

УДК 616.89

В. И. Коростий, А. М. Кожина, С. Х. Хмаин, Е. А. Зеленская
КОГНИТИВНАЯ И АРТ-ПСИХОТЕРАПИЯ В ЛЕЧЕНИИ ТРЕВОЖНЫХ
И ДЕПРЕССИВНЫХ РАССТРОЙСТВ

Харьковский национальный медицинский университет

Пациенты с рекуррентным депрессивным расстройством, с психическими нарушениями тревожного и депрессивного регистров в первую очередь нуждаются в психотерапевтической коррекции эмоционального состояния. Однако результаты исследований эффективности различных методов психотерапии при данной патологии противоречивы, в части из них отмечаются существенные трудности в установлении терапевтического контакта, выборе методов и меньшая, чем у пациентов с невротической патологией, эффективность традиционных психотерапевтических подходов.

Цель работы – исследование эффективности применения когнитивной и арт-терапии больным рекуррентным депрессивным расстройством.

В данном исследовании были применены следующие методы: 1 – клинико-диагностический; 2 – рисуночный метод; 3 – шкала депрессии Гамильтона; 4 – шкала тревоги Гамильтона. В исследовании принимали участие 20 пациентов – мужчин и 20 – женщин в возрасте 18–30 лет.

Результаты исследования. В депрессивном состоянии, по сравнению с контрольной группой, демонстрируют более негативное содержание мыслей, безнадежность и более выраженные депрессогенные схемы. Процесс переработки информации у таких больных более искажен, а их поведение соответствует общему негативному настроению. У больных с тревожными расстройствами отмечаются мысли и мысленные образы, наполненные ощущениями собственной незащитности,

неадекватности, потери самоконтроля, собственной ущербности в глазах общества, болезни, физическом вреде и смерти. При панических расстройствах больные, как правило, подвержены размышлениям о грозящих им физическом ущербе или повреждениях. Для таких больных особенно характерны нарушения восприятия, когда внимание концентрируется преимущественно на факторах, якобы несущих угрозу. Эти мысли могут быть сознательными, полусознательными или бессознательными и являются основным объектом работы для когнитивной терапии.

Трудности в проведении психотерапии на начальном этапе были связаны с «разочаровывающей» степенью эффективности психотерапии, коррелирующей с выраженностью алекситимических черт у пациента. В большинстве случаев даже при наличии у больного установки на коррекцию психического состояния развитие эффекта лично-ориентированной психотерапии

«запаздывает» по отношению к снижающейся со временем мотивации больного. Гипотезой работы было повышение эффективности комплексной психотерапии с применением арт-терапевтической рисуночной методики.

В результате проведения психотерапии уровень тревоги снизился у 50% женщин и 70% мужчин после 3 сеанса; у 75% мужчин и женщин отмечалось улучшение настроения между сеансами; у 75% мужчин и 60% женщин увеличилась самооценка, у 80% мужчин и женщин отмечалась устойчивая ремиссия; и у 75% мужчин и 70% женщин появился позитивный взгляд на будущее.

Таким образом, проведенное исследование показало целесообразность комбинирования когнитивной психотерапии и арт-терапевтической рисуночной методики при лечении больных с рекуррентным депрессивным расстройством с сочетанием тревожной и депрессивной симптоматики.