

К ВОПРОСУ О ТЕРМИНОЛОГИИ В ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ

Оганесян Н.Ю. (Санкт-Петербург, Россия),
Мавлявиева Л.И. (Казань, Татарстан, Россия)

В статье обсуждаются такие понятия как «Танцевально-Двигательная терапия», «Танцевальная Терапия», «Танцевальная Психотерапия», «Танцевально-экспрессивный тренинг», «Танцевально-двигательный Тренинг личностного роста» используемые в средствах массовой информации и научных публикация. Дается интерпретация этих терминов с позиций Санкт-Петербургской школы танцевальной терапии

Oganesyan N.Yu., Mavlyavieva L.I. (St.Peteburg, Kazan, Russia). REVISITED DANCE THERAPY GLOSSOLOGY.

The following terms are discussed in the article: dance movement therapy, dance therapy, dance psychotherapy, dance expressive training, dance expressive training of personality development, which are widely used in mass media and scientific issues. These terms are interpreted from the Saint-Petersburg dance therapy school point of view.

В современном мире терминология имеет особенное значение в общении людей, являясь как источником получения информации, так и инструментом воплощения профессиональных задач. Обращение общественного сознания к личностному началу привело к интегрированию и взаимодействию наук и областей знаний, обмену ими понятиями и терминами, рождению новых граничащих названий. С введением в оборот новых терминов возникает потребность и необходимость в их изучении и уточнении.

Так, в средствах массовой информации, и особенно в сети Интернета сегодня достаточно часто звучат названия отдельных программ, предлагаемых психологической индустрией. Это «Танцевальная Терапия», «Танцевально-Двигательная терапия», «Танцевальная Психотерапия», «Танцевально-экспрессивный тренинг», «Танцевально-двигательный Тренинг личностного роста». Многие авторы научных публикаций употребляют эти термины, исключением не являются и авторы этих строк.

Однако, справедливости ради, необходимо заметить, что вопросы терминологии не являются просто абстрактной научной или чисто филологической проблемой. Игнорирование глубинного содержания, которое скрывается за внешне безобидными словесными клише, может привести к травмирующему опыту.

На одном из сайтов в Интернете можно прочесть такую рекламу - «Занятия по танцевальной терапии направлены на коррекцию фигуры, совершенствование осанки, развитие гибкости и эластичности опорно-двигательного аппарата, а так же пластичности и танцевальности». Хотелось бы спросить – «А причём тут – терапия?» и «Зачем использовать медицинский термин терапия, если это занятия хореографией?»

Еще пример в том же духе. В рекламе одного детского сада написано, что в нем проводятся занятия по танцевальной терапии, сказкотерапии, арттерапии и музыкальной терапии. Так много терапий одновременно на голову здоровых малышей! По нашему мнению, бездумное использование «брендов» дискредитирует метод, и что вполне естественно вызывает обоснованное раздражение в среде специалистов.

Любая научная дисциплина базируется на четком понятийном аппарате. Главное требование к языку науки - это ясность, не зависящая от личного опыта разных исследователей. А ясности наука добивается путем использования терминологии, так как термин всегда описывает строго определенное, единое для всех понятие.

Обращаясь к словам Э.Г. Эйдемиллера – «с терминологией нужно быть очень осторожными, необходимо расшифровывать каждый термин» [1], – мы, профессиональные танцевальные терапевты Санкт-Петербургской школы, считаем своим долгом вынести на обсуждение данную терминологию. Тем более, что от названия психотерапевтического или консультационного процесса во многом зависит правильное понимание работы конкретного специалиста, а в данном случае - танцевального терапевта.

Итак, «Танцевальная Терапия», «Танцевально-Двигательная терапия», «Танцевальная Психотерапия» - все это психотерапевтическое использование танца и движения как процесса, способствующего интеграции эмоционального и физического состояния личности.

Термин Танцевально-Двигательная Терапия (Dance-Movement Therapy) принятый в международном обращении в настоящее время уже достаточно широко известен и в нашей стране, хотя в медицинском и психологическом сообществе вызывает некоторое недоумение. Например, выпускники курса танцевальной терапии, продолжающие свое обучение в магистратуре или аспирантуре, испытывают трудности с формулировкой темы своего исследования, так как научные руководители недоумевают по поводу корректности использования терминов «танцевально-двигательная терапия», «танцевальная терапия» и др.

Можно наблюдать, что танцевальные терапевты, получившие профессиональное образование в ИДО РГПУ им. А.И. Герцена, в своих публикациях используют разную терминологию, связанную с терапией танцем. Этот выбор определяют разные обстоятельства: цель работы (терапия, консультирование, коррекция и т.д.); выбираемые танцевальным терапевтом средства (танец, движение, танцевальное упражнение и т.д.) и, конечно же субъект, на которого направлено действие (клиент, пациент, участник тренинга, а также его задачи и т.д.).

