



[https://doi.org/10.31891/2308-4081/2025-15\(1\)-9](https://doi.org/10.31891/2308-4081/2025-15(1)-9)

Кандидат педагогічних наук, старший викладач, **ДМИТРО БІДУК**
Хмельницький національний університет, Україна
e-mail: biduk.de@khmnu.edu.ua
<https://orcid.org/0000-0003-3086-5411>

ОСВІТНІЙ ПОТЕНЦІАЛ ХОРЕОГРАФІЇ В КОНТЕКСТІ ТАНЦЮВАЛЬНО-РУХОВОЇ ТЕРАПІЇ: ДОСВІД США

АНОТАЦІЯ

У статті проаналізовано досвід США щодо використання хореографії як сучасного освітнього інструменту арт-терапії, спрямованого на відновлення психоемоційної рівноваги, розвиток творчого самовираження та соціальної інтеграції особистості. Визначено, що хореографія в контексті танцювально-рухової терапії (ТРТ) функціонує не лише як форма мистецького самовираження, а й як педагогічний та терапевтичний засіб, що поєднує психологічні, педагогічні, соматичні та соціальні компоненти освітньо-корекційного процесу. У відповідь на сучасні виклики (посттравматичний стрес, соціальна ізоляція, емоційна дисрегуляція) хореографічні практики сприяють формуванню навичок саморегуляції, емпатії та міжособистісної взаємодії. Зазначено, що системне впровадження ТРТ у навчальних та реабілітаційних закладах США забезпечує не лише опанування рухових стратегій подолання стресу, а й розвиток критичного мислення, креативності та комунікації учасників. Історико-соціальний аналіз виявив витоки становлення ТРТ у США та окреслив провідні напрями діяльності Американської асоціації танцювальної терапії (American Dance Therapy Association, ADTA).

З'ясовано, що в американському освітньому просторі хореографія виконує функцію засобу соціального включення та широко застосовується в шкільній, університетській, спеціальній і реабілітаційній практиці. Представлено практичні кейси застосування хореотерапевтичних методик у США в роботі з різними категоріями клієнтів. Обґрунтовано ефективність хореографії як педагогічного засобу арт-терапії, що інтегрує художньо-естетичний, тілесно-руховий і психоемоційний компоненти, створюючи умови для цілісного розвитку особистості.

Констатовано, що освітні цілі (розвиток креативності, самовираження, комунікативної компетентності) можуть гармонійно поєднуватися з терапевтичними потребами клієнтів (зниження тривожності, формування тілесної усвідомленості, відновлення соціальної взаємодії). Акцентовано увагу на зростанні потреби у висококваліфікованих фахівцях, здатних поєднувати знання з психології, соматички, хореографії, психотерапії, педагогіки та нейронаук, клінічної практики. З'ясовано вимоги до професійної кваліфікації та підготовки танцювальних терапевтів у США. Наведено перелік освітніх програм провідних американських університетів з підготовки танцювальних терапевтів.

Ключові слова: арт-терапія, хореотерапія, хореографія, танцювально-рухова терапія, педагогічний вплив, хореограф-терапевт, підготовка, арт-педагогіка, хореотерапевтичні методики, освітні програми, США.



