

И.Р. ХУСАИНОВА¹, Д.С. ДЮСЕНБАЕВА¹¹АО «Казахский научно-исследовательский институт онкологии и радиологии», г. Алматы, Республика Казахстан

Использование метода арт-терапии для психологического сопровождения женщин с онкогинекологическими заболеваниями при различных эмоциональных состояниях

Аннотация. В статье описаны общие психологические особенности эмоциональных состояний женщин с онкогинекологическими заболеваниями, проявляющиеся главным образом в трудностях эмоционального и рационального восприятия и реагирования на психотравмирующие ситуации, связанные с тяжелым заболеванием. Применение современных лечебных программ позволяет добиться значительных успехов при лечении злокачественных новообразований у пациентов. Однако многократные госпитализации, длительное амбулаторное лечение в значительной мере изолируют пациентов от социума. Психологический статус пациентов, перенесших онкологическое заболевание, характеризуется многочисленными страхами, в первую очередь, страхом смерти, высоким уровнем тревожности, чувством вины, нередко повышенной агрессивностью, элементами посттравматического синдрома. Все вышеперечисленные обстоятельства приводят к серьезной социальной дезадаптации человека. Применение различных техник арт-терапии способствует самовыражению онкопациентов, помогает адаптироваться в обществе, развивать творческий потенциал.

Арт-терапия как часть психологического сопровождения в рамках реабилитационного процесса помогает найти внутренние силы и путь к выздоровлению в такой сложной жизненной ситуации.

Ключевые слова: онкопсихология, психологическое сопровождение, арт-терапия, клиническая системная арт-терапия.

Актуальность. В клинических учреждениях разных стран в последние годы все более активно применяется такой инновационный подход, как психотерапия искусством. Согласно международной классификации [1], психотерапия искусством представлена четырьмя модальностями: арт-терапия (психотерапия методами изобразительного творчества), драмотерапия (психотерапией посредством сценической игры), танцевально-двигательная терапия (психотерапией посредством движения и танца) и музыкальная терапия (психотерапией посредством звуков и музыки).

В нашей стране также отмечается значительное расширение спектра различных форм и областей применения арт-терапии в лечебно-профилактической и реабилитационной практике. Появляются новые подходы к арт-терапевтической работе, поддерживаемые развитием биопсихосоциальной парадигмы современной медицины, изменением социальных и культурных условий. Происходит становление социального и клинического направлений современной арт-терапии.

Арт-терапия рассматривается как совокупность методов психологического либо психофизического воздействия, связанных с изобразительной деятельностью пациентов с разными психическими и соматическими патологиями и применяемых с целью их лечения, профилактики и реабилитации [2]. При этом арт-терапия нередко продолжает восприниматься как набор преимущественно эмпирических приемов, «альтернативный метод лечения» [3].

Ведущим подходом к арт-терапевтическим исследованиям за рубежом остается описание отдельных случаев или их серии. Количественные исследования на основе принципов доказательной медицины, связанные с изучением терапевтической эффективности различных вариантов индивидуальной и групповой арт-терапии, применяемой в психокоррекции и реабилитации пациентов с разными психосоматическими заболеваниями, на данный момент весьма актуальны.

В настоящее время кардинально меняется концепция медицинской и социальной помощи. Она все больше ориентируется не только на лечение болезней или решение проблем людей, но и на поддержку их внутреннего потенциала жизнестойкости, в том числе, за счет более активного использования разнообразных доступных внешних ресурсов, связанных с природой, культурой, общением и творческой деятельностью (strength-based intervention models). Именно эти ресурсы использует арт-терапия с целью восстановления и сохранения здоровья, гармонизации отношений и поддержки творческой природы человека. [4].

Некоторыми важнейшими группами, на которые ориентирована современная клиническая и социальная арт-терапия, являются:

- люди с проблемами психического и физического здоровья;
- люди, перенесшие психическую травму, связанную с организованным или домашним насилием, природными аномалиями или техногенными катастрофами;

• люди пожилого и преклонного возраста с характерными для них психосоциальными проблемами и заболеваниями;

- те, кто переживает кризис идентичности;
- дети, подростки, молодежь, а также взрослые, находящиеся в аномальных психосоциальных условиях;
- лица с различными зависимостями и созависимостями;
- дисфункциональные и неполные семьи и сообщества;
- стигматизируемые индивиды и группы.

