**ПРОЕКТ «Социальная коррекция дезадаптированной**

**личности средствами танцетерапии»**

Автор: Санникова Светлана Александровна,

педагог-организатор, педагог дополнительного образования.

ГККП «Дворовый клуб акимата города Костаная отдела образования акимата города Костаная»

Описание материала: Предлагаю вам проект для детей 10-12 лет по теме «Социальная коррекция дезадаптированной личности средствами танце- терапии». Работа рассчитана на 2 года.

Данный проект будет полезен педагогам-хореографам, психологам центров развития досуга (дворовые клубы, спортивные клубы и т.д.).

Этот проект направлен на оказание помощи в разрешении различных эмоциональных, межличностных проблем и повышение качества жизни, для достижения определённых изменений в состоянии и социальном поведении личности средствами танцетерапии.

"В танцевальной терапии, мы всегда имеем дело с выражением и преобразованием эмоций. Из наших основ танца мы знаем, что эмоции мотивируют и оформляют определенный способ нашего движения. Эмоция является, в одно, и тоже время, соматической и психической. Говоря о соматическом аспекте, я имею в виду телесные иннервации и экспрессивные физические действия. Под психическим аспектом я понимаю ассоциированные образы и идеи. В глубинах бессознательного именно эмоции являются посредником между областями тела и психики, инстинктом и духом".

Джоан Чодороу "Тело, психика и эмоции".

Жизнь – это царство красоты. В этом нас убеждают философы и поэты, художники и музыканты, танцоры и актёры. Но почему тогда в этой жизни человек так много страдает и мучается?

Бешеный ритм жизни, повседневный стресс, социально-экономические проблемы, проблемы в межличностных отношениях, чувство неуверенности в себе, чувство беспомощности перед трудностями жизни, страхи, тревоги за себя и близких и многое другое мешают личности полноценно развиваться, жить в гармонии с самим собой и с окружающими, в полной мере реализовать свои возможности. А представьте, как это дается детям – сиротам, людям с ограниченными возможностями, лицам, перенёсшим насилие, дезадаптированными людям.

**Проблема:**

* ухудшение психического и физического здоровья ребенка;
* неумение адаптироваться в окружающем нас мире;
* отсутствие методической литературы по вопросам социальной коррекции дезадаптированной личности;
* нехватка специалистов по данной проблеме.

**Цель:** обоснование и представление программы социальной коррекции дезадаптированной личности средствами танцетерапии.

**Задача:**

1. Ознакомление с методической литературой по вопросам социальной коррекции дезадаптированной личности средствами танцетерапии.
2. Изучение, в том числе путём разных видов экспериментов существующих аналогов техники и технологий социальной коррекции с помощью танцетерапии.
3. Анализ разновидностей и стилей социально – коррекционной работы, её компонентов и особенностей.
4. Синтез возможных моделей будущей деятельности по социальной коррекции дезадаптированной личности.
5. Оптимальная компоновка информационных моделей социальной коррекционной работы.
6. Формирование требований и рекомендаций по социальной коррекции дезадаптированной личности средствами танцетерапии.

**Объект проекта:** программа социальной коррекции средствами танце- терапии.

**Предмет проекта:** дезадаптированные дети, подверженные социальной коррекции.

**Гипотеза:** если создать условия для оказания своевременной помощи по социальной коррекции дезадаптированной личности средствами танце – терапии, то воспитание и развитие социально – неадаптированной личности будут иметь социально позитивную направленность, так как комплексная программа действий, возможно, даст более эффективный результат.

**Форма:** пространственно – средовая.

### *Основные принципы танцевально - двигательной терапии.*

Терапия с помощью танцев и движений, танцевально - двигательная терапия, одно из направлений телесно-ориентированной терапии, основывается на синтезе восточных гимнастик, современных методов работы с телом и извечной потребности человека танцевать и выражать себя посредством танца.

Корни танцевально - двигательной терапии восходят к древнейшим цивилизациям. Тысячелетия в разных культурах существовали ритуальные танцы для лечения больных.   
 В танцах можно увидеть духовную жизнь каждого народа. Танец выступает как сочетание физической, психической и эстетической деятельности. Например, индийский танец, в котором мельчайшее движение тела может многое рассказать.

Изучая историю культуры, мы видим, что танец был одним из способов жизни, общения, гармонизации человека. Традиционно считается, что душевная жизнь человека самым непосредственным образом связана с телом, с движениями. Терапией, которая объединяет в себе работу с телом, движениями и эмоциями, является танце - двигательная терапия. Одним из главных достоинств танце - двигательной терапии является ее преемственность традициям древнейших культур, с точки зрения понимания строения и роли движения в жизни человека и целостного подхода к телесному и психическому здоровью.   
 В 50-е - 60-е годы стали использовать танец в качестве терапевтического мероприятия для лечения эмоциональных расстройств.

Общими терапевтическими целями являлись: интеграция тела, ведущая к ощущению цельности, разделение группового и индивидуального выражения чувств, выражение эмоционального материала, включающего в себя конфликты, воспоминания и фантазии через символические действия.   
 Большое влияние на развитие танцевально - двигательной терапии оказала аналитическая психология К. Юнга. «Тело без души нам ни о чем не говорит, так же как - позволим себе встать на точку зрения души - душа ничего не может значить без тела...». На развитие танцевально - двигательной терапии повлияла так же психоаналитическая теория, в частности, взгляды Вильгельма Райха на характер человека, как защитный панцирь, сдерживающий инстинктивные проявления человека. Райх полагал, что каждое проявление характера имеет соответствующую ему физическую позу, и, что характер индивидуума выражается в его теле в виде мышечной ригидности и зажимов. По Райху, человек, освободившись с помощью специальных физических упражнений от мышечного панциря, познает свое тело, осознает свои внутренние побуждения и принимает их. Это ведет к развитию в человеке способности к саморегуляции и гармоничной жизни в соответствии с его глубинными стремлениями и чувствами, иначе говоря, к физическому и психологическому росту.

Совершенствование движений - лучший способ совершенствования. Почему? Есть следующие основания:   
1. Нервная система занята преимущественно движением.   
2. Качество движения легко различимо.   
3. Опыт движения наиболее богат.   
4. Способность к движению существенна для самооценки.   
5. Всякая мышечная деятельность - это движение.   
6. Движения отражают состояния нервной системы.   
7. Движение - основа сознания.   
8. Дыхание - это движение.   
9. Основа привычки - движение.

