**Роль колискової у культурній традиції України та її вплив на психологічний стан людини**

**Катерина Лавринець**

режисерка КЗ «Волинського академічного
обласного театру ляльок»,

Жанр колискової пісні має важливе значення в традиційній культурі. Попри те, що чимало пісень, які мали відношення до циклу родинно-обрядового фольклору, припинили своє функціонування, колискові пісні не втрачають актуальності. У сучасній практиці призначення колискових пісень має більш практичне застосування, проте, у традиційній культурі їх роль була значно більшою, ніж заколисування дитини. Дослідження взаємозв’язку між компонентами колискових пісень та виокремлення їх етнічної своєрідності є актуальним завданням, що сприяє розумінню специфіки традиційної культури.

Результати аналізу науково-педагогічної літератури свідчать, що науковці активно досліджують особливості колискової пісні у контексті національної культури. Так, наукова праця О. Марчун присвячена поетиці української народної колискової пісні, в ній здійснено комплексний опис української колисанки. А. Ткач проаналізувала колискові пісні і визначила їх роль у контексті традиційної культури. Науковець підкреслює: «… колискова пісня тісно пов’язана з формуванням перших знань дитини про світ, оточення, соціальні стосунки. Наукові пошуки О. Хомік зосереджені на оберегових образах в українських колискових піснях, в яких відзначається: «Колискова пісня знайомить дитину з примітивною схемою картини світу, дає перші уявлення про тварин, птахів, міфологічні істоти, найважливіші принципи, якими має керуватися людина протягом життя». Разом з тим, у наукових працях не приділялося достатньої уваги значенню колискової пісні у духовному вихованні дитини, визначенні її національної ідентичності, впливу любові на формування повноцінної особистості.

При дослідженні особливостей музичного фольклору необхідно дотримуватись позиції, пов’язаної з синкретичною природою давнього мистецтва. Жодний музичний компонент не міг з’явитись сам по собі, не бувши пов’язаним з іншими факторами людської життєдіяльності. Розвідки О. Хомік (2009), які стосуються дослідження оберегових образів у колискових, виявляють нерозривний зв’язок між різними сторонами побутування. Виникнення жанру колискової виступає ймовірно однією з найбільш давніх форм музикування, яка мала практичне призначення, проте також виконувала ряд соціальних, комунікаційних та магічних функцій. Досить часто виконання колискових пісень супроводжувалось «виконанням якихось хатніх робіт – вишиванням, прядінням та іншими рукодільними роботами». Тому згадка про ці форми роботи могла бути наявна у самій пісні. Проте треба наголосити на тому, що іноді в якості колискових використовувались інші пісні, характер яких міг бути тотожнім до заколисувальних, хоча за іншими, в тому числі вербальними характеристиками вони могли істотно відрізнятись.

Необхідно розглянути якими є характерні ознаки колискової пісні як жанру, що представлений в традиційній культурі. Первинне значення колискової пісні, що має приспати дитину проявляється при аналізі усіх рівнів даного жанру – від вербального до музичного компонентів. О. Марчун відмічає, що ця функціональність унаочнюється через такі ознаки, як «монотонний наспів, текстова та, відповідно, музична ритміка й специфічна фонетика, яка є наслідуванням перших кроків немовляти до рідної мови – стадій агукання та белькотіння ("Ой люлечки-люлі, налетіли гулі")». Ці характеристики притаманні більшості колискових, попри їх етнічне походження. Надзвичайно часто застосовується саме повторність мотиву, причому така, що буде відрізнятись невеликим амбітусом, низхідним рухом. Частіше амбітус є терцієвим чи квартовим. Заколисування буде проявлятись у специфічному темпоритмі, що можна співвіднести з процесом гойдання, а також із ритмом дихання людини у стані спокою. Важливу роль при співі колискової пісні має регістр та динаміка. Регістр частіше обирався низький, адже він має менш пронизливий характер, що дає змогу легше заспокоїти дитину. Так само цим обумовлена тиха та помірна динаміка – piano. Дослідники виділяють декілька типів колискових, які можна виокремити за ритмічними особливостями: односегментні, де повторюється з варіюванням одна фраза при чотиридольному метрі та ритмомалюнок з ямбічним ритмом. У першому випадку – це чергування чотирьох вісімок та двох чвертей, причому можливе подрібнення і останніх долей такту, яке залежить від кількості складів. У другому випадку наявне чергування вісімки та чверті. Якщо казати про колискові, що поширені у більшості етнічних культур, то перевага надається роз- мірам 3/4 та 6/8, які пов’язані з ритмом колисання.

