроение, настраивают позитивно, расслабляют.

При написании данной статьи использовались как эмпирические, так и теоретические методы исследования. Эмпирические методы: 1) нестандартизированный опрос в социальных сетях Mail.ru, VK («ВКонтакте»), «Одноклассники», где приводятся статистические данные по указанной проблематике (94 ответа); 2) визуализация картин (репродукции живописных полотен). Теоретические методы: 1) феноменологическая (трансцендентальная) редукция – поворот к анализу сознания как чистого созерцания сущностей, своего рода «удивление», рассмотрение сущего в потоке феноменов к интенции (конкретности объекта); 2) системный метод – рассмотрение проблемы в системе и подсистемах; 3) метод сравнения, т.е. сопоставление различных показателей.

*Результаты и их анализ.* На основе проведенного среди 94 респондентов исследования установлено: более половины из них уверены, что благоприятное действие на психическое состояние личности оказывают картины в жанре пейзажа. В исследовании анализируются причины такой выборки.

---

\* Редакция журнала «Вестника психотерапии», не оспаривая содержательную ценность оригинальной статьи автора, предлагает рассматривать количественные заключения, как повод для научной дискуссии и ожидает, что на следующих этапах анализа материала для большей научной доказательности автор сможет аргументировать свои выводы с опорой на методы математической статистики.

✉ Заховаева Анна Георгиевна – д-р философских наук, член-корр. РАЕ, академик MAST, искусствовед-культуролог, арт-терапевт, проф. каф. гуманитарных наук, Ивановская гос. мед. академия (Россия, 15300, Иваново, Шереметевский пр., д. 8), ORCID: 0000-0002-4879-3682, e-mail: ana-zah@mail.ru

**Заключение.** Сформулированы конкретные рекомендации для совершенствования арт-терапевтических методик и оборудования для студии арт-терапевта.

**Ключевые слова:** психотерапия, арт-терапия, искусство, герменевтический анализ, личность, живопись.

## Введение

Арт-терапия – сфера трансдисциплинарная, интегрирующая, здесь объединяются искусство, медицина, психология, философия, педагогика, социология. «Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания» [4, с. 19].

В настоящее время опубликовано большое количество работ по арт-терапии. При этом большинство исследований посвящены исключительно творческой работе самого пациента (рисование, лепка и т.д.), тому, как пациент (клиент) выражает свой внутренний мир. Таким образом происходит диагностика проблемы, а затем формируется алгоритм арт-терапевтического лечения через различные методики, связанные с непосредственным участием пациента в эмпирическом процессе. Остается практически неисследованной арт-терапия «созерцания живописи».

Цель представленной статьи – совершенствование и повышение эффективности арт-терапевтических методик через изучение влияния «созерцания» шедевров живописи на психику личности. Наша задача – проанализировать: какие именно картины следует использовать в этой арт-терапевтической методике; какие картины могут присутствовать в студии арт-терапевта, а какие нет. Герменевтический анализ позволяет описывать многообразие интерпретаций смыслов (текстов и контекстов) в этой арт-терапевтической технологии.

## Материалы и методы

В исследовании приняли участие 94 человека (анонимный опрос в социальных сетях). Анализируются материалы 1-го этапа исследования, направленного на то, чтобы выяснить, какие жанры живописи (известные шедевры мирового искусства), по мнению респондентов, улучшают настроение, настраивают позитивно, расслабляют. При написании данной статьи использовались

как эмпирические, так и теоретические методы исследования. Эмпирические методы: 1) нестандартный опрос в социальных сетях Mail.ru, VK («ВКонтакте»), «Одноклассники», где приводятся статистические данные по указанной проблематике; 2) визуализация картин (репродукции живописных полотен). Теоретические методы: 1) феноменологическая (трансцендентальная) редукция – поворот к анализу сознания как чистого созерцания сущностей, своего рода «удивление», рассмотрение сущего в потоке феноменов к интенции (конкретности объекта); 2) системный метод – рассмотрение проблемы в системе и подсистемах; 3) метод сравнения, т.е. сопоставление различных показателей.

