

Психолог

Правильная ссылка на статью:

Комиссарова О.А. Психопрофилактика химической зависимости подростков в формате арт-терапии // Психолог. 2024. № 5. DOI: 10.25136/2409-8701.2024.5.69587 EDN: DXMJXK URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=69587

Психопрофилактика химической зависимости подростков в формате арт-терапии

Комиссарова Ольга Андреевна

аспирант кафедры "Психология и педагогика", Российский Университет дружбы народов

117198, Россия, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, 6

✉ olg.komissarova2016@yandex.ru



[Статья из рубрики "Психология и педагогика"](#)

DOI:

10.25136/2409-8701.2024.5.69587

EDN:

DXMJXK

Дата направления статьи в редакцию:

15-01-2024

Аннотация: Данная работа посвящена описанию использования арт-терапии в качестве метода психологической профилактики употребления психоактивных веществ (ПАВ) подростками. Целью исследования выступает описание возможностей применения арт-терапии в качестве метода психологической профилактики употребления ПАВ подростками. Предметом исследования является многообразие арт-терапевтических методик, используемых в качестве инструмента профилактики химических зависимостей. Методологической основой исследования выступают работы Л. Хагена, И. А. Копытина, О. А. Ионова, И. В. Зеленковой и др. В рамках проведенного исследования автор рассматривает возможность применения различных техник арт-терапии при работе с профилактикой употребления ПАВ у подростков, проходящих лечение от химических зависимостей. Эмпирической базой послужили анонимизированные анкетные данные 43 подростков (25 старшего подросткового и 18 младшего подросткового возраста, различного пола), полученные на различных этапах реализации психологической работы. В рамках данной работы, особенное внимание автор уделил системному подходу к применению арт-терапевтических методик, а также их синергии с иными

психотерапевтическими практиками. В качестве методов исследования применялись метод рисуночного теста, а также авторская анкета самооценки состояния подростков, проходящих реабилитацию в рамках лечения химических зависимостей. В ходе исследования были описаны различные методики и подходы к использованию арт-терапевтических техник для работы с подростками старшей и младшей возрастных групп. Научной новизной исследования является описание использования арт-терапевтических методик при реабилитации подростков с химической зависимостью в составе комплексной психологической и психотерапевтической работы. Результатами исследования стали рекомендации для психологов, работающих в сфере реабилитации подростков, страдающих от химических зависимостей, к применению арт-терапевтических методик в различных формах для профилактики употребления ПАВ. Использование различных арт-терапевтических техник (начиная от рисуночных техник, и заканчивая приемами терапевтического театра) позволяет положительно воздействовать на реабилитацию подростков, страдающих от химических зависимостей в составе комплексной психотерапевтической модели. Использование арт-терапевтических техник позволяет скорректировать как физические, так и психологические аспекты, возникающие при избавлении от химической зависимости, повысить уровень эмоционального комфорта и субъективного благополучия подростков.

Ключевые слова:

химическая зависимость, арт-терапия, употребление ПАВ, подростки, психопрофилактика, психотерапия, реабилитация, арт-терапевтические техники, положительная динамика, творческий процесс

В рамках реализации новых приоритетных целей развития Российской Федерации на 2012-2024 гг., одним из ключевых вопросов становятся аспекты здоровья нации (как физического, так и психического). В рамках данной инициативы открываются новые больницы, госпитали, организуются мобильные пункты здоровья и передвижные прививочные кабинеты, организуется открытие новых ФАП (фельдшерско-акушерских пунктов), а также более доступной становится психологическая помощь населению, в рамках чего происходит создание психологических кабинетов в ГКБ и РКБ, открытие центров психологической поддержки населения, поддерживается и финансируется создание горячей линии психологической помощи населению (по короткому номеру 051), куда любой гражданин может обратиться за срочной психологической помощью в дистанционном формате, или получить консультацию о возможности очного приёма у специалиста в своей области.

В связи с рядом событий, значительно изменивших мировосприятие граждан Российской Федерации (пандемия 2019-2020, СВО 2022-2023), получила наглядное представление проблема необходимости развития психологической и психотерапевтической помощи населению. В период с 2019 г. за специальной психологической помощью обратилось более 17 млн человек (данные ВЦИОМ), тогда как за период 2023 г. данное число увеличилось до 23,2 млн человек [11]. Данная тенденция, по мнению экспертов всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), связана как с возрастанием уровня стресса населения и изменением условий жизни граждан (переход на удаленный или гибридный формат работы в связи с коронавирусом, введение мер в связи с СВО, введение санкций и в связи с этим утрата стабильности, например, утрата рабочего места в ушедших иностранных компаниях и т.д.), так и с увеличением

положительных отзывов о получении психологической помощи от граждан.

