

**ФОРМУВАННЯ ТВОРЧОЇ ІНДИВІДУАЛЬНОСТІ МАЙБУТНЬОГО  
ВЧИТЕЛЯ ХОРЕОГРАФІЇ В ДУЕТНОМУ ТАНЦІ ЗАСОБАМИ  
ТАНЦЮВАЛЬНО-РУХОВОЇ ТЕРАПІЇ**

*У публікації визначено творчу індивідуальність майбутнього вчителя хореографії як поєднання здібностей, умінь та навичок, особливих творчих рис, що дозволяє створювати щось абсолютно нове та оригінальне.*

*Розглянуто дуетний танець як особливу форму взаємодії у творчій діяльності майбутніх учителів хореографії.*

*Описано практичний досвід застосування танцювально-рухових вправ для формування творчої індивідуальності майбутнього вчителя хореографії в дуетному танці.*

***Ключові слова:** творча індивідуальність, майбутній вчитель хореографії, дуетний танець, танцювально-рухова терапія, імпровізація.*

**Anastasiia KRYVOROTENKO**

**FORMING CREATIVE INDIVIDUALITY OF FUTURE CHOREOGRAPHY  
TEACHERS IN DUO DANCE BY MEANS OF DANCE-MOVEMENT THERAPY**

*The creative individuality of the future teacher of choreography as a combination of capabilities, abilities and skills, special creative features, which allows to create something completely new and original, is defined in publication.*

*The duo dance as a special form of interaction in the creative activity of the future teachers of choreography is considered.*

*Practical experience of using dance-movement exercises for forming of creative individuality of the future teacher of choreography in duo dance is described.*

**Key words:** *creative individuality, future teacher of choreography, duo dance, dance-movement therapy, improvisation.*

У сучасному динамічному світі, перенасиченому інформаційними технологіями, людям необхідне мистецтво, адже воно допомагає пробудити емоції, по-іншому оцінити життєві ситуації, відновити сили, дізнатися щось нове, налагодити міжособистісну комунікацію і, зрештою, отримати зцілення. Мистецтво має вагомий вплив на розвиток суспільства, адже допомагає сформувати неповторну цілісну індивідуальність кожного окремого громадянина. Такі особистості нині необхідні у всіх сферах життя, і формуються вони у процесі фахової підготовки у вищому навчальному закладі.

Індивідуальність розглядається у дослідженнях багатьох вчених у галузі філософії, психології та педагогіки. Зокрема, сутність творчої індивідуальності вчителя розкривається у роботах із психології творчості (Д. Богоявленська, Я. Пономарьов, А. Єсаулов та ін.) та педагогічної творчості (В. Загвязинський, В. Кан-Калік, М. Нікандров та ін.).

Деякі сучасні наукові дослідження в Україні присвячені творчій індивідуальності вчителя (Л. Мільто, О. Отич, О. Пехота та ін.), підготовці майбутнього вчителя хореографії (Л. Андрощук, Т. Благова, О. Таранцева та ін.), новітнім танцювально-руховим та імпрровізаційним методикам усвідомленого руху (В. Волчукова, Л. Мова, С. Ліпінська та ін.), однак процес формування творчої індивідуальності майбутнього вчителя хореографії в дуетному танці засобами танцювально-рухової терапії потребує більш детального вивчення.

*Метою статті є опис практичного досвіду застосування танцювально-рухових вправ у дуетному танці з метою формування творчої індивідуальності майбутнього вчителя хореографії.*

У філософії індивідуальність трактується як неповторний, самобутній спосіб буття конкретної особистості в якості суб'єкта самостійної діяльності, індивідуальна форма суспільного життя людини. Індивідуальність виражає

власний світ індивіда, його особливий життєвий шлях, який за своїм змістом визначається соціальними умовами, а за походженням, структурою і формою має індивідуальний характер [7, с. 206].

У джерелах із галузі психологічного знання індивідуальність характеризується як своєрідне поєднання різних властивостей і особливостей у людини [3, с. 151].

Точка зору педагогіки є подібною, адже індивідуальність – це сукупність неповторних рис та особливостей людини, що відрізняє її від інших людей [5, с. 224].