Преимущественное использование термина «танцевальная терапия» в нашей работе акцентирует внимание на то, что в данном виде специфической психотерапии главным является непосредственно танец. Исключая слово «двигательная», мы привлекаем внимание к тому, что если главным в психотерапевтической работе является всё-таки танец, то и термин должен быть адекватно акцентированным.

Слово «двигательная», в нашем понимании несет в себе смысловое значение приоритета работы с отдельным и конкретным движением. Например, когда в тера-

певтических целях необходимо усилить едва уловимое и почти невидимое движение, впоследствии приводящее к психотерапевтическому эффекту в виде катарсиса, инсайта, нового понимания или осознания человеком своей проблемы. Или в структуре танцевальной терапии большое место занимает лечебная гимнастика. Именно с этих позиций танцевальные терапевты Санкт-Петербургской школы называют профессиональное сообщество «Ассоциацией Танцевально-Двигательной Терапии» [3].

Следующий термин, на котором мы хотели бы остановить внимание, это «танцевальная психотерапия». Как известно, носить звание психотерапевта и заниматься психотерапией в нашей стране могут только врачи. Медицинские психологи вправе проводить психокоррекцию. Могут ли заниматься психотерапией социальные работники, хореографы, фитнес-тренеры и т.д., по наитию транслируя метод танцевальной терапии? По нашему мнению, позиционировать проведение танцевальной психотерапии могут исключительно врачи и медицинские психологи. Представители перечисленных выше профессий, не имеющих к тому же соответствующего образования и переподготовки, обязаны со всей ответственностью понимать суть психотерапии с помощью танца.

Принципы лечебного воздействия в танцевальной терапии такие же, как в психотерапии [2], а в частности это:

1) универсальность – участие в танцевально – терапевтической группе позволяет включиться в групповое взаимодействие на невербальном уровне;

2) акцентация (принятие) – эмоциональная поддержка группы в танцевальной терапии позволяет клиенту осознать особенности своего телесного поведения;

3) альтруизм – клиент, находящийся в танцевально-терапевтической группе имеет возможность не только получить поддержку, но и поддержать других, хотя в процессе жизни он может этого и не делать;

4) отреагирование собственных проблем и комплексов с помощью танца создаёт определённую основу для изменений;

5) самораскрытие (самоэксплорация): групповая и индивидуальная танцевальная терапия стимулирует откровенность, проявление скрытых желаний, эмоций, образов в танце. Которые позволяют отреагировать проблемы и комплексы клиентов на невербальном уровне, с обязательным, профессиональным вербальным подкреплением;

6) обратная связь, или конфронтация, или интеракция – эти реакции позволяют клиенту в невербальном (с помощью кинестетической эмпатии) и вербальном закреплении (в словесном отреагировании) понять, как его воспринимают другие люди;

7) инсайт (осознание) и катарсис – осознание пациентом/клиентом не осознаваемых прежде связей между особенностями своей личности и неадаптивными способами поведения, которые в танцевальной терапии можно получить гораздо быстрее, нежели в вербальной психотерапии, т.к. в процессе танца психологическая защита с помощью когнитивного отреагирования снимается легче;

8) коррективный эмоциональный опыт – интенсивное переживание актуальных отношений или ситуаций (когда прошлые забытые проблемы выходят на поверхность с помощью танца), благодаря которому происходит коррекция неправильного обобщения, сделанного на основе прошлых тяжёлых переживаний,

что происходит при помощи танца, как невербального способа эмоционального отреагирования;

9) проверка нового поведения (проверка реальности) – обучение новым способам поведения, в соответствии с осознанием старых неадаптивных стереотипов поведения постепенно про помощи танцевальных движений, проецируемых танцевальным терапевтом, танцевальной импровизации клиента/пациента осуществляется переход к приобретению новых способов взаимодействия, которые впоследствии корректируют поведение клиента/пациента в определённых ситуациях.

Таким образом, если содержание танцевально терапевтической сессии и как результат – изменения поведения или состояния клиента/пациента соответствуют изложенным выше параметрам, то можно говорить о том, что это танцевальная психотерапия [6].

В свою очередь, психотерапевты и медицинские психологи, не имеющие танцевальные навыки и опыт работы с телом и движением, затрудняются объяснить роль танца в процессе работы с клиентом/пациентом и его проблемой; применить элементы определенного танцевального стиля, несущие в себе психотерапевтический эффект. Так, мы выходим на обсуждение вопроса о компетенциях танцевального терапевта и требованиях к нему. Но это тема нашей следующей дискуссии. В рамках же данной статьи хотелось бы лишь заметить, что танцевальная терапия интегрирует в себе знания нескольких областей, а значит, предъявляет серьезные требования к исполняющим ее специалистам: это и теоретические знания; и хореографическая подготовка; и личный потенциал в виде высокой степени энергетико-эмоциональной эмпатии, когнитивного самоанализа и анализа спонтанно возникающих импровизированных ситуаций в танцевальном действии с клиентом, пациентом, респондентом, участником тренинга.

