


***"Станиславский против наркотиков".
Описание методики театрально-
творческого направления в реабилитации
алко и наркозависимых***

Психофизический тренинг
первая часть

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.



Тренинг – это система упражнений, которая ведет от познания себя - своих эмоций, чувств, возможностей тела к познанию мира и помогает наладить системы взаимоотношений с миром. Тренинг призван открыть скрытые резервные способности человека и повысить его самооценку. Самопознание в тренинге происходит преимущественно на телесном уровне.

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

В тренинг вошли как широко известные в практике подготовки актеров упражнения, часть из которых видоизменена, скорректирована с учетом методологических требований данной системы, так и специально разработанные упражнения. Но главная заслуга автора состоит в том, что вслед за живой, естественной, экологически чистой Системой элементов единого психофизического процесса (действия), открытой К.С. Станиславским, он создает единую систему упражнений тренинга этих элементов. Тренинг является естественным продолжением Системы К.С. Станиславского.

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

Психофизический тренинг, изначально созданный для профессиональной подготовки актеров, на самом деле позволяет раскрепостить зависимого человека на физическом уровне, снимает основные зажимы, накопившиеся в теле, высвобождает эмоции и внутреннюю психофизическую энергию. Тренинг позволяет раскрыть внутренний потенциал человека любые творческие способности, дремлющие в человеке. Он формирует особое творческое мышление, творческое отношение к миру и творческое решение любых поставленных задач. Поэтому мы рекомендуем этот курс для использования в работе с алко и наркозависимыми в социальных учреждениях.

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

Тренинг помогает зависимому человеку развить, разрушенные за время потребления ПАВ, способы коммуникации, найти общий язык для сотрудничества в том числе и в творчестве, подвести человека к самостоятельному поиску. Тогда активная позиция участника группы превращает для него процесс обучения в лично значимую деятельность.

Курс рассчитан на 6-9 месяцев. Рекомендуется проводить его сжатым блоком в первом полугодии (два раза в неделю по три часа).

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

Главная цель тренинга - научить зависимого человека быть счастливым без употребления ПАВ, привить ему навыки естественного получения удовольствия, то есть пробудить у зависимого человека потребность в самосовершенствовании, потребность творить. Кроме того, тренинг позволяет комплексно раскрыть творческий потенциал зависимого человека, сформировать творческое мышление и освоение творческого подхода к решению задач.

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

Тренинг решает такие задачи: раскрепощение зависимого человека на физическом уровне, снятие основных мышечных и психических зажимов, накопившихся в теле, высвобождение эмоций и внутренней психофизической энергии. Формирование навыков невербальной коммуникации, развитие внимания, воображения и эмоционально-волевой сферы.

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

Основой предлагаемого психофизического тренинга является Система К.С. Станиславского. Система элементов единого психофизического процесса, т.е. действия. Таким образом, содержанием психофизического тренинга будут элементы Системы: внимание, воображение, общение, мышечная свобода, эмоциональная память. Поскольку элементы живой естественной системы тесно взаимосвязаны, они не существуют и не функционируют отдельно друг от друга. Такая особенность и является ключом данной методики, когда с помощью действия можно активизировать часть целого или целое через часть. С учетом этого построены и все упражнения тренинга. Каждое из них, даже самое простое, предполагает проработку всех элементов как единого целого.

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

Каждое занятие включает разминку и большие творческие упражнения. Главной задачей разминочных упражнений является активизация работы всех элементов Системы, «разогрев» их и подготовка к работе. Далее следует основная группа упражнений, которые отличаются значительной продолжительностью и медленным темпом исполнения.

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

Система упражнений построена так, что каждый участник тренинга идет от нереального к реальному, от неведомого к узнаваемому, от простого к сложному, постепенно, посильно, радостно. От абстрактной абракадабры к самому сложному, что есть на земле – к Человеку.

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

Радостно. Радость – это ведущая творческая эмоция.
Человек рожден для радости и любви.


"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

Посильно. Каждый может творить сегодня на своем уровне, в соответствии со своими сегодняшними возможностями, но важно отдавать творчеству всего себя, т.е. творить на пределе своих возможностей и еще чуть-чуть. Только такая работа обеспечивает шаг вперед, создавая новые возможности и открывая пространство для следующего шага. Это и означает «посильно», т.е. по силам, не больше, но и не меньше.

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.



Постепенно. В освоении упражнений тренинга нельзя спешить. Нельзя подгонять участников, но и не стоит их искусственно тормозить. Причем чем сложнее зависимость участников тренинга, тем медленнее он проводится, тем тщательнее прорабатывается каждая ступень. Нельзя пропускать ступени или перескакивать. Движение от первого занятия до финала должно быть поступательным. Каждая неосвоенная ступень, не проработанный элемент обернется потом в работе срывом, фальшью, штампами, жестоко отомстит в жизни.


"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.

Основопологающим принципом является принцип «зерна», т.е. в самом первом и простом упражнении как в зерне заложена вся Система, все ее элементы и законы, а дальнейшие упражнения – есть развитие их. Таким образом, тренинг есть изучение живой целостной системы в развитии. От простого, но целостного, живого – к сложному целостному, живому. И развитие — это бесконечно. Поэтому педагог, постигший суть и принципы тренинга, может создавать на его основе свои собственные упражнения, являющиеся его продолжением.

"Станиславский против наркотиков".

Описание методики театрально-творческого направления в реабилитации алко и наркозависимых.



Тренинг построен по принципу эволюции живой природы. От абстрактных нереальных сущностей переходим к конкретным, но не существующим и не живым, затем к механизмам и потом подходим к точке, клетке. К той самой клетке, которая дала начало эволюции. Из одноклеточных простейших, постепенно меняясь, развиваясь и совершенствуясь, участники группы проходят все ступени эволюции, вплоть до млекопитающих, и подходят к высшей ступени.



СТАНИСЛАВСКИЙ ПРОТИВ НАРКОТИКОВ

ОПИСАНИЕ МЕТОДИКИ

ТЕАТРАЛЬНО-ТВОРЧЕСКОГО НАПРАВЛЕНИЯ В РЕАБИЛИТАЦИИ АЛКО- И НАРКОЗАВИСИМЫХ



ПРОЕКТ РЕАЛИЗУЕТСЯ
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
ГРАНТА ПРЕЗИДЕНТА РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ, ПРЕДОСТАВЛЕННОГО
ФОНДОМ ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ



ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ



**ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**