В области клинической и социальной арт-терапии на данный момент работают разные специалисты. Важное значение при этом имеет статус и уровень профессионального признания арт-терапии. Специалисты-практики понимают, что количество методов равно количеству специалистов, т.к. каждый вносит что-то свое, приобретенное с опытом, в технологию и интерпретацию. И хотя медицина все еще проявля-

ет нерешительность касательно практического применения предлагаемых на данный момент методов, все большее число больниц и медицинских центров начинают вводить дополнительные программы лечения, включающие элементы визуализации и экспрессивных искусств.

В нашей стране в последние годы формируется система дополнительного профессионального образования по арт-терапии, рассчитанная на специалистов с разной подготовкой — психологов, врачей (психиатров, психотерапевтов), педагогов и др.[5].

Благодаря развитию клинического направления в арт-терапии усиливается ее связь с практической, научной медициной, что, в целом, можно признать в качестве значимого фактора дальнейшего совершенствования арт-терапевтических услуг.

Примером интеграции арт-терапии в клинические условия с сохранением ее специфики является клиническая системная арт-терапия (САТ) [6-7] (рисунок 1).

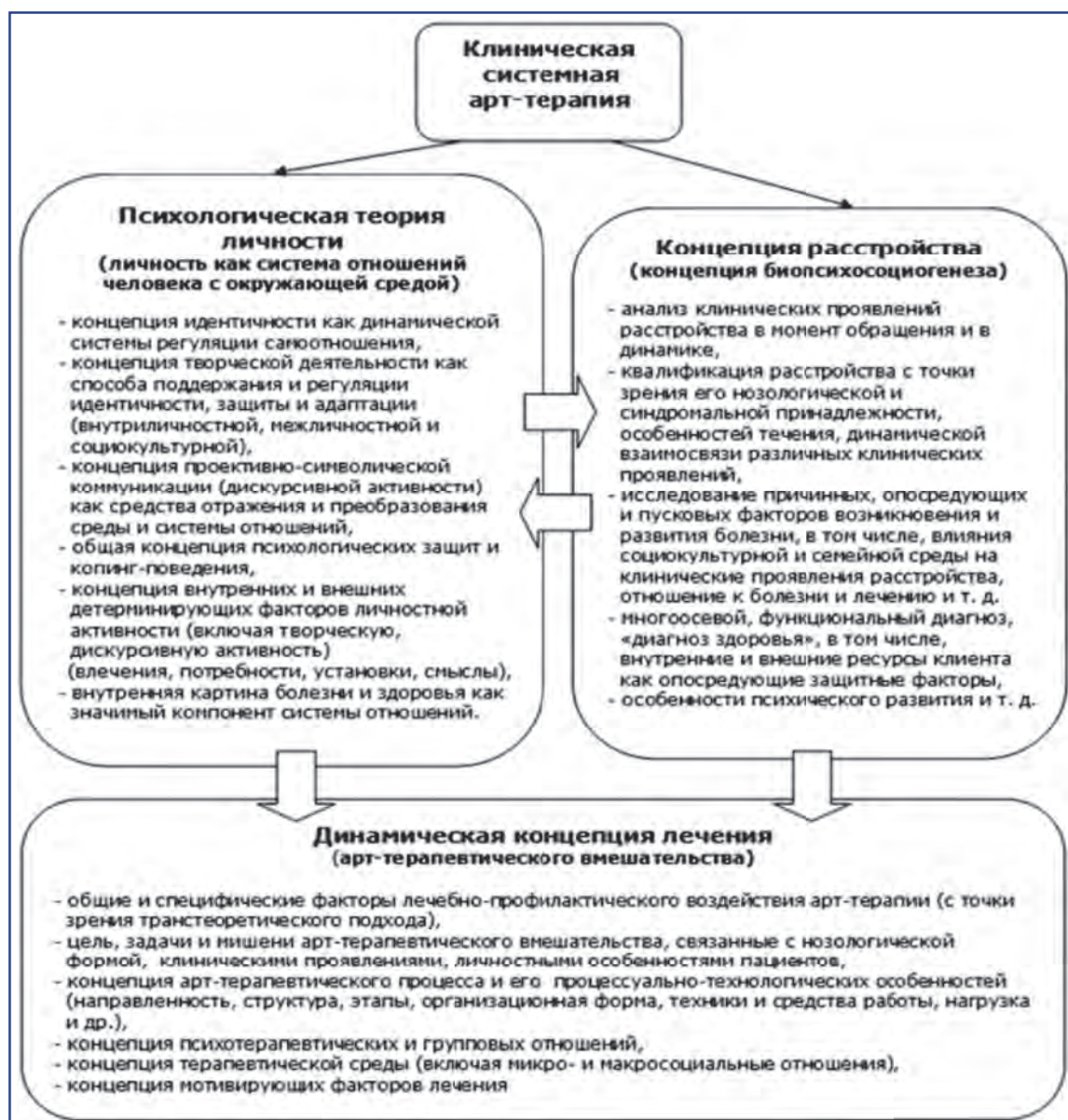


Рисунок 1 – Основные компоненты теории и методологии клинической САТ

Клиническая САТ обеспечивает:

- оптимальный учет различных биопсихосоциальных факторов сохранения и восстановления здоровья;
- обоснование общей стратегии арт-терапевтических вмешательств и функций специалиста на разных этапах арт-терапевтического процесса в их соотношении с другими методами лечения и реабилитации;
- возможность включения арт-терапии в организационный контекст медицины, оптимального взаимодействия проводящих арт-терапию специалистов с другими специалистами полипрофессиональной бригады;