EDUCATIONAL POTENTIAL OF CHOREOGRAPHY IN THE CONTEXT OF DANCE/MOVEMENT THERAPY: THE EXPERIENCE OF THE USA

ABSTRACT

The article analyzes the experience of the United States in using choreography as a modern educational tool of art therapy aimed at restoring emotional balance, fostering creative self-expression, and promoting social integration. It is established that choreography in the context of Dance/Movement Therapy (DMT) functions not only as a form of artistic self-expression, but also as a pedagogical and therapeutic means that combines psychological, educational, somatic, and social components of the educational and corrective process. In response to current challenges (post-traumatic stress, social isolation, emotional dysregulation), choreographic practices contribute to the development of self-regulation skills, empathy, and interpersonal interaction. The study highlights that the systematic implementation of DMT in educational and rehabilitation institutions in the USA supports not only the acquisition of movement-based stress-coping strategies but also the development of critical thinking, creativity, and communication skills among participants. A historical and social analysis reveals the origins of DMT in the USA and outlines the main activity areas of the American Dance Therapy Association (ADTA). It is found that, within the American educational context, choreography serves as a means of social inclusion and is widely used in schools, universities, special and rehabilitation practices. Practical cases of applying choreotherapeutic methods in the USA for working with various client categories are presented. The effectiveness of choreography as a pedagogical tool of art therapy is substantiated, as it integrates artistic-aesthetic, bodily-movement, and psycho-emotional components, creating conditions for the holistic development of the individual. The study confirms that educational goals (such as fostering creativity, self-expression, and communicative competence) can be harmoniously combined with the therapeutic needs of clients (such as reducing anxiety, developing bodily awareness, and restoring social interaction). Emphasis is placed on the growing need for highly qualified professionals capable of integrating knowledge of psychology, somatics, choreography, psychotherapy, pedagogy, neuroscience, and clinical practice. The article identifies the requirements for professional qualifications and training of dance therapists in the USA and provides a list of educational programs offered by leading American universities for the preparation of dance/movement therapy specialists.

Keywords: *art therapy, choreotherapy, choreography, Dance/Movement Therapy, pedagogical impact, dance therapist, training, art pedagogy, choreotherapeutic methods, educational programs, USA.*

У сучасному світі зростає інтерес до альтернативних методів психотерапевтичної допомоги, зокрема танцювально-рухової терапії (ТРТ), або хореотерапії як ефективного напрямку лікування, що поєднує тілесний, емоційний і когнітивний досвід особистості. Окрім цього, ТРТ розглядається як інноваційний освітній інструмент особистісного розвитку. Танцювально-рухова терапія (англ. Dance/Movement Therapy, DMT) – це психотерапевтичний метод, заснований на використанні руху як засобу вираження емоцій і гармонізації взаємодії між тілом, розумом і психікою. Її основою є концепція руху як первинної форми комунікації, що передує мовленню та є універсальним інструментом невербального самовираження. Метою ТРТ є стимулювання імпровізаційних рухів, які сприяють розвитку тілесної усвідомленості,



емоційної релаксації та психосоціальної інтеграції особистості. ТРТ знаходить застосування в освіті, медицині, соціальній та фізичній реабілітації, соціальній роботі, практичній психології тощо. В Україні цей метод наразі є недостатньо поширеним, тому його популяризація та розвиток є особливо актуальними.

Перші кроки у напрямі використання танцю як психотерапевтичного засобу були здійснені у США в 1930–1940-х роках. Саме в цей період американські фахівці (психологи, хореографи, педагоги) почали активно досліджувати потенціал руху як психокорекційного та терапевтичного ресурсу, а також проблему інтеграції тілесного, емоційного та когнітивного в терапевтичному процесі. Відомий вислів М. Грем (Martha Graham) – «тіло ніколи не бреше» – спростував усталене переконання, що тіло та розум – це окремі сутності.

Засновницею танцювальної терапії як самостійної професійної галузі вважається М. Чейс (Marian Chase) (1896–1970) – американська танцівниця й терапевт, яка у 1940-х роках розпочала роботу з пацієнтами в психіатричних клініках. Натхненна революційною ідеєю Марти Грем, вона досліджувала взаємозв'язок між розумом і тілом на іншій сцені – у палатах психіатричних лікарень. М. Чейс розробила унікальний підхід, у якому поєднувала рух, невербальну комунікацію, дзеркальне відображення та імпровізацію як засоби встановлення емоційного контакту. Її практика вважається фундаментом клінічного застосування танцювальної терапії в США. Інтуїтивні методи М. Чейс, зокрема відображення рухів пацієнтів, передували науковим відкриттям у сфері нейронних механізмів емпатії, зокрема дослідженням дзеркальних нейронів (Barkai, 2025; Brown, 2022; Prakash & Nagpal, 2024; Sandel et al., 1993). У 1942 році вона стала першим визнаним державою танцювальним терапевтом. Протягом трьох десятиліть М. Чейс допомагала контуженим військовим, жертвам сексуального насильства та психічно хворим пацієнтам використовувати рухи танцю для вираження своїх почуттів, вивільнення найглибших емоцій, подолання стресу. Її робота назавжди утвердила танцювальну терапію як професію. Саме здатність М. Чейс встановлювати «емпатію через рух» зробила її «генієм», а її терапевтична методика отримала назву «емпатична рефлексія», ядром якої є «ключова емоція пацієнта». При цьому вона невербально стверджувала: «Я бачу тебе, я приймаю тебе таким, яким ти є, і разом ми можемо змінитися». Завдяки такому встановленню довіри М. Чейс могла перевести пацієнтів у більш позитивний внутрішній стан. Якщо пацієнти не могли стояти на власних ногах, вона розширювала їхню стійку, щоб дати їм кращий баланс. Її стиль викладання не завжди викликав довіру чи відчуття турботи, оскільки вона відповідала коротко, без пояснень; студенти навчалися шляхом спостереження, а не за допомогою фактичних і методичних вказівок (Schmais, 2004).