Таким чином, творчу індивідуальність майбутнього вчителя хореографії можна визначити як таке поєднання здібностей, умінь та навичок, особливих творчих рис, що дозволяє створювати щось абсолютно нове та оригінальне. Формування творчої індивідуальності відбувається у процесі активної хореографічної діяльності, зокрема у дуетному танці.

Із моменту свого зародження і до цього часу танець виконував важливі функції: ритуальну (сакральну), комунікативну, ідентифікаційну, експресивну, катарсичну (рекреаційну) тощо [1, с. 19].

У дуетному танці, який є особливою формою взаємодії у творчій діяльності майбутніх учителів хореографії, найчастіше реалізується комунікативна функція танцювального мистецтва.

Як зазначає В. Нікітін, рух як функція тіла спрямований на пізнання та усвідомлення людиною себе у світі. Рух здійснюється тілом як під контролем свідомості, так і без її участі, безпосередньо як спонтанна реакція на вплив зовнішнього чи внутрішнього стимулу на людину [4, с. 136].

Поділяємо думку, що у танці людина за допомогою рухів виражає сутність свого «Я» та реалізує намір досягнути межі власних тілесних можливостей. Танець є метою її діяльності, способом її тілесного самопізнання і взаємодії із середовищем. Тіло виступає не лише засобом самовираження, а й об'єктом дослідження. Однак танець є для людини не тільки актом розширення

меж своїх можливостей, але й актом комунікації, способом донесення до інших інформації про себе [4, с. 142-143].

Оскільки хореографічне мистецтво розмовляє мовою емоцій та тіла, то тут застосовуються саме невербальні засоби спілкування. Невербальна комунікація, як зазначено у підручнику «Психологія спілкування» М. Філоненко, включає різні знакові системи: оптико-кінетичну, пара- та екстра-лінгвістичну, просторово-часову та контакт «очі в очі» [8, с. 31]. У дуєтному танці це, насамперед, жестикуляція, міміка, пантоміміка та зоровий контакт.

На думку Л. Роговик, у танцювальній діяльності можна виділити три сторони спілкування: комунікативну (обмін інформацією), інтерактивну (взаємодія) та перцептивну (розуміння танцюристами один одного) [6, с. 137].

Цілком погоджуємося із дослідницею в тому, що спілкування у танці – це не тільки прийом та передання інформації, а й стосунки принаймні двох партнерів, де кожен є активним суб'єктом взаємодії. Крім обміну інформацією, відбувається орієнтація на партнера, тобто, аналізуються мотиви, цілі, установки іншого суб'єкта [6, с. 137-138].

У сучасному хореографічному мистецтві нині широко застосовується танцювально-рухова терапія із метою глибокого розуміння своєї тілесності та руху у танці, налагодження взаємодії у парі та колективі. Однією із особливостей таких методик є медитативно-імпровізаційний характер виконання.

Фахівці із танцювально-рухової терапії стверджують, що імпровізація передбачає експеримент із рухами, які мають неусвідомлений характер. Його результати не заплановані і непередбачувані, що дає можливість для звільнення від жорстких систем значень та звичних моделей поведінки. Більшість технік навчання імпровізації побудовані на збільшенні чутливості до сигналів, які йдуть від тіла та від зовнішнього простору, і, реагуючи, перетворювати їх в історію, не завжди зрозумілу, але прекрасну. Справжня імпровізація – усвідомлена спонтанність [1, с. 141-142].

У дуетному танці переважає контактна імпровізація, родоначальником якої був С. Пекстон. Як зазначає Г. Коновалова, цей вид імпровізації допомагає студентам освоїти нові підходи до самопізнання та вдосконалення через підсвідомість, розуміти дотик як сенситивну, спільну сфокусовану роботу свідомості і тіла, дослідити та розширити можливості тіла на основі безперервного імпровізаційного потоку, підвищити професійний рівень виконавця у гармонійному співвідношенні акторської майстерності та віртуозної техніки, розкрити внутрішні ресурси завдяки більш пильній увазі до фізичних відчуттів, удосконалити дуетну роботу тощо [2, с. 76].