Современный рынок психологической помощи демонстрирует наличие широкого спектра специальных услуг, оказываемых специалистами в различных областях. Так, ряд специальных действий психологического характера возможен к осуществлению только в медицинских учреждениях, например, помочь в реабилитации людям с проблемами различных зависимостей, в том числе, химических зависимостей. В таком случае, необходимая гражданину помощь оказывается не только психологом, но и врачом-клиницистом (психиатром, наркологом, психотерапевтом, клиническим психологом).

1. Проблема химической зависимости от ПАВ в России

Согласно данным Министерства внутренних дел РФ (далее – МВД РФ) на данный момент наблюдается взрывной рост случаев приобретения химической зависимости у граждан России. Так, согласно общей статистике, количество граждан, употребляющих психоактивные вещества (ПАВ) в период с 2018 г. по середину 2023 г. (отчётный период – июль 2023 г.) возросло более, чем в 24 раза. При этом порядка 82% зависимых представляют собой подростки (от 12 до 17 лет) или молодёжь (18-25 лет), тогда как доля взрослого населения, употребляющего ПАВ составляет около 18% [\[3\]](#).

Данная тенденция представляется неутешительной в связи с высокой опасностью воздействия ПАВ нового поколения – синтетических наркотиков, вызывающих привыкание и негативные эффекты для психического и физического здоровья людей с первого применения. Основными факторами взрывного роста количества употребляющих ПАВ можно назвать: относительную легкость распространения и приобретения наркотических средств (распространение и покупка путём «закладок» и сообщений, размещаемых в популярных у молодежи и подростков мессенджерах, в частности, Telegram); ранняя эмансипация подростков и молодежи и снижение уровня родительского контроля, что связано с возрастанием уровня и темпа жизни современного человека; переживание подросткового кризиса; а также высокий уровень самостоятельности современных подростков в виртуальном и реальном мире.

При этом крайне важным становится осуществление квалифицированной и своевременной помощи лицам, страдающим от химической зависимости, вне зависимости от их возраста. Согласно данным Минздрав, на начало 2023 г. в России официально зарегистрированных аддиктов (страдающих от зависимостей того или иного типа лиц) составило порядка 400 тыс. человек [\[7\]](#). Однако большинство страдающих от зависимостей предпочитают официально не получать статус зависимого, так как это может сказаться на дальнейшей учебе, карьере и построении личной жизни. Согласно данным проекта «Трезвая Россия», осуществляющим помощь лицам, страдающим от любых видов химической зависимости, на начало 2023 г. количество лиц, страдающих зависимостью от ПАВ составляет 6,2 млн человек, более 65% из которых – несовершеннолетние, а 82% - не достигли возраста 30 лет [\[8\]](#).

2. Психодиагностические методы в работе с зависимыми лицами

Согласно Ц. П. Короленко, аддиктивное или зависимое поведение представляет собой одну из форм девиантного (отклоняющегося) поведения человека, которое формируется вследствие наличия стремления ухода от реальности посредством изменения собственного психического состояния. Уход от реальности может достигаться различными способами: химическими или фармакологическими (к которым относятся зависимости от ПАВ), или нефармакологическими (альтернативными). Вне зависимости от

способа реализации, форма ухода от реальности сопровождается развитием субъективно приятных психоэмоциональных состояний, что также является одной из причин формирования устойчивой аддикции [6].

В свою очередь, химическая или фармакологическая зависимость представляет собой аддикцию от т.н. психоактивных веществ, то есть веществ, приём которых вызывает измененное состояние сознания. Химические вещества могут вызывать изменение сознание различной степени тяжести в зависимости от типа вещества, а также употреблённой дозировки, и сопровождаются различными эффектами и постэффектами. При этом любые химические вещества вызывают более или менее стойкую физическую и психологическую зависимость вследствие сопровождения состояния опьянения субъективно приятными психоэмоциональными ощущениями и в отдельных случаях, физическими эффектами.

