

ТЕРАПИЯ ДВИЖЕНИЕМ. ПЛАСТИКО-КОГНИТИВНЫЙ ПОДХОД

Владимир Николаевич Никитин

Институт психологии и педагогики, г. Москва

Исследование содержания форм невербального выражения позволяет приблизиться к пониманию принципов и механизмов коррекции психического состояния человека. Анализ результатов научных исследований, посвященных изучению психологических аспектов движения, показывает, что современные телесно-ориентированные подходы в психотерапии, включая арт-терапию, опираются на ключевые позиции ведущих теорий движения:

- *Теория мимического движения объективной психологии* – Владимир Михайлович Бехтерев «Объективная психология» (1907–1912).
- *Феноменологическая теория* – Морис Мерло-Понти «Феноменология восприятия» (1945).
- *Нейрофизиологическая теория* – Николай Александрович Бернштейн «О построении движения» (1947).
- *Теория произвольных движений* – Александр Владимирович Запорожец «Развитие произвольных движений» (1960).
- *Нейропсихологическая теория* – Александр Романович Лурия «Высшие корковые функции человека» (1962).
- *Функциональная теория физиологической психологии* – Петер Милнер «Физиологическая психология» (1970)
- *Теория сервомеханизма* – Карл Прибрам «Языки мозга» (1970).
- *Теория биоэнергетической терапии* – Александр Лоуэн «Физическая динамика структуры характера» (1996).

В свою очередь, интерпретация теоретического и эмпирического материала, указанного в вышеперечисленных источниках литературы, позволяет выделить типы движения (по их форме образования), исследование которых наиболее полно представлено в работах М. Мерло-Понти.

Непроизвольное движение

- *Движение, построенное на безусловном рефлексе* – направлено на выживание человека в естественной среде.
- *Движение, построенное на условном рефлексе* – отражает адаптивные возможности индивидуума по встраиванию в окружающее его пространство.

Произвольное движение

- *Конкретное движение* – направлено на объект, которое находится во внимании индивидуума.
- *Абстрактное движение* – отражает эстетические и функциональные качества самого движения.

Однако, мы полагаем, что классификация движений по форме их образования не раскрывает содержание сущностных аспектов феномена действия, понимание смысла которого предопределяет эффект психотерапевтической работы. Исследованию генезиса формирования движения были посвящены экспериментальные и экспедиционные проекты, осуществленные автором в течение 20 лет в различных регионах Европы. По результатам работы защищены кандидатская и докторская диссертации, разработана теория пластико-когнитивной терапии – В. Н. Никитин «Онтология телесности» (2006).

Анализ существующих форм невербального выражения позволяет выделить по генезису и качеству выполнения следующие типы движения:

Рефлекторное движение

- *Симультанное движение* – вязкое, «тягучее» движение, спонтанно возникающее при перемещении человека в агрессивной среде, требующее максимального внимания и осторожности.
- *Сукцессивное движение* – «импульсивное» движение, связанное с реакцией на угрозу, осуществление которого достигается благодаря мобилизации воли, концентрации мышечных усилий.

Рефлективное движение

- *Трансгрессивное движение* – направлено на регуляцию психосоматического состояния посредством управления вниманием, дыханием, звуком (*техники трансового голосового звучания, китайская гимнастика - тайцзицюань*).
- *Висцеротональное движение* – интенциональное движение, направленное на коррекцию состояния внутренних систем и органов

посредством управления тонкой моторикой, регуляцией звукового резонанса (*этнофония, техника хатха-йоги - наули*).

- *Полимодалное движение* – сложное интегративное движение, направленное на развитие высших психических функций, осуществляемое посредством одномоментной регуляции различных по модальности, амплитуде, силе и качеству перемещений частей тела (*авторские техники движения*).

Исходя из представленной типологии, можно определить ведущие функции движения:

- *рефлекторная* – обеспечивает выживание человека вне контроля со стороны рационального сознания;
- *предметная* – действия субъекта направлены на взаимоотношение с объектным миром;
- *коммуникативная* – отражает характер протекания социальных отношений посредством невербальных форм коммуникаций;
- *формирующая* – указывает на механизмы образования и развития высших психических функций;
- *регуляторная* – говорит о возможности осознанной коррекции психического и соматического состояния человека;
- *эстетическая* – направлена на создание образа гармонично двигающегося субъекта;
- *трансцендентальная* – функция, обеспечивающая возможность познания человеком сущности бытия.