В інтонаційному плані та за специфікою виконавства колискові пісні до- сить близькі до замовлянь, що обумовлене спорідненістю цих жанрів. Однією з функцій колискової є певне висловлення побажань, які мають здійснитись із дитиною у майбутньому, привернення гарного та щасливого майбутнього. Також у ряді колискових є розспіви звуку «а», які мають зв’язок з голосіннями та могли виконувати функцію антифрустративну. Н. Семенчук вказує, що «елементи голосінь або ж текстові уривки, звернені не до дитини, а призначені для зняття емоційної напруги виконавиці, зазвичай, матері».

Колискова пісня в українській традиційній культурі здебільшого виступає джерелом захисту дитини. В ній представлений ряд символів, що дозволяють казати про присутність у тексті колискової своєрідних оберегів, які дають уяву про сам процес заколисування. Це й опис дерев, на яких розміщується колиска, точніше підвішується. Зазвичай обирали такі дерева, як дуб, горіх, верба, явір. Ці дерева є втіленням могутності, сили, стійкості. Їх символічне значення підкреслюється фізичними характеристиками, адже частіше саме з дуба, горіха вироблялись найміцніші вироби (меблі, гойдалки, скриньки тощо). А, власне, явір уособлював чоловіче начало в фольклорній традиції українців. Процес заколисування дитини символічно відтворює діалектику чоловічого та жіночого начал. Якщо дерево, на якому висить колиска є втіленням чоловічого єства, то сама колиска буде відтворювати жіноче начало.

Колиска імітує материнське черево, яке ще необхідне для немовляти, але також і перший локус дитини післянатального періоду (хоча деякі регламентації забороняють класти дитину до колиски протягом від дев’яти до сорока днів – самі числа спонукають до думки про сакральність такої заборони). Окрім магічної, апотропеїчної функції, колискова пісня тісно пов’язана з формуванням перших знань дитини про світ, оточення, соціальні стосунки. Актуальним виступає зв’язок образу дерева (дуба) із світовим древом, яке було складовим елементом традиційної вишивки на українських сорочках.

Треба відзначити, що хоча колискові пісні є досить подібними у різних культурах, існують певні відмінності, що стосуються персонажів, які згадуються у цьому пісенному жанрі. Для більшості колискових притаманний опис чи звернення до живих істот – тварин, птахів та рослин. В українських колискових піснях нерідко наявний образ голуба, що символізує янгола-охоронця, котика, який оберігає дитину та заколисує її. «Котик-сіренький», що є частим персонажем в українських колискових, невипадково з’являється у багатьох піснях. Варто згадати про традицію запускання в нову оселю кота, адже «першими у нову оселю переселялися сакральні тварини – зазвичай півень або кіт». До того ж існувала практика, коли спочатку саме котика гойдали у колисці та співали йому колискові пісні, а вже потім туди клали дитину.

Попри наявність істот, що згадуються у колискових у позитивному ключі, чимало існує персонажів, якими лякають дітей. В українському фольклорі таку роль відіграє вовк, бабай чи інший персонаж. В українському фольклорі ті тварини, які згадуються у піснях, частіше є такими, що відіграють важливу роль у зростанні дитини. Так чимало оповідань містяться про корову, яка забезпечувала харчування не лише дитини, а й усієї родини.

