

педагогом для каждого конкретного ребенка с учетом его индивидуальных особенностей развития. От адекватности и правильности применяемых методов и приемов коррекционно-развивающей работы во многом зависит, насколько полно будут компенсированы негативные особенности развития ребенка с аутизмом, насколько мы сможем повысить качество его жизни, насколько успешными будут его социализация и адаптация в обществе.

#### *Библиографический список*

1. Коррекционная помощь детям с аутистическими нарушениями (с аутизмом): пособие для педагогов / И.В. Ковалец [и др.]; под ред. И.В. Ковалец, Т.Л. Лещинской. – Минск: Народная асвета, 2017. 159 с.
2. Айрес Э.Дж. Ребенок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития / Э. Дж. Айрес; [пер. с англ. Юлии Даре]. – М.: Теревинф, 2009. 272 с.
3. Вощенко Н.Д. Альтернативные способы коммуникации в работе с детьми с расстройством аутистического спектра / Н.Д. Вощенко // Сибирский вестник специального образования. 2015. №2 (15). С. 22-24.
4. Ихсанова С.В. Система диагностико-коррекционной работы с аутичными дошкольниками / С.В. Ихсанова. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. 208 с.
5. Питерс Т. Аутизм: от теоретического понимания к педагогическому воздействию: Книга для педагогов-дефектологов / Т. Питерс; пер. с англ. М.М. Щербаковой; под. науч. ред. Л.М. Шипицыной; Д.Н. Исаева. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. 240 с

## **ПРИМЕНЕНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ В КОМПЛЕКСНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО- ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА**

**Е.С. Пяткина**

*кандидат медицинских наук*

*директор ГАУ СО «Центр адаптации и реабилитации инвалидов», Саратов,  
Россия*

[cori64@mail.ru](mailto:cori64@mail.ru)

**Л.В. Шипова**

*кандидат психологических наук, доцент кафедры реабилитационных технологий в образовании на базе ГАУ СО «ЦАРИ», ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского», Саратов, Россия*

[larisashi@yandex.ru](mailto:larisashi@yandex.ru)

**Аннотация.** В статье рассматриваются возможности применения танцевальной терапии в комплексной реабилитации лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата в условиях реабилитационного центра. Представлены результаты изучения динамики психического развития лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата в процессе танцевальной терапии. Оценивается реабилитационный потенциал занятий танцевальной терапией.

**Ключевые слова:** танцевальная терапия, комплексная реабилитация, ограниченные возможности здоровья, нарушения опорно-двигательного аппарата.

## **THE USE OF DANCE THERAPY IN COMPLEX REHABILITATION INDIVIDUALS WITH DISORDERS OF THE MUSCULOSKELETAL SYSTEM**

**E.S. Pyatkina**

*PhD in Medical Sciences,*

*Director, Center of Adaptation and Rehabilitation of Disabled People, Saratov,*

*Russia*

[cori64@mail.ru](mailto:cori64@mail.ru)

**L.V. Shipova**

*PhD in Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Rehabilitation Technologies, Saratov State University, Saratov, Russia*

**Abstract.** The article discusses the possibility of dance therapy in the complex rehabilitation of persons with disorders of musculoskeletal system in the rehabilitation center. The results of the study of mental development dynamics of persons with disorders of the musculoskeletal system in the process of dance therapy are presented. The rehabilitation potential of dance therapy is assessed.

**Key words:** dance therapy, complex rehabilitation, limited health opportunities, disorders of the musculoskeletal system.

Изучение опыта теоретического и экспериментального изучения психологической реабилитации лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата с помощью танцевальной терапии позволило прийти к выводу, что данная проблема является одной из актуальных и недостаточно изученных проблем теории и практики специальной психологии [1]. Актуальность изучения применения танцевальной терапии в комплексной реабилитации лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата имеет большое значение для развития личности лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), формирования конструктивного взаимодействия в социуме, профилактики дезадаптивных проявлений [2].

Танцевальная терапия выступает в качестве метода психотерапии и психокоррекции, в котором тело является инструментом, а движение - процессом, помогающим клиенту пережить, распознать и выразить свои чувства и конфликты. Занятия танцетерапией помогают клиенту создавать позитивный образ собственного тела, развивать навыки общения, исследовать чувства. Танцевальная терапия базируется на предпосылке, что тело и психика взаимосвязаны, а телесные движения человека рассматриваются как отражение его внутренней психической жизни и взаимоотношений с окружающим миром [3].

Танцевальная терапия направлена на осознание членами группы собственного тела и возможностей его использования, повышении чувства

собственного достоинства у членов группы путем выработки у них более позитивного образа тела, формирование социальных навыков, развитие эмоциональной экспрессии, высвобождение подавляемых чувств и исследование скрытых конфликтов, которые могут быть источником психического напряжения, создание «магического кольца». Занятия в группе подразумевают совместную работу участников, игры и эксперименты с жестами, позами, движениями и другими невербальными формами общения. Все это в целом способствует приобретению участниками группового опыта, все компоненты которого на бессознательном уровне образуют замкнутый устойчивый комплекс - «магическое кольцо» [4]. Кроме указанных задач происходит повышение двигательной активности, осуществление коммуникативного тренинга и организация социотерапевтического общения, получение диагностического материала для анализа поведенческих стереотипов пациента и его самопознания, раскрепощение пациента, поиска аутентичных путей развития.

