

НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНСТИТУТ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОАНАЛИЗА»

УТВЕРЖДАЮ

Директор НОЧУ ДПО «ИППиП»

Т.В. О니кова



2016 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

ВВОДНЫЙ КУРС ПО ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНОЙ  
ТЕРАПИИ

Москва, 2016 год

### **Цель данной программы:**

- познакомиться с методом танцевально-двигательной терапии в групповом взаимодействии, а также знакомство с начальными навыками ведения ТДТ-групп, среди которых: навык структурирования группового процесса, установление и поддержание границ работы, определение и развитие групповых и индивидуальных тем, использование символического движения и интеграция вербального и невербального материала;
- получить представление об основных принципах ТДТ и о философии, этике и методологии работы танцевально-двигательного терапевта и об основных методах работы в ТДТ на примере данной группы.
- получить собственный опыт работы в танце-терапевтической группе, а также танцевальной/двигательной импровизации и взаимодействия на невербальном уровне (знакомство с некоторыми методиками танцевальной композиции).

**Категория слушателей:** Эта программа предназначена для лиц, использующих и желающих познакомиться с методом танцевально-двигательной терапии.

**Продолжительность обучения:** 72 аудиторных часа

**Форма обучения:** очная, без отрыва от работы

**Режим занятий:** 10 академ. часов в неделю

**Документ об образовании:** удостоверение о повышении квалификации

Слушатель, успешно освоивший программу повышения квалификации, должен обладать следующими компетенциями:

### **Общекультурные компетенции:**

способностью и готовностью к:

- пониманию значения гуманистических ценностей для сохранения и развития современной цивилизации; совершенствованию и развитию общества на принципах гуманизма, свободы и демократии (ОК-1);
- использованию системы и методов, необходимых для решения типовых задач в различных областях профессиональной практики (ОК-4);
- восприятию личности другого, эмпатии, установлению доверительного контакта и диалога, убеждению и поддержке людей (ОК-7).

### **Профессиональные компетенции:**

способностью и готовностью к:

- реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развития, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности (ПК-1);
- описанию структуры деятельности профессионала в рамках определенной сферы (психологического портрета профессионала) (ПК-3);
- осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-4).

**Научно-исследовательская деятельность:**

способностью и готовностью к:

- реализации базовых процедур анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях (ПК-13).

**Педагогическая деятельность:**

способностью и готовностью к:

- использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-18);
- просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества (ПК-20).

**Организационно-управленческая деятельность:**

способностью и готовностью к:

- реализации интерактивных методов, психологических технологий, ориентированных на личностный рост сотрудников и охрану здоровья индивидов и групп (ПК-23).

**План учебного процесса (тематический план)**

№№ п/п	Курсы	Трудоемкость в часах				
		Всего	Аудиторные занятия			Самост. работа
			Всего	Теоретическ ие семинары	Практ. (листан ционны е) занятия	
1	Креативный Танец и Развивающее Движение(КТРД). Введение.	15	10	5	5	5
2	Введение в Анализ движения Лабана и Двигательные Основы Бартенъефф.	15	10	5	5	5

3	Эмпирическая (экспериментальная) анатомия	20	10	4	6	10
4	Двигательное развитие - как основа для развития многообразия танцевальных и движенческих форм	14	10	2	8	4
5	Использование КТРД в работе с разными социальными группами: дети, взрослые, пожилые	20	10	2	8	10
6	Применение КТРД в профессиональной деятельности	40	20	2	18	20
	<b>ИТОГО:</b>	<b>124</b>	<b>70</b>	<b>20</b>	<b>50</b>	<b>54</b>
	Итоговый экзамен		2			
	<b>ИТОГО к изучению:</b>	<b>72 аудиторных часа</b>				

### Основные темы и модули программы.

#### Тема 1. Креативный танец и развивающее движение. Ведение

ТДТ как междисциплинарная область знания. Четыре источника возникновения ТДТ. Предмет ТДТ и основные понятия. Потеря контакта с телом (причины и способы) и ее последствия. Показания и ограничения к применению ТДТ в лечении невротических, пограничных и психотических расстройств личности.