Нерідко у колискових піснях розповідається про нещасливу долю матері та її дитини. Соціальний характер цих колискових свідчить про те, що вони виступали відображенням індивідуального досвіду тих, хто їх співав. Тобто включення окрім традиційних елементів й особистих переживань дає змогу відчути їх соціальну значущість та здатність модифікуватись.

Науковці дійшли висновку, що вже на 16-17 тижні внутрішньоутробного розвитку дитина починає чути не лише серцебиття матері, шуми дихання, а й її голос. Варто підкреслити, що до 7 місячного періоду внутрішньоутробного розвитку дитина розрізняє внутрішні шуми – серцебиття (порушене / спокійне), дихання (рівне / переривчасте), голос (сумний / веселий). На цьому етапі важливого значення набувають музичні композиції, які слухає вагітна жінка. Але найвагоміше місце поміж музичного ряду посідають колискові пісні у виконанні майбутньої мами. Під час співу у жінки знижується ритм серцевих скорочень, нормалізується тиск і дитина в утробі одержує більше кисню. Цінність колискової пісні після народження дитини важко переоцінити, оскільки вона наділена цілющим ефектом, який допомагає уберегти дитину від мікротравм, одержаних під час пологів. Варто зауважити, що колискова пісня підлаштовується під ритм серця матері і тим самим допомагає дитині розслабити нервову систему, оскільки саме такий ритм серця матері знайомий дитині – вона його чула, перебуваючи в утробі. Крім того, колискова допомагає дитині пережити кризові періоди перших трьох років життя, оскільки саме в цей період дитина починає відчувати себе особистістю окремою від матері.

Колискова пісня допомагає дитині зняти напругу, розслабити нервову систему, відчути умиротворення. Мами виконує колискову пісню рідною мовою і знайомить дитину з навколишнім світом, прищеплює любов до рідного дому, батьківщини, навчає добру, милосердю, турботі. У колискових піснях часто згадуються також вигадані тварини, птахи, казкові герої, містичні сили, далекі зорі тощо, тому з раннього дитинства дитина навчається фантазувати. У такій пісні емоційно забарвлені слова постійно повторюються, це сприяє тому, що у дитини формується фонетична карта мови і це мотивує її до опанування рідної мови у більш глибокому діапазоні.

За змістом колискові пісні можна поділити на такі групи: традиційні, оберегові, народні, імпровізовані. Традиційні колисанки мають простий сюжет і містять слова: «люлі-люлі», «ой баю мій, баю», «гойда, гойда-гой», бо виконує їх мати, коли хоче заспокоїти дитину, або вкладає її спати. Наприклад:

«Люлі-люлі, люлі, спи, засни, дитятко. Люлі-люлі, люлі, рідне янголятко» (Мамині колискові, 2018: 12). Оберегові колискові покликані захистити дитину від злих духів, лихих очей. У таких піснях присутнє звернення до Бога, Вищих сил. Наприклад: «Ніжно тебе я по спинці погладжу, сину, горобчику мій. Ангела з неба до тебе принаджу, очі заплющуй мерщій». За сюжетом народні колисанки мелодійні, містять елементи нашепту. Наприклад: «За віконцем вечір тане. Спи, майбутній капітане! Хай насниться океан, берег, скелі і лиман».

Колискові пісні можна переспівувати по-своєму, імпровізувати, фантазувати. Головне покликання колисанки – подарувати дитині світ затишку, добра, любові.

О. Марчун акцентує увагу на наступних функціях колискових пісень:

1. Колискові, спрямовані на засинання дитини. Наприклад: «Ой люлі-люлі, налетіли гулі»; «Ой ну, мале дитя, спати»; «Ой спи, дитя, в колисоньці».

