

**Министерство образования и науки Российской Федерации Федеральное
государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования**

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. Н.Г. Чернышевского»**

Факультет _____

Кафедра _____

АВТОРЕФЕРАТ

Арт-терапия

как способ психологической реабилитации

лиц с наркотической зависимостью

Выполнил:

Самсонова Мария Викторовна

Студентка 3 курса, группы 301

Направление 37.04.01 «Психология»

Очно-заочной формы обучения

Научный руководитель:

Белых Татьяна Викторовна

Доктор психологических наук, профессор

Дата защиты

« ____ » _____ 20__ г.

Оценка _____

Саратов 2018 год

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. В современном обществе наркотическая зависимость является актуальной проблемой, по сколько представляет собой угрозу для человечества по своим негативным последствиям. Известно, что зависимость – это когда кто – то не может обходиться без чего – то. В нашем случае определенная категория людей не может обходиться без наркотиков и без алкоголя. Наркомания и алкоголизм становится болезненной проблемой для современного общества. Официальная статистика актуализирует эту тему начиная с 1984 года. К этому времени было зарегистрировано 14,3 тыс. лиц, страдающих наркотической зависимостью. К 1990 году их количество возросло до 28,3 тыс. человек. В начале 2000 года количество наркоманов составляло около 73,3 тыс. человек и с каждым годом возрастало. К 2009 году лиц с наркотической и зависимостью насчитывалось около 355,6 тыс. человек.

Известно, что еще в 1956 году Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ) признала алкоголизм и наркоманию заболеваниями. Болезнь – это то, что препятствует социальной адаптации человека не позволяя ему нормально развиваться. На сегодняшний день зависимость от психоактивных веществ (ПАВ) признана чумой 21 века.

Большинство современных исследователей приходит к выводу, что наркотическая (химическая) зависимость – это неизлечимое, прогрессирующее заболевание, которое характеризуется навязчивым употреблением психоактивных веществ. Неизлечимость заболевания предполагает, что наркозависимый человек не сможет стать вновь независимым. Хроническое заболевание развивается длительно, в течение нескольких лет жизни. Его прогрессирующий характер предполагает усиление данных процессов с течением времени. Заболевание характеризуется устойчивым, навязчивым

стремлением к употреблению ПАВ (так называемая «тяга») (Савина Е.А., 2016, с.31, Анонимные наркоманы с. 9).

Кроме вышеназванных факторов, наркотическая зависимость буквально «затягивает» человека в свои сети. Наркотики лишают всего: своего дома, своего имущества, денег, работы, а по сути – своей жизни (Москаленко В.Д., 2015, с.9). Они разрушают психику человека и даже способны привести его к гибели (а это уже самоубийство). Зависимый человек знает, что губит себя, но не может остановиться, не способен себя контролировать, его разум не в состоянии управлять собой (в голове сидит «пуля»). Психическая система дает сбой, когда человек в первый раз пробует наркотик: в его мозге неизбежно начинаются изменения, ведущие его к деградации. Логика наркомана не поддается объяснению, его поведение не подчиняется ни уговорам, ни ультиматумам. Как правило, больной человек не понимает, что с ним происходит. Самое проблемное – он не понимает, что болен.

Современная медицина находится в постоянном поиске технологий и средств спасения от этого зла. Жертвами наркомании становятся не только люди, попавшие в сеть зависимости, но и их родственники, поскольку они оказываются созависимыми (Симонова Е., 2001, с.162) и вынуждены наблюдать за процессом медленного самоубийства близкого человека (Битти М., 1997, с.44). Не секрет, что жилище наркомана – это сумасшедший дом, полный страхов, обид, скандалов и упреков. По сути, жизнь семьи наркомана превращается в ад и безумие. Поведение наркомана отражается на жизни его родных. А потому жизненно важной задачей родственников является прекращение саморазрушающего поведения близкого им человека.

Последствия употребления наркотиков общеизвестны. К ним относятся:
– психические проблемы (депрессия, страхи, галлюцинации способные привести к самоубийству);

- проблемы духовного плана (утрата жизненного смысла, лживость и лицемерие в общении с людьми, манипулирование ими, воровство);
- социальные проблемы (домашние конфликты, потеря друзей, потеря работы, возможные приводы в полицию и даже арест);
- медицинские проблемы, связанные с передозировкой наркосодержащих препаратов, возникновение профильных заболеваний, как то гепатит С, СПИД и т.д. (Пятницкая И.Н., 2008).

