



Психосоциальная терапия психозов и биполярных расстройств

ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ

ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ

В основе танцевальной терапии лежит осознание того, что танец как художественное средство использует движение для психофизической интеграции человека. Целью данной терапии является приведение человека в контакт с его чувствами и улучшение межличностных отношений, для чего используется музыка и другие средства. Одна из основных задач работы заключается в разделении телесных восприятий и телесных выражений, а также в расширении репертуара движений. Следующая цель танцевальной терапии состоит в том, чтобы научить пациента осознавать движения и выражать себя в движении, установить чувственно-двигательную взаимозависимость и таким образом раскрыть значение движения для дальнейшей жизни и развить целостное телесное, умственное и душевное восприятие. Ритуализированная последовательность действий создает ощущение постоянства. Таким образом пациенты приобретают большую уверенность и сноровку в своих движениях.

СПОРТИВНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ

методам, основанным на двигательной терапии, присуще предположение, что движение стимулирует общую активность. Она в свою очередь изменяет поведение и положительно влияет на физические функции организма

Спортивно-двигательная терапия ставит следующие цели:

- Индивидуально-личностные цели (улучшение восприятия реальности благодаря возможности заниматься повседневными делами, развитие и улучшение образа тела, самоактуализация через познание границ своего Я, повышение устойчивости к фрустрации и улучшение способности перерабатывать внешнюю информацию через преодоление неудач и конфликтов, и не в последнюю очередь улучшение физического самочувствия и пр.)
- Жизненные цели (получение образования и сохранение социальных отношений, активная организация досуга, соблюдение режима и пр.)
- Социальные цели (улучшение межличностного общения, социально-группового поведения, способности к социальной адаптации и интеграции и пр.)
- Физиологические цели (повышение физического состояния и координации движений, т.е. поддержание физической формы и сохранение моторных функций и пр.)
- Снижение побочных эффектов (улучшение чувства равновесия координация различных групп мышц и улучшение мелкой моторики и пр.)