В современной культуре мы относимся к телу часто как к вещи, предмету. В танце двигательной терапии учат относиться к телу, как к эволюционирующему процессу. И еще важнейшее отличие танцевально -двигательной терапии от различных подходов работы с телом состоит в том, что здесь человек сам исследует себя, свои движения и развивается по собственному пути. Данная терапия больше интересуется тем, как движение чувствуется, чем тем, как оно выглядит.   
 Раньше танцевально - двигательная терапия применялась почти всегда к людям с тяжелыми нарушениями. Сегодня же - все больше ориентируется на работу со здоровыми людьми, имеющими психологические затруднения, с целью развития у них самопринятия, эффективного межличностного и группового взаимодействия, самоактуализации, интеграции частей Я. Поэтому все больший интерес приобретают именно социально-психологические аспекты танце - двигательной терапии.   
***Целями терапии являются****:* активизация тела для того, чтобы помочь человеку обнаружить полностью напряжения и конфликты, развить больше возможностей тела для получения опыта чувства телесной интеграции и координации. Основывается на идее о том, что осознанный телесный опыт благоприятствует и углубляет самосознание, что наиболее прямое выражение особенностей индивидуальности возможно через тело, что физический опыт действия мышц выступает как быстрый путь познания и получения опыта о себе, развивает Я - концепцию и способствует повышению самооценки.

***ТЕХНИКИ ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНОЙ ТЕРАПИИ***

Основные техники ТДТ вплетены в ткань общей танцевальной сессии и являются параллелями, интерпретациями известных терапевтических техник на языке движения и танца. Мы можем проследить несколько таких параллелей: присоединение по позе и дыханию в НЛП - присоединение по позе и движению («зеркало»); преувеличение, усиление чувства и его выражения в гештальт - терапии - оформление, преувеличение определенного движения в процессе танцевальной сессии, развитие темы в действие; работа с мышечными блоками и последовательностями сложно-координированных действий в телесно-ориентированной терапии - освобождение от напряжения, расширение диапазона движений в ТДТ и т.д.

Таким образом, можно сказать, что ТДТ, обладая примерно тем же арсеналом приемов, что и другие направления «новой волны» психотерапии, работает с ними на своем поле - в теле и движении.

Кроме техник приемов внутри ТДТ разработано множество техник-форматов (упражнений и форматов), которые могут быть легко включены в контекст многих тренингов. Это такие упражнения как «континуум» (в его многообразных российских вариантах), «аутентичное движение», контактная импровизация, «танец пешеходов» (pedestrian dance), «джаз тела» Габриэлы Рот и мн.др.

Для примера приведем процесс «Тропа танца» (Dancing Path), известный также как «Танец пяти движений». Авторство его принадлежит «городскому шаману» Габриэле Рот. Она выделила пять первичных ритмов движения, которые, по ее мнению, присутствуют во всех культурах и являются репрезентациями онтологических качеств.

1. **Flownig** - плавные, мягкие, округлые и текучие движения; движения «женской» энергии.

2. **Staccato** - резкие, сильные и четкие движения, «мужские» движения.

3. **Chaos** - хаотические движения.

4. **Lirical** - тонкие, изящные движения, «полет бабочки» или «падающего листа».

5. **Stillness** - движение в неподвижности, наблюдение за первичными импульсами движения, «пульсирующая статуя».

Для этого процесса существует специальная музыка, каждая стадия длится около пяти минут. Перед началом процесса проводится инструктаж, после процесса - проговор. «Танец пяти движений» рекомендуется проходить с закрытыми глазами, полностью отдаваясь, включаясь всем телом в каждый из ритмов.

Эти модальности или ритмы движения в контексте терапии и личностного исследования являются репрезентациями характеристик личности. У участника тренинга может быть неприятие определенных движений. В процессе работы выясняется, что именно ясное, яркое и четкое выражение своих желаний помогает изменить ситуацию. Источник силы часто находится там, куда нам страшно и непривычно идти.

Другим распространенным «черным пятном» являются хаотические движения, что не удивительно для заключенного в рамки многочисленных личностных и социальных стереотипов современного городского жителя. Яркость и непредсказуемость хаоса пугает, и нам становится ясно, насколько мы не привыкли и не имеем «отпускать» себя, насколько мы лишаем себя непосредственности и спонтанности.

В работе при применении «Танца пяти движений» можно предложить участникам тренинга, после процесса, ответить на несколько вопросов: какой их ритмов был наиболее приятным, а какой давался труднее всего; при каком движении вы занимали больше пространства, а какое могли выражать только в небольшом объеме и т.п. В целом это дает человеку достаточно ясную и перспективную диагностическую картину. Таким образом, эта техника может выполнять несколько функций:

* **Диагностическую** - человек обнаруживает «освоенные и неосвоенные» качества и то, как эта картина связана с его жизнью. Он может сделать осознанный выбор - освоить определенную зону своей жизни, до этого незнакомую или даже «запретную».
* **Тестовую** - если проводить эту технику в начале и в конце тренинга, то многие люди ясно воспринимают степень и качество наступивших личностных изменений.
* **Терапевтическую** - в сочетании с другими техниками осознания и трансформации «Тропа танца» позволяет человеку найти способы выражения себя, расширить диапазон реакций и форм взаимодействия. Кроме того, само по себе движение, к тому же наполненное личностными смыслами, оказывает положительное психофизиологическое действие.

Формат ТДТ позволяет проработать динамический аспект паттернов мышечного напряжения. Динамический аспект мышечного напряжения иногда трудно отреагировать иным способом, даже глубинная телесно-ориентированная работа не охватывает эту *последовательность* напряжений. С другой стороны, техники ТДТ предлагают определенные способы выхода и отреагирования подавленных комплексов, блоков, матриц и т.д. Способы простые и эффективные.

***ТРЕНИНГ ТДТ КАК ТРЕНИНГ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА***

Для ТДТ жизнь тела является зеркалом сознания. В процессе танца выражающее себя сознание выносит на поверхность, делает явным качество и специфику конфликтов личности, ее характерологические особенности. Различные категории движения - пространство, время, вес, течение (по Лабану) являются метафорами основных жизненных тем личности.