- учет социальных, культурных, институциональных и иных внешних влияний на процесс арт-терапии, социального и культурного опыта пациентов.

Применительно к онкопсихологии, арт-терапию можно отнести к комплементарным средствам, способствующим активизации внутренних креативных резервов и возможностей пациента и непосредственно связанным с улучшением его психоэмоционального и душевного состояния. Арт-терапия – это одновременно психологическая и духовная терапия для пациента; это совершенно естественный метод исцеления и развития человеческой души через художественное творчество.

Применение арт-терапии в работе с онкологическими больными даёт определенные результаты, когда пациенты с онкологическими заболеваниями не только визуализируют исцеляющие образы, но и стараются передавать их средствами изобразительного искусства (рисунки 2, 3).



Рисунок 2 – Групповая арт-терапия с онкопациентами



Рисунок 3 – Сублимация эмоций через арт-терапию

Арт-терапия ни в коем случае не относится к лечебным средствам или методам, поскольку это не лечение, а раскрытие внутренних возможностей и способностей человека, это развитие в человеке присущей ему способности творить (креативности), это гармонизация и развитие личности. Арт-терапия помогает человеку обрести свою личностную силу и целостность для решения возникающих проблем в трудной жизненной ситуации, как например, онкологическое заболевание.

Из общего числа средств арт-терапии, используе-

мых в онкологии, наибольшую популярность и распространение получила работа с рисунком. Сегодня существует довольно много различных способов и техник работы с рисунком.

Методики индивидуальной работы с рисунком:

- «настроение»,
- «автопортрет»,
- «дерево жизни»,
- ассоциативный и свободный рисунок,
- «Образ-Я» (рисунок 4).

