

ТАНЕЦ КАК СРЕДСТВО ГАРМОНИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Э.Р. Калимуллина, старший преподаватель
Казанский государственный институт культуры
(Россия, г. Казань)

DOI:10.24412/2500-1000-2022-6-1-68-71

Аннотация. В представленной работе проведен анализ танца как средства гармонизации личности. В статье описывается сам язык танца. Приведены примеры описания танца известными исследователями. Перечисляются функции ритма танца. Перечисляются 4 цели, на акценте, которых основаны различные направления танцевальной психотерапии. Исследованы вопросы влияния танца на развитие личности. Сделаны выводы, относительно пользы танца для духовного и психологического становления личности.

Ключевые слова: танец, гармонизация, личность, жизнь, искусство, изобразительное искусство.

Каждое ремесло видит конкретное пространство истинной реальности через свою конкретную картину и имеет свои конкретные законы. Прежде всего, стоит считать развлечением необыкновенный современный образный мир, справедливо запоминающийся своим расположением изобразительных и выразительных средств, что нормально лишь для нескольких видов рукоделия. То, что характерно для музыки, не так старо, как и стих. Однако ограничивающее человека прямое отражение, нормальное для широкого спектра выражений, действительно превращается в постижение их полисемии, их сути [1, с. 13].

Вселенная танца имеет свои законы отражения реальности. Она складывается не по строгому соответствию между жизнью и образным материалом, а по преданности аллегорическому и прекрасному впечатлению жизни. Танец, как никакое другое произведение искусства, не имеет ничего общего с натуралистическими тонкостями, обычной повседневной практикой или обыденным правдоподобием. Язык танца – это, самое главное, язык человеческих чувств. Если язык что-то передает, то развитие танца выразительно и лишь в сочетании с другими развитиями служит для передачи и раскрытия метафорической конструкции произведения в целом.

Спекуляция и полисемия танцевальной пластики требует уникального выразительного закона реального мира, заключа-

ющего в изящном обычае хореографической картины. Тайна воздействия танца заключается в его способности передавать человеческое напряжение, передавать чувство на высоких тонах, разбирать незначительное и легкое.

В эпоху верхнего палеолита движение в танце было разделено между людьми. Это произошло просто потому, что в соответствии с разделением труда эффективные движения прямо отождествлялись с определенными мужскими (например, сила) и женскими (например, плодовитость) характеристиками. Следовательно, танец превращается в демонстрацию как социальных, так и индивидуальных атрибутов человека.

Эта мысль великолепно изложена в работе известного немецкого исследователя К. Закса, автора ментального способа работы с танцем. По его мнению, "танец – это что угодно, но не дискретное развитие, однако развитие, сообщающее, что самое главное, квинтэссенцию личности".

Следовательно, согласно перспективе ментальной методологии, танец – это текст, воспринимаемый как прогрессия знаков, имеющих пространственно-мировое оформление и передающих данные о состоянии индивида, его особенностях и ментальности.

Таково правило "Нового танца" Дункан, который она характеризует как "развитие, безусловно передающее тело данного индивида и высказывания духа".

Несмотря на органические, социально-социальные и ментальные методологии, мысли о выходе на танцпол имеют огромное значение в писательстве. В свете осмысления танца как "уникального вида развития", сообщающего ритмы вселенной, самой жизни.

Танец – это сложная и запутанная особенность, которую необходимо воспринимать, объединяя природные и ментальные перспективы. Таким образом, танец характеризуется как:

1. своего рода невербальная терапия. С этой точки зрения, танец обладает следующими возможностями

а) Терапевтическая способность доставлять подавленные чувства, в том числе социально неблагоприятные.

б) Способность двигательной каденции артикуляции переизбытка энергии.

в) Как результат двух первых, способность к самоориентации.

2. неограниченное развитие человека, которое имеет пространственную и переходную конструкцию и передает все содержание личности, состояния и психики артиста.

Таким образом, согласно ментальной перспективе, танец является компонентом неограниченного невербального поведения человека и системой, которая запускает интерпретационный цикл в соответствие.

- Функция показа действующей восторженной артикуляции сообщника.

- Способность создавать картину соучастника танца.

- Способность показать отношения, складывающиеся между соучастниками, и их изменения.

3. социальная особенность, которая "отражает особо значимые ментально – пластические поля общества, социальные мыслительные процессы".

С этой точки зрения, как указывает К. Закс, исследование танца имеет исключительное значение в исследовании исторических предпосылок человеческих поворотов событий.

4. образ жизни и развития мира.

Психотерапевтический способ работы с танцем зависит от осмысления природных и социально – ментальных элементов тан-

ца и его роли в человеческом повороте событий. Таким образом, психотерапия танцем – это психическое взаимодействие, в котором подготовленные консультанты используют танец в качестве метода самоартикуляции и невербального общения на необычно спланированных встречах, направленных на формирование характера и отношений. Несмотря на то, что в литературе встречаются описания индивидуальной танцевальной психотерапии, особенность предполагаемого "кругового танца" и то, что опыт собраний включает вопросы респектабельности и отношений, чего не могут сделать одиночные встречи, до сих пор является излюбленной стратегией для групповой психотерапии [2, с. 55].

