

<i>Введение</i>	9
ГЛАВА 1. ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНЫЕ МЕТОДЫ (ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ)	15
1.1. Танец как культурно-психологический феномен	16
1.1.1. Что такое танец?	16
1.1.2. Происхождение танца	17
1.1.3. Танец и ритуал	20
1.2. История танца	26
1.2.1. Первобытные танцы	26
1.2.2. Танцы Древнего Египта	36
1.2.3. Танцы античности	37
1.2.4. Танец в Средние века	41
1.2.5. Танец в эпоху Возрождения	44
1.2.6. Танцы XVI–XVIII вв.	47
1.2.7. Танцы XX в.	51
1.2.7.1. Социальные танцы	51
1.2.7.2. Возрождение тела	53
1.2.7.3. Эпоха модерна	55
1.2.7.4. Танец постмодерн	61
1.2.8. Неевропейские тенденции развития танца	67
1.2.9. Основные обобщения	76
1.3. Появление и развитие ТДТ за рубежом	78
1.4. ТДТ в России	96
1.5. Место танцевально-двигательной терапии в психотерапии ...	102

ГЛАВА 2. ИНТЕГРАТИВНАЯ ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ (ИТДТ)	105
2.1. Теоретические основы ИТДТ	106
2.1.1. Интегративная психология	106
2.1.2. Танец как интегративная базовая метафора	114
2.1.3. Танец как ресурсное (потокковое) состояние	125
2.1.4. ИТДТ и телесно-ориентированная терапия	136
2.1.5. Обоснование термина «ИТДТ»	146
2.2. Цели и принципы ИТДТ	151
2.2.1. Как «работает» ИТДТ?	151
2.2.2. Базовые механизмы ИТДТ	154
2.3. Формы и области работы ИТДТ	168
2.4. Виды и основные понятия ИТДТ	179
2.5. Социально-психологические характеристики и преимущества групповой формы в ИТДТ	199
2.6. Методологические особенности применения методов ИТДТ в групповой форме работы	209
2.6.1. Интегративная методология	209
2.6.2. Как мы понимаем интеграцию	227
2.6.3. Вербальная составляющая ИТДТ	231
2.6.4. Использование музыки	232
2.6.5. Способы интеграции опыта	234
 ГЛАВА 3. ПСИХОТЕХНОЛОГИИ ИНТЕГРАТИВНОЙ ТАНЦЕВАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНОЙ ТЕРАПИИ (ИТДТ)	 243
3.1. Упражнения-разминки	245
3.1.1. Body Jazz Габриэлы Рот (Gabrielle Roth)	245
3.1.2. Вибрация, переходящая в танец	249
3.1.3. Тряска-растяжка	249
3.1.4. Называние качеств движения, различных частей тела	250

3.1.5. Работа с центром	250
3.1.6. Работа с позвоночником	252
3.1.7. Все мышцы — все кости	252
3.1.8. Огонь-лед	253
3.1.9. Ртуть	253
3.1.10. Зажимы по кругу	253
3.1.11. Растем	254
3.1.12. Потянулись — сломались	255
3.1.13. Насос и надувная кукла	255
3.2. Базовые психотехнологии	257
3.2.1. Работа с телом	257
3.2.2. Качества движения	266
3.2.2.1. Пять ритмов (Волна) Габриэлы Рот	266
3.2.2.2. Три яруса кинесферы	269
3.2.2.3. Полярности	273
3.2.3. Работа со взаимоотношениями.	276
3.2.3.1. Зеркало	276
3.2.3.2. Человек и его тень	277
3.2.3.3. Встречи и расставания	277
3.2.3.4. Техники контактной импровизации	279
3.2.3.5. «Маленький танец» (The Small Dance)	283
3.2.3.6. Точка контакта	284
3.2.3.7. Перекаты на полу	284
3.2.3.8. Падения	285
3.2.3.9. Опора и поддержка	288
3.2.3.10. Баланс и контрбаланс	289
3.2.3.11. «Сиамские близнецы»	291
3.2.3.12. «Скалолаз»	291
3.2.3.13. «Заросли»	291
3.2.3.14. Танец по рисунку	291
3.2.4. Полифункциональные психотехнологии	293

СОДЕРЖАНИЕ

3.2.4.1. Body Jazz — ведение за центры	293
3.2.4.2. Аутентичное Движение	297
3.2.4.3. Трансовые танцы	364
3.3. Контекстуальные тренинги	368
3.3.1. Танец имени	368
3.3.2. Танец птицы	368
3.3.3. Континуум	371
3.3.4. Танец дервиша	378
3.3.5. «Танец четырех стихий»	381
3.3.6. Эволюционные паттерны движения	384
3.3.7. ДМД: Дыхание-Музыка-Движение	391
3.4. Ритуалы начала и завершения	414
3.4.1. Перевертыши	414
3.4.2. Бокумара	415
3.4.3. Танец одной рукой	415
3.4.4. Медитативные ритуалы завершения	415
<i>Заключение</i>	418
<i>Литература</i>	421
<i>Приложение 1. Развитие танца в XX веке</i>	441
<i>Приложение 2. Танец четырех стихий</i>	454