Понимание природы движения позволяет использовать знание о его функциях и формах выражения для осуществления психологической коррекции состояния души. Рассмотрим связь сознания с характером осуществления телесных действий, на примере апраксии. С точки зрения современных представлений, сложившихся в нейропсихологии, «апраксии» – это заболевание, связанное с поражением коркового уровня двигательных функциональных систем. В работах А. Р. Лурия и его учеников осуществлена классификация форм проявления апраксии.

Типология апраксий¹ (у больных с поражением левого полушария головного мозга):

- *Кинестетическая апраксия* – нарушение проприоцептивной кинестетической афферентации двигательного акта.
- *Пространственная апраксия* – расстройство зрительно-пространственных синтезов, нарушение пространственных представлений.
- *Кинетическая апраксия* – нарушение моделей

«автоматизации», последовательности, временной организации двигательных актов.

- *Регуляторная апраксия* – нарушение программы выполнения движения, потеря контроля за его выполнением, замена нужных движений моторными шаблонами и стереотипами, нарушение речевой регуляции двигательных актов.

В качестве примера феномена апраксии, обратимся к анализу генезиса конкретного движения, проведенного М. Мерло-Понти при исследовании форм проявления заболевания в «случае со Шнайдером» (Мерло-Понти, 1999, с. 143–150). Подчеркнем мысль о том, что апраксии определяются как нарушение целенаправленного действия при сохранении способности к осуществлению составляющих его движений. Согласно К. Ясперсу (1997, с. 226), «апраксия состоит в неспособности больного осуществлять движения, адекватные его представлению о цели... Его психическая жизнь не повреждена, и двигательная способность, ... не нарушена». Иначе говоря, «модель движения», координирующая его жестикуляцию, не работает.

Отметим, что апраксия Шнайдера проявлялась в его неспособности выполнять с закрытыми глазами движения, направленными не на конкретный предмет, а на свое тело. Исследуя характер поведения Шнайдера, М. Мерло-Понти различает и описывает три формы возможных движений: «показывать», «трогать», «хватать». В качестве начальной точки рассуждения приведем высказывание самого больного Шнайдера о сущности собственного движения: «В жизни, ... я воспринимаю движение как результат ситуации, последовательности самих событий; мы – я и мои движения – только, так сказать, звено в целостном развитии, и я с трудом представляю себе собственную инициативу ... Все идет само собой» (Мерло-Понти, 1999, с. 145). Иными словами, для Шнайдера движение выступает как форма его отношения со средой, с которой утеряна осознанная связь. Его тело, следуя ситуации среды, вбирая и отражая ее в своем бытии, находит в себе самой формы контакта с ней вне зависимости от суждений рационального «Я». Иначе говоря, рациональный характер отношений между субъектом и средой «утерян»; функцию интеграции индивидуума в мир объектов берет на себя тело, используя в качестве средства связи движение.

При этом Шнайдер способен был брать предметы без выполнения предварительных поисковых движений, на которые указывал терапевт. Однако, у него вызывало затруднение

¹ См. Основы нейропсихологии, 1973.

действие по означиванию частей своего тела, которые описывал врач. Определение местонахождения участков на теле осуществлялось после многочисленных предварительных поисковых действий. Анализируя поведение Шнайдера, М. Мерло-Понти усматривает в его движениях феноменологическое, а не объективное отношение к миру, которое определяется в пространстве бытия собственного тела. В реальной, а не в воображаемой ситуации, Шнайдер находит точную, адекватную условиям среды форму выполнения конкретного движения; его телесное пространство открыто ему для осознания только при выполнении акта «хватания», а не в процессе абстрактного восприятия. «Телесное пространство может быть дано мне в интенции захвата, не будучи дано в интенции познания», – отмечает М. Мерло-Понти (там же, с. 144).

Следует отметить, что тело филогенетически и онтогенетически *со-ориентировано* на требования реальной среды, наполненной предметными вещами, а не их фонтами; его действия *со-организованы* в соответствии с их значениями для решения конкретных задач. Тело обладает «знанием», необходимым для *со-существования* с объектами среды с целью раскрытия себя в ней. Оно сопоставляет свои возможности с условиями внешнего мира, к которому стремится и которому хочет принадлежать. Тело нуждается в средствах адаптации к условиям и требованиям изменяющейся среды как данности, определяющей формы его движений. Именно поэтому реальная среда для Шнайдера не является пространством его мысли; она дана ему через тело, посредством тела.

