

ПРАКТИЧЕСКАЯ БИБЛИО- И ФИЛЬМОТЕРАПИЯ В ПСИХИАТРИИ И НАРКОЛОГИИ

А. Борохов

Многопрофильный госпиталь им. С. Герцог Еврейского университета, Иерусалим, Израиль;
Israel, Jerusalem 91035, Herzog Hospital Givat Shaul St., Box 3900

E-mail: info@herzoghospital.org

Рассматривается возможность индивидуального и группового обсуждения с пациентами, имеющими различные психиатрические, психологические и наркологические проблемы результатов художественного творчества.

Ключевые слова: депрессия, расстройства личности, алкоголизм, наркотики, библиотерапия, фильмотерапия.

Для цитирования: Борохов А. Практическая библио- и фильмотерапия в психиатрии и наркологии. Медицинская сестра. 2019; 21 (2): 32–34.

<https://doi.org/10.29296/25879979-2019-02-08>



Повседневная реальность сегодня такова, что одним из главных негативных явлений любого современного индустриального общества является увеличение потребления легализованных психоактивных веществ, из которых наиболее доступное и часто употребляемое – алкоголь. А такие психиатрические заболевания, как депрессия и расстройства личности, стали столь распространенными, что пациенты начинают лечение еще с посещения семейных врачей. Эти 2 заболевания связывает и то, что депрессия может привести к алкоголизму, а по выходе из запоя пациент испытывает чувство вины и депрессивные симптомы.

Важнейшими направлениями борьбы с алкоголизмом и депрессией как с медико-психологической, так и с социально-экономической стороны являются реабилитация и, самое главное, – ресоциализация пациентов, страдающих от алко-

гольной зависимости. Целесообразность интегративного подхода к различным биопсихосоциальным факторам, влияющим на человеческий организм, была убедительно доказана G. Engel (1971) и многократно подтверждена другими исследованиями. Вместе с тем удельный вес и доминирование каждого из факторов, влияющих на развитие того или иного заболевания, различен. Алкоголизм не является исключением. Так, наличие алкогольной наследственности выдвигает на первый план биологический фактор со сложным дисбалансом нейробиологических процессов. Если же причиной развития злоупотребления алкоголем послужили психическая травма и сопутствующие ей симптомы, корнем проблемы является собственно психопатология, а именно индивидуальная психологическая реакция человека на травмирующее обстоятельство. И, наконец, изменение социального статуса, потеря работы или жилья, делают социальный фактор ведущим.

Использование библио- и фильмотерапии в клинической практике может существенно помочь как при индивидуальном подходе к пациенту, так и в качестве средства групповой терапии.

Вовлечение среднего медицинского персонала в психотерапевтический процесс работы с пациентом – важная часть общего лечебного процесса. Психотерапия не только укрепляет и делает глубже взаимопонимание между персоналом и пациентами, но и придает большую значимость работе среднего персонала, повышает его самооценку, а главное – превращает рутинную работу медсестры в творчески осознанный процесс. Нашей целью было из сотен хороших фильмов и книг разных жанров выбрать те, которые заставляют человека задуматься над сюжетом и действиями героев, а главное не только сравнить их со своим жизненным опытом, но и услышать мнения тех, кто также страдает от определенных проблем.

Мы считаем рациональным использование разных видов арт-терапии, психодрамы Морено, музыкотерапии, терапии творческим самовыражением по М.Е. Бурно. Возможен такой вариант: пациент может «заново переписать свою жизнь»,

создавая альтернативную, более успешную историю – сначала на бумаге, а за тем уже воплощая ее в реальную жизнь.

Параллельно достигается эффект самоанализа своих прежних поступков, а также поиск любых оптимальных решений возможных в будущем психотравмирующих ситуаций, в которых алкоголь как средство решения проблемы исключен. Поведение становится не только компенсированным, но и социально приемлемым.

Сублимирование отрицательных эмоций с помощью различных видов искусства, путем формирования и реализации индивидуального творческого начала личности

Возможно, первоначальный поиск желательно акцентировать на ранних детских увлечениях – как реальных, так и нереализованных, оставшихся на уровне фантазии или мечты. Наиболее распространенными видами творчества являются игра на музыкальном инструменте, стихосложение, рисование, моделирование, кулинария и т.д.