В представленной работе решаются следующие проблемные вопросы: какие именно картины следует использовать в этой арт-терапевтической методике? какие шедевры живописи (исходя из жанра) улучшают настроение, настраивают позитивно, расслабляют? Для решения поставленных проблем 20–22 июня 2023 г. проведен нестандартный опрос в интернете на платформе Ответы.Mail.ru, в категориях: Ответы.Mail.ru (культура и искусство), Ответы.Mail.ru (философия); Ответы.Mail.ru (здоровье и здоровый образ жизни), голосование также прошло через VK («ВКонтакте»), «Одноклассники» (см. табл.). Можно было выбрать один из семи предложенных вариантов. Ответы суммировались. Особенность опроса в том, что он анонимный; более того, большинство пользователей выходят в сеть под «никами» – вымышленными именами, например: «Земляничная полянка», «VEGAN» и др., «аватарка» может изображать как реальное лицо, так и неодушевленный предмет, поэтому, к сожалению, невозможно определить возраст, пол, социальный статус респондентов.

Ознакомиться с материалами опроса можно по электронным ссылкам:

Культура и искусство – URL: <https://otvet.mail.ru/question/233939956>;

Какие шедевры живописи улучшают у Вас настроение, настраивают позитивно, расслабляют?	Количество ответов	В процентном выражении (%)
Пейзажи (И. Левитан, И. Шишкин, В. Поленов и др.)	33	35,1
Морские пейзажи (И. Айвазовский и др.)	21	22,3
Портрет	7	7,4
Натюрморт	9	9,6
Жанровая живопись (быт, нравы)	14	15
Картины на исторический сюжет	7	7,4
Абстракция (авангард)	3	3,2
Итого	94	100

Здоровье и здоровый образ жизни – URL: <https://otvet.mail.ru/question/233943463>;

Философия – URL: <https://otvet.mail.ru/question/233943566>.

Респонденты выбирают реалистическое искусство, практически полностью отрицая в данном опросе так называемое абстрактное искусство (выбор лишь 3,2%). В итоге 57,4% респондентов выбрали жанр пейзаж. Конечно, немногочисленная выборка не позволяет однозначно говорить о приоритете именно этого жанра для арт-терапии, однако на первом этапе исследования это может служить основой для дальнейшей работы.

Почему большинство респондентов остановились на пейзаже? Во-первых, пейзаж – это изображение природы, что так необходимо в нашем урбанистическом обществе, с засилием интернета и различных компьютерных гаджетов. Во-вторых, основные цвета, которые присутствуют в жанре пейзажа, а именно: желтый, зеленый, синий, голубой, позитивно влияют на психоэмоциональное состояние индивида. «Желтый считается радостным, общительным, открытым и дружелюбным. Психологически желтый – самый сильный цвет. В исследованиях ассоциаций цвет – настроение желтый ассоциируется с комедией, счастливым настроением и игривостью... Зеленый считается эмоционально успокаивающим цветом. Это дает ощущение освежения, гармонии и равновесия. Это символизирует универсальную любовь, экологическое сознание и мир... Синий стимулирует интеллектуальную активность, разум и логическое мышление. Это цвет интеллекта. Считается, что синий снижает артериальное давление. Конечно, это успокаивающий цвет,

ободряющее отражение. Природа использует его в небе и на море. Сильный блюз стимулирует ясную мысль, а светлый, мягкий блюз успокаивает ум и помогает сосредоточиться» [5, с. 180]. «Голубой уменьшает уровень тревожности... успокаивает и расслабляет... При воздействии голубого у человека снижается мускульное напряжение и кровяное давление. Дыхание замедляется, становится менее глубоким. Увеличивается длительность выдыхания. Немного снижается частота и сила пульса... При цветолечении голубой цвет обладает болеутоляющим характером» [10, с. 89–90]. Очевидно, что не каждая картина, написанная в жанре пейзажа, благоприятно влияет на психологическое состояние индивида. Важны элементы, детали картины:

- изображение солнца. Солярные символы активно используются в арт-терапии (например, «Мой портрет в лучах солнца»). Солнце ассоциируется с жизнью, теплом, радостью бытия;
- дерево – символ роста, развития. В арт-терапии дерево наиболее часто применяется в рисунках клиентов (пациентов);
- море – романтика путешествий, изображение простора; море тихое, спокойное, отливающее лучами солнца или луны;
- горы – целеустремленность, сила, величие, духовный подъем.