Таким образом, природа сохраняет за больным способность к телесному выживанию, ограничивая его возможности рационального познания. По-видимому, при апраксии тело берет на себя функции «субъекта», и уже телу, а не сознанию принадлежит мир. Именно поэтому при осуществлении Шнайдером предварительного поискового действия «в движении принимает участие *все тело* (курсив мой – В. Н.), и больной никогда не сводит его, как это сделал бы нормальный человек, к строго необходимым жестам. ... Вся операция происходит в пределах феноменального порядка, она не затрагивает объективного мира» (Мерло-Понти, 1999, с. 145–146). Говоря по иному, через конкретное движение субъект – Шнайдер вступает в контакт с миром, минуя контроль своего поведения со стороны рационального сознания.

Как отмечает М. Мерло-Понти (там же, с. 143), в отличие от конкретного движения,

посредством которого «берут», «схватывают», *абстрактное движение* выполняет иную функцию: оно «показывает», «указывает». Но «показывается» уже означенное, «указывается» нечто означаемое. Это означенное – означаемое есть воображаемая, представляемая, описываемая, но не воплощенная в материю абстрактная идея.

То, что является в воображении, не обладает завершенной целостной формой; конфигурация элементов формы складывается на основе представлений об их значении в процессе выполнения действия. То, что воплощается в движении – это не выражение напряжений тела, обуславливающих качество движения, – это представление субъекта о способе воплощения символической идеи и чувства. Целостность движения указывает на его интенциональную природу. Внимание субъекта связывает значения ощущений и чувств, смыслов и парадоксов с воображаемым действием.

Целостный образ действия выстраивается на основе архитектурных проявлений телесного и идеального, придающих движению характер пластической завершенности, эстетической ясности. Об архитектурной природе структуры двигательного акта говорят исследования семантических связей вербального знака и двигательного акта, проведенные А.Р. Лурия с учениками (Лурия, Виноградова, 1971). С точки зрения В. Ф. Петренко (1998, с. 10), «значение – это обобщенная идеальная модель объекта в сознании субъекта, в которой фиксированы существенные свойства объекта, выделенные в совокупной общественной деятельности».

В эксперименте А. Р. Лурия в качестве объекта выступали понятия, обозначающие музыкальные инструменты определенного семиотического класса (скрипка, мандолина). Предъявление данных понятий реципиентам сопровождалось отрицательным подкреплением (ударом электротока). Повторное прослушивание семантически близких по значению слов вызывало *оборонительную реакцию*, а понятия, которые опосредованно связаны с названиями инструментов (соната, концерт и т. п.), провоцировали *ориентировочную двигательную реакцию*. Слова, семантически не связанные с подкрепляемыми понятиями, не вызывали ни оборонительной, ни ориентировочной реакции.

Результаты представленного эксперимента позволяют осуществить диагностику психического состояния и уровня сознания реципиента по характеру телесного и эмоционально-чувственного реагирования на предъявляемый стимул:

- 1) здоровая психика – адекватная двигательная реакция отражает характер понимания семантических связей близких по значению понятий (скрипка – виолончель);
- 2) психические нарушения различной тяжести – реакция на вербальный раздражитель зависит от фонетической составляющей предъявляемых реципиенту слов (скрипка – скрепка), т. е. определяется характером их словесного выражения (тембр, темп, сила речи).

Следует отметить, что к абстрактному движению относятся телесные действия, не обращенные на объекты среды. Движение направляется не на объект, а на само себя. Оно само является предметом исследования со стороны выполняющего его субъекта. Иными словами, абстрактное движение осуществляется не в сторону предметного мира, а по отношению к «Я», которое его организует. В процессе его выполнения тело «переходит» из сферы актуального действия в пространство воображаемого.

Неспособность выполнять абстрактное движение, обнаруженная у больного Шнайдера (в работе М. Мерло-Понти), обусловлена его невозможностью определять самого себя для себя. Согласно Гольдштейну, «абстрактное движение и Zeigen (показывать) зависят от способности зрительного представления», в то время как конкретное движение по своей сути является раздражительным. В случае со Шнайдером, больной компенсирует скудость информации, получаемой посредством зрительного восприятия, активизацией кинестетических и тактильных способностей.²

Г. Гольдштейн делает вывод о том, что различие между конкретным и абстрактным движениями можно свести к различию между тактильным и зрительным типом восприятия. М. Мерло-Понти идет дальше: он связывает возможность выполнения абстрактного движения со способностью субъекта осуществлять «проекции» («вызыванию»), т. е. со способностью к представлению и фантазированию. Однако, в своих рассуждениях М. Мерло-Понти следует парадоксальной логике, отмечая: «... чтобы играть им (телом – В. Н.) по велению фантазии, чтобы

описывать в воздухе движение, определенное лишь словесной инструкцией... мне надлежит перевернуть естественное отношение тела и окружения» (Мерло-Понти, 1999, с. 154).