К нашему большому сожалению такой профессии как – танцевальный терапевт, а тем более, танцевальный психотерапевт, у нас в стране нет и видимо не скоро появится [4]. Поэтому заслуживают уважения усилия факультета психологии РГПУ им. А.И. Герцена по развитию и совершенствованию программы переподготовки по Танцевальной Терапии [5].

Психология, психотерапия, психиатрия как базовые науки, изучающие разные стороны психики и образующие своеобразный центр множества отделившихся от них дисциплин, смежные науки, несмотря на все различия, все же могут соприкоснуться в рамках единого исследования. Отдавая должное терминологии, заметим, что именно она выступает в качестве связующего звена между ними. Подобный факт обусловлен множеством причин, например, сложностью определения содержания понятий нормы и патологии в отношении психического состояния. Основной задачей психологии является изучение законов психической деятельности в ее развитии. Какая бы проблема или аспект, относящиеся к изучению человека, не были бы выбраны, последовательное их изучение, так или иначе, приводит к необходимости анализа круга явлений, определяемых как психические [7]. В этой связи отметим, что танцевально-экспрессивный тренинг, как пространство изучения и выявления социально-психологических и личностных особенностей участников, динамики их осознаваемых и неосознаваемых отношений к себе или к другому, представляет возможности использования танца в качестве средства диагностики, коррекции и упражнения.

Нам импонирует интерпретация термина «Танцевально-экспрессивный тренинг» предложенный Т.А. Шкурко. «Базовым представлением, лежащим в основе танце-

вально-экспрессивного тренинга ... является представление о танце как экспрессивной модели выражения личности, включенной в определенный социально-психологический контекст» [8].

«Танцевально-двигательный тренинг личностного роста» практически отличается от вербальных тренингов личностного роста только включением танца и некоторых техник танцевальной терапии. И направлен на те же цели что и «танцевально-экспрессивный тренинг».

Резюмируя необходимо отметить, что научная терминология не является чем-то застывшим, и развивается вместе с наукой. Логика развития научного знания ведет к тому, что на границах с психологическими науками формируется большое количество терминологических наименований. Танцевальная терапия как область научного знания и практика пока еще находится на стадии становления и самоопределения, а, следовательно, создание терминологического аппарата требует повышенного внимания.

Мы приглашаем к диалогу и дискуссии всех заинтересованных специалистов. Хотелось бы надеяться, что эта статья послужит предостережением от появления в Интернете непрофессиональных видеоматериалов с демонстрацией танцевальных импровизаций под заголовком «танцевальная терапия - психологический тренинг на импровизацию» и т.д. А также авторских текстов с отсутствием осознанной оценки особенностей применения танцевальной терапии, полнейшей путаницей в терминологии и непрофессионально искаженным цитированием уже изданных книг.

Литература

1. Эйдемиллер, Э.Г. Психотерапия как активная духовная практика, основанная на естественнонаучной и гуманитарной парадигмах. // Психотерапия № 10(82), 2009. - С. 29-35.
2. Оганесян, Н.Ю. Теоретико-методологические аспекты танцевальной терапии больных шизофренией. // Журнал ВАК. Вестник Санкт-Петербургского Университета, СПб., Сер 12., Вып. 2. Ч.1, 2009. - С.206-214.
3. Сайт Санкт-Петербургской Ассоциации танцевально-двигательной терапии [Электронный ресурс]// www.spbadmt.ru
4. Oganesyana, N.Yu. Dance therapy as form of communication activating psychotherapy for schizophrenic patients. Body, Movement and Dance in Psychotherapy Routledng Vol.3, No.2, September 2008, p. 97-107.
5. Сайт РГПУ им. А.И. Герцена. Программа профессиональной переподготовки по специальности «Танцевальная терапия» [Электронный ресурс] // www.herzen.spb.ru
6. Оганесян, Н.Ю. Влияние танцевальной терапии (групповых танцевальных импровизаций) на развитие невербальных коммуникаций больных шизофренией. // Психотерапия. – М., 2008, № 5 (65). - С.42–47.
7. Мавлявиева, Л.И. Танец как метод и условие развития творческих сил личности (в свете концепций Альфреда Адлера). // Журнал ВАК. Педагогическое образование и наука МАНПО. – Москва, 2009, № 5. - С.101-103.
8. Шкурко, Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. СПб: Речь, 2005. - 192с.