**Пространство -** как много места я позволяю себе занятьв жизни, в присутствии других людей? Насколько я чувствую «свое» пространство? Как я вхожу в пространство других людей? Какие зоны пространства мною освоены и используются, а какие - нет?

**Время** - какой ритм более органичен для меня? При каком ритме - быстром или медленном - я чувствую себя более уверенным, более осознанным, более испуганным? Могу ли я освоить разнообразие ритмов? и т. д.

**Вес** - насколько я чувствую свой вес? А - следовательно - опору, поддержку, связь с землей? Могу ли я доверить свой вес, свое тело в его взаимодействии с гравитацией другим людям?

**Течение** - насколько направлены мои движения? Насколько я могу «держать» цель, определенный ритм или стиль движения? Как часто и какие части тела «выпадают» из направленного движения? Как много неосознанного хаоса в моем теле?

Другие темы, легко исследуемые через ТДТ - контакт, доверие, лидер/ведомый, сопротивление, сотрудничество и т.д. Движение дает богатейший материал для метафор различных аспектов жизни. Проявленные в движении, в танце эти темы осознаются, вербализуются и проживаются тотальностью тела/сознания. Танец зачастую может быть безопасным, цивилизованным способом отреагирования и принятия социально и личностно табуированных эмоций. Тренинг ТДТ как тренинг личностного роста разворачивает эти темы, эти метафоры в танцевальное действие, в акт творческого выражения.

В нашей культуре неявно подразумевается, что танец - это либо профессиональное искусство, либо бесполезное развлечение. Вместе с тем, опыт показывает, что у многих людей есть мечта о танце, о свободном творческом выражении себя в движении. Танец является одной из скрытых, невоплощенных ценностей личности и занимает место в ряду других нереализованных ценностей. Когда люди, наконец, начинают танцевать, свободно двигаться, танец становится тропой, путеводной нитью в область нереализованных ценностей, желаний, невыраженных чувств. Тропой к творческому потенциалу человека. Осознавая танец, танцуя свободно и осознанно, человек делает шаг к принятию этой свободы и творчества в повседневной жизни.

|  |
| --- |
| В современной культуре во внутреннем, неосознанном определении танца существуют две противоречивые тенденции: с одной стороны, танец всегда ассоциируется со свободой выражения, раскрепощением, «полетом»; с другой – «уметь танцевать - значит, знать правильные движения». Это противоречие связано с все еще существующим противопоставлением двух различных тенденций внутри танца: импровизации и хореографии.  Естественно, что танец изначально рождается из импровизации, а хореография (исторически) появилась только тогда, когда возникла необходимость передачи определенного опыта, закодированного в танце. Естественный эволюционный источник импровизации - радость движения и игры. Естественный эволюционный источник хореографии - удовольствие от подражания и единства в движении. Импровизация изначально более индивидуалистична, а хореография основывается, если можно так выразиться, на "стадных инстинктах", значимость которых для человека очевидна.  В современной культуре среди профессионалов танца существует недоверие по отношению к импровизации, она приемлема лишь для социального танца («грязных танцев») и поиска новых движений, но не может быть сценическим жанром. Это недоверие выражается в том, что люди, получившие советское хореографическое образование в большинстве своем не только не умеют, но даже просто не могут импровизировать, что неоднократно наблюдалось на классах по импровизации. На мой взгляд, это недоверие основывается на нескольких «китах», один из которых - тоталитарное наследие, предполагающее недоверие личности самой себе. Поэтому индивидуалистическая культура Америки стала более «плодородной почвой» для развития импровизации (помните эмерсоновское «доверие самому себе»?). Другой «кит» менее очевиден и связан глубинными христианскими (провиденциальными) корнями европейской культуры.  Попробуем посмотреть на эти направления с разных позиций, чтобы более непредвзято определить их отношения друг с другом.  ***Импровизация и хореография с точки зрения зрителя***  Как это нестранно, во многих случаях для неискушенного зрителя нет особой разницы между импровизацией и современной хореографией - если и то, и другое он видит впервые. Синхронность движений в хореографии, разумеется, выше, но синхронность - только один из приемов, причем в современной хореографии отнюдь не самый любимый. Остальные «критерии» - как то сюжет, сложность движений и т.д. - или воспроизводимы в рамках импровизации, или необязательны и в рамках хореографии. Бывает неудачная хореография, бывает неудачная импровизация. Реально больше всего для зрителя «работает» внутреннее присутствие исполнителя на сцене, его энергия, его увлеченность, его «безупречность». В случае удачной импровизации «творимый» смысл, энергия самого творческого процесса может передаваться внимательному зрителю и вызывает сотворчество. В случае удачной хореографии изначальный замысел может соединяться с личным присутствием и энергией исполнителя и вызывает понимание и сочувствие.  ***Импровизация и хореография с точки зрения танцора***  Достаточно распространенное заблуждение - считать, что в отличие от хореографии, импровизация - это отсутствие школы и техники. На самом деле школа есть, но - другая, она работает на другом структурном уровне - это в первую очередь, техники релаксации и осознания тела, более тонкого чувствования внутренних сигналов, импульсов движения, чувствование партнера, пространства/времени как элементов, рождающих композицию. Если танцорам традиционных направлений нужно проводить много часов у станка, то импровизаторы, как говорила на своем классе Нина Мартин, "проводят много часов на полу, осознавая связи внутри тела".  Сложность техник импровизации равна сложности техники балета и модерна, но в каком-то смысле это действительно разные миры, которые можно совместить одному человеку, но гораздо труднее совмещать внутри школы или труппы.  Техника хореографии - это техника структурирования, построения мира из заранее заложенных, выделенных кирпичиков; техника импровизации - это скорее техника раскрытия, раскрытия потенциальных возможностей пустого пространства.  ***Импровизация и хореография как системы мировосприятия***  Хореография подразумевает «владение» телом, тело в этом случае является объектом, на который направлено действие. С этой точки зрения любая хореография выражает картезианскую парадигму субъектно-объектной разделённости, с непререкаемым превосходством субъекта. Именно внутри этой парадигмы родились все достижения научно-технического прогресса и лозунг «нельзя ждать милости от Природы...»  Импровизация предполагает сотворчество с телом, признание одинаковой значимости предварительно оформленных замыслов и опыта и сиюминутных импульсов. Для импровизации нужно чувствующее и «думающее» тело, причем способ этого мышления кардинально отличен от традиционного вербального дискурса. Такое «думающее тело» скорее присутствовало в древних культурах, основанных на парадигме «единства с Природой».  Хореография предполагает изначальную серьезность - мир, созданный по некоторому идеальному образцу; в импровизации мир еще не создан, он может стать любым (хотя это в какой-то мере иллюзия) и в импровизации чаще рефлексируется материал, из которого создается художественная реальность, при этом пародия нередко становится способом «отстранения», переузнавания мира.  Парадигма хореографии как имманентного видения мироустройства предполагает наличие в мире некоторого смысла, более того - Послания, которое можно понять и расшифровать, и в этом пересекается с миром теологии. Импровизация предполагает отсутствие изначального смысла, и танец становится способом создать (узнать его) или обнаружить его отсутствие. Оба варианта возможны, отсюда внутренний, метафизический риск импровизации. В этом импровизация близка мистическим поискам.  Глубинная психология говорит, что, если мы видим какое-либо непримиримое противоречие, то на более глубоком уровне мы можем обнаружить взаимодополняющий характер противоположностей. С моей точки зрения, импровизация и хореография - равноправные партнеры в танце, играющие разные, но одинаково важные роли. Современное развитие танцевальной культуры, когда импровизация все больше становится частью обучения танцоров и находит свое место среди других видов сценических искусств, доказывает это. |