Мы придерживаемся иной точки зрения. В описанном случае субъектом действия выступает больной, транслятором вербальной инструкции – врач. Представления больного о форме движения не являются результатом его фантазий – они определяются установками врача. Не больной играет своим телом, так как оно не доступно ему в качестве объекта осознанного восприятия. Само тело, вне связи с его рациональным «Я», «продуцирует» движение.

Через призму исследования генезиса абстрактного движения открывается и содержание понятия «со-знание». *Со-знание* – это знание субъектом функций и качеств интенционируемого объекта в соположении со знанием себя. Исследуя формы проявления бытия и опираясь на получаемое знание, человек познает содержание собственного бытия. Познавая мир, он познает себя; познавая себя, он познает мир.

В реальной действительности индивид не отчуждает себя от среды, он слит с ней, получая информацию о ней и себе как посредством рационального мышления, так и благодаря телесному опыту, накапливаемому вне ведения ума. Это знание является со-знанием, так как оно соотносится с процессом самопознания. Не этим ли «со-знанием» обладает ребенок, встраивающийся, «врастающий» в среду, «открывая» ее для себя и «познавая» ее без участия рационального мышления? По-видимому, ребенок обладает «неосознанным» сознанием, тем, что Э. Вильянуэва (2006, с. 177) определял как «феноменально-сознание». Феноменально-сознание «образует типы или классы», обеспечивающие опознавание и означивание воспринимаемого объекта, феномена, впечатление от которого имеет устойчивый, единообразный характер.

Больной Шнайдер «со-знателен», так как его действия *со-отнесены* с условиями и требованиями среды, *со-положены* с ними. Сознание есть бытие в отношении вещи при посредстве тела; движения больного имеют условно-рефлекторную природу, их форма и качество определяется характером встраивания тела в пространство среды.

Согласно М. Мерло-Понти, каждое движение обладает своей «плотностью», является отражением процессов трансформации среды и адекватного присутствия в ней человека. Именно потому, что бытие человека представляет собой некое «дообъектное видение», оно отличается

² Апраксии отражают неспособность субъекта осуществлять движения, адекватные его представлению о цели. По мнению К. Ясперса (1997, с. 226), между механизмами апраксии и осознанным волевым импульсом существует целый спектр внесознательных функций, поэтому природа этого явления остается неясной.

от любого безличного процесса, от любой модальности вещи протяженной, равно как и от рационального мышления, от личного познания. «Дообъектное видение» – это форма неосознаваемого восприятия человеком мира, обеспечивающий ему возможность адекватного нахождения «здесь и сейчас» в том или ином состоянии сознания.

Согласно М. Мерло-Понти (1999, с. 116), бытие в мире есть «дообъектное видение», соединяющее «психическое» и «физиологическое», единство которых позволяет человеку проникать в глубину собственного «внутреннего мира». Данное допущение позволяет говорить о возможности открытия новых горизонтов познания психического, отражаемого в телесном опыте в процессе исследования субъектом самого себя.

По нашему мнению, представления М. Мерло-Понти о природе «дообъектного видения», по существу, схожи с метафизическими взглядами Патанджали на природу познания. Для Патанджали, человек наделен способностью внерассудочного восприятия мира: реальность предстает ему как бесконечная трансформация материи, плотность которой определяет характер ее оформления.

В процессе жизни человек обретает те свойства и качества, которые обеспечивают возможности его познания себя и мира. Именно это стремление к бесконечному развитию инициирует потребность к осуществлению различного типа движений, посредством которых субъект способен познать то, что является ему благодаря «дообъектному видению». Иначе говоря, скрытое некатегориальное знание обретает свою ясность для самого индивидуума в актах его движения. Определяя значение проявляемого знания для самого себя, он сам организывает и актуализирует пространство действия «дообъектного видения». Иначе говоря, в процессе телесного движения дообъектное знание становится объективным, а объектное действие направляет внимание «дообъектного видения». «Движение, которое надо совершить, предвосхищается без помощи представления, и это возможно лишь в том случае, если сознание определяется не как ясное полагание его объектов, но более широко – как соотнесение с объектом, ...как бытие в мире» (Мерло-Понти, 1999, с. 187).