#### Тема 2. Введение в Анализ движения Лабана и Двигательные Основы Бартенъефф.

Принцип психосоматического единства – как основа философии и методологии ТДТ. Четыре аспекта психосоматического единства: расслабление и напряжение, кинестетическая эмпатия, образ тела и выразительное движение. Психодинамическое видение двигательного развития индивида (стадии сепарации - индивидуации на соматическом

уровне). Основные понятия этики взаимодействия терапевта и клиента/пациента в ТДТ.

### **Тема 3. Эмпирическая (экспериментальная анатомия).**

Обсуждение основных постулатов ТДТ: тело и психика нераздельно взаимосвязаны и оказывают постоянное взаимное влияние друг на друга; танец как базовая коммуникация; холистический принцип во взаимодействии мыслей, чувств и действий; контакт с телом Vs контроль над телом; обращение к творческим ресурсам человека.

Рассмотрение основных задач ТДТ: достижение самоосознания путем исследования реакций тела и его действий; формирование безопасного пространства и терапевтических отношений; поиск более эффективных способов взаимодействия человека в окружающей его среде; поиск соответствия друг другу мыслей, чувств и действия для достижения целостности; восстановление диалога человека с самим собой, обучение пониманию языка своего тела; развитие способности использовать движение и танец для выражения полного спектра чувств, чтобы находить конструктивные способы отношения со своими чувствами без отрицания и подавления. Танцевально двигательная психотерапия как фундаментальный метод развития самоуважения, самопринятия и глубинного доверия к себе и к жизненному процессу. Развитие постоянного контакта со своими жизненными ресурсами как глобальная задача ТДТ.

### **Тема 4. Двигательное развитие – как основа для развития многообразия танцевальных и двигательных форм.**

Основные принципы ведения ТДТ-групп: опора на тело и его действие, развитие межличностных отношений, направленность на самоосознавание через такие приемы работы как: кинестетическая эмпатия, трансформация движения в коммуникацию, развитие темы в действие, использование ритма, освобождение от напряжения, работа с рекуизитом. Знакомство с навыками структурирования группового процесса, установление и поддержание границ работы, определение и развитие групповых и индивидуальных тем, использование символического движения и интеграция вербального и невербального материала.

### **Тема 5. Использование КТРД в работе с разными социальными группами: дети, взрослые, пожилые.**

Обсуждение видов групповой работы, вопросы начала терапевтической работы и ее цели: установление границ работы, т.е. заключение контракта и создание доверительной и безопасной атмосферы в группе. Контакт – как контейнер терапевтического процесса. Знакомство через выразительное движение. Анализ выразительного движения.

## Тема 6. Применение КТРД в профессиональной деятельности

Обсуждение значения границ в индивидуальной и социальной жизни. Амбивалентность отношения к границам и ограничениям. Смысл границ на глубинном уровне: родительские установки (ограничения) и развитие Я-концепции. Формирование границ с позиций психодинамического развития. Кинесфера. Граница как ограничение и возможность.

### Учебно-методическое обеспечение краткосрочной программы повышения квалификации:

1. Альманах «Танцевальная импровизация. Теория, история, практика». Сост. Гиршон А. М. 1999
2. Аксеенко Е.В. «Танец как транскоммунитивное со-бытие» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=124>
3. Андреев П., Шувалова Н. «Метод музыкального движения и развитие сферы чувств личности» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=179>
4. Бартал Л. «Биографический очерк. Предложение воспринять тело как инструмент хождественного исследования и изменения» пер. Фалькова И. <http://www.girshon.ru/txt/bartal.htm>
5. Бебик М.А. «Танцевально-двигательная терапия с детьми». Журнал практической психологии и психоанализа, №1, 2005 <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20050114>
6. Бебик М.А. «История и основные принципы танце-двигательной терапии» <http://www.psyinst.ru/library.php?part=article&id=1204>
7. Бергмарк Й. «Буто – восстание тела в Японии и сюрреалистический способ движения» пер. Силантьевой Т. [http://www.girshon.ru/txt/sur\\_butoh.htm](http://www.girshon.ru/txt/sur_butoh.htm)
8. Бирюкова И. «Движение, которое развивает». Журнал «Мама, Папа, Я», № 9, 2010
9. Бирюкова И.В. «Танцевально-двигательная терапия: тело как зеркало души». Журнал практической психологии и психоанализа. М. №1-2 май 2001 <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20011221>
10. Бирюкова И., Буренкова Е. «Роль «осознанного чувствующего тела» в становлении танцевально-двигательного терапевта». Сборник статей II Международной научно-практической конференции «Психология телесности: теоретические и практические исследования». Пенза, 2009
11. Бреннан Р. «Метод Александера». Киев, 1997
12. Брук Э. «Контактная импровизация и ВМС» пер. Константинов А. <http://www.girshon.ru/txt/brook.htm>
13. Брукс Ч. «Чувственное осознание». М. 1997
14. Бурштейн А. «Мысли об импровизационном перформансе» пер. Радзиминской Л. <http://www.girshon.ru/txt/arie.htm>
15. Бутон Б. «Танцевальная терапия» <http://www.girshon.ru/txt/therapy.htm>
16. Варгас М. «Окраска моста Городские Ворота. 86 аспектов композиции» пер. Степанова Е. <http://www.girshon.ru/txt/compose.htm>
17. Гренлюнд Э., Оганесян Н.Ю. «Танцевальная терапия. Теория, методика, практика». Спб, 2005
18. Ломан Г. «Гармоничное развитие ребенка» М. 1996

