

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОЕКТИВНЫХ МЕТОДОВ В АРТ-ТЕРАПИИ ЛИЦ С СИНДРОМОМ ЗАВИСИМОСТИ ОТ АЛКОГОЛЯ

Григорьева И.В., к.м.н., доцент, Государственное учреждение «Республиканский научно-практический центр психического здоровья», г. Минск, Республика Беларусь, inessgrig@mail.ru,

Адамчук Т.А., младший научный сотрудник, Государственное учреждение «Республиканский научно-практический центр психического здоровья», г. Минск, Республика Беларусь, kych91@inbox.ru

Аннотация. В статье подтверждена эффективность использования проективных методов арт-терапии для качественной диагностики личностного, семейного и профессионального самоопределения, коррекции аффективно-личностных расстройств у лиц с синдромом зависимости от алкоголя, оценки результатов проведенных арт-терапевтических сеансов. Выявлено наличие тесной взаимосвязи проявлений алекситимии, депрессии, тревоги с негативным эмоциональным состоянием и закрытым типом взаимодействия у пациентов с зависимостью от алкоголя, что позволило определить терапевтические мишени в процессе проведения арт-терапии.

Ключевые слова: арт-терапия, синдром зависимости от алкоголя, алекситимия, депрессия, тревога, эмоциональное состояние, тип взаимодействия.

Введение. Одними из особых факторов риска возникновения зависимости от алкоголя являются негативные эмоциональные переживания, выраженные в тревожности, депрессивной симптоматике и алекситимии [1, 2, 3, 7]. Применение арт-терапии в реабилитации лиц с синдромом зависимости от алкоголя целесообразно, как средство свободного самовыражения, самопознания и имеет «инсайт-ориентированный» характер, необходимый для процесса самоактуализации зависимых от алкоголя лиц.

Материалы и методы.

В исследовании приняли участие: основная группа (I группа, n=41) – пациенты лечебно-трудового профилактория (ЛТП), с синдромом зависимости от алкоголя, прошедшие в процессе реабилитации арт-терапевтическую программу «Мудрые перемены» (АТМП); группа сравнения (II группа, n=40) – пациенты ЛТП, проходящие стандартную программу ресоциализации; контрольная группа, респонденты без алкогольной зависимости (III группа, n=40). В рамках проведения АТМП был разработан и адаптирован проективный тест «Три слона держат Землю» для определения эффективности арт-терапии и субъективной оценки пациентами собственных личностных изменений.

В исследовании использовались методики: 1. Торонтская шкала алекситимии (TAS-20) [5]; 2. Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS) для выявления и оценки тяжести депрессии и тревоги [4]; 3. Шкала депрессии Бека [6]; 4. Проективная методика «Три слона держат Землю» (И.В. Григорьева, Т.А. Адамчук).

Программа АТМП включала 12 модульных занятий. Последовательность разработанных модулей позволила преодолеть сопротивление пациентов и усилить психокоррекционный эффект принятия болезненного и сложного для вербализации жизненного опыта, связанного с зависимым от алкоголя поведением.

Модули включали тематическую и практическую часть, включающие: образные метафоры; притчи; сказки; направленную визуализацию; технологию праймингового программирования; оригами; методику «Кайдзен».

Результаты и обсуждение. Статистическая обработка данных проводилась с использованием программы IBM SPSS Statistics 21.

По шкале депрессии Бека в I группе до АТМП средний уровень депрессии составил $14,9 \pm 8,7$, состояние между уровнем легкой и умеренной степени депрессии и подтверждает наличие аффективных расстройств у данных лиц. После АТМП отмечено изменение среднего уровня до $8,9 \pm 3,3$ ($p=0,01$), что свидетельствует об улучшении эмоционального состояния пациентов и снижении уровня депрессии. Во II группе отсутствие динамики с $18,7 \pm 9,6$ и до $17,9 \pm 9,6$ ($p>0,05$).

Анализ HADS показал, что в I группе до АТМП уровень составил клинически выраженную тревогу и депрессию: шкала тревоги (до $10,8 \pm 2,35$ и после $5,6 \pm 2,7$; $p=0,0006$) и депрессии (до $11,0 \pm 3,9$ и после $3,8 \pm 3,1$; $p=0,0008$), после АТМП отмечалась нормализация уровня тревоги и депрессии. Во II группе показатели не имели различий: тревога (до $11,6 \pm 2,6$ и после $11,2 \pm 2,8$; $p>0,05$) и депрессия (до $11,5 \pm 2,3$ и после $11,1 \pm 2,7$; $p>0,05$).

По TAS-20 в I группе до и после АТМП различия по шкалам: «Трудности в идентификации чувств», «Внешне-ориентированный тип мышления» ($p=0,01$). Изменения по шкале «Трудности в идентификации чувств» (до $27,8 \pm 7,8$ и после $22,0 \pm 9,2$; $p=0,001$) подтверждают процесс осознания и отреагирования собственных эмоций, по шкале «Внешне-ориентированный тип мышления» (до $25,7 \pm 5,7$ и после $21,9 \pm 4,8$; $p=0,03$) включение важности и актуальности социального взаимодействия, интерес к своим эмоциональным переживаниям. Во II группе по всем шкалам ($p>0,05$).

В I группе до проведения АТМП «алекситимический» тип личности отмечался у 81% лиц, риск алекситимии отмечен у 9,5% лиц, отсутствие признаков у 9,5% лиц. После проведения АТМП: алекситимический тип у 52,4% лиц, риск алекситимии отмечен у 23,8%, отсутствие признаков у 23,8%. Снижение проявления алекситимического типа на 28,6% подтверждает эффективность применения АТМП и повышения уровня субъективного контроля в эмоциональной сфере данных лиц.