И главное, картина должна заинтересовать зрителя, чтобы произошло единение автора, картины и зрителя (реципиента).

Каждая картина обладает особой аурой. Многие гении искусства, как известно, имели психические отклонения (заболевания). Э. Мунк и М.А. Врубель страдали маниакально-депрессивным психозом, Вин-

сент ван Гог был болен шизофренией. Это ни в коем случае не умаляет их значимость для мировой культуры, но в арт-терапии возможность применения их работ вызывает сомнение. Пейзажи в реалистической (академической) манере более приемлемы, чем картины постимпрессионистов, неоимпрессионистов и постмодернистов в целом, где ярко выражены (заметны) мазки художника, «вибрация цвета», что в некоторой степени создает хаос и напряженность.

Какие картины могут присутствовать в студии арт-терапевта, а какие нет? Какие конкретно живописные полотна мастеров пейзажа следует использовать в работе арт-терапевта?

✓ И.И. Шишкин. Пейзажи И.И. Шишкина – это былинное изображение природы, созвучное национальному чувству зрителя. Шишкин сочетает панорамное изображение с детализацией. В картине «Рожь» (1878) доминируют три цвета: голубой, желтый, зеленый. Четкая линия горизонта, бесконечность и глубина пространства – завораживают. Ощущается дуновение ветра, слегка наклоняющего зрелую рожь. На полотне «Дубовая роща» (1887) лучи солнца ярко освещают вековые дубы, сочетание силы и величия с мягкостью света.

✓ И.И. Левитан – мастер «пейзажа настроения». Картина «Березовая роща» (1885–1889) – самое «солнечное» произведение художника. Здесь все пронизано светом, солнечные блики мягко скользят по белым стволам деревьев, лучи солнца словно играют с зеленой травой.

✓ А.И. Куинджи. Сродни левитановской «Березовой роще», картина с таким же названием есть у А.И. Куинджи. Особый световой эффект наполняет его произведение теплом, создавая иллюзию доброй сказки.

✓ В.Д. Поленов. Тематика «Золотая осень» наиболее ярко отражена в творчестве В.Д. Поленова. Зритель как бы «входит» в пространство картины: мистическая игра света и тени словно обволакивает, медленное течение реки гармонирует с окружающей тишиной. Золотая «проседа» берез, шепот листвы создают атмосферу милой родины.

✓ Н.К. Рерих – виртуоз голубого цвета. Его серия «Гималаи» – это все оттенки синевы природы. Горы – исток энергии для художника, которой он делится со зрителем.

✓ И.К. Айвазовский – непревзойденный мастер морского пейзажа, его многочисленные марины – это штормы, лунные ночи, морские бризы. Море для Айвазовского – это стихия свободы. Но в каждой картине мастера всегда содержится нотка грусти, меланхолии. Поэтому подбор его картин для арт-терапии наиболее сложен (напомню, что более 22 % респондентов выбирают морской пейзаж). Наиболее позитивные его произведения: «Утро на море» (1849), «Морской берег» (1851), «После бури» (1854). На каждой картине – белый парусник – символ надежды, душевного покоя после полосы невзгод.

✓ Клод Моне «Вид на Рюэль-ле-Гавр» (1848). Мозаика всех оттенков голубого и зеленого, прозрачность воздуха и уютная тишина заводи создают удивительное ощущение покоя.

✓ А.А. Рылов. Интересна картина советского художника А.А. Рылова «В голубом просторе», на которой изображено огромное голубое небо с белыми кучевыми облаками, а контраст голубизны неба еще более подчеркнут великолепием летящих птиц. Огромное небо «упирается» в горизонт моря. Различные оттенки сине-голубого создают эффект глубины пространства. Движение в картине подчеркнуто летящим, как птица, белоснежным парусником, словно устремленным в счастливое будущее. Слегка покрытые снегом вершины холмов не вызывают чувства холода, а, наоборот, усиливают эффект чистоты и теплоты помыслов.

Воздействуя на чувственную сферу, искусство активизирует резервы человеческого организма для исцеления.