Іншими важливими постатями в історії американської танцювально-рухової терапії були: М. Вайтгаус (Mary Whitehouse), яка працювала в руслі юнгіанської аналітичної психології, розвиваючи підхід «автентичного руху» (Authentic Movement), спрямований на спонтанне вираження несвідомих імпульсів через рух; Т. Шуп (Trudi Schoop), яка досліджувала зв'язок між психічними розладами та тілесним досвідом, особливо у пацієнтів із шизофренією; А. Дункан (Isadora Duncan), яка, хоча й не була безпосередньо танцювальною терапевткою, своїми ідеями про природність руху та домінування емоцій над формою істотно вплинула на становлення модерного танцю, що згодом став підґрунтям для розвитку ТРТ.



У 1966 році створено Американську асоціацію танцювальної терапії, ААТТ (American Dance Therapy Association, ADTA), яка нині є провідною професійною організацією фахівців у галузі танцювально-рухової терапії. Діяльність ААТТ спрямована на розроблення та впровадження професійних стандартів підготовки фахівців, системи сертифікації, ліцензування та дотримання етичних норм у практиці танцювальної терапії. Згідно з офіційним визначенням, запропонованим організацією, танцювально-рухова терапія (Dance/Movement Therapy, DMT) – це «психотерапевтичне використання руху з метою сприяння емоційній, соціальній, когнітивній та фізичній інтеграції особистості для поліпшення її здоров'я та благополуччя» (American Dance Therapy Association, n.d). Сучасні американські танцювально-терапевтичні практики активно інтегруються в клінічну психологію, освіту, соціальну роботу, а також у роботу з ветеранами, людьми з інвалідністю, посттравматичними станами та іншими вразливими групами. ТРТ визнається ефективним засобом підтримки психічного здоров'я, зокрема у випадках депресії, тривожних розладів, посттравматичних стресових розладів (ПТСР), порушень харчової поведінки, емоційного вигорання тощо.

Досвід США має особливу наукову та практичну цінність з кількох причин. По-перше, саме в США була сформована перша стандартизована модель танцювально-рухової терапії, закріплена створенням Американської асоціації танцювальної терапії у 1966 році. Це дозволило систематизувати підходи, розробити професійні критерії та етичні кодекси (Levy, 1988; Sandel et al., 1993). По-друге, у США склалася широка мережа міждисциплінарних дослідницьких проєктів, які поєднують психодинамічні, когнітивні і нейронаукові підходи до вивчення механізмів дії ТРТ (Barkai, 2025; Brown, 2022). По-третє, американський контекст вирізняється інноваційною інтеграцією танцювальної терапії в різні соціальні інституції – від шкіл і реабілітаційних центрів до військових госпіталів. Це демонструє гнучкість і адаптивність методу в роботі з широкими групами населення. Нарешті, значна кількість емпіричних досліджень і довготривалих програм супервізії у США забезпечує високий рівень доказовості ефективності ТРТ, що робить американський досвід доречним базисом для подальшої адаптації та розвитку методики в інших культурно-соціальних контекстах.

МЕТА ДОСЛІДЖЕННЯ

Мета дослідження полягає у вивченні американського досвіду використання освітнього потенціалу хореографії в контексті танцювально-рухової терапії.