**СТРУКТУРНАЯ МОДЕЛЬ**

**СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ**

**ПЕДАГОГ**

**Функции**

**Направления социально-педагогической коррекции и реабилитации**

**Целевые программы**

**Комплексные программы**

***Проектирование условий развития личности***

***Центр диагностики и адаптации***

***Центр развития досуга***

***Центр медико-психологической реабилитации***

***Детство, отрочество, юность***

***Посредничество организаций***

***Учитель, семья, среда среда среда***

***Исследование эффективности посредничества организаций***

***ОЭР***

**МОДЕЛЬ СОЦИАЛЬНО-КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ**

**Центры развития досуга (дворовые клубы, спортивные клубы и т.д.)**

**педагог-хореограф, психолог**

**Психотерапевтические приемы работы**

**Арттерапия**

**Танце-**

**терапия**

***Повышение уровня психологического здоровья***

***Оптимизация внутрисемейных отношений***

***Информация о потенциальных возможностях личности***

***Обретение уверенности в себе***

***Содействие и адаптация к новым условиям***

***Ориентирование на само-реабилитацию личности и семьи***

**Теоретическое обоснование :**

Предлагаемая в проекте структурная модель социально-педагогической службы раскрывает работу педагога, направленную на социально-педагогическую коррекцию и реабилитацию дезадаптированной личности.

Коррекционная работа несёт в себе следующие **функции;**

* восстановительную, предполагающую восстановление тех положительных качеств, которые преобладали у ребенка до появления проблем с адаптацией;
* компенсирующую, заключающуюся в формировании у ребенка стремления компенсировать тот или иной недостаток успехом в интересующей его деятельности (в спорте, труде, творчестве);
* стимулирующую, направленную на активизацию позитивно общественной деятельности ребенка; она осуществляется по средствам осуждения или одобрения, то есть небезразличного, эмоционального отношения к личности ребенка, его поступкам;
* исправительную, связанную с исправлением отрицательных качеств ребенка, и предполагающую применение разнообразных методов (поощрение, убеждение, пример и т.д.).

Социально - дезадаптированная личность нуждается в социально – педагогической коррекции и реабилитации. Мы рассматриваем основные направления этой деятельности:

* организацию социально - педагогического контроля за условиями воспитания и поведением ребёнка;
* социально-педагогическую поддержку тех, кто испытывает затруднения из-за неблагоприятной обстановки в семье; предупреждение и пресечение всевозможных отклонений в поведении, когда социальная неприспособленность ребенка требует использования определенных санкций к нему самому или лицам, занятым его воспитанием;
* координация отношений ребенка с классным коллективом;
* оздоровление.

Что бы рассмотреть причины проблемы дезадаптации мы должны обратиться к условиям развития личности ребенка.

Все, с чем соприкасается ребенок с рождения, оказывает влияние на формирование его личности. Не отрицая определенного влияния на формирование личности наследственных задатков, педагогика предает первостепенное значение воспитанию человека. Поэтому причины возникновения отклонений в поведении ребенка следует искать, в условиях его воспитания и среде пребывания.

Отношения ребенка с окружающим миром претерпевают большие изменения. Первые его контакты – с матерью, с родителями, Сначала, чтобы удовлетворить его самые простые потребности, Затем социальные и, наконец социальные. Если в раннем возрасте ребенок ограничивается малым кругом (семья), то дальше этот круг расширяется.

В младшем возрасте, в связи с переходом к учению, главную роль начинают играть школьные факторы: не посильность требований, перегрузка учебными занятиями, отрицательная оценка результатов учения, методика негативного стимулирования обучения, поведения и т.д. Возникает дидактическая запущенность.

Как показывают наблюдения, поведения ребенка на девять десятых зависит от эмоционально нравственной атмосферы, которая складывается в семье и школе.

При наличии неблагоприятной ситуации развития в семье и школе затрагиваются все личностные структуры ребенка, начинают складываться дисгармонии психического развития ребенка, нарушаются процессы стимулирования сознания личности, тормозится развитие её субъективных свойств. В итоге ребенок оказывается социально дезадаптированным.

Нарушение адаптационных процессов влечет нарушение норм морали и права, асоциальные формы поведения, деформацию ценностных и социальных установок.

Исследуя эффективность посредничества организаций в направлении социальной коррекции, мы можем увидеть, что, к примеру, **центр диагностики и адаптации позволяет:**

* диагностировать и предупредить факторы отклоняющегося поведения;
* обеспечивает профессиональную и социальную коррекцию личности.

**Центр развития досуга (в том числе и дворовые клубы)** несёт в своей структуре формы работы, направленные на:

* психологическую адаптацию (вид деятельности, который доставляет удовольствие, снижает стресс);
* восстановление физического состояния;
* утверждение здорового образа жизни (спортивные клубы);
* самовоспитание личности (результат занятий в кружках, клубах, объединениях);
* духовное преображение личности (творчество, общественно полезное дело).