При реализации поставленных задач в танцевальной психотерапии применяются методические приемы использования спонтанного неструктурированного танца, целенаправленного выбора музыки (как руководителем группы, так и самими участниками), кинестетической эмпатии, ритмической синхронизации, экспериментирования с движением, работы с «мышечным панцирем»; обратной связи [3].

Специальными упражнениями танцевальной терапии являются свободное раскачивание, движения, требующие собранности и контроля над телом, чередование расслабления и собранности, связанных с дыхательным циклом, перемещение по помещению строго определенным образом.

Танцевальная терапия осуществляется поэтапно. На первом этапе занятий танцевальной терапией происходит разминка. Упражнения во время разминки имеют физический («разогрев»), психический (идентификация с чувствами) и социальный (установление контактов) аспекты. На этом этапе осуществляются спонтанные движения в свободной форме под поурри из разных мелодий. На

втором этапе происходит разработка общегрупповой темы, к примеру, темы «встреч и расставаний». На уровне движений могут «встречаться» и «расставаться» отдельные части тела, члены группы. Взаимодействию между членами группы могут способствовать встречи ладоней одного с локтями другого и др. На заключительном этапе занятия тема разрабатывается с использованием всего предоставленного группе пространства, при этом изменяется скорость движений и их последовательность [5].

Активное применение танцевальной терапии в качестве технологии психологической реабилитации осуществляется в государственном автономном учреждении Саратовской области «Центр адаптации и реабилитации инвалидов» (ГАУ СО «ЦАРИ»). Изначально для занятий в группу объединились 4 человека, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата и использующие кресло-коляску. Психологи учреждения отмечали значительные позитивные изменения у лиц с ОВЗ, в работе с которыми применялась танцевальная терапия. Занятия способствовали увеличению подвижности и снятию мышечного напряжения, повышению самооценки, расширению спектра социальных контактов. Получив хорошие результаты, специалисты учреждения объединили группу клиентов в танцевальную студию «Вдохновение». Несколько месяцев занятий с психологом и преподавателем танцев позволили достичь определенных успехов в социально-психологической реабилитации и адаптации клиентов центра [6].

Площадкой для выступления сначала стала сцена ГАУ СО «ЦАРИ». По мере нарабатываемого танцевального опыта и расширения репертуара, коллектив «Вдохновение» стали приглашать для выступления в другие учреждения. В 2013 году ансамбль стал победителем в номинации «ПАРАданс вместе» в открытом турнире по современным танцевальным направлениям «Экзерсис-профи». Это стало первым значимым достижением группы.

Танцевальный коллектив «Вдохновение» является интегрированным, он объединяет людей с инвалидностью и без нее на основе принципов равенства прав и возможностей, полноценного участия, отсутствия каких-либо

ограничений. В настоящее время в коллективе 9 человек с инвалидностью (8 на инвалидной коляске) и 9 человек без ограничений в здоровье (всего за время существования коллектива в нем участвовало более 20 человек без инвалидности и 12 человек с инвалидностью).

Взаимодействие лиц с ОВЗ со здоровыми оказывает психологическое воздействие, повышает самооценку лиц с ОВЗ, позволяет почувствовать включенность в общее дело. О том, что танцевальный коллектив живет и развивается, свидетельствуют его масштабные и амбициозные задачи: расширение танцевальной программы, привлечение в ансамбль новых участников, участие в российских и международных фестивалях и конкурсах. Руководит танцевальной студией старший преподаватель кафедры хореографии института искусств федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г.Чернышевского» А.А. Тимофеев.

С октября 2013 года коллектив достиг значительных успехов и неоднократно становился дипломантом и победителем городских, областных всероссийских и международных конкурсов:

- Открытый турнир по современным танцевальным направлениям «Экзерсис-профи» (г. Саратов, ноябрь 2013, лауреаты конкурса);
- Общероссийский интеграционный фестиваль творчества и спорта людей с инвалидностью «Парафест-2014. Весна в Сокольниках» (г. Москва, март 2014);
- II Международный благотворительный фестиваль Inclusive Dance (г. Москва, ноябрь 2014 );
- Фестиваль «ВМЕСТЕ» (г.Саратов, май 2015);
- Фестиваль военно-патриотического танца и песни «Во Имя Победы!» - 2015 (г.Саратов, май 2015, лауреаты 1 степени);
- III Международный благотворительный фестиваль Inclusive Dance (г. Москва, ноябрь 2015, лауреаты 1 степени);