К различным классам химических ПАВ относят: алкалоиды (в т.ч. алкоголь-содержащие препараты и собственно алкалоиды различного типа, например, кокаин), никотин-содержащие препараты и изделия, каннабиноиды, психостимуляторы, в том числе смешанные, опиоиды, депрессанты, галлюцинопенные препараты, нитриты, летучие ингалянты, новые синтетические наркотики (т.н. соли, спайсы, спиды) или НПВ, которые относятся в основном к классу каннабиноидов, психостимуляторов и галлюцинопенов [4].

В связи с широким составом, собственно процесс формирования химической зависимости от различных типов ПАВ претерпевает различные изменения. Так, некоторые химические ПАВ обладают древней культурой употребления (алкоголь, никотин), что не делает их менее опасными и аналогично с иными препаратами, вызывает формирование стойкой зависимости.

Следует отметить, что все психоактивные вещества можно разделить на три большие группы по происхождению: растительные (каннабиноиды, опиоиды), полусинтетические – синтезированные из растительного сырья (алкалоиды, галлюцинопенные препараты), синтетические (НПВ, депрессанты, психостимуляторы) [там же].

Формирование устойчивой зависимости от веществ может занимать различный срок, однако для ряда синтетических ПАВ и НПВ аддикция может возникать с первого применения химического вещества, что делает их крайне опасными для современного социума.

Также у различных групп веществ есть различные сроки выведения из организма и последствия воздействия на организм. Ещё в конце XX – начале XXI вв. одними из наиболее опасных представлялись полусинтетические опиоиды (героин, метадон), однако на данный момент наибольшую опасность и распространение получают синтетические каннабиноиды, психостимуляторы и галлюцинопены – НПВ [2]. Их опасность состоит не только в новом механизме воздействия на психику и вызывании мгновенного привыкания, но и в сложности законодательной регуляции оборота и определения НПВ. Так, в Российской Федерации список запрещённых НПВ пополняется ежемесячно с учётом начала распространения всё новых синтетических аналогов ПАВ. Помимо этого, исследователи, например М. Б. Ергабылов, отмечают, что не все НПВ на данный момент относятся к числу запрещённых, а в связи с нежеланием граждан обращаться за квалифицированной помощью – недостаточной изученностью клинической картины проявления химической зависимости от ПАВ нового поколения, в частности, влияния на здоровье при длительном применении.

3 . Методы психологической работы и психопрофилактики химической зависимости подростков

В связи с вышеизложенными фактами, перед специалистами – психиатрами, клиническими психологами, психотерапевтами и психологами сопровождения аддиктов – встаёт вопрос о разработке мер реабилитации лиц, страдающих от химической зависимости, а также мер психопрофилактики аддиктивного поведения.

Для работы с несовершеннолетними подростками разных возрастных групп (старших и младших подростков – согласно Д. Б. Эльконину) применяются смешанные методики, совмещающие в себе классические психотерапевтические методы, в т.ч. арт-терапию, телесную терапию, групповую терапию, методы расстановки и т.д.

Арт-терапия представляет собой комплекс психотерапевтических активностей, базирующийся на реализации творческого потенциала клиента для решения и/или освещения его психологических проблем. По мнению А.И. Копытина, арт-терапия представляет психологу или психотерапевту большой арсенал возможных диагностических и терапевтических техник, мягко воздействующих на подсознательное клиента и позволяющих ему раскрыться без повторного переживания травматического опыта [5].

Одной из техник, используемых нами в практической деятельности, является арт-терапевтическая методика «Метафорический автопортрет». Данная методика представляет собой комплексную рисуночную технику, применяемую в диагностических целях при работе с подростками с 12 лет. Методика может быть реализована при работе как с ментально благополучными подростками, так и с детьми, страдающими от химической зависимости.

Основным достоинством данной техники является получение психологом или психотерапевтом большого количества материала для практического анализа и работы с клиентом.

Суть методики заключается в рисовании клиентом 4 последовательных изображений: я-растение, я-посуда, я-оружие и я-украшение. Данные изображения призваны продемонстрировать реализацию таких основных потребностей человека как право на жизнь, право на желание, право на автономию, и право на то, чтобы быть любимым соответственно. В процессе рисования, психолог задаёт клиенту вопросы, направленные на уточнение его состояния в процессе выполнения работы и по её завершению.

Таким образом, использование данной техники позволяет получить от зависимого подростка материалы для дальнейшей работы нескольких типов: собственно рисунок, а также комментарии содержательного и эмоционального характера.