Рассуждая о плотности мира, о возможности его дообъектного познания, М. Мерло-Понти указывает на доличностную причастность тела к всеобщей форме мира; роль рефлекса, как

сенсорно-моторного акта, не есть простая реакция тела на воздействие среды. М. Мерло-Понти видит в рефлексе проявление исключительно человеческого статуса; рефлекс в чистом виде обнаруживается лишь у человека, обладающего не только средой, но и миром, миром, который является основанием любой среды. При этом рефлекторный акт проявляется сильнее и ярче, чем с более сложными структурами сталкивается человек (там же, с. 115–116).

Рефлекторное «знание», по своей сути, является доопытным и находит эмпирическое подкрепление в процессе выявления отношения «Я» к внешнему миру. Человек отдергивает от огня руку быстрее, чем осознает и словесно означает акт своего телесного действия. В движении проявляется «знание» о формах и характере поведения человека в угрожающих его жизни ситуациях, которое обнаруживает себя в инстинктивном поведении.

В то же время человек научается совершать локомоции, удерживать и использовать предметы, осуществлять множество мелких телесных операций, не подкрепляемых в моменты их воплощения осознанными регуляциями. Эту функцию выполняет условный рефлекс, мгновенно «схватывающий» суть ситуации, «сопоставляющий» возможности, масштабы среды, потенциал и готовность к действию тела, «учитывающий» цели и мотивационные установки личности, которой принадлежит тело.

Подведем итоги сказанному. Бытие тела имманентно рефлекторно, оно пронизано «знанием» себя и форм сосуществования со средой. Триединство «рефлекс – действие – осознание» представляет собой спиралевидную модель познания мира, восходящую в каждом акте своего свершения к все более глубокому проникновению субъекта в себя. Рефлекторный модус становится основанием и для разворачивания осознаваемых конкретных и абстрактных движений человека.

Сплетенные воедино рефлекс, действие, осознание образуют феноменальное архитектурное поле для поступательного развития личности. В движении тело демонстрирует «понимание» и «знание» самого себя. Оно самополагает себя. Оно, одномоментно, несет в себе функции объекта и субъекта действия. Движение зарождается и в сфере мышления, и в сфере рефлекса; оно объектно и дообъектно одновременно. Его формы выражения определяются «дообъектным видением», которым с рождения наделен человек. Следовательно, движение представляет собой одну из форм выражения «дообъектного видения».

Далее остановимся на тех врожденных качествах движения, которые проявляет в критических ситуациях «дообъектное видение». Среди характеристик движения, имеющих диагностическое значение в терапевтической практике, можно выделить (по дихотомической шкале) следующие категории: «податливость – жесткость», «тяжесть – легкость», «пластичность – ригидность», «открытость – закрытость», «конкретность – абстрактность», «выразительность – безликость», «эстетичность – неэстетичность» и др.

- Качество «податливости» говорит о позитивном принятии субъектом мира, о его готовности к изменениям, о его способности чутко воспринимать и переживать «внешнее» и «внутреннее». Напротив, «жесткое» движение свидетельствует о психическом напряжении, агрессии, страхе. Оно отражает состояние «скованности» и психического, и телесного.
- «Тяжелое» движение скорее указывает на состояние фрустрации, меланхолии, на эмоциональную пустоту. Иное психическое состояние передает движение, которое воспринимается как «легкое»; переживающий чувство радости, вдохновения человек обретает качество «полетности», его движения – легкие, воздушные.
- «Пластичное» движение подобно волне, в нем состояния расслабления и напряжения уравновешены. Напротив, «ригидное» движение ассоциативно связывается с безжизненностью, в нем нет экспрессии, чувства.
- «Открытое» движение направлено во вне, к Другому, оно свидетельствует о желании встречи с новым. «Закрытое» движение есть форма защиты субъекта от внешнего мира, его недоверие к Другому.
- «Конкретное» движение связано с объектом, на который оно направлено. «Абстрактное» – с идеей, с потребностью самовыражения.
- «Выразительное» движение – экспрессивно, целостно, структурно. Напротив, незавершенное, деструктивное движение – безлико; оно не несет в себе представление об образе.
- «Эстетическое» движение формируется на основе представления и знания эталонов красоты существующих в той или иной социально-исторической формации; оно конгруэнтно, красиво как по отношению к исполняющему его субъекту, так и по отношению к Другому. «Неэстетическое» движение – «размазано»; его формы не соотнесены с индивидуальными особен-

ностями личности, с представлениями о гармонии.

