



Департамент социального развития Ханты-Мансийского автономного округа - Югры



Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа - Югры
«Методический центр развития социального обслуживания»

№ 1 (11) 2017

**ВЕСТНИК
СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ
ЮГРЫ**

Научно-популярный журнал

12+

АРТ-ТЕРАПИЯ В РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ, СТРАДАЮЩИХ НАРКОЛОГИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ

О. М. КОНДРАКОВА,

психолог бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр социальной адаптации «Феникс», г. Нижневартовск

Более девятнадцати лет в бюджетном учреждении Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр социальной адаптации «Феникс» (далее – Центр социальной адаптации «Феникс») помогают людям с зависимостью (наркотической, алкогольной). Здесь они осознают причину своего употребления и повышают мотивацию к здоровому образу жизни.

Реабилитация лиц, страдающих наркологическими заболеваниями, является серьезной медико-социальной проблемой в силу стойкого характера психологических, биологических и социальных нарушений, связанных с употреблением психоактивных веществ. Так как у большинства зависимых людей (далее – зависимые) имеются личностные проблемы, именно с этими проблемами и работают специалисты, помогая зависимым познать себя, обнаружить устойчивые установки, пробудить свои внутренние ресурсы. Таким образом, психологи нацелены, прежде всего, на выявление личностных проблем зависимых и работу с ними.

По результатам исследования лиц, поступивших на реабилитацию в Центр социальной адаптации «Феникс» за 2016 г., можно отметить, что социальный портрет среднестатистического зависимого представлен следующим образом из 100 % поступивших: наркозависимых – 66,20 %; мужчин – 75,3 %; средний возраст обращения за помощью – 30 лет. Начало употребления приходится на 17 лет. Данные исследования показали, что большинство клиентов с наркологической зависимостью от психоактивных веществ – 66,20 %, из страдающих алкогольной зависимостью – 38,5 % в прошлом были активными потребителями наркотиков. Преобладающая часть наркозависимых клиентов – 90,2 % – является потребителями новых синтетических наркотиков (галлюциногенов и психостимуляторов: «солей/интернета», спайса, «скорости»).

В связи с изменением структуры наркопотребления, переходом на «синтетические наркотические вещества», у специалистов учреждения возникла необходимость в новых видах и методах работы по преодолению зависимости. На основании проведенных в учреждении психодиагностических исследований выявлено, что для большинства зависимых ресурсным состоянием является творчество. С этой целью специалистами учреждения была разработана коррекционно-развивающая технология «Арт-терапия в реабилитации лиц, страдающих наркологическими заболеваниями», которая дает возможность через творчество формировать у клиентов адаптационные механизмы.

В учреждении технология внедряется начиная с 2017 г. Она включает диагностику и коррекцию эмоционального состояния с использованием проективных психодиагностических методик; групповых ритмодвигательных занятий; занятий песочной терапией, сказкотерапией, изотерапией; занятий в технике «Мандала» и учитывает все особенности зависимых, осложняющие работу с ними. На любом этапе работы с зависимыми особую трудность представляют такие чрезвычайно развитые механизмы психологической защиты, как отрицание, рационализация и проекция. Эти три самых больших составляющих иррационального мышления зависимых должны учитываться на каждом этапе терапии. Они могут чередоваться подобно слоям в луковице – когда раскрывается и удаляется один слой отрицания, рационализации и проекции, под ним может быть обнаружен следующий слой.

Другим, не менее развитым механизмом защиты, является подавление, отключающее нежелательные и неприемлемые чувства, склонность к манипуляциям – защитный маневр, помогающий зависимому отвлекать внимание от его проблемы. Зависимые дости-

гают такого мастерства в этом искусстве, что способны ввести в заблуждение психолога, своих близких и самих себя.

Эти особенности создают дополнительные затруднения при вербальной коммуникации с зависимыми. И здесь незаменима арт-терапия, способствующая установлению контакта на невербальном уровне, насыщающая бессознательное положительными образами, создающая ощущение безопасности и защищенности. Работа с рисунком, песком, сказкой позволяет зависимому в любой момент диссоциироваться от проблемы.

Во время творческой работы активизируются воспоминания и фантазии, связанные с неосознаваемыми смыслами и содержащие материал, менее подвергнутый цензуре. Зависимый может вести коммуникацию не напрямую. Такая защита от непосредственной конфронтации с эмоционально нагруженной информацией вызывает меньшее беспокойство при выражении чувств, уменьшает вероятность жесткого срабатывания защитных механизмов, затрудняющих и удлиняющих по продолжительности процесс работы.

По отношению к своей проблеме зависимые часто испытывают чувство глубокой безнадежности, существенно влияющее на мотивацию к участию в работе по избавлению от зависимости. Рисунок или сказочный сюжет можно изменить, что позволяет зародиться первой надежде на то, что изменения возможны и в жизни зависимого, а также на то, что автором этих изменений может стать он сам.