**Центр медико–психологической реабилитации** оказывает медицинскую и психологическую помощь.

Необходимо четко представлять, что эффективность социально – педагогической реабилитации достигается только при условии использования всего комплекса реабилитационных мер (медицинских, психических, профессиональных, социальных)

Одной из основных задач педагога - хореографа является опытно- экспериментальная работа по составлению целевых и комплексных программ, с цель эффективности коррекционной работы.

Во второй модели проекта представлена социально-коррекционная работа.

Работа проектируется в дворовых клубах. Хореограф ведёт работу совместно с психологом, применяя в своей работе психотерапевтические приемы.

Психотерапия - это забота о душевном равновесии человека, его настроении, чувствах. Психотерапевтическое воздействие на ребенка – это содействие его благоприятному состоянию. В результате психотерапевтического воздействия ребенок учится понимать и принимать себя, заботиться о себе, строить свой мир и отношения с окружающими на основе свободного выбора.

В настоящее время существует множество методик, техник и технологий психотерапии.

В данной модели используется один из методов арт-терапию (лечение творчеством). Акцент социальной коррекции сделан на танце - терапию.

**Целевая программа работы хореографа по социальной коррекции дезадаптированных детей средствами танцетерапии**

В наше время современная психотерапия переживает период небывалого взлёта. Сегодня, когда старые ориентиры жизни не оправдались, когда выстраданные надежды на возможность построения лучшего из миров пошатнулись и снова ушли в туманное будущее, люди хотят знать, как же им все-таки выжить в том буквально сумасшедшем мире, в котором они оказались волею судеб, и не просто выжить, но и ещё быть при этом хоть немного счастливым. Поэтому сегодня такой взрыв интереса ко всякого рода литературе, отвечающей на вопрос, в чём состоит искусство быть счастливым, как регулировать своё настроение и не поддаваться ударам судьбы. Поэтому такой большой интерес не только к традиционной психотерапии – аутотренингу и гипнозу, но и к нетрадиционным методам оздоровления, восточной философии и экстрасенсам.

Сегодняшняя психотерапия представляет собой разветвлённую сеть самых разнообразных направлений, среди которых за последнее время наибольший интереса завоевала арттерапия (терапия искусством). Наиболее значимыми факторами интереса к данному направлению являются ориентация арттерапии на присущий каждому человеку внутренний потенциал здоровья и силы, её акцент на естественном проявлении мыслей, чувств и настроений в творчестве, принятие человека таким, какой он есть, вместе со свойственными ему способами самоисцеления и гармонизации.

В определённой мере арттерапия выступает в качестве реального противовеса «технократическим» методам врачевания, образования, решения социальных противоречий. Интерес к арттерапевтическим методам отражает потребность современного человека в более естественных, комплексных способах гармонизации и развития, в которых главную роль играют разум и чувства, тело и дух, мужские и женские качества, способность к самонаблюдению и активному действию.

**Арттерапия** – группа методов, использующих воздействие тех или иных видов искусства (как процесс творчества, так и его результаты) на человека для оказания помощи в разрешении различных эмоциональных, межличностных проблем и повышения качества жизни, для достижения определённых изменений в состоянии и социальном поведении личности.

Как видно из определения арттерапия может использоваться при самом широком спектре нарушений, начиная с тяжелых форм детского церебрального паралича и хронических душевных заболеваний и кончая неврозами, так и для личностного роста, и практически каждый человек может участвовать в ней. Такая доступность и универсальность арттерапии и предопределяет главные преимущества этого психотерапевтического метода.

Вот некоторые из преимуществ арттерапевтических методов:

* Практически каждый человек (независимо от своего возраста, культурного опыта и социального положения) может участвовать в арттерапевтической работе, которая не требует от него каких-либо специальных способностей к танцам, актёрской деятельности, игре на инструменте или художественных навыков. Каждый, будучи ребёнком, рисовал, лепил, пел, играл и танцевал. Поэтому арт-терапия практически не имеет ограничений в использовании. Нет оснований говорить и о наличии каких-либо противопоказаний к участию тех или иных людей в арттерапевтическом процессе.
* Арттерапия является средством преимущественно невербального общения. Это делает её особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний. Символическая речь является одной из основ любого вида искусства, что позволяет человеку более точно выразить свои переживания, по-новому взглянуть на ситуацию и житейские проблемы и найти благодаря этому путь к их решению.
* Творческая деятельность является мощным средством сближения людей. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднении в налаживании контактов, в общении по поводу слишком сложного и деликатного предмета.
* Творческая деятельность во многих случаях позволяет обходить «цензуру сознания», поэтому предоставляет уникальную возможность для исследования неосознаваемых процессов, выражения и актуализации латентных идей и состояний, тех социальных ролей и форм поведения, которые находятся в «вытесненном» виде либо слабо проявлены в повседневной жизни.
* Арттерапия является средством свободного самовыражения и самопознания. Она имеет «инсайт - ориентированный» характер; предполагает атмосферу доверия, высокой терпимости и внимания к внутреннему миру человека.
* Продукты творческой активности являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для ретроспективной, динамической оценки состояния.
* Арттерапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию.

Арттерапия включает частные формы терапии творчеством, такие как собственно **арттерапия** через визуальное, пластическое искусство; **драмотерапия** – театральное искусство и ролевые игры**; музыкотерапия** через прослушивание и продуцирование ритма, музыки, голоса; **танцевально-двигательная терапия** и прочие.

**Концепция Арттерапия**

Основная цель арттерапии – гармонизация внутреннего мира человека, мобилизация творческого потенциала, внутренних механизмов саморегуляции и самоисцеления, раскрытие широкого спектра его возможностей и утверждения им своего индивидуально-неповторимого способа бытия в мире, «личностный рост». Не возможно охватить весь спектр задач, на решение которых направлена арттерапия, т.к. это связано с широким многообразием форм её реализации, а также особенностями контингента участников групп. И всё же выделяется ряд практических задач, которые дают возможность и позволяют:

* Стимулировать общую активность участников группы, в первую очередь познавательной и творческой;
* Развивать психические функции (речь, мышление, память и т.п.);
* Сформировать адекватную «Я - концепцию» и самооценку;
* Развить способности к полноценному социальному взаимодействию и навыки принятия решений;
* Восстанавливать психоэмоциональное состояние, психофизиологических процессов посредством соприкосновения с искусством;
* Выразить свои чувства, мысли и переживания во внешней форме;
* Понять и разобраться в том, что происходит в своём внутреннем мире;
* Удовлетворить потребность в общении с другими людьми через продукт своей деятельности;
* Познавать окружающий мир через символизацию его в особой форме (в виде рисунков, сказок, танцев, ролевых исполнений и т.д.);
* Наблюдать результаты своих действий и их влияние на окружающих;
* Осваивать новые роли и проявлять скрытые качества личности, а также наблюдать, как модификация ролевого поведения влияет на взаимоотношение с окружающими.