Стоит отметить, что при применении данной психотерапевтической техники, рисунок является основным, а не вспомогательным для психологической беседы средством получения целевой информации.

При использовании данной методики на экспериментальной группе подростков общей численностью 43 респондента (25 старших подростков и 18 младших подростков). Неоднородность выборки связана с преимущественным распространением зависимости от ПАВ среди старших подростков, что, в свою очередь, связано с рядом социодемографических причин (таких как большая степень эмансипации и независимости, меньший контроль со стороны родителей, внутреннее стремление к

познанию «взрослого» мира и пр.), описание которых не является целью данной работы.

Использование специальных арт-терапевтических методик в совокупности с другими методами терапии позволило снизить тревожность подростков на 23% (методика измерения уровня тревожности Тейлора в адаптации В.Г. Норакидзе), увеличить процент осознанного отказа от приёма ПАВ среди подростков на 30% (на основе собеседования), а также повышение уровня эмоционального комфорта на 17% (шкала субъективного благополучия Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов) и увеличить процент стойкой ремиссии у подростков (на основе контроля в перспективе 4-8-12-24 недель, включая физические тесты на различные ПАВ и дневники самоотчёта) на 43% по сравнению с использованием комплексных технологий реабилитации зависимых подростков без использования арт-терапевтических техник.

Шкала	Пол	N	Средний ранг	U Манна-Уитни	Z	Ассимп. знач. (2-сторонний критерий)
Уровень тревоги	Старшие подростки	25	30,94	190,5	-2,529	0,011
	Младшие подростки	18	20,44			
Социальная желательность (шкала лжи)	Старшие подростки	25	26,46	311,5	-0,236	0,813
	Младшие подростки	18	25,48			
Шкала субъективного благополучия	Старшие подростки	25	28,13	239,5	-1,606	0,108
	Младшие подростки	18	22,48			
	Младшие подростки	18	24,44			
Шкала эмоционального комфорта	Старшие подростки	25	32,37	152	-3,249	0,001
	Младшие подростки	18	18,83			
Устойчивая ремиссия	Старшие подростки	25	30,44	204	-2,269	0,023
	Младшие подростки	18	21,00			
Адаптивность	Старшие подростки	25	25,41	340	0,303	0,762
	Младшие подростки	18	26,67			

Таблица 1. Сравнительный анализ показателей подростков старшей и младшей возрастных групп

	Первичное использование арт-терапии	Арт-терапевтическое сопровождение ремиссии	Данные дневника самоотчета и собеседований

Социальная желательность (шкала лжи)	,394*** ,004	,103 ,474	,200 ,160
Уровень тревожности	,314* ,025	,316** ,024	,407** ,003
Субъективное благополучие	,724** ,000	,503** ,000	,601** ,000
Адаптивность	,240 ,090	,230 ,104	,213 ,134
Эмоциональный комфорт	,489** ,000	,587** ,000	,516** ,000

Таблица 2. Корреляционный анализ объективных методов контроля психологического состояния зависимых подростков

Специфика применения арт-терапевтических методик позволяет комплексно воздействовать как на первичные компоненты зависимости (психологическая и физическая зависимость, симптомы синдрома отмены и т.д.), так и на вторичные (социальная тревожность, эмоциональный комфорт, уровень принятия) подростков, а также прорабатывать в мягкой форме первопричины возникновения аддиктивного поведения в формате возникновения зависимости от ПАВ.

4. Результаты и обсуждение

Положительные результаты применения арт-терапевтических методик в комплексе реабилитационных мероприятий позволяют рекомендовать специалистам психотерапевтического профиля в работе с зависимыми от ПАВ различных типов использовать арт-терапевтические техники в качестве компонентов реабилитации при работе с младшими и старшими подростками, зависимыми от ПАВ.

Использование различных арт-терапевтических техник (начиная от рисуночных техник, и заканчивая приемами терапевтического театра) позволяет положительно воздействовать на реабилитацию подростков, страдающих от химических зависимостей в составе комплексной психотерапевтической модели. Использование арт-терапевтических техник позволяет скорректировать как физические, так и психологические аспекты, возникающие при избавлении от химической зависимости, повысить уровень эмоционального комфорта и субъективного благополучия подростков, а также скорректировать уровень тревожности.