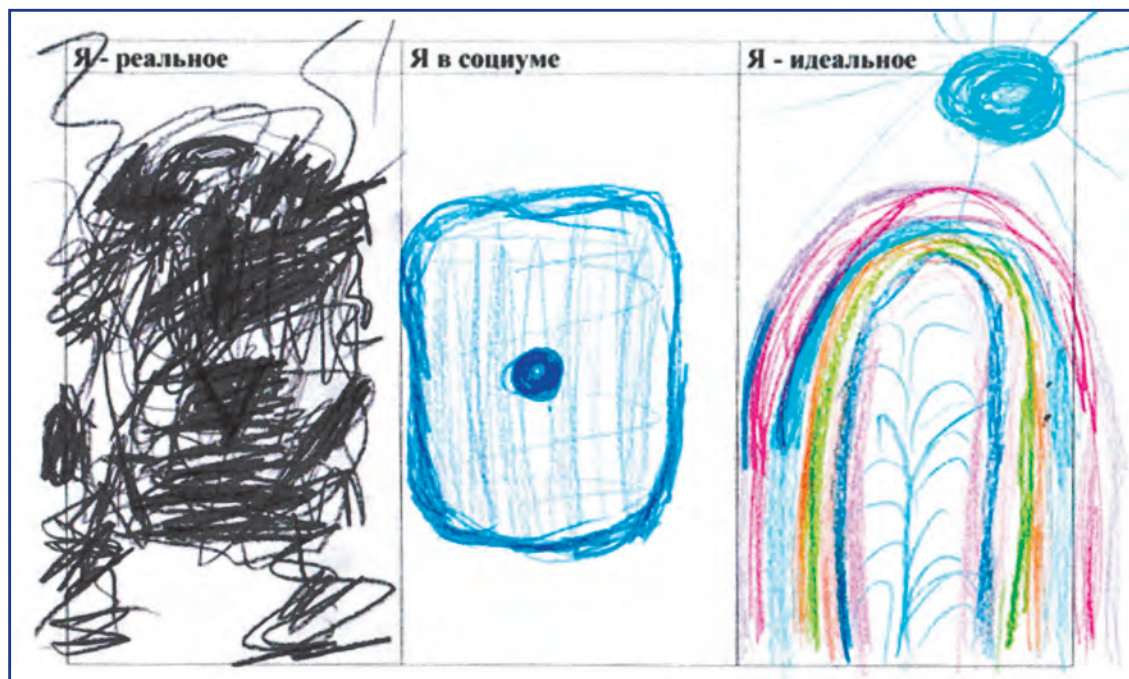


Рисунок 4 – Арт-терапевтическая техника с «Образом-Я»

Групповая арт-терапия позволяет:

- создать ситуацию взаимной поддержки;
- помочь преодолеть чувство социальной изоляции и стигматизации;
- провести групповое взаимодействие в присутствии психотерапевта, что способствует формированию опыта здоровых взаимоотношений в социуме;
- поддержать развитие социальных и коммуникативных навыков;
- помочь в освоении новых ролей, которые могут раскрыть скрытые качества личности через изменяющиеся взаимоотношения с другими членами группы.

Групповые методы работы с рисунком:

- «подарки»,
- «групповой портрет»,
- «триптих»,
- «диалог»,
- «я, ты, мы»,
- групповой рисунок,
- рисунок по кругу и др.

Применительно к онкологии, арт-терапия не имеет ограничений и противопоказаний. Этот метод всегда ресурсен и может использоваться практически при любых локализациях, в любом возрасте и в

любых направлениях. Единственным препятствием и ограничением для использования широкого арсенала средств и методов арт-терапии в онкологии является состояние когнитивной системы и общее физиологическое состояние пациента, поскольку данный метод требует наличия свободного поля восприятия и некоторого количества свободной психической энергии.

Таким образом, среди многообразия психотерапевтических методов роль арт-терапии оказалась весьма актуальной в процессе психологического сопровождения пациентов с онкологическими заболеваниями в различных эмоциональных состояниях. Это и предопределило интерес к дальнейшему использованию арт-терапевтических техник.