Таким образом, характеристики движения раскрывают внутренний мир индивида, его чувства как по отношению к себе, так и по отношению к внешнему миру, к Другому. Движение рождается в человеке, в его «внутреннем пространстве» и проявляется во внешней по отношению к нему среде.

Понимание природы телесного действия, его связи с психической сферой предопределяет подходы и модели психокоррекционной работы, в которой ведущим инструментом психологического воздействия выступают функции и качества движения. Из существующих моделей коррекции и развития психомоторной сферы можно выделить следующие подходы:

- *Педагогическая* – физическая культура, спорт.
- *Клиническая* – лечебная физическая культура.
- *Психотерапевтическая* – телесно-ориентированная психотерапия, танцевально-двигательная терапия.
- *Эстетическая* – балет, танец, пантомима.
- *Пластико-когнитивная* – авторская методика В.Н. Никитина, направленная на исследование субъектом сенситивных и когнитивных качеств собственного движения.

В теории пластико-когнитивного подхода выдвигается тезис, согласно которому любой акт действия отражает степень осознания субъектом себя и ситуации, в которой происходит событие. Для любой формы действия характерен тот или иной уровень пластичности тела, который определяет тип действия и его продуктивность. **Пластичность** указывает на способность и стремление живого организма пребывать в состоянии динамического равновесия – в движении и в покое одновременно. Пластичным является человек, который свободен в выборе способов регуляции своих действий в зависимости от условий среды. Наряду с пластичностью, движение обладает качеством **когнитивности**, которое свидетельствует об уровне осознания субъектом собственного поведения.

Когнитивное движение характеризуется качествами полимодальности, полифункциональности, конгруэнтности. Точность и сложность его выполнения определяется способностью:

- к концентрации внимания,
- к объективации разнохарактерной информации о себе и среде,
- к выделению главного во второстепенном («фигуры на фоне»),

- к определению ведущих инвариантов восприятия (с точки зрения теории экологического восприятия Дж. Гибсона (1988))
- к «тонкой» чувствительности.

Сплав когнитивных и пластических способностей является основанием для продуктивного гармоничного действия человека, определяет эффективность форм его репрезентации и самореализации.

Исследование опыта терапии движением показало, что для понимания сущности движения необходима рефлексия его контекста, в пространстве которого разворачивается действие. С точки зрения В. Зигфрида, «контекст» определяется *«целостностью двигательной активности»*, в которой присутствует каждый элемент движения. В связи с этим В. Зигфрид выдвигает гипотезу, согласно которой «система, с которой танцоры соотносят свои действия, должна порождаться ими же самими...» (Зигфрид, 1995, с. 126).

Воспринимая абстрактные формы движения как культурно заданные, как продукт рационального мышления, не связанный с бытием вещей, но проявляющийся в бытии самого тела, человек воспроизводит абстрактную форму как законченное выражение своей субъективности. В движении субъект со-полагает себя, организуя в пространстве в процессе действия представляемый телесный образ, формируя его на проприорецептивном, мышечном уровне.

Решающую роль в выполнении движения играет психофизическое состояние индивидуума, уровень развития его высших психических функций. Исследователь танца Африки А. М. Дауэр свел все типовые рисунки движения к четырем категориям: расслабление, обособление, полицентричность, повторение (Daue, 1969, с. 517–526). Однако, данная классификация, по нашему мнению, не позволяет интерпретировать характер связей между телесными и когнитивными функциями. В своих исследованиях форм пластического движения для целей психотерапии мы описали стилевые типы движения. Градация стилей осуществляется по качеству и внешним формам репрезентации движения.

К типологическим стилям движения можно отнести:

- *«сукцессивное движение»* – движение, характеризующееся прерывистостью действия, импульсивностью выполнения;
- *«симультанное движение»* – движение, обладающее качествами текучести, вязкости, воспринимающееся как воздушное, иллюзорное, «глубинное»;
- *«буто»* – движение, формы которого разработаны на основе эстетических традиций Японии (театров ноо и кабуки); характеризуется качествами тягучести, тяжести, упругости;
- *«полимодальное движение»* – техники движения, разработанные автором с целью коррекции высших психических функций; обладает признаками полимодальности, полифункциональности. Это «умное» движение, отражающее способность человека одновременно управлять разными частями тела. Полимодальное движение развивает способность по концентрации внимания и воли на одновременной регуляции качественного состояния действия и на его пространственных характеристиках – положении частей тела, реализации его функций.