21. Заржицкая О.М. «Социально-психологический анализ телесности: возможности и перспективы». Сборник статей II Международной научно-практической конференции «Психология телесности: теоретические и практические исследования». Пенза, 2009
22. Зенкевич И.С. «О системе движения Алексеевой» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=141>
23. Кейлоу Дж. «Тело в контексте феноменологии и исследования движения» пер. Гроздницкой М. <http://www.girshon.ru/txt/kaylo.htm>
24. Кео М. «Время вашей жизни» пер. Ламу М. <http://www.girshon.ru/txt/keogh.html>
25. Козлов В.В., Гиршон А.Е., Веремеенко Н.И. «Интегративная танцевально-двигательная терапия». М. 2005
26. Костевич В.С. «Психологические аспекты контемпорари (contemporary dance)» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=182>
27. Котеленко Е.Ю. «Проторенный путь». Журнал «Мама, Папа, Я», № 2-4, 2011
28. Кнастер М. «Мудрость тела». М. 2002
29. Кулагина И.Е. «Художественное движение (метод Л. Н. Алексеевой)». Учебное пособие. М. 2002
30. Лемьё А. «Контактная импровизация как средство танцевально-двигательной терапии» пер. Михеевой Е. <http://www.girshon.ru/txt/adwoa.htm>
31. Люмстен М. «Первый танец... и за пределами» пер. Анисимова Н. <http://www.girshon.ru/txt/firstdance.htm>
32. Люмстен М. «Танцевальная терапия и реабилитация» пер. Хомяк А. <http://www.girshon.ru/txt/lumsden.ht>
33. Маковеева О.С. «Морфо-функциональные изменения организма детей и их значение в жизнедеятельности человека». Сборник статей II Международной научно-практической конференции «Психология телесности: теоретические и практические исследования». Пенза, 2009
34. Медина Е. «давайте потанцуем!» <http://www.girshon.ru/txt/egoist.htm>
35. Мова Л.В. «Движение как возможность видеть глубину». Сборник статей VI научно-практическая конференция «Современный танцевально-двигательный психотерапевт: традиции и инновации в развитии Российской школы ТДТ». М. 2010
36. Мова Л.В. «К вопросу о значении развития движений ребенка в первый год жизни» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=130>
37. Мова Л.В. «Спонтанность и контакты, импровизация и композиция жизни» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=132>
38. Мозговая Н.Н. «Телесность как характерная составляющая личного пространства человека». Сборник статей II Международной научно-практической конференции «Психология телесности: теоретические и практические исследования». Пенза, 2009
39. Павлик Ю.Г. «Опыт формирования осознанно чувствующего тела: двигательные основы Бартениефф, введение в Лабан – анализ». Сборник статей VI научно-практическая конференция «Современный танцевально-