2. Колискові, які несуть в собі пророцтва, побажання. Наприклад: «За віконцем вечір тане. Спи, майбутній капітане»; «Виростай міцним і дужим, до людей не будь байдужим».

3. Колискові, які мають на меті пізнання навколишнього світу. Наприклад: «Спить в мурашнику мурашка, лис – в норі, в гніздечку – пташка»; «Під кущем бузковим зайчик спать лягає. Вечором казковим лиска засинає».

4. Колискові пісні, які сприяють розвитку комунікативних здібностей. Наприклад: «Люлі-люлі, мій синочку, маєш вишиту сорочку»; «Люба донечко рідненька, ясне сонце ти для неньки.

5. Колискові пісні, які мають на меті зменшити емоційну напругу матері. Наприклад: «Притулю тебе до себе. Як жила колись без тебе?»; «Пригорну тебе я до свого серденька». Без сумніву, мамині пісні пророкують дитині міцне здоров’я, щасливу долю, вкладають в душу дитини зерно добра, милосердя, любові. Таким чином, колисанки наділені магічною силою, оскільки насичені словесними формулами.

Колискові пісні передавалися з покоління у покоління і програмували дитину на здорове, щасливе майбутнє. Ймовірно, що у стані дрімоти дитина схильна до такого типу програмування. Варто підкреслити, що інтонаційною будовою колискові споріднені із замовляннями. Наші пращури виконували колисанки не лише для того, щоб приспати дитину, а як і замовляння, щоб привернути чи відвернути певні магічні сили, сприяти її міцному здоров’ю, світлому майбутньому. Наприклад: «Виростай щасливий, сильний та хоробрий, не хворій ніколи, до людей будь добрий».

Колискові пісні варто розглядати у трьох аспектах: психологічному, педагогічному, духовно-філософському.

Психологічний аспект колискової пісні полягає у тому, що вона є невидимою ниткою, яка пов’язує маму з дитиною. Коли дитина чує голос найріднішої людини у світі, вона заспокоюється, її серцебиття вирівнюється, вона відчуває любов, спокій, захист, турботу. Варто зазначити, що не лише дитина одержує користь від маминих пісень. Співаючи, жінка також переживає низку позитивних емоцій: її нервова система розслабляється, з’являється відчуття гармонії, благополуччя. Такий стан жінки сприятливо впливає на грудне вигодовування, оскільки емоційний зв'язок з дитиною сприяє виробленню пролактину.

Крім того, колискова пісня допомагає жінці подолати післяродову депресію, яка часто є джерелом серйозного занепокоєння для молодої мами. Колискова пісня може передати дитині знання про місце й роль чоловіка і жінки у світі. Іншими словами, колискові пісні прищеплюють дитині цінності про сім’ю.

Педагогічний аспект колисанки полягає у тому, що вона сприяє, по-перше, розвитку мовлення, оскільки збагачує словниковий запас дитини; по-друге, музика позитивно впливає на емоційний і фізичний розвиток дитини; по-третє, навчає дитину фантазувати, виховує любов до мистецтва. Колискова пісня допомагає дитині адаптуватися до навколишнього середовища. На сайті «Живи активно» (все про здоровий спосіб життя) підкреслено, що колискові сприяють інтелектуальному розвитку дитини. Якщо під час вагітності жінка співає колискові пісні, то після народження дитина вчиться швидко реагувати на голос матері і вимовляти різні звуки. Колискова пісня допомагає дитині розвинути гарну пам’ять, оскільки вона чує різні звуки, інтонацію.

Найголовніше покликання колискової пісні в тому, що вона сприяє духовному вихованню дитини, адже прищеплює любов до батьківщини, людей, навколишнього світу; навчає любові; закладає довірливі відносини з батьками. Пестливі форми слів (котик, киця, мишка, зайчик, пташеня, оченятка, дитинка, каченя, горобчик, нічка, подушечка, песик, ластів’ятко тощо) сприятливо впливають на дитину, оскільки навіюють дитині любов до оточення. Монотонний спів матері заспокоює дитину, а фантастичні сірий котик, Сонько-Дрімко та інші персонажі колискової тихо «колихають» дитяче ліжечко, несучи солодкі сни, і в дитячому світосприйнятті діють як люди.