У книзі Л. Роговик «Психологія танцю» йдеться про те, що особливістю хореографічного спілкування в дуетному танці є взаємовплив партнерів за допомогою рухів. При цьому ефективність цього впливу залежить від ступеню взаємодії, тобто зміни типу відносин, що складаються між танцювальними партнерами. Ефективне спілкування у танці відбувається за умови прийняття єдиної системи значень усіма учасниками – танцювальної мови. Якщо немає загального розуміння, можуть виникати перепони у процесі спілкування, так звані комунікативні бар'єри, які постають у танці внаслідок дії психологічних факторів – різних рівнів техніки рухів, установок, ціннісних орієнтацій танцюристів, їх індивідуально-психологічних особливостей тощо [6, с. 138].

Таким чином, дуетний танець іноді може нести деструктивний характер, що чинить негативний вплив на особистість кожного танцівника та загальний постановчий та виконавський результат. Із метою профілактики таких явищ доцільно застосовувати танцювально-рухові терапевтичні техніки (цілісний підхід провідного спеціаліста в Україні із психології тіла і руху С. Ліпінської).

Якщо є певні проблеми у виконанні дуетного танцю через непорозуміння у парі, необхідно спочатку *гармонізувати емоції та тіло* кожного окремого партнера. У цьому випадку рекомендується застосування вправи, що полягає у почерговому дослідженні категорій простору, сили, часу та потоку (за Р. Лабаном). Кожному танцівнику варто зосереджено «просканувати» власну кінесферу (особистий простір) та подумати, як на неї впливає партнер.

Необхідно уважно простежити за відчуттями тіла під час дослідження ваги (сили взаємодії із землею), часу (швидкості та ритму) та потоку (напруги) у танці. Ця техніка допомагає танцівнику зрозуміти, як він наразі відчувається, у якому стані думки, емоції та тіло.

Після гармонізації кожного окремого студента-хореографа, необхідно *встановити контакт* та зрозуміти, наскільки добре партнери відчувають одне одного, адже від цього залежить якість виконання танцю. Вправа може складатися із двох етапів. Перша частина полягає у переміщенні у просторі із тенісною кулькою, тримаючи її по черзі одним пальцем у парі із заплющеними очима. Коли танцівники, намагаючись не впустити кульку додолу, підлаштовуються під напрямок та швидкість руху один одного, зростає взаємна довіра та відповідальність за спільну справу. Для виконання другої частини вправи необхідний контакт долонями із заплющеними очима. Спочатку один партнер виконує роль ведучого: здійснює рухи руками під музику як завгодно, а інший підпорядковується, після цього відбувається зміна ролей. Потім виконується те ж саме, але без попередньої домовленості, хто ведучий. Таким чином роль змінюється під час виконання вправи кілька разів, коли виникає взаємна потреба. Найважливіше – відсутність вербальної комунікації, тільки тактильне і глибоке емоційне відчуття та підлаштування під рух один одного. Однак необхідно також знайти баланс між контролем і розслабленням. Після виконання вправи стосунки у парі поліпшуються, зростає рівень взаєморозуміння.

*Вправа «Дзеркало».* Виконавці стають обличчям один до одного і виконують своєрідні наслідувальні «дзеркальні рухи». Спочатку один задає рух, потім інший, а після цього, як і в попередній вправі, ролі ведучих змінюються під дією внутрішнього імпульсу та за допомогою зорового контакту. Результатом є краще розуміння партнера шляхом підлаштування під його рух. Адже тут діє принцип: «Я тебе бачу, повторюю твій рух, а значить – я з тобою, я тебе розумію та підтримую».

*Вправа «Інструмент та музикант».* Один із партнерів – «музикант» – злегка торкається до тіла «інструмента», який реагує рухом на дотики, прослідковуючи свої відчуття та йдучи за імпульсом. «Музикант» намагається дотиками включити усі частини тіла. Учаснику, який виконує роль «інструмента» важливо прислухатися до внутрішніх імпульсів свого тіла у відповідь на дотики «музиканта». Ця вправа розвиває кінестетичну емпатію у парі (співпереживання через рух).