- двигательный психотерапевт: традиции и инновации в развитии Российской школы ТДТ». М. 2010
40. Пейн Х. «Танцевально-двигательная терапия» пер. Смирнова А. <http://www.girshon.ru/txt/payne.htm>
  41. Попадополус Н. «Танец, пересекающий границы» пер. Шаллан И. <http://www.girshon.ru/txt/borders.htm>
  42. Поставнева И. «Феноменология образа тела детей с физическими дефектами». Сборник статей II Международной научно-практической конференции «Психология телесности: теоретические и практические исследования». Пенза, 2009
  43. Рахманова А.Р. « Группы танцевальной импровизации babycontact для мам и малышей от 3 месяцев до 2 лет. Взгляд глазами психолога». Сборник статей VI научно-практическая конференция «Современный танцевально-двигательный психотерапевт: традиции и инновации в развитии Российской школы ТДТ». М. 2010
  44. Рахель А. «Интегративная двигательная телесная терапия» пер. Хмельницкая Э. <http://www.girshon.ru/txt/perzold.htm>
  45. Рахманова А.Р. «Терапевтический потенциал контактной импровизации» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=173>
  46. Рубина Е.Н. «Психотерапевтические возможности движения и танца при работе с детьми дошкольного возраста» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=161>
  47. Рубина Е.Н. «Рождённые в танце» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=119>
  48. Старк А. и Хендрикс К. «Танцевально-двигательная терапия». Пер. Бирюковой И.В. М. 1999
  49. Стоукс Б. «Удивительные малыши. Необходимое движение ребенка в первый год жизни». М. 2004
  50. Соколова Н. «Использование принципов движения джаз-модерн танца в танце-двигательной психотерапии» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=178>
  51. Сулима Ю.В. «Мой опыт работы с телом на занятиях танцами» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=170>
  52. Танцевально-двигательная терапия // Журнал практического психолога. Спец. выпуск. №3.2005. Или эти же статьи в Электронном журнале ИППиП. 2005. № 1 (<http://psyjournal.ru>)
  53. Тесля Е. «Танцующие в тесноте» <http://www.girshon.ru/txt/cosmo.htm>
  54. Ткачук М., Степаник И. «Анатомия». М. 2010
  55. Трунов Д.Г. «Феноменология телесной границы». Сборник статей II Международной научно-практической конференции «Психология телесности: теоретические и практические исследования». Пенза, 2009
  56. Уайтхаус М. «Дао тела» пер. Микитюк М. <http://www.girshon.ru/txt/taobody.htm>
  57. Уайтхаус М. «Опыт движения: сырой материал танца» пер. НикСт <http://www.girshon.ru/txt/ad3.htm>
  58. Уайтхаус М. «Танцевальное движение и бессознательное» пер. НикСт <http://www.girshon.ru/txt/ad4.htm>
  59. Фельденкрайз М. «Осознавание через движение». М-СПб, 2000



60. Фельденкрайз М. «Искусство движения. Уроки мастера». М. 2003
61. Ханнафорд К. «Мудрое движение». М. 1999
62. Хидзикакта Т. «Мой танец родился из грязи»  
[http://www.girshon.ru/txt/butoh\\_tazumi.htm](http://www.girshon.ru/txt/butoh_tazumi.htm)
63. Ходгсон Дж. «Мастерство движения: жизнь и работа Рудольфа Лабана» пер. Бурова В. <http://www.girshon.ru/txt/labam.htm>
64. Ходоров Д. «Танцевальная терапия и глубинная психология. Движущее воображение». М. 2009
65. Чайклин Ш. «Танцевально-двигательная терапия» пер. Санливанчук Т.  
<http://www.girshon.ru/txt/chaiklin.htm>
66. Чайклин Ш., Шмайс К. «Подход Чейс в танцевальной терапии». Журнал практической психологии и психоанализа. М. №1, 2005  
<http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20050107>
67. Чудина Е.А. «Исследование эмоций в процессе танцевально-двигательной терапии» <http://www.exat-edu.ru/page.php?id=140>
68. Шахар-Леви Й. «Базовая типология языка чувственного движения» пер. Юзефовского Б. [http://www.girshon.ru/txt/sur\\_butoh.htm](http://www.girshon.ru/txt/sur_butoh.htm)
69. Шкурко Т.А. «Танцевально-экспрессивный тренинг». Спб, 2003
70. Шпиц Р.А., Коблинер В.Г. Первый год жизни. М. 2000
71. Этинген Л.Н. «Мифологическая анатомия». М. 2001