- конкурс «Знаменитые имена Саратова», организованный «Радиола 103 FM» (г.Саратов, ноябрь 2015, лауреаты конкурса);
- Всероссийский фестиваль молодежного творчества «Я – Автор» (г. Москва, декабрь 2015);
- Всероссийский фестиваль современной пластики «Птицы» (г. Саратов, апрель 2016 г, лауреаты 1 степени);
- Всероссийский фестиваль-конкурс современной хореографии «Белый» (г. Саратов, ноябрь 2016 г, специальный диплом);
- Общероссийский интеграционный фестиваль творчества и спорта людей с инвалидностью «Парафест-2016» (г. Москва, октябрь 2016);
- Первые Международные Парадельфийские игры (г. Москва, ноябрь 2016г. –дуэт танцевальной студии Мурзаков Сергей, Козикова Ираида);
- VII Международном инклюзивном фестивале языков и культур «Искры Дружбы» (г. Саратов, ноябрь 2017 г, место в номинации «Лучший народный танец»);
- V Международный благотворительный фестиваль Inclusive Dance (г. Москва, октябрь 2017, 1 место в номинации «Эстрадный танец», 2 место «Современный танец»);
- Межрегиональном этапе VI Международного благотворительного танцевального фестиваля «Inclusive Dance Volga» (г. Саратов, июнь 2018) лауреаты:
  - номинация «Эстрадный танец – Коллективы». Диплом 3 степени;
  - номинация «Современный танец», возрастная категория «Молодежь и взрослые», Диплом 1 степени.

В ГАУ СО «ЦАРИ» было проведено эмпирическое исследование динамики психического развития лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата в результате применения танцевальной терапии в условиях реабилитационного центра. В исследовании приняли 7 участников танцевальной студии «Вдохновение» с нарушениями опорно-двигательного

аппарата. В ходе исследования применялись следующие методики: опросник «Самочувствие, активность, настроение» (САН), методика Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности», модификация восьмицветового теста Люшера, методика Дембо-Рубинштейн. Эмпирическое изучение динамики психического развития у лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата в результате занятий танцевальной терапией в условиях реабилитационного центра свидетельствует о повышении уровня самочувствия, активности и настроения, самооценки и уровня притязаний, снижении показателей ситуативной и личностной тревожности.

Применение танцевальной терапии как одного из важных направлений арттерапии имеет особое значение для развития личности, формирования коммуникативных качеств, расширения творческих возможностей лиц с ОВЗ. Важно, что использование арт-терапевтических технологий в условиях реабилитационного центра, в том числе и танцевальной терапии, может успешно применяться как в процессе проведения курсовой реабилитации, так и в ходе студийной и клубной работы, что обуславливает более длительный и устойчивый реабилитационный эффект.

Проведение эмпирического исследования позволило прийти к заключению, что психологическая реабилитация лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата с помощью танцевальной терапии является эффективной при углублении осознания членами группы собственного тела и возможностей его использования; повышении чувства собственного достоинства у членов группы путем выработки у них более позитивного образа тела; развитии социальных навыков посредством приобретения участниками соответствующего конструктивного опыта; обучении выражению собственных эмоций и чувств с помощью движений в танце.

#### *Библиографический список*

- 1 Вопросы специальной психологии / Шипова Л.В., Георгица Е.А., Георгица Н.В., Гринина Е.С., Бурмистрова Е.Д., Кухарчук О.В., Акименко А.К., Польская Н.А., Лысенко Е.М., Лысогорская М.В. Учебное пособие /



- Саратов: ИЦ «Наука», 2014. 99 с., 2009. 272 с.
- 2 Шипова, Л.В., Гринина, Е.С. Социализация и реабилитация в современном мире (итоги конференции) // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. 2017. Т. 6. № 4. С. 386-388.
  - 3 Пяткина Е.С., Гринина Е.С. Реабилитационный потенциал арт-терапевтических технологий в работе с лицами с ограниченными возможностями здоровья // Успехи современной науки и образования. 2017. №2. Т. 6. С. 19-23.
  - 4 Психотерапия в вопросах и ответах / Еремина Т.В., Рудзинская Т.Ф., Шипова Л.В. – Саратов: Изд-во «Наука», 2014. 99 с.
  - 5 Гренлюнд Э., Оганесян Н.Ю. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. СПб.: Речь, 2014. 288с.
  - 6 Пяткина Е.С., Шлыкова Е.В. Возможности реабилитационного центра в развитии инновационных технологий // Реабилитация, абилитация и социализация: междисциплинарный подход. Москва, 2016. С. 481-488.

## **ОПЫТ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ВОЛОНТЁРСКОГО ДВИЖЕНИЯ "АБИЛИМПИКС"**

**Т.Ф. Рудзинская**

*кандидат психологических наук, доцент кафедры логопедии и  
психолингвистики*

*ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный  
университет имени Н.Г. Чернышевского», г. Саратов, Россия*

[tanzilyaff@yandex.ru](mailto:tanzilyaff@yandex.ru)

**Аннотация.** Представлен теоретический анализ тенденций в развитии волонтерского движения «Абилимпикс». Рассмотрены истоки и современное состояние движения «Абилимпикс», основные составляющие инклюзивного общества. Приводится опыт работы волонтерского центра «Абилимпикс» СГУ имени Н.Г. Чернышевского по подготовке и сопровождению регионального