## Результаты и их анализ

Арт-терапия – это средство психотерапевтического влияния на личность для «снятия» эмоционального напряжения, душевных переживаний при некоторых психологических проблемах (проблема адаптации

личности в коллективе, психосоциальный стресс, состояние тревожности, коррекция самовосприятия и др.) и психических расстройств (F38–39 – аффективные расстройства настроения; F43.2, F43.23. – расстройство приспособительных реакций, адаптации) в легкой степени, только как средство дополнительного (вспомогательного) психотерапевтического воздействия, в том числе при реабилитации психических больных. В целом арт-терапия – это безопасный метод психокоррекции при большинстве психических расстройств [8].

«Арт-терапия позволяет использовать творчество для осознания, проживания и выражения своих эмоций и чувств» [1, с. 20].

Функций и целей у современной арт-терапия множество, но все они сводятся к главной задаче – формированию целостной, гармоничной, сбалансированной, творческой Личности, духовно (психически) здоровой, адекватно решающей насущные проблемы своего существования. Эта задача стоит в целом перед искусством и определяется главной его функцией – гуманизирующей.

«Искусство – это область чувств и настроений человека в форме непосредственного переживания. Носителями эмоций в искусстве выступают образы и символы, организованные с помощью материала в определенных формах. Через чувства – “ворота искусства”, оно проникает во внутренний мир человека, одухотворяя и гуманизируя его, творя Человека в человеке» [7, с. 123].

Подробно остановимся на изобразительном искусстве. Искусство – это передача эмоциональных переживаний, будь то создание художественных произведений или их созерцание. При восприятии искусства миропонимание автора, его внутренний мир передаются через произведение реципиенту (зрителю). При этом «путь» к Душе зрителя идет следующим образом: замысел автора (идея) – объект (то, что художник изображает) – картина – зритель (реципиент). Реципиент трактует картину (сюжет, стиль, жанр, манеру и т.д.) исходя из своего эмоционального состояния, образованности, культурного уровня. Так возникает многооб-

разие интерпретаций картины. «Когда картина окончена, она продолжает и дальше менять свое лицо в зависимости от настроения того, кто ее сейчас смотрит. Картина живет собственной жизнью, подобно живому существу, и подвергается таким же переменам, какие происходят с нами в повседневной жизни. Это вполне естественно, потому что она получает жизнь от человека, который ее созерцает», – пишет Пабло Пикассо [9, с. 18].

Реципиент искусства, воспринимая художественное произведение, сам творит «новое» произведение искусства для себя, в своем Мире. При этом он ощущает духовную общность с автором картины в культурно-историческом контексте.

Герменевтический анализ позволяет понимать сущее как «текст». При этом текст трактуется в самом широком смысле слова. В данном случае картина – это и есть «текст». Герменевтика – это теория истолкования, понимания и объяснения культурно-исторической ситуации и человеческого бытия. Герменевтика выясняет смысл текста исходя из его объективных оснований (исторической ситуации) и субъективных оснований (намерения авторов). Исходный пункт герменевтики – это онтологический статус так называемого «герменевтического круга», своего рода круга понимания. Его смысл: для понимания целого необходимо понять отдельные части, а для понимания отдельных частей надо понять целое. Человек оказывается запертым в этом герменевтическом круге – выходя из него, он перестает быть человеком; для человека герменевтический круг – это круг понимания. При множестве интерпретаций нельзя прийти к единому пониманию, поэтому истинный смысл бесконечен. Этот тезис можно назвать главным в искусстве.

Основоположником свободной герменевтики считают немецкого философа Фридриха Шлейермахера (1768–1834). В центре философии Шлейермахера оказалась психологическая интерпретация «текста», «текст» для него – это фрагмент целостной душевной жизни личности. Главная задача герменевтики, по Шлейермахеру, – «понять текст достаточно, так хорошо, чтобы превзойти автора

в понимании текста» [3, с. 70]. В искусстве это раскодировка заложенных в картине идей и смыслов, его интерпретация реципиентом. Понимание достигается с помощью интроспекции, самонаблюдения, понимание чужого мира – путем «вживания», «сопереживания», «вчувствования». Для искусства это означает принять увиденное на картине как свое.

Герменевтика как «философия понимания» непосредственно связана с языком. А искусство – это «язык чувств», переданный художником зрителю.