Колискова пісня визначає приналежність дитини до певної нації, народу. Така пісня визначає зародки свідомості, початок формування світогляду людини. Протягом усього життя людина ніколи не забуває мови, якою мати виконувала колискові пісні.

Основну визначальну роль у формування світогляду, національної ідентичності відіграє саме колискова пісня, яка визначає хто ти є у цьому світі. Саме українська колискова пісня робить українця – українцем, поляка – поляком, француза – французом.

Колискова пісня, яка закладена у підсвідомості людини, визначає її ставлення до навколишнього світу у дорослому житті; зокрема, через любов матері відбувається формування людини без комплексів, перемоги добра над злом у широкому розумінні, вироблення національної гідності.

Таким чином, колискова пісня – це ліричний пісенний твір, який пронизаний глибиною світосприйняття, поетичністю, багатством образів. Материнський спів закладає в душу дитини любов до навколишнього світу, батьківщини, ближнього, визначає її національну ідентичність та стає основою формування свідомості і характеру людини, сприйняття та взаємовідносин у соціальному середовищі. Колискова пісня сприяє розвитку мовлення, позитивно впливає на всебічній розвиток дитини, навчає мріяти, фантазувати. Крім того, допомагає адаптуватися до навколишнього світу. Це глибоке джерело духовного виховання дитини, яке стає основою формування майбутньої особистості, супроводжує все її життя. Прогностичний потенціал проведеного дослідження зумовлений можливістю використання його матеріалів і висновків для здійснення подальших наукових пошуків з психології, педагогіки і психотерапії.

В роботі над виставою ми опиралися на усі 3 аспекти сприйняття колискових. Сьогодні у час війни рівень стресу, тривожності із зрозумілих причин є значно вищим за норму. Саме тому надзавданням нашої вистави “Зоряні колисанки” було подарувати маленьким глядачам відчуття безпеки, “емоційний прихисток”, який вони зможуть забрати з собою.

Ідеальною основою для такої вистави стали колискові пісні, що беззаперечно асоціюються у нас з рідним домом, сім’єю, безпекою. У своїй книзі “Колискові” дослідниця та фольклористка Марія Пилипчак зазначає: “ Від матері дитина отримує впевненість у житті, а відсутність енергії любові в дитинстві призводить до депресії в зрілому віці. Тому, на думку дослідників, психологів, досвідчених матерів саме колискові вчать дитину вірити і довіряти”.

Для нас також було важливо зібрати у виставі колискові пісні з усіх куточків України. Проконсультувавшись з фольклористами, а також дослідивши архівні записи дослідників нам вдалося знайти колискові з Північної Наддніпрянщини, Нижнього Побужжя, Краматорського району, Південної Наддніпрянщини, Слобожанщини, Поділля та Волині.

Варто зазначити, що кожна колискова різниться наявними в ній персонажами - гулі, вівці, ягнята, мишка. У багатьох колискових зустрічається такий герой як кіт. Саме тому і ми вирішили основним персонажем нашої вистави визначити котика, який блукає колисковими снами. Проте, неможливо оминути ще одного не менш вагомого персонажа колискової традиції України - Дрімоти або ж Зорі.

У своїй книзі “Чарівні істоти українського міфу. Домашні духи” дослідниця Дара Корній зазначає: “Дрімота - дружина сну (...) Народна фантазія змальовувала дрімоту в образі доброї старенької із м'якими ласкавими руками або ж в образі юної дівчини з ніжним голосом, що заколисує. На голові вона носить віночок із квітів дрімоти білої. (...) Дрімота підходить до колиски, заплющує діткам очі, поправляє ковдру, струшує над ліжечком своїм віночком, з якого на оченята малюкам падають сни, і маминим голосом наспівує колискову. (...) Існує повір'я, за яким дрімота - це донька першої вечірньої зорі. Саме коли ій знадобилася помічниця, вона створила дрімоту з пісні та із зоряного пилу.” [5, с. 324-326].