ТЕОРЕТИЧНА ОСНОВА ТА МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Науково-теоретичну основу дослідження становлять праці провідних американських дослідників, які обґрунтовують теоретичні та емпіричні засади танцювально-рухової терапії як цілісного психотерапевтичного підходу та педагогічного методу. М. Чейс (M. Chase) заклала методологію дзеркального відображення та імпровізаційного руху як інструментів встановлення емпатичного контакту. Ф. Дж. Леві (F. J. Levy) систематизував практичні вправи та педагогічні принципи, спрямовані на гармонізацію соматичного та психічного аспектів особистості. К. Шмайс (C. Schmais) здійснив документування еволюції навчальних програм із акцентом на педагогічну підготовку танцювальних терапевтів. Я. Баркай (Ya. Barkai) проаналізував вплив підходів М. Чейс на сучасні нейронаукові дослідження емпатії, що реалізується через рух. Н. Пракаш (N. Prakash) та М. Нагпал (M. Nagpal) представили новітні теоретичні концепції, які розширюють теоретичні межі танцювально-рухової терапії. К. Браун (C. Brown) досліджував тактильні та



кінестетичні компоненти терапевтичного ефекту танцювальної терапії. Результати наукових досліджень зазначених авторів зробили вагомий внесок у формування і розвиток танцювально-рухової терапії, а також заклали основу для професійної підготовки фахівців у цій галузі.

Для реалізації мети дослідження було застосовано комплекс взаємопов'язаних методів: аналіз, синтез, порівняння та узагальнення з метою обґрунтування теоретичних і емпіричних засад розвитку танцювально-рухової терапії як цілісного психотерапевтичного підходу та педагогічного методу в США; інтерпретаційно-аналітичний метод для дослідження автентичних літературних, документальних та інших джерел; пошуковий метод – для виявлення раціонального та практично цінного досвіду в наукових розробках зарубіжних фахівців.

ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ

Хореографія у форматі танцювально-рухової терапії (ТРТ) у США розглядається не лише як вид мистецтва чи форма творчого самовираження, а як цілісний психотерапевтичний інструмент, що базується на міждисциплінарному поєднанні принципів психології, соматички, педагогіки та нейронауки. На відміну від традиційного розуміння танцю як сценічного або естетичного явища, у ТРТ рух виступає засобом глибокого дослідження внутрішнього світу особистості, формою комунікації з несвідомим, а також механізмом регуляції психоемоційного стану та тілесної саморегуляції. Керівні принципи танцювально-рухової терапії включають такі положення: 1) рух як первинна мова (невербальна та рухова комунікація починається ще в пренатальному періоді й супроводжує індивіда протягом усього життя; рухова мова є не менш значущою за вербальну, отже терапевт інтегрує обидва канали спілкування в процесі терапевтичних втручань); 2) єдність розуму, тіла й духу (психофізична цілісність особистості, за якою будь-які зміни в тілесній сфері корелюють із трансформаціями в психічній); 3) поліфункціональність руху (рух може виконувати функціональні, комунікативні, розвиткові та експресивні ролі; танцювальний терапевт здійснює оцінювання та корекцію, аналізуючи рухомі прояви через зазначені парадигми); 4) подвійна роль руху (рух слугує одночасно інструментом діагностики та основною формою терапевтичного втручання) (Song et al., 2019; Zhang et al., 2019).

У США танцювально-рухова терапія має чітко виражену терапевтичну мету – сприяти емоційному відновленню, зниженню рівня тривожності, розвитку навичок емоційного інтелекту, підвищенню самоусвідомлення та здатності до самовираження. Залучення до рухової активності в безпечному, підтримувальному середовищі сприяє інтеграції тілесного досвіду з психічними процесами, що особливо ефективно у роботі з особами, які мають труднощі з вербальною комунікацією (наприклад, діти з аутизмом, особи з посттравматичним стресовим розладом, пацієнти з депресією тощо).

У контексті арт-педагогіки хореографічні практики поєднують педагогічні методи художнього виховання (аналіз образу, творча інтерпретація, колективне сценічне творення) з терапевтичними стратегіями (імпровізація, соматична усвідомленість, групова підтримка). Такий інтегративний підхід об'єднує освітні цілі – формування креативності, естетичного смаку та комунікативної компетентності – із терапевтичними потребами клієнтів, такими як зниження тривожності й емоційного напруження, психоемоційна релаксація, розвиток емоційної стійкості та відновлення соціальної взаємодії.

