

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту «Методы объективизации динамики и оценки эффективности танцевально-двигательной психотерапии: “Телесный анализ” и “Анализ телесного компонента интеллекта”» (методики психодиагностики с опорой на психомоторные показатели у пациентов с психиатрическими, психосоматическими заболеваниями, нарушениями опорно-двигательного аппарата, а также у клиентов с выраженными психологическими проблемами)

<http://psy.su/psyche/projects/1884/>

## **Танцевально-двигательная психотерапия (теоретическое обоснование, практическое применение, программа обучения)**

**Оганесян Н.Ю. канд. психол. наук**

**Актуальность работы.** Танцевально-двигательная психотерапия как метод реабилитации инвалидов с достаточно широким полем заболеваний (психических, психосоматических, нарушений опорно-двигательного аппарата и т.д.) а также в работе с психологическими проблемами здорового контингента населения достаточно широко применяется в мире. Но механизмы воздействия танцевально-двигательной психотерапии на человека ещё недостаточно изучены не только за рубежом, но и в России. Особую ценность на наш взгляд имеет осмысление особенностей влияния танцевально-двигательной психотерапии на широкий спектр психических процессов в контексте психомоторной организации человека с позиций нейропсихологии, основанной на изучении таких важнейших физиологических концепций, как - «опережающее возбуждение» П. К. Анохина и «двигательной задачи и ее реализации» Н.А. Бернштейна, позволяющих исследовать «физиологию активности» человека.

Исследование особенностей психомоторного развития человека представляет особый интерес в связи с тем, что практически в моторной организации человека, в его поведении, деятельности, речи отражается вся целостная характеристика его и как индивида и как личности. Каждый человек индивидуален в своих движениях, мимике, темпераменте, именно неповторимость индивидуальности человека является тем ресурсом, на котором строится динамика танцевально-двигательной психотерапии с любым контингентом населения (от здоровья до болезни).

Танцевально-двигательная психотерапия - это междисциплинарная область, она существует на стыке психотерапии и танцевального искусства. Кроме того, она тесно связана со многими другими областями знания. Среди них: анатомия, физиология, психофизиология, нейропсихология, психология, самые разные теории движения и танца и т.д. . И именно танцевально-двигательная психотерапия терапия невербальной областью моторно-эмоциональной коррекции коммуникаций больных нервно-психическими заболеваниями. При помощи моторной рефлексии - кинестетической эмпатии, главной техники танцевально-двигательной психотерапии, пациенты имеют возможность: 1. посмотреть на себя в исполнении другого, 2. с помощью танцевального терапевта развить

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту «Методы объективизации динамики и оценки эффективности танцевально-двигательной психотерапии: "Телесный анализ" и "Анализ телесного компонента интеллекта"» (методики психодиагностики с опорой на психомоторные показатели у пациентов с психиатрическими, психосоматическими заболеваниями, нарушениями опорно-двигательного аппарата, а также у клиентов с выраженными психологическими проблемами)

<http://psy.su/psyche/projects/1884/>

свой двигательный потенциал и откорректировать координацию движений и невербальные коммуникации.

**Новизна работы.** Танцевально-двигательная психотерапия в настоящее время является единственным методом, с помощью которого можно исследовать моторику человека в динамике движения. Со времён нейропсихологической диагностики А.Р.Лурия и Н.И.Озерецкого мы мало продвинулись в разработке методик исследования психомоторики. Если говорить о межполушарном взаимодействии, как одного из центральных механизмов работы мозга, участвующих в реализации всех высших психических функций, то его конкретное содержание изучено недостаточно. Психологическая диагностика опирается главным образом на когнитивный компонент испытуемого при исследовании эмоций, внимания и т.д., в то время как методики исследования моторики, могут дать достаточно информации для исследования бессознательного больных шизофренией с когнитивным дефицитом. Д.Ризоллатти отмечал, что зеркальные нейроны активизируются не только, когда человек сам выполняет то или иное действие, но и когда человек видит или слышит, как это действие совершается другими. Таким образом, можно говорить, что зеркальные нейроны служат для понимания действий других, а цель действия воспринимается нашей моторной системой мгновенно. Картина движений танцующего как бы отражается нейронами моторной коры того кто находится в группе танцевально-двигательной психотерапии или повторяет движения вместе с танцевальным терапевтом, заставляя прочувствовать наблюдаемую операцию, как бы выполнить ее лично. Это и есть на наш взгляд первоначальный, основной способ, каким мы воспринимаем чье-то действие, – **восприятие посредством чувства, а не размышления.** В моторно-визуальной обратной связи зеркальные нейроны играют две роли: они облегчают подражательное поведение и превращают действия в информацию (Rizzolatti 1998, Kohler et al., 2002). В танцевально-двигательной психотерапии существует достаточно техник, использующих «отзеркаливание» движений, эти техники относятся к невербальному кинестетическому присоединению. В первую очередь к таким техникам относится кинестетическая эмпатия. Она включает в себя: 1. диагностику особенностей движений и координации, присоединение к партнёру (пациенту/ клиенту) через моторику; 2. поиск индивидуальных моторно - эмоциональных движений партнёра (пациента/ клиента); 3. исследование психологических особенностей партнёра (пациента/ клиента) через двигательные функции с последующим выходом на мишени

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту «Методы объективизации динамики и оценки эффективности танцевально-двигательной психотерапии: "Телесный анализ" и "Анализ телесного компонента интеллекта"» (методики психодиагностики с опорой на психомоторные показатели у пациентов с психиатрическими, психосоматическими заболеваниями, нарушениями опорно-двигательного аппарата, а также у клиентов с выраженными психологическими проблемами)

<http://psy.su/psyche/projects/1884/>

психотерапии. Но главная особенность кинестетической эмпатии – работа с разными уровнями движений (frontal or lateral, sagittal, transverse) и пространством.