Благодаря мягкому нетравматичному воздействию, арт-терапевтические методики подойдут для работы с подростками в любой стадии реабилитации и позволят воздействовать на субъективные причины, повлиявшие на развитие зависимого поведения благодаря реализации уникального подхода к каждому подопечному.

Библиография

1. ВЦИОМ Новости. В поисках психологической помощи [Электронный источник]. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psikhologicheskoi-pomoshchi> (дата обращения 07.01.2024)
2. Ергабылов М.Б. Новые виды психоактивных веществ. Синтетические наркотики // Вестник КазНМУ. Серия: Наркология. - № 3. – 2018. – С. 50-54.
3. Информация о состоянии преступности за 2018–2023 гг. [Электронный источник]. URL: <https://mvdmedia.ru/news/official/informatsiya-o-sostoyanii-prestupnosti-v-2018-2023-god/> (дата обращения 09.01.2024)

4. Карсон Р., Батчер Дж., Минека С. Злоупотребление психоактивными веществами и химическая зависимость – Лондон: 2008. – 132 с.
5. Копытин И.А. Возможности арт-терапии в работе с детьми и подростками // Методы арт-терапевтической помощи детям и подросткам: отечественный и зарубежный опыт: сб.ст. М.: Когито-центр, 2012. – 286 с.
6. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Психосоциальная аддиктология. Новосибирск, Издательство «Олсиб», 2001. – 251 с.
7. Статистика Министерства Здравоохранения РФ по учёту наркозависимых за 2018–2023 гг. [Электронный источник]. URL: [> documents](https://minzdrav.gov.ru) (Дата обращения: 10.06.2023).
8. Трезвая Россия. Национальный рейтинг трезвости регионов РФ за 2023 г. [Электронный источник]. URL: <http://www.trezzros.ru/products/story>

Результаты процедуры рецензирования статьи

В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.

Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).

Объектом исследования в представленной для рецензирования работе выступает профилактика химической зависимости подростков, предметом же – использование арт-терапии в данных целях.

С методической точки зрения работа имеет ярко выраженный практический характер, основным методом исследования выступает эксперимент диагностического плана.

Актуальность исследования выполнена на очень хорошем уровне. Она обосновывается как нормативно-правовыми, так и социальными аспектами, а также подкрепляется статистическими данными.

Ровно то же самое можно сказать и о теоретической части, в которой ПАВ как явление раскрыто в достаточной мере подробности для формирования понимания у представителя широкой аудитории их вреда и деструктивного социального влияния.

В теоретической части исследования отсутствует обзор авторов, изучавших аналогичную или смежную тематику, однако, для практической работы это является лишь небольшим недостатком.

В практической части исследования заслуживает внимания обоснование выборки и интерпретация результатов, а также применение математических методов психологического исследования для подтверждения валидности полученных данных.

В совокупности теоретическая информация и практические данные позволяют оценить текст как содержащий элементы локальной научно-методический новизны.

Статья выполнена языком, полностью соответствующим нормам научного стиля, текст , несмотря на то что носит узкоспециализированный характер, не перегружен специальной терминологией и легко воспринимается даже неподготовленным читателем, в чем несомненно заслуга автора.

Список литературы соответствует требованиям и содержательно соотносится с текстовым наполнением.

В работе отсутствует отдельный методологический блок, тем не менее это нельзя считать недостатком, потому что методология и ход исследования весьма четко понимаются из содержания практической части.

Поскольку статья выполнена на высоком уровне, принципиальные замечания по ней отсутствуют, в качестве аргументов дополняющего характера отметим следующее.

Эффективность работы представлена в абсолютном выражении. Статья выиграла, если бы арт-терапевтические методики были оценены в сравнениями с другими методиками,

применяемыми для рассматриваемых целей, например на уровне преимуществ и недостатков.

Статья выиграла, если бы ход работы был раскрыт более подробно, в целом в основной части акцент делается больше на результативность, а не на процессуальность, тем не менее последняя может иметь информационное значение в особенности в плане восприятия текста широкой аудиторией.

Вывод: настоящая статья является целостным, завершенным авторским исследованием, содержащим элементы локальной научно-методический новизны и отражение авторского опыта. Работа выполнена в полном соответствии как со структурными, там и с содержательными требованиями, предъявляемыми к исследованиям подобного рода и заслуживает публикации в рецензируемом издании по психолого-педагогической тематике.