

Секция «Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

Оценка эффективности коррекционной программы, направленной на снижение уровня тревоги у пациентов с синдромом зависимости от алкоголя и наркотиков с помощью методов телесно-ориентированной терапии

Научный руководитель – Григорьева Александрина Андреевна

Гавриченко Анастасия Алексеевна

Выпускник (специалист)

Московский государственный психолого-педагогический университет, Факультет юридической психологии, Москва, Россия

E-mail: a.a.gavrichenkova@mail.ru

Терапия зависимостей является сложной комплексной задачей, включающей в себя медицинский, психологический, социальный аспекты. В реабилитационном процессе для таких пациентов кроме медикаментозной терапии используется физиотерапия, лечебная физическая культура, а также различные виды психотерапии. В работе с пациентами, страдающими синдромом зависимости, важно учитывать трудность вербального описания, рефлексии своего состояния зависимым, что требует разработки подходов, ориентированных на невербальную работу с клиентом, одним из которых является телесно-ориентированная терапия.

В качестве индивидуально-типологических особенностей пациентов с синдромом зависимости от психоактивных веществ (ПАВ) выделяются такие особенности как гипертимность, циклотимность, тревожность [3], а при сравнительном анализе пациентов с зависимостями от алкоголя, опиоидов, или различных ПАВ, высокий уровень личностной и ситуативной тревожности был одним из факторов, выделяемых в каждой из групп [1].

Согласно исследованиям Губаревой Л.И., Посохиной В.В. [2], мужчины, страдающие алкоголизмом, имеют достоверно более высокий уровень тревоги. Также результаты показали, что преимущественное большинство мужчин, страдающих алкоголизмом, имеют высокий (49 %) или очень высокий (24 %) уровень тревожности, в то время как среди здоровых — мужчины с высоким уровнем тревожности составляют 26 %, а с очень высоким — 8 %. При этом у страдающих алкоголизмом регистрировали более высокие показатели по шкале лжи, свидетельствующие о некоторой демонстративности поведения и ориентированности обследуемых на социальное одобрение.

Целью работы являлось пилотное исследование результатов коррекционной программы на группе пациентов с синдромом зависимости.

В соответствии с поставленной целью, были выделены задачи:

1. оценить влияние коррекционных занятий на уровень тревоги участников программы;
2. дать оценку эффективности программы коррекции тревожности.

В группу выборки вошли 12 пациентов с алкогольной зависимостью (из них 10 мужчин и 2 женщины) и 3 пациента с наркотической зависимостью (2 мужчины и 1 женщина). Возраст пациентов составил от 27 до 48 лет (средний возраст 35 лет).

Критерием отбора для участия в коррекционной программе являлось наличие субъективных жалоб на беспокойство, бессонницу, тревогу со стороны самого пациента, его родственников или лечащего врача, а также рекомендации от лечащего врача и врача лечебной физкультуры в соответствии с состоянием физического здоровья. Программа реализовывалась в 2018 году в ННЦ наркологии - ФГБУ «НМИЦ ПН им. В.П. Сербского» Минздрава России.

Оценка тревожности проводилась с использованием шкалы Гамильтона для оценки тревоги (TheHamiltonAnxietyRatingScale - HARS, 1959) и шкалы тревоги Спилбергера (State-TraitAnxietyInventory - STAI) в адаптации Ю.Л. Ханина (1978). Диагностика проводилась индивидуально с каждым пациентом вначале и по завершении проведения коррекционной программы.

Полученные результаты по шкале Гамильтона, со средним результатом для группы в 23,5 балла, соответствуют тревожному состоянию. Среднегрупповые показатели личностной тревожности (46,3 балла) и ситуативной тревожности (45,7 балла) соответствуют высокому уровню тревожности.

Программа коррекции уровня тревоги состояла из 12 занятий продолжительностью 60 минут с частотой 2 раза в неделю и включала использование методов телесно-ориентированной терапии. Вводная часть каждого занятия состояла из обсуждения актуального эмоционального состояния пациентов на данный момент и их ожиданий, далее проводилась разминка, состоящая из суставной гимнастики с элементами современного танца. Основная часть занятий представляла собой упражнения телесно-ориентированной терапии. Их длительность и порядок проведения корректировались в зависимости от динамики занятия и состояния участников. Занятия завершались комплексом упражнений, состоявших из растяжки и йоги, после которых проводилась медитация.

Диагностика, проведенная по завершении коррекционной программы, показала тенденцию к снижению уровня тревожности. По шкале Гамильтона средний результат составил 19,8 балла (-3,76), то есть результаты снизились от уровня тревожного состояния до тревожных симптомов. Среднегрупповой показатель по опроснику Спилбергера равен 40,9 балла (-5,26) по шкале личностной тревоги и 41,6 балла (- 4,16) по шкале ситуативной тревоги. Оба показателя соответствуют уровню умеренной тревоги.

Полученные результаты позволяют сделать вывод о тенденции к снижению показателей уровня тревоги среди участников коррекционной программы. Таким образом, используемая программа занятий имеет практическую значимость и результативность.

Источники и литература

- 1) 1. Ветрова М.В., Соловьева С.Л., Кучменко Д.Н., Гончаров О.В., Скурат Е.П., Зефирова С.Ю., Рыбакова К.В., Крупицкий Е.М. Структура агрессивности и клинико-психологические особенности мужчин с диагнозом зависимости от различных психоактивных веществ // Журнал "Вопросы наркологии" – 2017. – №12. – С. 85–104.
- 2) 2. Губарева Л.И., Посохина В.В. Психофизиологический статус и функциональные особенности центральной нервной системы больных с алкогольной зависимостью // Психофармакология и биологическая наркология 2008. Т. 8, № 1-2 (Ч. 1). С. 1-2332-1-2340.
- 3) 3. Гурьева Л.В., Нагорнова А.Ю., Переведенцева Л.А., Резниченко О.С., Шилова И.С. Индивидуально-психологические особенности личности как фактор возникновения алкогольной зависимости // Современные проблемы науки и образования, – 2012. – № 6. – С. 706-706.