*Вправа «Руховий діалог».* Один учасник виконує декілька рухів і завмирає у певній позі, інший – намагається уловити характер виконаної комбінації та продовжити рух. І так по черзі, утворюючи танцювальну бесіду. Друга частина вправи включає реакцію одного учасника на попередні рухи іншого, своєрідний «діалог», «змагання». Під час виконання вправи важливо думати тілом, спонтанно реагуючи, щоб передати настрій партнеру. Таким чином можна розповісти цілу історію, імпровізуючи. Оскільки із танцювально-руховою терапією ефективно поєднується арт-терапія, зокрема малюнок, то ця вправа плавно може перейти у *«Кольоровий діалог»*. Ця техніка полягає у парному малюванні фарбами чи кольоровими олівцями спільної картини без слів. Кожен учасник продовжує думку іншого у малюнку, заповнюючи простір білого аркуша яскравими барвами, як у танці та житті.

Отже, зазначені вправи варто систематично застосовувати на заняттях зі студентами-хореографами, адже вони розвивають емоційно-рухове самоусвідомлення, розуміння адекватної взаємодії, налагодження контакту у парі. Упродовж їх виконання необхідно уважно здійснювати самодіагностику, аналізуючи думки і відчуття у певний момент, слідкуючи за відгуками у тілі, звертаючи увагу на взаємодію із простором та партнером. Важливим моментом після завершення кожної вправи є обговорення у парі, своєрідна інтеграція, що допомагає підсумувати зроблене, обмінятися досвідом, поділитися емоціями та відчуттями.

У процесі виконання таких медитативно-імпрровізаційних технік розкривається справжнє «Я» танцівника, знімаються тілесно-емоційні блоки та приходить відчуття творчої свободи.

Дуетний танець у поєднанні із танцювально-руховою терапією та імпрровізацією є потужним засобом формування цілісної творчої індивідуальності майбутнього педагога-хореографа. Налагоджена взаємодія між партнерами приносить яскравий творчий результат, оскільки з'являються нові ідеї для хореографічної постановки, а техніка виконання танцю доповнюється спільним емоційним проживанням твору. Завдяки конструктивній взаємодії в дуетному танці, кожному окремому студенту-хореографу легше будувати стосунки у колективі, а також із майбутніми учнями та їх батьками.

Гармонія у танці та житті для майбутнього учителя хореографії досягається шляхом глибоко самоусвідомлення власного руху на ментальному, емоційному та тілесному рівнях, що є запорукою формування цілісної творчої індивідуальності. Успішна взаємодія в дуетному танці поступово веде до гармонійної творчої діяльності у хореографічному колективі, що й становить перспективу подальших наукових розвідок.

#### *Список використаної літератури*

- 1. Козлов В. Интегративная танцевально-двигательная терапия / Козлов В., Гиришон А., Веремеенко Н. – Издание 2-е, расширенное и дополненное. – СПб.: Речь, 2006. – 286 с.*
- 2. Коновалова Г. Контактна імпрровізація як елемент вдосконалення професійної майстерності танцівника // Вісник КНУКіМ. Серія: Мистецтвознавство. – 2011. – № 25. – С. 72-76.*
- 3. Немов Р. Психологический словарь / Р. Немов. – М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007. – 560 с. : ил., с. 151*



4. Никитин В. *Онтологія телесності: смислы, парадокси, абсурд* / Никитин В. – М.: Когито-Центр, 2006. – 320 с.
5. *Педагогічний словник* / За ред. дійсн. члена АПН України Ярмаченка М. Д. – К.: Педагогічна думка, 2001. -
6. *Роговик Л. Психологія танцю* / Роговик Л. – К.: Главник, 2007. – 304 с. – (Серія «Психол. інструментарій»).
7. *Философский словарь* / Под ред. И. Т. Фролова. – 7-е изд., перераб. и доп. – М.: Республика, 2001. – 719 с.
8. *Філоненко М. Психологія спілкування. Підручник* / Філоненко М. – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 224 с.