Развитие уважения к себе и повышение самооценки в процессе творчества снижает гиперчувствительность зависимых, что способствует дальнейшему успешному продвижению в терапии.

Все арт-терапевтические направления прекрасно работают в группе. Зависимые, особенно на первых этапах терапии, когда наиболее сильно влияние отрицания и проекции, получают в группах возможность сначала увидеть остроту проблемы у участников группы, а затем осознать ее у себя. Таким образом, работу планируется проводить с использованием групповой формы работы.

По итогам реализации арт-терапевтической технологии планируется получить следующие результаты.

Хорошие отношения между психологом и зависимым. Недостаток доверия – одна из присущих зависимым особенностей, суще-

ственно отражающаяся на эффективности и сроках терапии. Совместное участие в художественной деятельности может способствовать созданию атмосферы доверия, эмпатии и взаимного принятия.

Легкий процесс психокоррекции. Зависимому чрезвычайно трудно дифференцировать и вербализовать свои чувства. Кроме того, вербализации часто препятствуют такие, чрезвычайно развитые у зависимых, механизмы психологической защиты, как отрицание и регрессия. Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто гораздо легче выразить с помощью зрительных образов, чем высказать их вербально. Невербальное общение легче ускользает от цензуры сознания, что помогает преодолеть действие рационализации, еще одного, характерного для зависимого механизма психологической защиты.

Сокращение сроков психокоррекции. Особенностью зависимых является недостаток терпения – результаты нужны им как можно быстрее, кроме того, терапия зависимостей действительно довольно длительный процесс. Арт-терапия позволяет сократить продолжительность отдельных этапов терапии зависимости за счет проявления в метафорах и рисунках непосредственного восприятия зависимых своей ситуации и истинных переживаний в связи с этой ситуацией, свободных от воздействия таких психологических защитных механизмов, как отрицание, рационализация и проекция.

Социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам. Зависимые часто делят чувства на приемлемые и неприемлемые, стыдятся чувствовать, осознавать и выражать свои чувства. Постоянное подавление чувств приводит к их накоплению/накоплению и разрядке по типу «последней капли». За эмоциональным срывом следует еще большее самоосуждение и подавление чувств. Рисование, разыгрывание сказок, работа с песком является безопасным способом выпустить пар и разрядить напряжение.

Проработанные мысли и чувства, которые зависимые привыкли подавлять. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений. Проективный рисунок, сказка – незаменимы в таких ситуациях.

Развитое чувство внутреннего контроля. Работа над рисунками, процесс создания сказок предусматривает упорядочивание цвета, форм, следование законам сказочного сюжета, что в игровой форме способствует развитию терпения и внутреннего контроля. Представляя в графической форме некоторые чувства, зависимый поднимает их на поверхность, становится с ними лицом к лицу и обучается способам управления ими, что способствует повышению самооценки и исчезновению страха перед чувствами. Развитые художественные способности и высокая самооценка. Чрезвычайно низкая самооценка характерна для зависимых лиц. В то же время многие зависимые являются одаренными натурами. Побочным продуктом арт-терапии является чувство удовлетворения, возникающее в результате выявления скрытых талантов и их развития в процессе терапии.

Нравственное развитие. Возникновение зависимости, среди прочих причин, связано с определенным нравственным недоразвитием. С помощью психотерапевтических сказок можно осуществлять позитивное воздействие на уровне нравственных ценностей, как на уже имеющих зависимость, так и на подростков, с целью профилактики возникновения зависимого поведения.

Отсутствие рецидивов – раскрытие внутренних талантов, личностный рост повышают самооценку зависимого, помогают найти интересы в жизни помимо объекта зависимости.

Сроки реализации технологии ограничены временными рамками с 01 января 2017 г.

по 31 декабря 2018 г. За это время технология пройдет три этапа развития: подготовительный (январь 2017 г. – март 2017 г.), практический (апрель 2017 г. – июнь 2018 г.), аналитический (июль 2018 г. – декабрь 2018 г.). На протяжении всего срока реализации технологии планируется проводить регулярный психодиагностический скрининг, свидетельствующий об успешности или неуспешности внедряемой технологии.

Данная технология соответствует приоритетным направлениям стратегии развития социальной работы в автономном округе. Используемые арт-терапией методы работы могут реализовываться не только специалистами социального учреждения, но и членами социально ориентированных некоммерческих организаций, что способствует конкурентоспособности социальной работы в автономном округе. При социальном партнерстве с социально ориентированной некоммерческой организацией «Молодая семья» по технологии запланирована реализация направления в технике «Мандала».

В случае достижения запланированных результатов, а именно стойкой ремиссии у 85 % прошедших полный курс реабилитации с использованием арт-терапевтической технологии, использование данного метода в работе с зависимыми лицами будет продолжено. Опыт предполагается транслировать для внедрения в некоммерческих объединениях и государственных учреждениях, работающих в области реабилитации лиц, страдающих наркологическими заболеваниями.

