

Секция «Клиническая психология, психосоматика и психология телесности»

Групповая арт-терапия пациентов с психическими расстройствами в рамках стационара

Научный руководитель – Маневский Фёдор Сергеевич

Елисеева Полина Эмильевна

Студент (специалист)

Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии,
Санкт-Петербург, Россия

E-mail: polyaeliseeva98@yandex.ru

Основными задачами групповой психотерапии пациентов с психиатрическими расстройствами являются предотвращение их изоляции, социальная активация, смягчение реакции на ситуации, связанные с болезнью и лечением, помощь в формировании критического отношения к болезни и подготовка к выписке [10].

Актуальность данной работы определяется тем, что арт-терапевтический подход является эффективным методом социально-психологической реабилитации психиатрических больных [2, 5].

Целью работы являлась активация креативного потенциала больных для восстановления недостаточных или утраченных в ходе болезни когнитивных, эмоциональных и поведенческих ресурсов, улучшения самовыражения и самопонимания, а также совершенствования коммуникативных навыков.

Сначала участники делают рисунок на тему «Моё состояние в первые дни госпитализации и сейчас». Его цель - осознать изменения в состоянии, произошедшие за время лечения, а также сформулировать и запомнить на будущее факторы, которые могут помочь при возможном ухудшении состояния. В ходе занятия участники рисуют своё состояние в первые дни госпитализации и в данный момент, после чего работы обсуждаются с целью лучше осознать своё состояние и прояснить, что повлияло на изменения.

Тема следующего рисунка - «Моя болезнь». Его цель в том, чтобы прояснить и проработать чувства, связанные с болезнью. Участники рисуют свою болезнь в виде метафорического образа и обсуждают, какие чувства изображены на рисунке и почему автор изобразил их именно таким образом.

Далее участниками выполняется бумажная аппликация на тему «Мои эмоции», цель занятия - повысить осознанность и рефлексивность, чтобы в дальнейшем раньше ощущать болезненные проявления, таким образом улучшая прогноз заболевания. Участники рисуют контур человека и заполняют его кусочками бумаги и других материалов таких цветов и форм, которые характеризуют их эмоции. После участники рассказывают, какие эмоции они изобразили и соответствует ли их расположение на рисунке тому, как эти эмоции проявляются в их теле.

После каждый участник изготавливает коллаж на тему «Мои ресурсы», к которому можно обращаться в будущем при возникновении трудностей, чтобы поддержать себя и оказать доступную самопомощь. Цель занятия в том, чтобы создать собственный источник информации, к которому можно обращаться в случае необходимости для того, чтобы вспомнить, какие ресурсы могут помочь улучшить своё психологическое состояние.

В заключение пациенты выполняют коллективный рисунок, цель которого - улучшение коммуникации между участниками и осознание ими своих коммуникативных сложностей. Участники разбиваются на подгруппы и рисуют город эмоций, каждая подгруппа рисует отдельный район этого города и рассказывает о своём рисунке, обозначая, какие

эмоции на нём изображены и где они находятся. После чего вся группа объединяется и соединяет районы вместе, при необходимости дорисовывая стыки и недостающие элементы, в конце делаясь своими впечатлениями и рассказывая о возникших сложностях.

В обратной связи о цикле занятий участники сообщали о развитии способности понимать свои чувства и их связь с телесными проявлениями, более открытых коммуникациях с другими пациентами, искреннем проявлении и отслеживании своих эмоций, понимании факторов, помогающих им в трудных ситуациях, более позитивном взгляде на лечение и усилившейся мотивации к творчеству.

Арт-терапия как психотерапевтическое коррекционное мероприятие положительно влияет на качество жизни пациента в области физического и социального функционирования, повышая самооценку и настроение и восстанавливая навыки межличностного взаимодействия, раскрывает его творческий потенциал и помогает вернуться к трудовой деятельности [3, 7]. Таким образом, помимо улучшений в физической и эмоциональной сфере, арт-терапия способствует лучшей социальной и трудовой адаптации в обществе, что положительно сказывается на прогнозе заболевания [6, 10].

Источники и литература

- 1) Бурно М. Е. Терапия творческим самовыражением (отечественный клинический психотерапевтический метод). – 2012.
- 2) Вербенко В. А., Ежов А. В., Илиади И. В. Оценка влияния арт-терапии на нейропсихологические показатели функционирования больных шизофренией //Крымский журнал экспериментальной и клинической медицины. – 2011. – Т. 3. – С. 10-13.
- 3) Воловик В. М. и др. Групповая психотерапия психических больных //Методические рекомендации МЗ СССР. – 1983. – С. 39.
- 4) Гуменюк Л. Н., Кумельский Е. Д. Особенности арт-терапии для больных с первым психотическим эпизодом на стационарном и амбулаторном этапах оказания помощи //Таврический медико-биологический вестник. – 2017. – Т. 20. – №. 3-1. – С. 16-22.
- 5) Исупова Е. О. Опыт применения арт-терапии в работе с психиатрическими пациентами //Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. – 2018. – Т. 6. – №. 1 (20). – С. 89-106.
- 6) Копытин А. И. Теория и практика арт-терапии. – 2002.
- 7) Косенко В. Г. и др. Опыт применения групповой арт-терапии в комплексном стационарном лечении больных, страдающих тяжелыми психическими расстройствами //Бюллетень сибирской медицины. – 2008. – Т. 7. – №. 5-1. – С. 194-197.
- 8) Марута Н. А. и др. Критерий качества жизни в психиатрической практике //Харьков: РИФ Арсис, ЛТД. – 2004.
- 9) Ревина А. А., Магомедова М. А. Влияние арт-терапии на эмоционально-волевою сферу больных с диагнозом «шизофрения» //Скиф. Вопросы студенческой науки. – 2019. – №. 11 (39). – С. 55-59.
- 10) Юдина И. И. Опыт применения арт-терапии как метода психотерапевтической коррекции в работе с пациентами, страдающими шизофренией //Современная терапия в психиатрии и неврологии. – 2013. – №. 1. – С. 12-18.