Любая картина несет в себя особый энергетический потенциал. «Произведения как мировой, так и современной живописи влияют на психику человека... Ученые провели исследование, в ходе которого сканировали мозг группе добровольцев во время просмотра ими полотен великих художников, таких как Клод Моне и Сандро Боттичелли. Специалисты зафиксировали, что во время просмотра активность мозга была подобна той, что испытывает мозг человека в моменты влюбленности. Кроме того, обнаружили исследователи, в кровь испытуемых выбрасывался гормон дофамин, связанный с приятными ощущениями и удовольствием. Причем, подобная реакция возникала у испытуемых практически моментально. Эксперты считают, что результаты их научно-исследовательской работы позволяют утверждать, что созерцание живописных шедевров может помочь справиться со страхами и беспокойством и даже уменьшить болевые ощущения», – утверждает Фрулева Т.В. [11]. Хотя цитируемый источник нельзя однозначно считать научным, однако это попытки доказательства «исцеления искусством» посредством созерцания живописных полотен. Как уже говорилось выше, эта проблема пока не исследована.

«Целительная мощь искусства в том, что оно очеловечивает человека, пробуждает в нем добрые чувства, подсказывает ему, как можно достичь гармонии с миром, помогает найти в себе жизнестроительную силу, которая способна преодолевать внутренний разлад и понимать себя как творца своей жизни... арт-терапия, возможность использования творчества с врачующей целью, может

стать способом познания себя через искусство как непосредственно в процессе творчества, так и созерцая его со стороны. Человек способен постичь творчество другого, лишь поняв его бытие, лишь прочувствовав близкие для себя эмоциональные состояния автора, только в этом случае прикосновение к искусству будет иметь терапевтический эффект» [2, с. 13].

## Заключение

На основе проведенного исследования среди 94 респондентов установлено, что более половины (57,4 %) участников опроса уверены, что благоприятное действие на их психическое состояние оказывают картины в жанре пейзажа. В исследовании проанализированы причины такой выборки, а именно: «тяга к природе», психологический аспект в цветовой гамме, символизм.

Даны конкретные рекомендации по совершенствованию арт-терапевтических методик и оборудованию для студии арт-терапевта, а именно рекомендуется использование картин И. Шишкина, И. Левитана, А. Куинджи, В. Поленова, Н. Рериха, И. Айвазовского, А. Рылова, К. Моне в работе арт-терапевта.

Посредством герменевтического анализа описывается многообразие интерпретаций смыслов («понимание») для реализации этой компетенции в арт-терапии.

Полученные результаты, хотя и субъективно, показали интерес респондентов к поставленной проблеме. На втором этапе исследования, уже при очной работе с клиентами, сделанные выводы будут еще раз проанализированы.

Таким образом, искусство как на сознательном, так и на бессознательном уровне способно вносить согласие в духовный мир личности, при этом оно не разрушает реальное Я, а формирует целостность личности. «Выражая мир, искусство борется с хаосом в человеческой психике. Искусство может “очистить” чувственный мир, через катарсис и корректировать его. Конечной целью искусства является гармония внутри человека и гармония общественных отношений» [7, с. 63].