Современная наука располагает необходимыми методами работы в данной области. Она проводится, в частности, в специализированных реабилитационных анонимных центрах, где консультанты, психологи и психотерапевты обладают нужными знаниями и практиками работы с данной категорией зависимых людей. Подобные технологии позволяют добиться устойчивой ремиссии, т.е. значительным ослаблением и даже полным исчезновением симптомов заболевания (Проценко Е.Н., 2008).

Целью реабилитационных центров является достижение трезвости и обретение душевного равновесия и здравомыслия наркозависимого человека. Психологическая реабилитация уделяет внимание исследованию его личностных качеств (Зернов А.В., 2008) и особенностей, что позволяет существенно снизить риски наркотизации. Духовная реабилитация предполагает поиск путей к мировоззренческим основам личности, обретению им утраченных жизненных смыслов, душевного покоя, психологического равновесия.

В современной научной литературе известна серия работ, посвященных изучению проблемы патопсихологического влечения к наркотикам, анализу мотивации к прекращению наркотизации и течения ремиссий, где резидент более четко начинает видеть свою проблему и стремится к ее решению (Шабанов П.Д., Штакельберг О.Ю., 2000, Савина Е.А., 2016, Рябов М.П., 2013, Цветкова Л.С., 2002, Белопольская Н.Л., 2016).

С изучения основ наркозависимого поведения и мышления начинается путь к решению проблемы в целом. Выздоровление человека рассматривается как достижение им здорового образа жизни. Это процесс длительный, поскольку человеку необходимо немало времени, чтобы снова «встать на ноги», изменить себя, восполнить все, что было утрачено за время болезни.

Одним из методов, который используется в процессе реабилитации наркозависимых людей, является так называемая *арт-терапия*. Исследование этих технологий весьма актуально, поскольку позволяет выявить эффективные средства лечения лиц с химической зависимостью, помочь человеку вернуться к здоровому и трезвому образу жизни, а значит сохранить устойчивую ремиссию. Данная тема нашла отражение в трудах таких авторов, как А.С. Копытин, О.В. Богачев (2008), А.И. Копытин, Б. Корт (2011), С.В. Тарасов, В.Н. Березина (2011).

Цель исследования: изучение эффективности применения *арт-терапевтических* методов преодоления наркотической зависимости в процессе реабилитации в специализированных реабилитационных центрах.

Объект исследования: личность с *химической формой* зависимости.

Предмет исследования: *арт-терапевтическое* воздействие на личность с *химической формой* зависимости в процессе реабилитации.

Гипотеза моего исследования состоит в предположении об эффективности арт-терапевтических методик в процессе работы с сопротивлением лиц с химической формой наркозависимости, а также развитием их позитивного мышления в ходе психологической реабилитации.

Задачами моего исследования являются:

- 1) Исследовать эффективность арт-терапевтических техник в работе с сопротивлением наркозависимой личности психологическому воздействию;

- 2) Выявление эффективности арт-терапевтических практик в развитии позитивного мышления наркозависимых людей;
- 3) Изучение индивидуальной (личностной) динамики в процессе реабилитации лиц с химической формой зависимости.

При решении поставленных задач мною использовались следующие методы исследования:

а) *теоретические методы*: изучение психолого-педагогической литературы, диссертационных материалов, научных статей и монографий по указанным проблемам, анализ и обобщение сведений, полученных опытным путем;

б) *эмпирические методы*: проективные, диагностическое тестирование (шкала депрессии А.Бека, индекс жизненного стиля Плутчик-Келлерман-Конте, мотивация успеха и боязнь неудачи А.Реан, мандала А.И. Копытин), телесно – ориентированные (танцевальная терапия), игровые (психодрама), арт-терапевтические (сказкотерапия, изотерапия), а также беседа, стандартизированное наблюдение.

Новизна исследования состоит в разработке авторского комплекса терапевтических методик преодоления сопротивления и развития позитивного мышления в процессе психологической реабилитации лиц с химической зависимостью.

ГЛАВА I.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ АРТ-ТЕРАПИИ КАК СПОСОБ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ С НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ

1.1. Концепция болезни и факторы развития зависимости

Что же такое наркомания и алкоголизм? Зависимость от алкоголя или наркотика связана с изменением в работе головного мозга, которая называется *лимбическая зона*. Лимбическая система – это строение головного мозга, которое окутывает его верхнюю часть и участвует в регуляции эмоций, обоняния, сна, памяти и т.д. Алкоголь и наркотики негативно изменяют работу этой части мозга, поэтому организм без указанных химических веществ существует в стрессовом для себя режиме. Физиологическая потребность в алкоголе или наркотике сохраняется в организме не только во время абстинентного синдрома (похмелья, ломки), но и во время трезвости, что проявляет себя в виде устойчивой тяги к этим веществам.