Список использованных источников

1. European Consortium for Arts Therapies Education, 1999, 2002, 2005;
2. Бурно М.Е. Клиническая психотерапия. – М: Академический проект, 2000. – 468 с.;
3. Хаген Л. Арт-терапия и медицина // Исцеляющее искусство: международный журнал арт-терапии. – 2008. – Том 11, № 1. – С. 41–57;

4. Копытин А.И. Системная арт-терапия: теоретическое обоснование, методология применения, лечебно-реабилитационные и дестигматизирующие эффекты: автореф. дис. док. мед. наук. – СПб.: Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневро-логический институт им. В.М. Бехтерева, 2010. С. 265–297

5. Мадалиева З.Б. Возможности применения арт-тера-

пии в работе с подростками // «Вестник КазНУ» (серия психология и социология). – 2015. – Том 54, №3. – С.50–56;

6. Копытин А. И. Арт-терапия психических расстройств. – СПб.: Речь, 2011. – 368 с.

7. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. – М.: Медицина, 1998. – 303 с.

ТҰЖЫРЫМ

И.Р. Хусаинова¹, Д.С. Дүйсенбаева¹

¹Қазақ онкология және радиология ғылыми-зерттеу институты, Алматы қ., Қазақстан Республикасы

Әртүрлі эмоционалды жағдайлар кезінде онкогинекологиямен ауыратын әйелдерді психологиялық сүйемелдеу үшін арт-терапия әдісін қолдану

Тұжырым. Мақалада онкогинекологиялық аурулары бар әйелдердің эмоционалды күйлерінің жалпы психологиялық ерекшеліктері сипатталады, олар эмоционалды және рационалды қабылдау қиындықтары кезінде және ауыр сырқатқа байланысты психожарқаттанған жағдайларға жауап ретінде көрініс табады. Пациенттердегі қатерлі ісіктерді емдеу кезінде заманауи емдеу бағдарламаларын қолдану айтарлықтай табысқа жетуге мүмкіндік береді. Дегенмен, пациенттерді қайта емдеуге жатқызу, ұзақ мерзімді амбулаторлық емдеу, пациенттердің қоғамнан шеттетілуіне өз әсерін тигізеді. Онкологиялық ауруды басынан өткерген науқастардың психологиялық мәртебесі көптеген қорқыныштармен, ең алдымен, өлім қорқынышымен, алаңдаушылықтың жоғары деңгейімен, көбінесе жоғары агрессиямен және посттравматикалық синдром элементтерімен сипатталады. Жоғарыда аталған жағдайлардың бәрі адамның әлеуметтік жағынан бейімсізденуіне алып келеді. Әртүрлі арт-терапия әдістерін қолдану онкологиялық науқастардың өзін-өзі тануына ықпал етеді және қоғамға бейімделуіне, шығармашылық әлеуетін дамытуға көмектеседі.

Осындай қиын өмірлік жағдайда оңалту процесінің шеңберінде арт-терапия психологиялық сүйемелдеудің бөлігі ретінде ішкі күш пен сауығу жолын табуға көмектеседі.

Түйінді сөздер: онкопсихология, психологиялық сүйемелдеу, арт-терапия, клиникалық жүйелік арт-терапия.

ABSTRACT

I.R. Khussainova¹, D.S. Dyusenbaeva¹

¹Kazakh Institute of Oncology and Radiology, Almaty, the Republic of Kazakhstan

The use of art therapy for the psychological support of women with gynecological cancer diseases in different emotional states

Abstract. The article provides general psychological characteristics of emotional states of women with gynecological cancer diseases which are manifested mainly in the difficulties of emotional and rational perception and response to traumatic situations associated with the serious illness. The use of modern treatment programs allows achieving significant success in the treatment of malignant neoplasms in patients. However, repeated hospitalizations, long-term outpatient treatment to a large extent isolate the patients from the society. The psychological status of cancer patients is characterized by numerous fears, first of all, the fear of death, a high level of anxiety, guilt, often increased aggression, elements of post-traumatic syndrome. All of the above circumstances lead to a serious social maladjustment of the person. The use of various art therapy techniques contributes to the self-expression of cancer patients, helps them adapt in the society, develop their creative potential.

Art therapy as a part of psychological support provided in the framework of the rehabilitation process helps finding inner strengths and the path to recovery in such a difficult life situation.

Keywords: oncopsychology, psychological support, art therapy, clinical system art therapy.