Каждый стиль движения связан с определенным физическим и психическим состоянием, характер его выполнения определяется когнитивными способностями, эстетическими установками. Все стили движения можно представить как феномены, принадлежащие к одному классу явлений. Каждый стиль, рождаясь в воображении, наделяется смыслом в координатах средового пространства и тела. Форма движения становится явной миру благодаря разворачиванию неявного для окружения, не осознаваемого самим субъектом, процесса структурирования образа действия в сфере «дообъектного видения».

Что же представляет собой феномен танца, используемого для решения психокоррекционных задач в танцевально-двигательной терапии? Рассмотрим танец как одну из форм выражения сущности человека. Танец представляет собой событие, в котором субъект осуществляет манипуляцию собственным телом и для самого себя, и для зрителя, если таковой присутствует при действии. Танцуя, человек «встраивает» свое тело в определенный ритм, темп, который изменяется по его воле и желанию. В танце сам субъект действия исследует формы выражения себя, своего тела, которое выступает в качестве и предмета, и средства познания. Танцор движется, потому что испытывает потребность в движении.

Но что мотивирует его к такой форме выражения себя? Ведь танец не более чем игра его воображения, воплощаемая в форме телесных движений, посредством которых он экспериментирует с телесными возможностями. Танцор, захваченный экспрессией движения, входит в измененное состояние сознания. Во время исполнения танца «внешнее» и «внутреннее»

образуют единое пространство самовыражения, проявляемое в эмоционально-чувственном и пространственном характере движения.

Актом свободной воли танцор определяет «границы», в которых организуется танец. В качестве «границ» танца выступают формы стилизации движения. Отношение к стилю у танцора двойное. С одной стороны, он творит в «границах» стиля, стремясь не выйти за его пределы. С другой, в «границах» принятой формы он ищет возможность выразить себя, он сознательно ограничивает себя в средствах самовыражения, с тем, чтобы удержать динамическую форму.

Для двигательной терапии необходимо понять, в каких отношениях в движении участвуют тело и сознание? Является ли тело лишь инструментом для исполнения танца, или же оно само выступает в качестве «субъекта» выражения? «Находиться в теле» значит «отчуждать» себя, то есть свое «Я», от собственного тела. Акт отчуждения позволяет наблюдать собственное тело как бы со стороны, благодаря чему тело становится объектом познания.

Танцуя, человек сознательно использует тело как инструмент для самовыражения. Посредством движения он выражает себя, познает границы собственных телесных возможностей. Танец является целью его деятельности, способом его телесного самопостижения и соположения со средой. Таким образом, тело выступает не только как средство самовыражения, но и как объект постижения. В то же время бытие тела в танце эмоционально и когнитивно определено; эмоционально-чувственная окрашенность движения придает ему силу выразительности, жизненности. В кульминационные моменты танца рассудок уступает свои права чувствам и интуиции, оставляя актуальным лишь бытие тела.

Участие тела в танце не детерминировано средовой необходимостью. Телесное событие выступает не только как пространство соположения индивида, но и как законченный образ, содержащий аффективное ядро, репрезентирующее «Я», и как объект постижения, в котором содержание танца отражает «внутреннюю необходимость» личности.

Танцуя, человек оказывается вне пространства дискурсивных отношений, становится «выше» их: танец является для него самоцелью, воплощением его представлений о силе и красоте. Красивые движения в танце – способ выражения особого чувства гармонии. Дисгармоничное тело порождает дисгармоничное движение. Осознаваемое человеком тело не может не быть

красивым и одухотворенным. Изысканное, красивое движение всегда есть нечто большее, чем отработанный двигательный стереотип. В пластике движения выражается сокровенное, сакральное, интимное, и именно поэтому движение притягивают взгляд.

Танцевать – значит осуществлять непрерывное преобразование, отмечает В. Зигфрид (1995, с. 152). Организация пространственно-временной структуры танца, подчинение ритму и темпу вовсе не означает подавление личностных чувств; объединяющая, «сплавающая роль танца» обеспечивает условия для нахождения новых форм репрезентаций. Чтобы быть выразительным в движении, танцор, оставаясь в пространстве ограничений, должен чувствовать себя свободным. Его выразительность – знак принятия системы личностных координат, в которых ему доступно управление собственным телом, создание посредством движения аутентичных пластических форм.

Но принятие личностью своего ограничения в танце невозможно, если оно не рассматривается ее как пространство *свободы*. Отношение к танцу складывается из отношения к эстетике его форм. Красивое, совершенное движение не может восприниматься как плод ограниченного сознания. Необходимо увидеть, усмотреть, интуитивно прочувствовать гармонию линий и форм танца, чтобы в движении обрести истинное чувство свободы. По-видимому, не понимание сущности выразительности делает телесные движения малопривлекательным предметом рефлексии и научного анализа. Так, в психоанализе выразительные движения, по-прежнему, рассматриваются как объектные феномены, не отражающие характер субъективных артикуляций и манифестаций (Хайгл-Эверс, Хайгл, Отт, Рюгер, 2001, с. 561).