З'ясовано, що в США арт-педагогічні моделі хореотерапії успішно інтегруються в шкільну та реабілітаційну практику, демонструючи високу ефективність у роботі з



різними віковими та соціальними групами. Хореографія в цьому контексті виступає як синтез педагогічного та терапевтичного потенціалу, являючи собою потужний психотерапевтичний інструмент, спрямований на гармонізацію психоемоційного стану особистості. Ключовою основою даного підходу є концепція нерозривного зв'язку між тілом, емоціями та свідомістю, згідно з якою рух розглядається не лише як фізична активність, а й як мова, через яку виявляються внутрішні переживання, конфлікти, потреби та ресурси індивіда.

У США хореотерапія набула інституційного характеру з моменту створення ААТТ, що визначила стандарти професійної підготовки, етичні засади практики та заклала науково-дослідницьку базу для подальшого розвитку галузі. В американському підході хореотерапія набуває міждисциплінарного статусу, інтегруючи психологію, соматіку, педагогіку, мистецтво та соціальну роботу, що дозволяє ефективно підтримувати ментальне здоров'я, сприяти розвитку особистісного потенціалу та соціальній адаптації.

Розглянемо детальніше приклади хореотерапевтичних практик, які широко застосовують американські хореографи-терапевти, педагоги та психологи. Танцювально-рухова терапія інтегрується у освітні, клінічні та соціально-психологічні контексти, що забезпечує її багатофункціональність і адаптивність. Методика використовується як у роботі з дітьми, так і з дорослими, включно з представниками вразливих соціальних груп, що свідчить про її універсальність і високу ефективність у різних сферах практичного застосування.

Одним з яскравих прикладів є практика хореотерапії в медичних та реабілітаційних установах, де фахівці працюють із пацієнтами, які мають ПТСР, депресію, тривожні розлади або фізичні обмеження. Терапевти використовують рухові імпрровізації, дзеркальне відображення рухів клієнта, ритмізовані патерни та дихальні техніки, що сприяють зниженню емоційного напруження, посиленню тілесної усвідомленості та емоційного самовираження. Зокрема, у Центрі дитячої психотерапії в Чикаго, що спеціалізується на роботі з дітьми віком від 6 до 12 років, які пережили травматичні події (втрату близьких, домашнє насильство, військові конфлікти), застосовується методика імпрровізаційного танцю. Діти залучаються до вільного руху під музику, що сприяє зниженню рівня тривожності, розблокуванню емоцій, підвищенню самооцінки та розвитку невербальних комунікативних навичок. Ця практика створює безпечний простір для емоційного самовираження, дозволяючи експресувати страхи, гнів та смуток через рух. Методика включає розігрівальні вправи, вільні танцювальні імпрровізації, ігри з тілесною взаємодією (зокрема дзеркальні рухи). Особливу увагу приділено уважності до власних тілесних відчуттів і повазі до індивідуальних рухових меж кожної дитини. За результатами спостережень та опитувань, у дітей відзначалося зниження рівня тривоги, покращення настрою і підвищення соціальної активності в колективі. Батьки повідомляли про покращення якості сну та зменшення проявів агресивної поведінки.

Популярними є також програми, які інтегрують хореографію у реабілітацію військовослужбовців із ПТСР. У рамках таких програм використовуються танцювальні вправи, спрямовані на підвищення тілесної усвідомленості, регуляцію дихання та поступове зняття психофізіологічного напруження. Важливою складовою є робота з групою, яка забезпечує емоційну підтримку, відчуття безпеки та соціальну інтеграцію. Наприклад, у військовому госпіталі в м. Вашингтон реалізується хореотерапевтична реабілітаційна програма для ветеранів, що включає групові



заняття, під час яких учасники діляться власними враженнями та досвідом. Програма поєднує прості повторювані рухи із руховими медитаціями, що сприяє стабілізації нервової системи. Клінічні спостереження свідчать про зниження симптомів ПТСР у учасників, зокрема про зменшення частоти нічних кошмарів та рівня тривожності. Соціальна підтримка в межах групи сприяє зменшенню почуття ізоляції та покращенню психоемоційного стану ветеранів.