### **Особенности психомоторной диагностики в танцевально-двигательной психотерапии.**

При первых научных исследованиях динамики психомоторики больных шизофренией в процессе танцевально-двигательной психотерапии остро встал вопрос о подборе психологических методик, чувствительных к моторной составляющей этого метода. Остановимся на характеристике движений, без которой невозможно понять основы телесного анализа в танцевальной психотерапии. 1. *Силовая* характеристика связана с уровнем напряжения при движении. 2. *Линейная* характеристика связана с линейным контуром движений и с линиями, которые мы прорисовываем телом в процессе движения, то есть с направленным аспектом движения. 3. *Амплитудная* характеристика связана со способностью нашего тела к расширению и сжатию и с расширением и сжатием тела в пространстве при движении, то есть с амплитудой движений. 4. *Проекционная* характеристика - с тем, каким способом мы применяем силу или энергию – непрерывным, взрывным, баллистическим, прерывистым и так далее от этого зависят все спонтанные и направленные танцевальные импровизации. Именно эти характеристики движений формируют эмоционально-моторный диалог танцевального терапевта с пациентом.

В соответствии с выше сказанным, были выбраны следующие методы психомоторной диагностики . **Психодиагностические методы:** 1. Методы исследования моторики – «Мотоскопия» Озерецкого, методы изучения психомоторики, описанные Н.И. Озерецким и М.О. Гуревичем в книге «Психомоторика» (1937) и модифицированные применительно к танцевальной терапии, предназначенные для изучения осанки, мимики, походки, эмоционального выражения. 2. Методы исследования психомоторики (методы изучения телесного компонента и координации движений). Озерецкий Н.И. предлагает использовать для исследования моторики у взрослых, серию тестов Толчинского, отмечая, что они стандартизированы по взрослой выборке (свыше 3000 человек). Серия содержит тесты для испытания темпа движения и координации. Эти методика верифицированы танцевальными терапевтами Санкт-Петербургской школы на более чем 3000 пациентах психиатрических стационаров и диспансеров. Среди этих методов может быть использован кинематометрический тест «Внешний баланс» Ильина, предназначенный для изучения внешнего влияния на

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту «Методы объективизации динамики и оценки эффективности танцевально-двигательной психотерапии: "Телесный анализ" и "Анализ телесного компонента интеллекта"» (методики психодиагностики с опорой на психомоторные показатели у пациентов с психиатрическими, психосоматическими заболеваниями, нарушениями опорно-двигательного аппарата, а также у клиентов с выраженными психологическими проблемами)

<http://psy.su/psyche/projects/1884/>

кинестетико-эмоциональное состояние пациентов. Методика А.Р. Лурия на выявление органического поражения головного мозга и нарушений пространственной ориентации – «Положение ладоней в пространстве» (пробы Хэда).

А также были разработаны автором **экспериментально психологические** методики «Анализ телесного компонента интеллекта» (Оганесян 2003) используется для самоанализа телесных напряжений в процессе танцевальной терапии.

Методика «*Телесный анализ*» (Оганесян 2005) позволяет с помощью разработанных параметров исследования движений основанных на системе анализа движений Р. Лабана под названием Effort / Shape или LMA=Laban Movement Analysis проанализировать особенности самооценки двигательной активности больных шизофренией, неврозами и здоровых испытуемых в процессе танцевальной терапии. А также, даёт возможность: 1.исследовать патологию телесной картины больных шизофренией, 2. определить уровень регресса (дефицитарности) больных шизофренией; 3.оценить динамику психомоторики в процессе танцевальной психотерапии в комплексе с другими психологическими методиками. Апробация методик «Анализ телесного компонента интеллекта» и «Телесный анализ» проходила в течение 12 лет с 2003 г. по настоящее время на более 3000 испытуемых. ( в апробации методик участвовала как автор, так и все студенты курса)

Также автором была разработана программа обучения танцевально-двигательной психотерапии, которая стартовала в 2006г. в РГПУ им. Герцена и затем продолжается в ИПШ ИМАТОН. Студенты первого выпуска в настоящее время являются преподавателями на этом курсе. Наши выпускники успешно работают с детьми и взрослыми различных нозологических групп, как в психиатрических стационарах, так и в социально-реабилитационных центрах, как в России, так и за рубежом. Силами выпускников этой программы проводятся научные исследования особенностей влияния танцевально-двигательной психотерапии на психомоторную сферу человека. Выпущено 114 статей в научных журналах. Выпускники программы участвуют в научных конференциях по психотерапии и психологии с докладами. Защищены 3 магистерские диссертации. В настоящее время подходит к концу работа над кандидатской диссертацией в РГПУ им. А.И. Герцена по этой теме.

Танцевально-двигательная психотерапия успешно интегрирована во все психиатрические стационары Санкт-Петербурга. Впервые в России проведена I-

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.  
Материалы к проекту «Методы объективизации динамики и оценки эффективности танцевально-двигательной психотерапии: "Телесный анализ" и "Анализ телесного компонента интеллекта"» (методики психодиагностики с опорой на психомоторные показатели у пациентов с психиатрическими, психосоматическими заболеваниями, нарушениями опорно-двигательного аппарата, а также у клиентов с выраженными психологическими проблемами)  
<http://psy.su/psyche/projects/1884/>

ая Российская научно-практическая конференция с международным участием.  
"Танцевально-двигательная терапия в психиатрии". Санкт-Петербург, 20-21 сентября 2012 г., а также в Санкт-Петербурге открыт первый в России психологический центр танцевально-двигательной психотерапии "Диалог" в 2015г.