Следует отметить, что спонтанный танец, используемый в практике двигательной терапии, не столь строг по форме, но совсем не прост по характеру исполнения. Здесь точность и сдержанность линий движения соединяется с экспрессией и пластикой тела; здесь нет завершенности и не видно границ для эксперимента с формой. Это пространство, в котором отражается индивидуальный мир танцора, способ его самовыражения, свободный от жестких границ стилизованной формы.

Танец, рожденный в сознании человека и «овеществленный» посредством движения его тела, является продуктом культуры, чувств и мысли. Представление образа движения совсем не означает создание новой формы.

Образ стилизованных форм, запечатленных в танцевальных техниках, оставляет глубокий след в бессознательной сфере психики, делая качество движения неактуальным для сознания. Такой танец не несет терапевтического содержания; движения выполняются механически, сознание схватывает только какие-то фрагменты, полутона формы. Осознания содержания движения происходит лишь при направленном внимании субъекта на само действие, на чувства, которые возникают при восприятии танца.

Применение танца в качестве психотерапевтического инструмента связано с рядом гносеологических вопросов. Общеизвестные формы танца, используемые в практике психотерапии, в действительности являются воспроизводимой копией, «симулякром», отражением сложившихся стереотипных представлений о гармонии и красоте движения. В таком танце индивидуальное, личностное «растворяется» в моделях и схемах привычного образа движения. Напротив, взгляд на танец как на пространство выражения «себя» в тех телесных формах, которые «зарождаются» в спонтанной игре воображения конкретной личности, определяет эффект терапевтической работы. Выразительный спонтанный танец – это своего рода «сплав» «моего» и «Другого», телесного и образного, естественного и стилизованного. В спонтанном движении субъект обретает истинную «индивидуализирующую сущность».

Таким образом, движение может быть представлено в качестве средства и способа самовыражения субъекта, формой его самооп-

ределения, признаком его свободы или зависимости. Терапия движением есть метод по раскрытию индивидуумом своей аутентичной природы, пространство освобождения от стереотипов клишированного сознания. В процессе игры с движением развивается способность к рефлексии, расширяется спектр ощущений и чувств, связанных с интеграцией телесного и психического, формируется навык по регуляции собственного состояния души и тела.

Литература

1. Вильянуэва Э., 2006, *Что такое психологические свойства? Метафизика психологии*. Москва.
2. Гибсон Дж., 1988, *Экологический подход к зрительному восприятию*. Москва.
3. Зигфрид В., 1995, Танец – искусство движения: красота как свойство поведения. *Красота и мозг. Биологические аспекты эстетики*. Москва.
4. Лурия А. Р., Виноградова О. С., 1971, Объективное исследование динамики семантических систем. *Семантическая структура слова*. Москва.
5. Мерло-Понти М., 1999, *Феноменология восприятия*. Санкт Петербург.
6. Никитин В. Н., 2006, *Онтология телесности*. Москва.
7. *Основы нейропсихологии*, 1973., Москва.
8. Петренко В. Ф., 1998, *Психосемантика сознания*. Москва.
9. Ясперс К., 1997, *Общая психопатология*. Москва.
10. Хайгл-Эверс А., Хайгл Ф., Отт Ю., Рюгер У., 2001, *Базисное руководство по психотерапии*. Санкт Петербург.
11. Dauer A. M., 1969, Zum Bewegungsverhalten afrikanischer Tänzer. *Research Film*, 6 (6).

MOVEMENT THERAPY. THE PLASTIC-COGNITIVE APPROACH

Vladimiras Nikitin

Summary

The article is considered to be an attempt to disclose the genesis and meaning of movement in psychotherapy. Exploring the nature of apraxia in “the situation with Schneider”, the role of imagination and reflection in forming a conscious movement is also presented in the article. Through architectonical links of bodily and ideal concepts the author builds and shows the integral image of movement. As a matter of fact the article proves the idea that trinity “reflection – action - consciousness” corresponds to a model of knowledge of the world. Analysis of characteristics and typological styles of movement has been carried out for the aims of therapeutic practice too.

Key words: apraxia, action, plastic movement, cognitive movement, typological styles of movement.