## Литература

1. Асадуллина А.М., Мухтарова М.А. Арт-терапия как метод преодоления эмоционального стресса // Казанский вестник молодых ученых. 2022. Т. 6. С. 16–22.
2. Герасимова Т.М., Маниковская М.А. Арт-терапия как способ самопонимания // Современная арт-терапия: образование, медицина, социальная сфера. Сб. науч. трудов Всерос. науч.-практич. конф. Хабаровск, 2022. С. 13.
3. Головин А.А. Философская герменевтика Фр. Шлейермахера и ее исторические и методологические основания // Вестник Русской христианской гуманитарной академии. 2019. Т. 20, № 2. С. 65–71.
4. Дрешер Ю.Н. Арт-терапия и ее возможности. Казань: Медицина, 2017. 76 с.
5. Заржецкая Ю.М., Коротких Е.В. Значение цвета в технологии работы сенсорной комнаты // Социально-педагогическая поддержка лиц с ограниченными возможностями здоровья: теория и практика. Сб. статей по материалам III международной научно-практической конференции: в 2 частях. Симферополь, 2019. Ч. 1. С. 178–181.
6. Заховаева А.Г. Искусство как ядро культуры. М.: Издательский дом Академии Естествознания, 2022. 88 с.
7. Заховаева А.Г. Искусство и медицина: грани взаимодействия (искусство, которое лечит истерзанное «Я») // Вестник психотерапии. 2005. № 3 (18). С. 123–129.
8. Копытин А.И. Применение арт-терапии в лечении и реабилитации больных с психическими расстройствами. URL: [https://www.defectologiya.pro/biblioteka/primenenie\\_art\\_terapii\\_v\\_lechenii\\_i\\_reabilitacii\\_bolnyix\\_s\\_psixicheskimi\\_rasstrojstvami/](https://www.defectologiya.pro/biblioteka/primenenie_art_terapii_v_lechenii_i_reabilitacii_bolnyix_s_psixicheskimi_rasstrojstvami/) (дата обращения: 25.05.2023).
9. Пикассо: Сборник статей о творчестве М.: Изд-во иностранной литературы, 1957. 90 с.
10. Серов Н. Световая терапия. Смысл и значение цвета. 2-е изд., перераб. СПб., 2002. 160 с.
11. Фрулева Т.В. Искусство лечебной живописи. URL: <https://meditation-portal.com/iskusstvo-lechebnoj-zhivopisi/> (дата обращения: 10.04.2023).

---

Поступила 10.07.2023

Автор декларирует отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией данной статьи.

**Для цитирования:** Заховаева А.Г. Шедевры живописи в работе арт-терапевта (герменевтический анализ) // Вестник психотерапии. 2023. № 87. С. 20–27. DOI: 10.25016/2782-652X-2023-0-87-20-27

---

A.G. Zakhovaeva

## Masterpieces of painting in the work of an art therapist (hermeneutic analysis)

Ivanovo state medical academy (8, Sheremetyevo Avenue, Ivanovo, Russia)

✉ Anna Georgievna Zakhovaeva – Dr. Philosophy Sci., Corresponding Member of the RAE, Academician of MAST, art-culturologist, art-therapist, Professor of the Department of Humanities, Ivanovo state medical academy (8, Sheremetyevo Avenue, Ivanovo, 153000, Russia), ORCID: 0000-0002-4879-3682, e-mail: ana-zah@mail.ru

### Abstract

*Relevance.* Art therapy is a transdisciplinary field that brings together art, medicine, psychology, philosophy, pedagogy, and sociology. Currently, a significant body of work on art therapy has been published. However, the majority of research focuses exclusively on the creative work of the patient through activities such as drawing, sculpting, and so on, exploring how the patient (client) expresses their inner world. This is how the diagnosis of the problem takes place, followed by the development of an algorithm for art therapy treatment through various techniques involving the direct participation of the patient in the empirical process. Art therapy involving “contemplation of painting” remains largely unexplored.

*The objective* of this article is to enhance and improve the effectiveness of art therapy techniques through the study of the impact of “contemplation” of painting masterpieces on an individual’s psyche. Our task is to analyze which specific paintings should be used in this art therapy technique and which paintings should be present in the art therapist’s studio. Hermeneutic analysis allows for describing the diversity of interpretations of meanings (texts and contexts) in this art therapy technology.

*Methodology.* The study involved 94 participants. The analysis focuses on the materials from the first stage of the research, which consisted of a survey aimed at determining respondents' opinions on which genres of painting (world-famous masterpieces of art) they believe improve mood, induce positive emotions, and promote relaxation.

In composing this article, both empirical and theoretical research methods were employed. Empirical methods included: 1) Non-standardized surveys conducted on social media platforms such as Mail.ru, VKontakte (VK), and Odnoklassniki, which provided statistical data on the subject matter (94 responses); 2) Visualization of paintings (reproductions of artworks). Theoretical methods employed were: 1) Phenomenological (transcendental) reduction - a shift towards the analysis of consciousness as pure contemplation of essences, a sort of "wonder," considering the essence within the stream of phenomena through intentionality (the specificity of the object); 2) Systematic approach - examining the problem within a system and its subsystems; 3) Comparative method, i.e., comparing various indicators.

*Results and discussion:* Based on the research conducted among 94 respondents, it was determined that more than half of them believe that paintings in the landscape genre have a favorable effect on the individual's mental state. The study analyzes the reasons behind this choice.