Поскольку алкоголь и наркотик действуют на одни и те же структуры мозга, алкоголик не редко переходит на наркотики, а наркоман поддерживает свое состояние спиртным (Савина Е.А., 2008, с.14).

«Почему я? Почему это случилось именно со мной?» – важный вопрос, который задают себе наркоманы и алкоголики. Об этом можно говорить много, но единственного точного ответа на эти вопросы нет, хотя есть некоторые общие закономерности, которые оказывают влияние на развитие нарко- и алкозависимости.

Во-первых, это генетическая предрасположенность к формированию зависимости (Савина Е.А., 2016, с.40). На сегодняшний день статистика

показывает, что 95% наркоманов – это наследственные алкоголики. Химически зависимые люди любят приводить пример: «А вот мы с Васей употребляли, а Вася взял и завязал на силе воли и вот теперь он не употребляет. Вот и я смогу» (Т.А. Дашкова, 2010). Сравнивать одного человека с другим не приходится, поскольку есть один существенный момент – *генетика*, от которого никуда не денешься. При абсолютно трезвых родителях генетика может перепрыгнуть через них, таким образом, если дедушка был алкоголиком, то внук в зоне риска стать наркоманом.

Второй фактор: влияние среды общения. Например, человек проживает в условиях, где употребление алкоголя или наркотиков является обычным, нормальным явлением и даже традицией. Наш социум приветствует алкоголизацию и часто родители сами не замечают, как они подготавливают своего ребенка к употреблению ненужных веществ. Каждый праздник встречается с шампанским, вином или водкой. И это считается нормой жизни, это «принято» пить. Если в праздник не поставить на стол спиртное, то люди неправильно поймут. Родители говорят своему ребенку: «Тебе нельзя пить, вот вырастишь, тогда пожалуйста». Тем самым в его сознании утверждается ложная мысль, что признак взрослости – это когда можно пить, ну и наверное – нужно, поскольку его родители постоянно выпивают, когда им плохо или хорошо.

Третий фактор: в подростковом и юношеском возрасте естественны любопытство, интерес, стремление к подражанию, неумение отказывать или сказать «нет» лицам, заинтересованным в распространении наркотиков.

Четвертый фактор: стремление избегать страдания. Неумение справляться с проблемами, кризисными ситуациями, неумение проживать свои чувства и неудачные попытки справиться с тягостным состоянием приводит к употреблению химических веществ (Л.В. Шабанов, 2003, с.24). При помощи алкоголя или наркотика человек желает избежать страданий.

Пятый фактор: комплекс неполноценности. Постоянное унижение, применение физического насилия и проявление нелюбви к ребенку формируют комплекс неполноценности, способный привести к алко- и наркозависимости (Копытин А.И., 2006, с.187). Человек чувствует себя ущербным, одиноким, отвергнутым и никому не нужным. Таким образом он хочет утвердить свое «Я» и обнаруживает для себя открытие, что химическое вещество оказывает положительное воздействие на самочувствие и может помочь ему справиться с собственным дискомфортом.

Шестой фактор: при длительном употреблении алкоголя или наркотика развивается привыкание и у человека формируется зависимость от сильнодействующего вещества (Савина Е.А., 2008, с.14).

1.2. Симптомы сопротивления в процессе психологической реабилитации

Наркоманию и алкоголизм называют «болезнью отрицания». Это означает, что химически зависимый человек отрицает или преуменьшает наличие своей болезни. Отрицать свою зависимость ему удастся до тех пор, пока он не достигнет определенного «дна» (Джонсон В., 2014, с.4). И только тогда, когда зависимый человек почувствует это «дно», у него появляется желание отказаться от употребления наркотиков.