У сфері спеціальної освіти ТРТ застосовується як ефективний засіб підтримки дітей із аутизмом, розладами сенсорної інтеграції та труднощами соціалізації. Американські фахівці розробляють та впроваджують структуровані програми, що поєднують ритмічні вправи, ігрові практики, спільний рух та вербальну рефлексію, що сприяє формуванню базових навичок комунікації й саморегуляції. Деякі освітні установи використовують хореографію як інструмент інклюзивної освіти, в межах якої учні з різними фізичними та когнітивними порушеннями разом із здоровими однолітками реалізують танцювальні проекти. Такий підхід сприяє соціальній інтеграції, розвитку моторних навичок і підвищенню самооцінки учасників. Зокрема, у публічній школі міста Нью-Йорк діє освітня програма, що об'єднує дітей із різними порушеннями та здорових однолітків, де хореографічні заняття адаптовані до індивідуальних можливостей кожного учня. Танцювальні вправи у програмі спрямовані на розвиток моторики, соціальну інтеграцію та покращення самооцінки. Методика базується на використанні простих, повторюваних рухів, елементів музичної терапії, а також вправ на координацію і ритмічність. Програма «Adaptive Dance Program» пропонує спеціалізовані заняття для осіб із синдромом Дауна, аутизмом та іншими особливими потребами, що сприяє розвитку самовираження і соціальних навичок через танець (Kramer, 2020). Групова форма роботи підсилює командний дух та взаєморозуміння, сприяючи підвищенню рівня участі у колективних заходах, покращенню рухових здібностей та зниженню соціальної тривожності. Відомою ініціативою у штаті Флорида є організація «Chance 2 Dance», яка пропонує танцювальні заняття для людей з особливими потребами. Завдяки інноваційним програмам, що включають майстер-класи з холистичної фізичної терапії, адаптовані до осіб із інвалідністю, арт-терапевти допомагають подолати розрив між здоров'ям, благополуччям і доступністю. Це сприяє розширенню спектра інклюзивних заходів, розвитку фізичної активності та соціальної інтеграції учасників (Chance 2 Dance, Inc., 2025).

Танцювально-рухова терапія у системі шкільної освіти орієнтована на розвиток емоційного інтелекту учнів, особливо підлітків, зменшення проявів агресії, підвищення самооцінки та покращення розуміння власних емоцій і емоцій однолітків. Групові форми взаємодії сприяють формуванню довіри, емпатії та навичок роботи в колективі. В межах арт-терапевтичних програм для підлітків із соціальними тривожними розладами застосовується методика створення структурованих групових танцювальних композицій. Зокрема, програма арт-терапії в школі-пансіоні для підлітків із діагнозом соціальної тривожності в штаті Каліфорнія спрямована на покращення соціальних навичок, посилення почуття приналежності до групи та зниження соціальної ізоляції. Методика передбачає створення колективної танцювальної композиції, що складається з попередньо визначених рухів, які поєднуються у цілісну хореографічну історію. Такий структурований підхід дозволяє підліткам відчувати контроль над процесом і зменшити страх виступу перед аудиторією. Робота здійснюється в малих групах, де кожен учасник отримує



індивідуальне завдання (руховий або ритмічний елемент), що інтегрується у спільний танець. Використовуються техніки дихання, тілесної усвідомленості та елементи драматерапії для поглибленого розуміння і вираження емоцій. За результатами спостережень, застосування цієї арт-терапевтичної методики сприяє значному покращенню соціальної взаємодії, зниженню уникання соціальних ситуацій та підвищенню впевненості у публічних виступах. Викладачі також відзначають покращення навчальної успішності та мотивації учнів.

З позиції андрагогіки хореотерапевтичні сесії широко застосовуються для профілактики когнітивних порушень, збереження рухової активності та підтримки емоційного благополуччя дорослих. Заняття, що включають повільні, м'які рухи під музику, сприяють зниженню тривожності, стимулюють пам'ять та підтримують соціальні зв'язки. У цьому контексті зростає потреба у висококваліфікованих фахівцях, здатних інтегрувати знання з психології, соматички, хореографії, психотерапії, педагогіки, нейронаук та клінічної практики. Професійна підготовка танцювальних терапевтів у США є системним і тривалим процесом, спрямованим на формування як клінічних, так і творчих компетентностей. Освітні програми провідних американських університетів ґрунтуються на міждисциплінарному підході, який інтегрує наукові знання з психотерапії, тілесно-орієнтованих практик та мистецтва танцю.