Частные задачи зависят от возраста, характера нарушений (при их наличии), индивидуальных особенностей, а также от условий организации арттерапевтического процесса.

**Вопросы организации арттерапевтической работы**

Арттерапевтический процесс может проходить как индивидуально, так и в групповом режиме. Занятия проводятся 1-2 раза в неделю, по продолжительности занимают не более полутора часов. При групповой работе желательно чтобы количество участников не превышало 6-8 человек, т.к. при большем количестве возникают определённые сложности, связанные с тем, что невозможно оказать внимание каждому участнику и полноценно контролировать ход работы, увеличивается заключительный этап занятия. Структура занятия состоит из трёх этапов: разминка/введение (20 % от всей продолжительности занятия), основная работа/творческий процесс (40 %) и заключительный этап – обратная связь/шеринг (40%).

На первом этапе работы обычно проходит рефлексия предыдущего занятия, настрой участников группы на активную работу, введение в тематику занятия, проводится упражнение или игра, направленная на снятие психоэмоционального напряжения (как правило, на первых занятиях).

На этапе втором этапе совершается основная часть работы, т.е. сам творческий акт и/или творческое взаимодействие? В зависимости от того индивидуальная ли это работа, парная или коллективная. Функции ведущего при этом заключаются в создании безопасного для участников группы пространства и в случае необходимости (когда, например, дети проявляют растерянность, психическое напряжение или агрессивные тенденции) в мягком структурировании и организации их деятельности. Директивность ведущего может мешать формированию у участников группы ощущения творческой свободы и безопасности, поэтому иногда можно занимать в отношениях с участниками группы позицию «ведомого» и даже вступать в игровое взаимодействие с детьми, не пытаясь, однако, перехватывать у них инициативу. Благодаря спонтанной игре и творческой активности в контексте группы, детям часто удаётся отреагировать травматический опыт и установить над ним определённую степень контроля.

На заключительном этапе проводится обсуждение.

Обратимся, непосредственно, к **танцевально - двигательной терапии (ТДТ)**

ТДТ - это целенаправленное использование любых аспектов танца для помощи в физической и психической интеграции личности.

Целью ТДТ является развитие и изменение системы отношений и взаимоотношений личности, которая конкретизируется в следующих задачах:

* Осознание участниками своего танцевально-экспрессивного репертуара, сопряжённого с определёнными паттернами межличностных отношений и отношений в группе;
* Развитие участниками репертуара межличностных отношений (как позитивных, так и негативных) за счёт расширения и развития танцевально-экспрессивного репертуара;
* Отреагирование участниками группы негативных чувств и отношений;
* Повышение спонтанности участников в выражении различных чувств и отношений;
* Стимулирование активности и инициативности в установлении и поддержании отношений;
* Возникновение общих позитивных чувств и взаимоотношений между участниками группы;
* Развитие способности к эмпатии и безоценочному принятию, чувствительности к разнообразным проявлениям личности другого человека;
* Актуализация и изменение отношений в группе, развитие членов группы как субъектов отношений, оптимизация социально-психологического климата.

Исходя из целей и задач ТДТ, она может быть применена, как в реальных группах с целью оптимизации социально-психологического климата, актуализации и изменения отношений, так и в формирующихся группах для создания благоприятного социально-психологического климата, сплочения членов группы, развития членов группы как субъектов отношений.

Кроме того, ТДТ может использоваться для специфического контингента с неразвитыми способностями рефлексии и выражения отношений, а также для детей с различными проблемами в области отношения к себе и межличностных отношений: проблемами детско-родительских, дружеских отношений, проблемами отсутствия близких эмоциональных отношений с другими и т.д.

Также ТДТ может быть полезна в психокоррекционной работе с детьми, у которых плохо развита речь, в связи с чем, существуют затруднения в дифференцировании собственных чувств и отношений к себе и другим.

**Основные методические приёмы ТДТ**

1. Индивидуальный спонтанный танец, отражающий уникальную индивидуальную манеру исполнителя;
2. Диадный танец, при исполнении которого участники получают опыт взаимодействия с совершенно разными с точки зрения темпераментных и характерологических свойств личностями, а также привычных для них паттернов близких эмоциональных отношений;
3. Групповой танец, при исполнении которого участники получают опыт множественного взаимодействия с другими и многократного отражения себя в других;
4. Групповой танец, который даёт участникам чувства принадлежности, сопричастности, общности, солидарности;
5. Кинетическая эмпатия даёт уникальный опыт «соприкосновения» с личностью другого через экспрессию, а также развивает способность к установлению и поддержанию отношений с другим человеком;
6. Ритмическая групповая активность. Совместное движение приводит к возникновению общих позитивных чувств участников;
7. Экспериментирование с движением и прикосновением;
8. Целенаправленный выбор темы танцевального взаимодействия;
9. Использование невербальных ритуалов начала и конца занятия;
10. Запуск разнообразных видов обратной связи.

**Программа тренинга с дезадаптированными детьми**

**Действия хореографа по социальной коррекции дезадаптированной личности с применением танцетерапии:**

1. Создание условий, без принуждения и опасностей, для исследования чувств развития самопонимания, самовыражения.
2. Даёт возможность обратиться к внутренним творческим способностям.
3. Расширяет диапазоны личного творческого опыта.

**Исследует:**

* **э**моциональное состояние;
* физическое состояние;
* способы коммуникации;
* социальное функционирование
* позитивные возможности
* способность совместной творческой деятельности.

***Занятие 1***

***Структура занятия:***

1 Разминка (введение)(20% от всей продолжительности). Рефлексия.

