

2. *Артпедагогика и арттерапия* в специальном образовании: учебник для средних и высших педагогических учебных заведений / Медведева Е.А., Левченко И.Ю., Комисарова Л.Н. Добровольская Т.А. – М., 2001.

3. *Терелянская Е.В.* Особенности художественно-творческих технологий социальной работы // Художественно-творческие методы и технологии в социальной работе: материалы Междунар. науч.-практ. конф. г. Волгоград, 17 – 18 октября, 2007 г. / под ред. Т.Ю. Анрущенко. Волгоград: Перемена, 2008.

4. *Терелянская Е.В.* Художественно-творческие технологии как средство формирования профессиональной компетентности будущих специалистов социальной работы: целостный подход // Грани познания: электронный научно-образовательный журнал ВГПУ. – №3 (13). – 2011 [Электронный ресурс]. URL: <http://grani.vspu.ru/jurnal/18>

5. *Ульянова Е.В.* Художественно-творческие технологии как средство формирования профессиональной компетентности будущих специалистов социальной работы: дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук (13.00.08) – теория и методика проф. образования: защищена 25.05.2006: утв. 15.12.2006 / Ульянова Елизавета Викторовна. – Волгоград, Волгогр. гос. пед. ун-т., 2006.

**Упорова С. В.,**  
*г. Талица*

## **ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ В РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА С ПСИХИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ**

Инвалидность представляет собой сложное социально-демографическое и клинико-социальное явление, является одним из основных показателей состояния здоровья населения. Мировая практика свидетельствует, о том, что специалист по социальной работе обязан владеть теоретическими и практическими знаниями в области медицины и здравоохранения, поскольку независимо от специализации и места работы он участвует в решении проблем индивидуального и общественного здоровья.

Одним из объектов, нуждающихся в оказании социально-медицинской помощи, являются лица, страдающие психическими заболеваниями. Особенность социальной работы с данной категорией состоит в том, что она формируется на стыке двух самостоятельных отраслей - здравоохранения и социальной защиты населения.

Учреждения отечественной службы психиатрического здоровья испытывают серьезные трудности в плане материально-технического обслуживания, не располагают в достаточной мере современными технологиями обследования, лечения и реабилитации больных. Тем не менее, привлечение ресурсов учреждений смежных отраслей позволит обеспечить

эффективную реабилитацию психиатрических больных, повысит возможности их интеграции в сообщество.

Поэтому является необходимым изучение проблем оказания социально-психологической помощи инвалидам с психическими заболеваниями и их семьям и выработка тех методов работы, которые отвечали бы требованиям потребителей помощи и были соотносимы с ресурсами учреждений здравоохранения и социальной защиты.

Танцевальная терапия является одной из перспективных форм невербальной психотерапии, которая тренирует моторные и эмоциональные компоненты поведения, задействуя, в процессе сессии также и когнитивные функции. В танцевальной терапии велика роль личностного подхода, так как главной задачей танцевального терапевта является не только раскрытие на невербальном уровне личности самого больного, но и коррекция его нарушенных взаимоотношений с окружающим миром.

Теоретической основой танцевальной терапии, являются: аналитическая психология К.-Г. Юнга - «active imagination» - использование танца, как выражение бессознательного в активном воображении. Танцевальная терапия работает над раскрытием внутренней индивидуальности больных шизофренией и формированием, и поддержкой их личности, что позволит им в дальнейшем вступать в более устойчивые взаимоотношения с миром. Многие танцевальные терапевты описывают и оценивают танцевальные импровизации своих пациентов с юнгианских позиций. Большое значение для танцевальной терапии имела также индивидуальная психология А. Адлера, на языке которой формулируются цели танцевальной терапии, «основанные на развитии счастливого Я, человека креативного, ответственного и сильного». Существенное значение в теоретическом развитии основ танцевальной терапии имела холистическая телесноориентированная психология и психотерапия В.Райха и А.Лоуэна.

Корни танцевально-двигательной терапии восходят к древним цивилизациям, в которых танец являлся важной составляющей жизни. Вероятно, люди начали танцевать и использовать движение тела как средство коммуникации задолго до возникновения языка. Танец являлся выражением самых важных аспектов культуры [1]. В своем межкультурном исследовании танца в различных обществах Бартеньефф, Поулей и Ломакс обнаружили, что те движения, которые люди производили во время своей ежедневной работы, вошли в танцевальный стиль, в танцевальную форму данной культуры. Например, широкая и устойчивая стойка эскимоса с быстрыми, напоминающими стрелы движениями рук, которые были необходимы для подледного лова рыбы и метания копья, была включена в танец. Общественные ценности и нормы передавались из поколения в поколение через танец, таким образом, поддерживая механизм выживания и передачи культурных ритуалов. Другими примерами использования танца в культурах являются приготовления к чему-либо, празднования, войны, надежды на обильный урожай. Во многих

обществах танец продолжает служить этим важным функциям. Именно этот выразительный и коммуникативный аспект танца, непосредственное выражение эмоций на предвербальном и физическом уровне в совместных движениях под общий ритм, характерных для примитивных обществ, и оказали влияние на развитие танцевально-двигательной терапии.