Американська асоціація танцювальної терапії встановлює чітко окреслені вимоги до освітньої підготовки, професійної кваліфікації та етичної практики фахівців у галузі танцювально-рухової терапії. Основними критеріями професійної компетентності є:

1. Наявність формальної освіти – здобуття ступеня магістра у сфері танцювально-рухової терапії або суміжних галузях (зокрема, клінічної психології, психотерапії, арт-терапії), в межах програм, акредитованих ААТТ. Прикладами таких програм є: «Магістр танцювальної/рухливої терапії зі спеціалізацією в терапії пар і сімей» (кафедра прикладної психології) (MA in Dance/Movement Therapy with a Concentration in Couple and Family Therapy, Department of Applied Psychology); «Магістр танцювальної/рухливої терапії та консультування (кафедра творчих мистецтв)» (MA in Dance/Movement Therapy and Counseling, Creative Arts Therapies Department); «Магістр клінічного консультування з питань психічного здоров'я: спеціалізація танцювальна/рухлива терапія» (MA in Clinical Mental Health Counseling: Specialization Dance/Movement Therapy); «Магістр клінічного консультування з питань психічного здоров'я зі спеціалізацією соматичне консультування: танцювальна/рухова терапія» (MA in Clinical Mental Health Counseling Concentration in Somatic Counseling: Dance/Movement Therapy); «Магістр з танцювальної/рухової терапії» (Master's Program in Dance/Movement Therapy); «Магістр клінічного консультування з питань психічного здоров'я зі спеціалізацією танцювальна/рухова терапія» (MA in Clinical Mental Health Counseling with Dance/Movement Therapy Concentration); «Магістр наук з танцювальної/рухової терапії» (MS Degree in Dance/Movement Therapy). Освітні програми включають теоретичну та практичну підготовку за такими напрямками: основи психотерапії та психології розвитку; анатомія, фізіологія, соматика; теорії руху; клінічна діагностика й оцінювання; мультикультурні та міждисциплінарні аспекти арт-терапії.

2. Проходження клінічної практики обсягом від 700 до 1000 годин у психіатричних закладах, реабілітаційних центрах, освітніх установах, організаціях для осіб з особливими потребами тощо.



3. Супервізія та наставництво, що здійснюється сертифікованими фахівцями (Board Certified Dance/Movement Therapist) та є обов'язковою складовою навчального процесу. Особлива увага приділяється рефлексії власної практики та формуванню професійної ідентичності майбутнього терапевта.

4. Дотримання етичних стандартів, що включає розвинуту емпатію, повагу до тілесної автономії клієнта, забезпечення безпечного простору для самовираження й особистісного розвитку.

5. Неперервний професійний розвиток, що передбачає регулярне підвищення кваліфікації, участь у семінарах, конференціях та професійних спільнотах.

До провідних закладів вищої освіти США, які здійснюють підготовку фахівців з танцювально-рухової терапії, належать Pratt Institute (м. Нью-Йорк), Columbia College (м. Чикаго), Drexel University (м. Філадельфія), Naropa University (штат Колорадо), Rider University (м. Лоренсвілл, штат Нью-Джерсі), Sarah Lawrence College (м. Бронксвілл, штат Нью-Йорк) та інші (American Dance Therapy Association, n.d.).

Американський досвід свідчить про високу ефективність інтеграції хореографії в систему арт-терапії, що сприяє емоційному, когнітивному та фізичному оздоровленню особистості. Адаптація цих практик в Україні може стати важливим кроком у вдосконаленні психолого-педагогічної підтримки за допомогою хореографічного мистецтва.

ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК

Проведене дослідження американського досвіду використання хореографії як арт-терапевтичного засобу в освітньо-педагогічному контексті дозволяє зробити низку важливих висновків: 1) хореографія у форматі танцювально-рухової терапії розглядається не лише як мистецтво, але як цілісний психотерапевтичний інструмент, що сприяє емоційному, когнітивному, соціальному та тілесному розвитку особистості; 2) методологічна база американської ТРТ ґрунтується на теоретичних засадах гуманістичної психології, тілесно орієнтованої терапії та психодинамічного підходу; 3) педагогічний вимір хореографічної арт-терапії виявляється в інтеграції ТРТ у шкільну освіту, інклюзивні програми, підготовку вчителів мистецтв, використання методів імпровізації, дзеркального відображення, рухового діалогу тощо; 4) професійні організації, зокрема ААТТ систематизували стандарти практики, етичні норми, навчальні програми і відіграють провідну роль у поширенні ТРТ як педагогічної та терапевтичної практики. Таким чином, американський досвід підтверджує значний потенціал хореографії як ефективного педагогічного засобу арт-терапії. Його творча адаптація в Україні може суттєво збагатити як сферу хореографічно-педагогічної освіти, так і практику психолого-педагогічного супроводу особистості в умовах соціокультурних змін.

Перспективи подальших розвідок полягають у дослідженні таких аспектів: адаптація американських підходів до українського освітнього і психотерапевтичного контексту з урахуванням культурних, соціальних та інституційних особливостей; дослідження ефективності хореографії як арт-педагогічного засобу у роботі з дітьми з особливими освітніми потребами, зокрема в умовах інклюзивної освіти; розробка міждисциплінарних програм підготовки педагогів-хореографів, які включатимуть основи арт-терапії, тілесної психотерапії та психолого-педагогічного супроводу; порівняльний аналіз освітніх програм з ТРТ у США та Україні, що дає змогу виявити продуктивні моделі інтеграції терапевтичних підходів у мистецьку педагогіку; упровадження хореотерапії в систему післядипломної педагогічної освіти як засобу профілактики емоційного вигорання педагогів і розвитку їх емоційної компетентності.



ЛІТЕРАТУРА

1. American Dance Therapy Association. (n.d.). Becoming a dance / movement therapist. <https://www.adta.org/become-a-dance-movement-therapist>
2. American Dance Therapy Association. (n.d.). What is dance/movement therapy? <https://www.adta.org/>
3. Barkai, Y. (2025). Revisiting dance therapy training with Marian Chace: 50 years on. *International Journal for Theory, Research and Practice*, 20(1). 91–104 <https://doi.org/10.1080/17432979.2024.2335252>
4. Boston Ballet. (n.d.). Adaptive Dance. <https://www.bostonballet.org/Home/Education/Adaptive-Dance>
5. Brown, C. A. (2022). Tacit and kinesthetic healing factors in Chacian Dance/Movement therapy (Order No. 29168222) (Doctoral dissertation, ProQuest Dissertations & Theses Global). ProQuest Dissertations & Theses Global. <https://www.proquest.com/dissertations-theses/tacit-kinesthetic-healing-factors-chacian-dance/docview/2662716359/>
6. Chance 2 Dance, Inc. (2025). Central Florida community programs. <https://chance2danceinc.org/community-programs/c-fl/>
7. Kramer, S. (2020). Adaptive dance and rhythms for all ages: With basic lesson plan (2nd ed.). Independently published.
8. Levy, F. J. (1988). *Dance/Movement Therapy: A healing art*. AAHPERD Publications.
9. Prakash, N., & Nagpal, M. (2024). Marian Chace Foundation 2023. Lecture & Introduction from the 58th Annual American Dance Therapy Association Conference: Dance/Movement Therapy: Before, Between, Beyond Words. *American Journal of Dance Therapy*, 46, 88–102.
10. Sandel, S. L., Chaiklin, S., & Lohn, A. (Eds.). (1993). *Foundations of Dance/Movement Therapy: The life and work of Marian Chace*. Marian Chace Memorial Fund of the American Dance Therapy Association.
11. Schmais, C. (2004). The journey of a dance therapy teacher: Capturing the essence of Chace. Marian Chace Foundation of the American Dance Therapy Association.
12. Song, Y. G., Ryu, Y. U., Im, S. J., Lee, Y. S., & Park, J. H. (2019). Effects of dance-based movement therapy on balance, gait, and psychological functions in severe cerebellar ataxia: A case study. *Physiotherapy Theory and Practice*, 35(8), 756–763. <https://doi.org/10.1080/09593985.2018.1457119>
13. Zhang, Q., Hu, J., Wei, L., Jia, Y., & Jin, Y. (2019). Effects of dance therapy on cognitive and mood symptoms in people with Parkinson's disease: A systematic review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 36, 12–17. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.04.005>