2.Основная работа. Творческий процесс.(40%) (Экспериментирование с различными движениями)

3.Заключительный этап (шеринг – 40%)

***Термины:*** Напряжение, сжатый блок, танцевально- экспрессивные стереотипы

***Место проведения:***танцевальный класс.

***Форма работы:***групповая

***Участники:***группа детей не более 8 человек и хореограф.

***Разновидность работы -*** тематически – ориентированная

***Технологии:*** поиск своего звука

***Терапевтический процесс:*** групповой процесс коррекции, спонтанное выражение своих чувств

***Ожидаемые результаты:*** групповая динамика снятия напряжения

**Ход занятия**

1. Обсуждение и выработка правил работы группы
2. Экскурс по истории танца.
3. Разработка и принятие ритуала открытия и закрытия занятия.
4. Разминка.
   1. Цель: снятие напряжения у участников, создание доброжелательной атмосферы и настроя на работу.
   2. Материалы: музыкальные записи разных стилей.
5. Поиск «своего» звука.
   1. Цель: снятие напряжения с зажатых блоков.
6. Упражнение «Паровоз».
   1. Цель: экспериментирование с различными движениями и межличностными позициями ведущего и ведомого; осознание своих танцевально-экспрессивных стереотипов.
   2. Материалы: музыкальная запись песенки «Голубой вагон».

***Занятие 2***

***Структура занятия:***

1.Разминка

2.Самопрезентация участников

3.Заключительная часть

***Термины:***Интерпретационные процессы, сопричастность

***Место проведения:*** танцевальный зал

***Форма работы:*** индивидуальная и групповая

***Участники:*** группа детей и хореограф

***Разновидность работы:*** структуированная

***Технологии:*** танцевальные упражнения

***Терапевтический процесс:*** групповой процесс коррекции, танце – терапия в пространстве

***Результаты:*** групповая динамика коррекции самоотношения.

**Ход занятия**

1. Разминка «танец отдельных частей тела».

Цель: разогрев участников; осознание и снятие мышечных зажимов; расширение экспрессивного репертуара.

Материалы: музыкальные записи разных стилей с чёткими ритмическими рисунками.

1. Упражнение «Кто Я?»

(Танец – визитная карточка)

Цель: самопрезентация участников; запуск интерпретационных процессов в группе; исследование самоотношения участниками группы.

Материалы: музыкальное сопровождение по выбору участников.

1. Ритуальные танцы Африки.

Цель: создание атмосферы единства, единения, сопричастности; раскрепощение зажатых блоков.

Материалы: барабан.

1. Упражнение «ищу друга».

Материалы: бумага, ручка.

***Занятие 3***

***Структура:***

Разминка

Дуэтная работа (паттерная)

Заключительная часть

***Термины:*** паттеры

***Место проведения:*** класс

***Форма работы:*** патеррная

***Участники: г***руппа детей, разделенная на пары, хореограф

***Разновидность работы:*** тематически - ориентированная

***Технологии:*** прослушивание музыки, рисование.

***Терапевтический процесс:*** вербальные и невербальные коммуникации

***Результаты:*** улучшение коммуникативных навыков

**Ход занятия**

* Разминка «Увеличительное стекло».

Цель: разогрев участников, интенсификация обратной связи.

Материалы: музыкальные записи разных стилей.

* Танец «Нарцисс и ручей».

Цель: осознание и принятие своего тела, чувств и отношения к партнёру.

Материалы: музыкальные записи разных стилей.

* Упражнение на развитие коммуникационных навыков «тёмное-светлое».

Цель: осознание наличие тени и её принятие.

Материалы: большой рулон бумаги, краски, фломастеры.

***Занятие 4***

***Структура:***

Разминка

Индивидуальная и коллективная работа

Заключительная связь

***Термины:*** актуализация

***Место проведения:*** зал

***Форма работы:*** индивидуальная и групповая

***Технологии:*** танцевальные упражнения

***Терапевтический процесс:*** вербальные и невербальные коммуникации

***Результаты:*** Групповая динамика умения адаптироваться в обществе

**Ход занятия**

1. Разминка «танец-загадка»

Цель: интенсификация обратной связи относительно особенностей экспрессий каждого участника группы; осознание своих экспрессивных особенностей, социально-психологических и личностных характеристик.

Материалы: музыкальное сопровождение по выбору участников.

1. Упражнение «танец вслепую».

Цель: актуализация системы отношений в группе; запуск интерпретационных процессов в группе; осознание участниками собственной системы отношений к себе, к другим, к миру.

Материалы: эстрадно-инструментальные и блюзовые композиции лирического плана, повязка на глаза.

***Занятие 5***

***Структура:***

Разминка

Танцевальные упражнения

Заключительная часть

***Термины:*** кинестетическая эмпатия

***Место проведения:*** зал

***Участники: г***руппа детей и хореограф

***Разновидность работы:*** патеррная

***Технологии:*** танцевальные упражнения

***Терапевтический процесс:*** коррекция межличностных отношений

***Результаты:*** групповая динамика эмпатического восприятия партнера

**Ход занятия**

* Разминка «Кинестетическая эмпатия».

Цель: эмпатическое принятие партнёра; взаимопонимание; развитие танцевально-экспрессивного репертуара участников.

Материалы: музыкальное сопровождение.

* Упражнение «Взаимоотношение».

Цель: осознание участниками собственных способов выражения различных межличностных отношений.

Материалы: медленная спокойная музыка.

***Занятие 6***

***Структура:***

Разминка

Танцевальные упражнения

Заключительная часть

***Термины:*** межличностное взаимодействие,

эмпатическое восприятие

***Место проведения:*** зал

***Форма работы:*** групповая

***Участники:*** группа и хореограф

***Разновидность работы:*** открытая

***Технологии:*** танцевальные упражнения

***Терапевтический процесс:*** коррекция психоэмоционального напряжения

***Результаты:*** групповая динамика эмпатического восприятия окружающих

**Ход занятия**

1. Разминка «Танец в кругу и зеркальное отображение».

Цель: разогрев участников, стимулирование межличностного взаимодействия, эмпатическое принятие.

Материалы: музыка разных стилей.

1. Упражнение «Древние танцы».

Цель: разрядка психоэмоционального напряжения, повышение групповой поддержки, принятия.

Материалы: записи майских ритуальных песнопений.

***Занятие 7***

***Структура:***

Разминка

Танцевальные упражнения

Заключительная часть

***Термины:*** самопознание, самопринятие

***Место проведения:*** зал

***Форма работы***: индивидуальная

***Участники:*** обучающиеся и хореограф

***Разновидность работы:*** тематически - ориентированная

***Технологии:*** танцевальные упражнения

***Терапевтический процесс:*** процесс индивидуального самопознания и

самовосприятия

***Результаты:*** групповая динамика улучшения процесса самовосприятия и самопознания

**Ход занятия**

* Разминка «Танец с самим собой».