В XXI веке очень большую популярность для разрешения эмоциональных и психологических проблем человека приобретает вид психотерапии, использующий активизацию двигательной функции организма человека для установления взаимосвязи между физической и духовной жизнью человека. Конечной целью данного вида психотерапии является снижение степени влияния внутренней напряженности на состояние человека посредством активизации тела пациента, обнаружение причин возникновения внутренних и межличностных конфликтов и дискомфорта, достижение максимальной интеграции тела и души человека для ощущения жизненной гармонии и спокойствия, осознание человеком собственных возможностей при помощи движения и танца [3].

Связь человека с танцем настолько существенна, что большинству людей свойственно отображение в танце тех же самых движений, которые человек производит, выполняя ежедневную работу. Самым ярким примером являются аборигены. Когда абориген загоняет добычу и готовится ее заколоть, он производит движение руки с копьём вверх, а во время приготовления пищи и танцев у костра аборигены танцуют с поднятыми вверх руками.

Танцевально-двигательная терапия – один из видов психотерапии, использующий движение в основе развития физической, социальной и духовной жизни человека. Танцевально-двигательная терапия применима для борьбы со многими проблемами, одними из которых являются эмоциональные и межличностные конфликты, страх перед неудачей, недостаточность коммуникативных навыков, заниженная самооценка. Также данный вид терапии применим для помощи людям, пережившим тяжелую потерю близкого человека, изнасилование, тяжелые психические заболевания, хронические заболевания. Психотерапевт при помощи танца помогает людям забыть о проблемах, расслабиться и самоутвердиться. Главное достоинство танцевально-двигательной терапии в сравнении с другими видами терапии состоит в том, что она является общедоступной, так как при занятии этим видом терапии акцент ставится не на качестве выполненных движений, а на тонкости выражения человеком собственных эмоций во время движения, честном выражении чувств и абсолютной свободе движений [2].

Танцевально-двигательная терапия базируется на признании того, что тело и психика взаимосвязаны: изменения в сфере эмоциональной, мыслительной или поведенческой вызывают изменения во всех этих областях. Тело и сознание рассматриваются как равноценные силы в интегрированном функционировании. Танце-двигательный терапевт Бергер делит

психосоматические отношения на 4 категории: мышечное напряжение и расслабление, кинестетика, образ тела и выразительное движение.

В Талицком пансионате для престарелых и инвалидов танцевально-двигательная терапия применяется для социальной реабилитации пациентов. В рамках изучения эффективности танцевально – двигательной терапии в социальной реабилитации инвалидов молодого возраста с психическими заболеваниями использовались такие методы, как анкетный опрос, беседа.

В беседе, специалисты реабилитационного отделения (психолог, воспитатели хореограф, фельдшер), отметили, что занимающиеся танцами, становятся намного подвижнее и открытыми для общения. У многих появилась пластика движений, во время занятий улучшается эмоциональное состояние клиентов, наблюдается снижение агрессивности, стабильность психического состояния.

Танцевальная терапия улучшает физическое состояние, способствует выходу эмоций, получению позитивных эмоций, расширению самосознания и совершенствуют навыки межличностного взаимодействия. Диагностика, проведенная психологом пансионата, в начале года и в конце года выявила следующие результаты: из 40 клиентов, занимающихся танцетерпией, отмечаются повышение подвижности у 23, понизился уровень тревожности у 16, понизилась агрессивность у 12, стабилизировалось межличностное общение у 18 клиентов.

Также танцевальная терапия используется для развития социальных навыков. Танцевальные движения представляют собой своеобразное средство связи с окружающими во время обучения элементарным навыкам общения. В группах создаются условия для стимуляции творческого потенциала личности, также совместно с руководителем группы и другими участниками осуществляется поиск собственного стиля в общении и самовыражении.

Еще одной задачей ТДТ является помощь членам группы вступить в контакт с их собственными чувствами путем установления связи с движениями, что существенно улучшает физическое и эмоциональное состояние человека.

Таким образом, благодаря работе в группе по танцевально-двигательной терапии с инвалидами молодого возраста, имеющими хронические психические заболевания, устанавливаются благоприятные межличностные отношения. Группа по танцевально-двигательной терапии – это микрокосм различных социальных ситуаций, благодаря чему клиенты учатся более адекватно воспринимать себя и других и расширять спектр поведенческих возможностей.

### **Библиографический список:**

1. *Бирюкова И.В.* Танцевально-двигательная терапии: тело как зеркало души // Журнал практического психолога. 2001. № 1-2.

2. *Веремеенко Н.И.* Танцевально-двигательные методы в современной практической психологии. // Журнал прикладной психологии. 2006. № 1. С. 4-5.

3. *Веремеенко Н.И.* Танцевально-двигательные методы в современной практической психологии. // Журнал прикладной психологии. 2006. № 1. С. 2-3.