На сегодня три наиболее созданные школы танцевальной психотерапии – американская, британская и немецкая. Тем не менее, даже внутри этих трех регионов ассортимент танцевальной психотерапии не ограничен. Так, в американской и британской танцевальной психотерапии существуют как ментальные, так и не ментальные методики. Различие между этими методологиями заключается в их гипотетических установках. В этой ситуации акцент делается на исследовании познающей и бессознательной частей разума, что проявляется в развитии и танце.

Не ментальная склонность возникла из конкретных приземленных результатов, к которым пришли опытные художники за время реальной танцевальной коммуникации. Марион Чейз, одна из пионеров танцевальной психотерапии, представила две фундаментальные стратегии: "двигательное сострадание", которое включает в себя размышление о развитии партнера и его эмпатическое признание. Кроме того, "кодированное собирающее движение", которое она использует для анализа и изменения связей в парах и собраниях.

В новом докладе Бонни Микумс подробно описала взаимосвязи между "синхронизацией развития по каденции" и "сочувствием", а также между развитием нескольких людей и "общим признанием".

Специалисты считают, что использование каденционной синхронизации и адап-

тации как способа изменения связей отождествляется с пониманием "невербальной коммуникации" как курса "организации, управления и отправки программы невербального поведения" каждым из участников, а также с учетом социально-психологических и физиологических элементов настроения [3, с. 101].

Ритм имеет следующие функции

- Это способствует ритмической координации и сотрудничеству с другими людьми.

- Вызывание спонтанного движения.

- Он заряжает энергией скелетную и мышечную систему.

- Для снижения тревожности, сопротивления, напряжения и агрессии.

Тенденция в немецкой танцевальной психотерапии более однородна. Гуманистическая структурированная танцевальная терапия была разработана на основе концепции "Гуманистической структурной химии" Гюнтера Аммона. Эта концепция основана на позитивном определении бессознательного личности и на теории многомерной личности с интегрированными измерениями в здоровье и де интегрированными измерениями в болезни. По мнению Г. Аммона, целью является интеграция различных измерений личности [4, с. 11].

Рассмотрим также еще некоторые аспекты:

- Спонтанный танец человека, выражающий его внутреннее состояние.

- Общение через движения и тело партнера.

- Обратная связь с группой по окончании танца.

- Различные подходы в танцевальной терапии имеют тенденцию быть эклектичными, поскольку они не полностью интегрированы в теоретическую концепцию человека.

Однако у всех танцевальных психотерапевтов есть общее понимание этого понятия. Это то, что в литературе называют "базовым танцем". "Танец – это спонтанное преобразование внутреннего мира в движение, которое в процессе пробуждает творчество и возможность изменить старый образ жизни".

Ученые считают, что различные направления танцевальной психотерапии основаны на акценте на следующих четырех целях.

- Чтобы максимально подчеркнуть индивидуальность.

- Стимулировать творческое начало в личности.

- Катарсис, высвобождение подавленных эмоций и установок.

- Создание более позитивного образа тела для участников группы [5, с. 293].

Таким образом, танцы в современном мире с современным подходом многим полезны. Они способны выражать чувства оппонентов, способствуют излечению, и способствуют человеку стать более уверенным в себе с точки зрения психики, в нашем не легком времени.

Библиографический список

1. Бадью А. Малое руководство по инэстетике / пер. с фр. Д. Ардамацкой, А. Магуна. СПб.: Изд-во Европейского университета в Санкт-Петербурге, 2019. 156 с.
2. Герасимова И. А. Философское понимание танца // Вопросы философии. 2019. № 4. С. 50-63.
3. Костецкий В. В., Осинцева Н. В. ОРХНЕ1Е & ХАР1Е1Е: когда танец больше чем танец // Эстетическая антропология: коллективная монография / под ред. М. Н. Щербинина. Тюмень: Вектор Бук, 2017. 248 с.
4. Луговая Е. К. Философия танца. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2018. 128 с.
5. Никитин В. Ю. Танец как социокультурный феномен. Три лика Терпсихоры // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. 2019. № 6 (62). С. 292-298.

DANCE AS A MEANS OF PERSONAL HARMONIZATION

E.R. Kalimullina, *Senior Lecturer*
Kazan State Institute of Culture
(Russia, Kazan)

***Abstract.** In the presented work, the analysis of dance as a means of harmonizing personality is carried out. The article describes the language of dance itself. Examples of dance descriptions by famous researchers are given. The functions of the dance rhythm are listed. 4 goals are listed, on the emphasis of which various directions of dance psychotherapy are based. The questions of the influence of dance on the development of personality are investigated. Conclusions are drawn regarding the benefits of dance for the spiritual and psychological formation of personality.*

***Keywords:** dance, harmonization, personality, life, art, fine arts.*