Таким чином, наша вистава не лише створює атмосферу рідної домівки та спокою через звучання колискової, а і вкотре нагадує глядачам про наші народні традиції та цінності, наш культурний спадок. Саме сьогодні дуже важливо популяризувати ці пісні, адже це і є наш “дім”.

**Джерела та література:**

1. Друзюк, А. (2013). Колискові пісні східної Волині (за матеріалами експедиційних записів). Студії мистецтвознавчі, 3-4, 91-101.
2. Захожа, Т. (2012). Традиції та культура у колискових піснях Іспанії. Актуальні проблеми психології, 4(8), 71-81.
3. Марчун, О. В. (2005). Поетика української народної колискової пісні: мотиви, функції, образи (Автореферат дисертації кандидата філологічних наук). Київський національний університет імені Тараса Шевченка.
4. Семенчук, В. (2017). Колискова пісня як фольклорний жанр в практиці родинного виховання. DSpace. http://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/8137/1/Колискова%20 пісня%20як%20фольклорний%20жанр.PDF.
5. Хомік, О. Є. (2009). Оберегові образи в українських колискових піснях. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Філологія», 56, 155-160.
6. Чайка, С. (2019). Жанрове розмаїття української дитячої народно-пісенної музичної творчості. Педагогічна освіта: теорія і практика, 27, 262-268. https://doi. org/10.32626/2309-9763.2019-27-0.262-268.
7. Рубан Л. Роль колискової пісні у духовному вихованні дитини. Актуальні питання гуманітарних наук. Педагогіка. Вип.55, Том 2, 2022. С. 307-311.
8. Верба як символ України. URL: http://vevpou.blogspot.com/2013/09/blog-post.html.
9. Двойная польза от колыбельных песен. URL: https://Karpachoff.academy
10. Коли дитина починає чути і бачити? URL: https://babykrok.com.ua/p\_koli-ditina-pochinae-chuti-i-bachiti.html.
11. Колискові корисні навіть ще не народженим дітям. URL: https://zhyvyaktyvno.org/news/mamina-koliskova- zaporuka-zdorovya-ditini.
12. Мамині колискові. К.: Рідна мова, 2018. 48 с.
13. Марченко Н. Найбільше сили й свободи дарує розуміння іншого. URL: https://chl.kiev.ua/key/Books/ShowBook/649? fbclid=IwAR1rsCoyN6oHMtveZSarK6MZ0N3dCbrjnL16dL33PavEwOHovr53EaNmSXs (дата звернення 21.02.2022).
14. Петрановська Л. Таємна опора: емоційний зв’язок у житті дитини. Харків: Віват, 2021. 224 с.
15. Рідна колисанка. URL: https://kolysanka.org.ua/about-us/pro-proekt.html .
16. Скуратівський В. Мамина пісня. Рідне слово. URL: http://www.ridneslovo.co.rs/rs83/10.html.
17. Ткач А. Колискові пісні та їх роль у контексті традиційної культури. Вісник Київського національного університету культури і мистецтв. Серія: Музичне мистецтво, 3(2), 2020. C. 181–188.
18. Українські традиції. Колискові пісні. URL: https://traditions.in.ua/pisni/kolyskovi-pisni (дата звернення (19.02.2022).
19. Марія Пилипчак, Колискові, експедиційні записи // - К.: Задруга, 2010. - С. 122
20. Наталя Семенчук, Фольклор як частина виховіання // c. 7
21. Дара Корній, Чарівні істоти українського міфу. Домашні духи // Х. - Vivat, 2022, с - 324-326