

Мунасыпова С.Р., студ. гр. 120н БГУКИ

Науч. рук. – Гутковская С.В.,

кандидат филолог. наук, профессор

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ КАК СПОСОБ РЕАБИЛИТАЦИИ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Танцевальная терапия раскрывает представление о танце как о средстве самосовершенствования и самопознания людей с ограниченными возможностями. Это направление получило в западной литературе название «educational dance», что означает «обучающий» или «воспитывающий танец»

Понятие танца в этом контексте имеет некий другой смысл нежели современный термин «хореография», оно отражает сущность его греческого корня «choreu» – движение.

Танцевальная терапия (хореотерапия) – это, прежде всего, форма лечения, где танец используется для того, чтобы поддержат людей с психическими и физическими недостатками. В теории о хореотерапии разделяют два вида обучающего танца. Первый – «западный», к которой кроме хореографии относится аэробика и гимнастика. Под вторым, так называемым «не западным», подразумевают всевозможные виды целительного танца (терпсихора-транстерапия(ттп), «Танцы всеобщего мира» и другие), а так же танцевальные формы ,которые мы встречаем в различных видах боевых искусств (Тай чи, китайский теневой бокс ,капоэйра и другие) и всевозможные виды ритуальных танцев.

Танец предполагает общение посредством движений, поэтому в танцевальной терапии нет канонизированных танцевальных форм и лексических модулей, и могут использоваться всевозможные формы движения.

На становление танцевальной терапии как особого метода оказали влияние различные факторы. Одним из них явилось появление проекта Рудольфа Фон Лабана «Ausdrucktanz», который способствовал развитию обучающего танца. Под его руководством была создана уникальная программа «Modern Educational Dance», название которой можно перевести как «Современный Обучающий Танец».

Официально танцевально-двигательная терапия (сокращенно ТДТ, в английской версии – Dance-Movement Therapy) в России появилась в 1995 году, когда в Москве была создана Ассоциация ТДТ. Зародилось же направление в США в середине XX века. Первые опыты по соединению терапевтического процесса с танцем осуществили профессиональные танцовщицы Мэриан Чейз, Лилиан Эспенак, Труди Шуп и Мэри Уайтхауз. Подключив специалистов-психологов, они впервые попытались представить танец как путь установления равновесия между душой и телом. Благодаря им танец стал успешно применяться в работе с людьми, имеющими серьезные психосоматические проблемы. Чуть позже, доказав свою состоятельность как лечебное направление, танцевальная терапия получила распространение для людей заинтересованных в личностном развитии и психокоррекции.

В Настоящее время танцевальная терапия имеет широкий спектр задач. Одна из них – расширение сферы осознания собственного тела. Другой целью является повышение самооценки человека путем развития более позитивного отношения к своему телу, так как основополагающим принципом танцевальной терапии является единство тела и сознания. Многие танцевальные терапевты, стоявшие у истоков этого направления, получили начальную подготовку в психоаналитических традициях, поэтому именно это теоретическое наследие до недавнего времени доминировало в их работе. Одной из наиважнейших целей танцевальной терапии является приведение человека в контакт со своими чувствами путем установления связей чувств с движениями.

Игры, опыты в ритмических движениях, экспериментирование с жестами, позы, невербальное общение друг с другом, широко применяемыми в хореотерапии, служат созданию глубокого группового опыта. Этот опыт, действующий на бессознательном уровне, является своеобразным магическим кругом. Если прежде танцевальная терапия применялась почти исключительно к людям с тяжелыми психическими и физическими нарушениями, то сегодня танец ориентируется на работу со здоровыми людьми, которые имеют некоторые психологические проблемы. Танцевальная терапия способствует переживанию необычных впечатлений и, таким образом, предоставляет участникам возможность опробовать новые способы поведения. Танцевальная терапия может быть средством самоутверждения, а также выражения сильных эмоций.

Большинство занятий танцевальной терапии проходит в группе, что дает широкие возможности реабилитации посредством группового опыта. В силу того, что танец как и музыка является одним из древнейших способов выражения чувств и переживаний человека, язык человеческого тела может дать больше сведений, чем сообщает человек о себе словами. В связи с этим внутреннее душевное состояние человека с ограниченными возможностями, очень хорошо воплощать в танце.

Сегодня целый ряд различных западных университетов предлагают программы по танцевальной терапии, по которым проводится подготовка специалистов для работы в больницах, клиниках, центрах реабилитации, и в других местах, где может быть полезна двигательная работа. В Беларуси 10 лет существует совместная с Россией программа социальной реабилитации, которую осуществляет Танцевально оздоровительный центр белорусского фонда помощи спортсменам-инвалидам.