*Conclusion.* Conformulated specific recommendations for the improvement of art therapy techniques and equipment for the art therapist studio.

**Keywords:** art therapy, psychotherapy, art, hermeneutic analysis, personality, painting.

### References

1. Asadullina A.M., Muxtarova M.A. Art-terapiya kak metod preodoleniya emocional'nogo stressa [Art therapy as a method of overcoming emotional stress]. *Kazanskij vestnik molodykh uchenykh* [Kazan Bulletin of young scientists]. 2022; (6): 16–22. (In Russ.)
2. Gerasimova T.M., Manikovskaya M.A. Art-terapiya kak sposob samoponimaniya [Art Therapy as a way of self-understanding]. *Sovremennaya art-terapiya: obrazovanie, medicina, social'naya sfera* [Modern art therapy: education, medicine, social sphere]. *Xabarovsk*. 2022. Pp.13. (In Russ.)
3. Golovin A.A. Filosofskaya germeneytika Fr. Shleiermakhera i ee istoricheskie i metodologicheskie osnovaniya [Philosophical hermeneutics of the fr. Schleiermacher and its historical and methodological foundations]. *Vestnik Russkoj khristianskoj gumanitarnoj akademii* [Bulletin of the Russian Christian Humanitarian Academy]. 2029; 20(2): 65–71. (In Russ.)
4. Dresher Yu.N. Art-terapiya i eyo vozmozhnosti. [Art Therapy and its capabilities]. *Kazan'*. 2017. 76 p. (In Russ.)
5. Zarchezkaya Yu.M., Korotkix E.V. Znachenie czveta v tehnologii raboty sensornoj komnaty [The value of color in the technology of the sensory room]. *Social'no-pedagogicheskaya podderzhka licz s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya: teoriya i praktika* [Socio-pedagogical support of persons with disabilities: theory and practice]. In 2 parts. *Simferopol*. 2019; (1): 178–181. (In Russ.)
6. Zahovaeva A.G. Iskusstvo kak yadro kul'tury [Art as a core of culture]. *Moscow*. 2022. 88 p. (In Russ.)
7. Zahovaeva A.G. Iskusstvo i medicina: grani vzaimodejstviya (iskusstvo, kotoroe lechit isterzannoe «Ya») [Art and medicine: the facets of interaction (art that treats the tormented "I")]. *Vestnik psikhoterapii*. [Bulletin of Psychotherapy]. 2005; 3(18): 123–129. (In Russ.)
8. Kopytin A.I. Primenenie art-terapii v lechenii i reabilitatsii bol'nykh s psikhicheskimi rasstrojstvami [The use of art therapy in the treatment and rehabilitation of patients with mental disorders]. URL: [https://www.defectologiya.pro/biblioteka/primenenie\\_art\\_terapii\\_v\\_lechenii\\_i\\_reabilitacii\\_bolnyix\\_s\\_psixicheskimi\\_rasstrojstvami/](https://www.defectologiya.pro/biblioteka/primenenie_art_terapii_v_lechenii_i_reabilitacii_bolnyix_s_psixicheskimi_rasstrojstvami/)
9. Pikasso: Sbornik statej o tvorchestve [Collection of articles about the work of Picasso]. *Moscow*. 1957. 90 p. (In Russ.)
10. Serov N. Svetovaya terapiya. Smy'sl i znachenie czveta. [Light therapy. The meaning and meaning of color]. 2nd edition, processed. *St. Petersburg*, 2002. 160 p. (In Russ.)
11. Frulyova T.V. Iskusstvo lechebnoj zhivopisi [The art of medical painting]. URL: <https://meditation-portal.com/iskusstvo-lechebnoj-zhivopisi/> (In Russ.)

Received 10.07.2023

**For citing:** Zakhovaeva A.G. Shedevry zhivopisi v rabote art-terapevta (germeneyticheskij analiz). *Vestnik psikhoterapii*. 2023; (87): 20–27. (In Russ.)

Zakhovaeva A.G. Masterpieces of painting in the work of an art therapist (hermeneutic analysis). *Bulletin of Psychotherapy*. 2023; (87): 20–27. DOI: 10.25016/2782-652X-2023-0-87-20-27