В рамках АТМП разработана проективная методика «Три слона держат Землю». Ответы на вопросы данной методики акцентировали восприятие информации на происходящих внутриличностных изменениях в трех значимых для пациентов сферах: «Я», «Работа» и «Семья». Работа с тремя выбранными самопредставлениями послужила в последующем материалом для позитивного преобразования имеющихся личностных конструктов и получения субъективной оценки пациентами эффективности АТМП.

В методике «Три слона держат Землю» пациентам предлагается нарисовать трех слонов, поддерживающих Землю. Три слона символически представляют три основополагающих жизненных директории, которые подверглись значительной деформации в процессе зависимого поведения: семья, труд и ценности собственного «Я». Земля символизирует наличие жизненных достижений. После выполнения задания в обсуждении используется метод свободных ассоциаций.

Определение эффективности АТМП производилось по следующим 4 парам критериев: «Адаптивность» – «Деадаптивность»; «Положительная Я-концепция» (Я-центрированность) – «Отрицательная Я-концепция»; «Открытый тип взаимодействия» – «Закрытый тип взаимодействия»; «Позитивное эмоциональное состояние» – «Негативное эмоциональное состояние».

Анализ по тесту «Три слона держат Землю» произведен между двумя выборками: пациентов I группы, (n=41) и респондентами без алкогольной зависимости III группы (n=40). Наличие признаков: адаптивность, положительная «Я-концепция», открытый тип взаимодействия, позитивное эмоциональное состояние, адаптация производилось в баллах (каждый признак оценивался в 1 балл), был определен интервал значений для каждого критерия: «Адаптивность» (6,95±9 баллов); «Положительная Я-концепция» (Я-центрированность) (3,1±4 баллов); «Открытый тип взаимодействия» (4,65±6 баллов); «Позитивное эмоциональное состояние» (3,3±4 баллов); «Адаптация» (18,05±24 баллов).

Результаты статистического анализа (Т-критерий Вилкоксона) представлены в таблице.

Таблица. Оценка эффективности коррекционного воздействия у пациентов ЛТП с помощью Т-критерия Вилкоксона для зависимых переменных.

Переменные до и после АТМП	I группа (Me±SD)		p
	До АТМП	После АТМП	
Адаптивность	2,61±1,71	11,76±4,40	0,01
Положительная Я-концепция	1,52±1,36	4,85±1,71	
Открытый тип взаимодействия	2,71±1,45	7,95±2,78	
Позитивное эмоциональное состояние	1,14±1,01	5,33±2,61	
Адаптация	8,00±4,08	29,90±10,47	

Положительные изменения после АТМП произошли по всем шкалам методики «Три слона держат Землю» (p<0,01), что подтвердило эффективность выбранных вмешательств для стабилизации аффективного состояния и их осознанного участия в разрешении жизненных проблем. Сравнительный анализ результатов оценки состояния I и III группы показал до АТМП (p<0,01) и отсутствие различий после проведения АТМП (p>0,05), что свидетельствует о повышении адаптивных свойств у пациентов с синдромом зависимости от алкоголя и приближения к показателям здоровых лиц.

Произошедшая адаптация взаимообусловлена повышением уровня самооценки, проявлениями открытости и доверия в межличностных интеракциях, самоактуализацией значимых ценностей личностного и профессионального самоопределения, что подтверждает эффективность выбранного подхода АТМП.

Заключение. Применение арт-терапевтической программы позволяет эффективно корректировать зависимое от алкоголя поведение лиц с проявлениями алекситимии и депрессии. В процессе арт-терапии повышается развитие самонаблюдения, распознавание эмоционального состояния, повышение личностно-мотивационного уровня саморегуляции, что способствует формированию стойких ремиссий у зависимых от алкоголя лиц.

Проективные методы диагностики являются эффективными качественными средствами исследования динамики личностных трансформаций, произошедших в процессе арт-терапии.

Список литературы

1. Игумнов С.А., Замогильный С.И., Николкина Ю.А. Алекситимия как фактор риска развития аддиктивного поведения молодежи. Психическое здоровье человека XXI // сборник науч. ст. (Москва, 7–8 октября 2016 года). М., 2016. С. 49–51.
2. Плоткин Ф.Б. Алекситимия: общая концепция, роль в формировании и поддержании аддикции, подходы к психотерапии. Теория и практика психотерапии. – 2015. – № 9 (13). – С. 40–53.
3. Тархан А.У. Нейропсихологические механизмы алекситимии и ее связь с алкогольной анозогнозией. Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В. М. Бехтерева. – 2013. – № 1. – С. 71–79.
4. Смудевич А.Б. Депрессии в общей медицине. – М.: Медицинское информационное агентство, 2001. – 782 с.
5. Тэйлор Г.Д., Квилти Л.К., Бэгби Р.М. Надежность и факториальная валидность русской версии 20-пунктовой Торонтской шкалы алекситимии. Социальная и клиническая психиатрия. – 2012. – Т. 22, № 3. – С. 20–25.
6. Beck AT, Ward CH, Mendelson M, Mosk J, Erbaugh J. An Inventory for Measuring Depression. Arch Gen Psychiatry. 1961, 4: 561–71.
7. Farges F. Alexithymia, depression and drug addiction. / F. Farges [et al.]. Encephale. – 2014. – Vol. 30. – P. 201–211.