Цель: осознание своих танцевально-экспрессивных особенностей. Самопознание, самовосприятие.

Материалы: тихая, спокойная музыка.

* Упражнение «Моё тело».

Цель: определить и ощутить в движении части тела и группы мышц, почувствовать напряжение в отдельных участках тела, добиться расслабления этих участков за счёт движений в установленном ритме.

Материалы: тихая, спокойная музыка.

***Занятие 8***

***Структура:***

Разминка

Экспериментирования с движениями

Заключительная часть

***Термины:*** архитепические переживания, сопричастность, межличностная

дистанция

***Участники:*** *гр*уппа детей и хореограф

***Разновидность работы:*** структуированная

***Технологии:*** танцевальные упражнения

***Терапевтический процесс:*** групповая коррекция межличностных отношений

***Результаты:*** *г*рупповая динамика, направленная на адаптацию

**Ход занятия**

* Разминка «Танец хоровод».

Цель: актуализация архитепических переживаний защищённости, сопричастности, повышение групповой сплочённости.

Материалы: народные хороводные мелодии.

* Экспериментирование с движением (по системе Р. Лабана)

Цель: осознание и расширение танцевально-экспрессивного репертуара, взаимопонимание и взаимодействие с другими; осознание структуры межличностных отношений в группе; исследование персонального пространства и межличностной дистанции.

Материалы: музыкальное сопровождение.

***Занятие 9***

***Структура:***

Разминка

Командные игры

Заключительная часть

***Термины:*** невербальное взаимодействие

***Место проведения:*** танцевальный зал

***Форма работы:*** групповая

***Участники: г***руппа детей и хореограф

***Разновидность работы:*** структуированная

***Технологии:*** игры

***Терапевтический процесс:***

повышение психоэмоционального тонуса, невербальные взаимодействия

***Результаты:*** Групповая динамика улучшения психоэмоционального тонуса

**Ход занятия**

* Разминка «Мои игрушки».

Цель: разогрев участников, повышение психоэмоционального тонуса, развитие воображения, невербального взаимодействия.

Материалы: музыка по выбору участников.

* Командные подвижные игры.

***Занятие 10***

***Структура:***

Разминка

Коллективный рисунок «Ковёр»

Заключительная часть

***Термины:*** самовыражение, самопознание

***Место проведения:*** кабинет

***Форма работы:*** групповая

***Участники: г***руппа ребят и хореограф

***Разновидность работы:*** структуированная

***Технологии:*** рисование

***Терапевтический процесс:*** процесс самовыражения и самопознания

***Результаты:*** динамика процесса свободного самовыражения и

самопознания

**Ход занятия**

1. Разминка «Движение на память».

Цель: разогрев участников; осознание и принятие группового опыта; взаимное принятие друг друга.

Материалы: музыкальное сопровождение.

1. Коллективный рисунок «Ковёр»

Цель: свободное самовыражение, развитие самопознания.

Материалы: большой рулон бумаги, изобразительные материалы.

***Примечание:*** после каждого упражнения или задания обязательно проводится обратная связь, обмен чувствами, ощущениями, мыслями, идеями и т.п., подводятся итоги.

**Глоссарий**

*Адаптация* – приспособление к изменяющимся условиям окружающей среды

*Актуализация* - это действие, связанное с извлечением усвоенного раннее материала из механизмов долговременной или кратковременной памяти, с цель дальнейшего использования самого материала

*Вербальный* - понятие, используемое в психологии для обозначения детонаций знаковых структур

*Воспитание* – процесс передачи новым поколениям общественно-исторического опыта

*Группа* – ограниченная в размерах общность людей , выделяемая из социального целого на основе определенных признаков

*Дезадаптация* – затруднённое, осложненное какими-либо факторами приспособление к меняющимся условиям

*Индивидуальность* – уникальное, неповторимое своеобразие личности

*Интерактивные методы воспитания* - модель открытого общения, развивающая у детей умение спорить, спорить и решать конфликты мирным путем

*Исследование* – целенаправленное и систематическое научное изучение какой – либо проблемы

*Кинестезии речевые* - сигналы – импульсы, идущие от органов рече-вербального аппарата в кору головного мозга

*Кинестезии ощущения* – мультиощущения кинетики, соматоположения тела субъекта

*Коррекция –* воздействия с целью исправления недостатков

*Интерпретация* – истолкование, объяснение

*Личность* – человек, обладающий сознанием, способный к познанию, общению и труду, к управлению своим поведением, деятельность и психическим развитием

*Метод* – способ действия или способ достижения какой-либо цели

*Паттерны* - парный

*Программа* – краткое систематическое изложение содержания какой–либо деятельности

*Проект* – предварительный текст, какого - либо документа; план, замысел

*Среда* – комплекс разнообразных внешних влияний

*Тренинг* – специальный тренировочный режим, тренировка; процесс получения умений и навыков в какой – либо области в следствии выполнения в определенном порядке заданий действий, игр.

*Шеринг* – обратная связь

*Экспрессия* - выразительность, яркое значительное проявление чувств, настроений, мыслей

*«Я»* - результат выделения человеком самого себя из окружающей среды.

**Список литературы:**

1. Копытин А.И. Практикум по арт-терапии. СПб.: Питер, 2000 г.
2. Уэлсби К. Часть целого: арт-терапия в школе. Исцеляющее искусство. Журнал арттерапии, № 2, 2000 г., с. 16–34.
3. Братвайт Т. Танец, театр и музыка в процессе арттерапии, 1998 г.
4. Куракина С.Н. Феномен танца. Ростов-на-Дону, 1994 г.
5. Лабунская В.А. Экспрессия человека: общение и межличностное познание, Ростов-на-Дону: Феникс, 1999 г.
6. Луговая Е.К. О невербальной форме общения в культуре/ Танец как язык и миф// Вестник МГУ. 1991 г., №3
7. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг, СПб: Речь, 2003 г.
8. Бебик М. «История и основные принципы танцевальной двигательной терапии/ Танцевально-двигательная терапия. Выпуск 2 М, 1997 г.
9. Старк А.Танцевально-двигательная терапия, Ярославль, 1994 г.