Библиотерапия эффективна во многих случаях – не только когда нужно воздействовать на личность больного, но и как «отвлекающая терапия», помогающая отвлечься от тяжелых переживаний, пересмотреть травмирующую ситуацию через призму сюжета книги и поведения героев с дальнейшей возможностью моделирования альтернативных решений и подходов к конкретной проблеме. Наиболее эффективен вариант библиотерапии с последующей письменной рецензией на прочитанную книгу или ее обсуждение как индивидуально с психотерапевтом, так и в группе. К сожалению, на практике при длительной госпитализации пациентов с алкогольной зависимостью роль библиотерапии как доступного и надежного инструмента явно недооценивается. Как правило, в больничных библиотеках нет специализированного подбора книг.

Считается, что литературные произведения, посвященные разным аспектам пагубных последствий алкоголизма, могут быть эффективны при работе с такими больными («Веселый двор» И. Бунина, «Страсти-мордасти» М. Горького, «Ветка омелы» А. Грина, «Погибшая» А. Куприна, «Альберт», «Первый винокур, или как чертенок краюшку хлеба заслужил» Л. Толстого, «Возвращение к жизни» Г. Шошмина).

На практике же, особенно у больных с длительным стажем алкоголизации, эффект от попытки прочтения рекомендованных выше произведений был отрицательным. Одни пациенты отказывались читать по причине «несоответствия сюжета реальной сегодняшней жизни», у других

это вызывало раздражение: «тошнит от морализаторства и дешевого оптимизма», «я пришел избавиться от своего прошлого, а мне опять о нем напоминают». Большинство пациентов не дочитывали книгу с объяснениями: «скучно, неинтересно».

Эти ответы и натолкнули нас на мысль подбирать литературу индивидуально для конкретного пациента. При этом мы руководствовались тем, что проблема алкоголизации вторична, т.е. она являлась реакцией на индивидуальную травмирующую ситуацию. Поэтому мы бы рекомендовали на 1-м этапе библиотерапии предлагать литературу беллетристического жанра (детектив, фантастика, приключения), которая, играя роль «отвлекающей терапии», будет способствовать субъективному улучшению состояния больного. На 2-м этапе можно чередовать книги или переключаться на литературу, имеющую философскую и нравственную воспитательную ценность.

Возможен коллективный просмотр фильмов, герои которых, пытаясь решить свои проблемы, употребляют алкоголь. Далее можно обсуждать достоверность сыгранных образов, а также совместно искать возможные альтернативные решения возникших проблем.

При выборе произведений мы отдавали предпочтение таким, в которых бы затрагивались проблемы личного выбора и ответственности за него, преодоления физических и душевных недугов путем работы над собой, проблемы одиночества, межличностных отношений, веры в свои силы и желание изменить свою судьбу. Рекомендуется проводить тематические вечера, посвященные творчеству великих людей, боровшихся со своими болезнями (Врубель, Мусорский, Гоголь, Саврасов и т.д.).

В дальнейшем уместно использовать разные варианты: например, приглашать пациентов на дискуссии о жизни знаменитой творческой личности: «Как выразить свою боль и печаль не только вербально, через пересказ услышанного материала, но и через музыку или цветовую гамму?» Если дискуссия касалась творчества писателя, можно поставить вопрос: «Что можно изменить в жизни героев, чтобы конец рассказа был оптимистичным?» Уместно вспомнить слова немецкого философа Артура Шопенгауэра: «Художник выше героя, он создает миры».

Активное поощрение индивидуальной креативности в выбранной сфере творчества заключается в том, что по мере продвижения необходимо документировать успехи и делать их публичными, организовывая литературные и музыкальные вечера, концерты, персональные творческие выставки, кулинарные конкурсы – вначале в среде выздоравливающих пациентов, а затем – и в расчете на более широкую аудиторию. Девиз таких встреч:

«Жизнь коротка, а искусство вечно. Алкоголь – враг, моего творческого бессмертия».

Предложенный нами список литературных произведений условен и, конечно, не полон. Он может изменяться и дополняться. Больные могут быть вовлечены в процесс выбора и последующего обсуждения достоверности и художественных достоинств предлагаемых ими книг или фильмов, что, несомненно, делает процесс более активным.

PRACTICAL BIBLIOGRAPHY AND FILM THERAPY IN PSYCHIATRY AND NARCOLOGY

A. Borokhov

S. Herzog Multidisciplinary Hospital, Hebrew
University, Jerusalem, Israel

Herzog Hospital Givat Shaul St., Box 3900,
Jerusalem 91035, Israel

The paper considers literary works and feature films and shows the results of individual and group discussions about them also with patients with various psychiatric, psychological and drug problems.

Key words: depression, personal disorders, alcohol use, drug use, biblio therapy, film therapy.

For reference: Borokhov A. Practical bibliography and film therapy in psychiatry and narcology. Meditsinskaya Sestra. 2019; 21 (2): 32–34. <https://doi.org/10.29296/25879979-2019-02-08>