Отрицание своей зависимости заставляет страдать человека, и только честное признание этого помогает ему прекратить употребление ПАВ. Причина отрицания зависимости заключается в том, что отказ от сильнодействующих веществ – это утрата. Вторая причина отрицания – это признать себя химически зависимым человеком – значит опозорить себя не только перед обществом, но и перед самим собой. Но признание болезни не означает ее принятия и тут на этом пути создаются психологические защитные механизмы:

1) *проекция* – приписывание неприемлемых своих чувств, желаний или проблем другим людям, например: «Все пьют»;

2) *минимизация* – преуменьшение степени своего употребления, например: «Я употребляю алкоголь или наркотики только в компании. Я употребляю только по выходным»;

3) *рационализация* или *интеллектуализация* – заключается в оправдании своего употребления ПАВ, объяснение самому себе причин, по которым можно и нужно употреблять, например: «Я употребляю, потому что у меня проблемы. Я употребляю, потому что поругался дома» (Барцалкина В.В., 2011);

4) *отрицание* – заключается в отрицании своей болезни, например: «Я употребляю наркотики, но я не «конченный» наркоман. Я могу контролировать свое употребление. Я могу остановиться в любой момент и бросить употреблять ПАВ» (Симонова Е., 2001, с.165).

Большинство резидентов, проходящих реабилитацию, не достигли своего «дна» и потому не испытывают желания прекратить употребление наркотиков. Такие люди часто попадают на лечение в реабилитационный центр под давлением своих родственников. В процессе реабилитации они открыто демонстрируют свое нежелание лечиться. А это проявляется в том, что они:

- незаинтересованно ведут себя на занятиях;
- отказываются выполнять предлагаемые задания;
- затягивают или откладывают выполнение заданий;
- создают видимость работы;
- проявляют пассивность, сонливость и безразличие;
- демонстрируют вялые и замедленные движения;
- преднамеренно срывают занятия;

- проявляют недоверие и страх;
- несогласие с предлагаемым материалом (бунт и протест).

Подобная манера поведения свидетельствует о том, что резидент открыто сопротивляется лечению и не сотрудничает с персоналом реабилитационного центра в усилиях, которые направлены на его выздоровление.

1.3. Арт-терапия в процессе работы с сопротивлением и негативным мышлением

На сегодняшний день многими исследованиями подтверждено, что творчество или восприятие произведений искусства помогает снимать стресс и справляться с негативными эмоциями (Копытин А.И., 2017, с. 11). Метод арт-терапии основан на невербальном выражении чувств и творческом самовыражении. Основной целью арт-терапии является развитие личности при помощи самовыражения и самопознания. Терапевтическое воздействие – это активное воображение, направленное к миру сознательного и бессознательного в человеке. Язык образов позволяет выразить то, что слова выразить не способны. Кроме того, зачастую образы действуют на человека сильнее, чем слова. Таким образом, прибывая к творчеству, человек расширяет свой эмоциональный и духовный опыт, обогащает его, учится точнее и глубже воспринимать окружающий мир, людей и происходящие события.

Арт-терапия – это хороший источник для мотивации резидентов к преодолению сопротивления. В рамках групповой сессии между резидентами происходит обсуждение рисунков, которое позволяет увидеть в них новый смысл, даже если работа была индивидуальной. Люди, которые рисуют становятся более активными, быстрее принимают решения в чем-либо. Арт-терапия – это отличная работа для головного мозга, поскольку во время рисования работают оба его полушария.

Арт-терапия в деятельности реабилитационных центрах необходима, так как она позволяет решать задачи реабилитации мягко, путем вовлечения резидентов в разные виды творчества. Методы творческой деятельности приводят к положительным эффектам.

1.4. Основные функции и методы арт-терапии для лиц с химической зависимостью

В научной литературе обстоятельно описаны функции и техники арт-терапии. В частности выделяются:

– *коррекционная функция* (самооценка и Я-образ). Альберт-Пулео (1980 г.) и Джонсон (1990 г.) отметили способность методов арт – терапии повышать самооценку и избавлять от ощущения неполноценности. Альберт-Пулео показывает, как арт – терапия помогает лицам с химической зависимостью при помощи символической экспрессии отстраниться от негативных чувств;

– *коммуникативная функция*, т.е. межличностное общение и отношение к окружающему миру. Такие авторы, как Адельман и Кастриконе указывали на социальную изоляцию и ценность арт – терапии. Участвующим на занятиях резидентам представляется возможность использовать символические средства коммуникации. При помощи символических коммуникаций резиденты могут развивать контакт друг с другом, когда словестное общение затруднено;

– *диагностическая функция*: изучает проблемы связанные с коррекцией, скрытыми и неосознаваемыми потребностями, внутренним миром человека, его эмоциональными переживаниями;

– *регуляторная функция*: позволяет снизить эмоциональное переживание, стресс и тд. Ценность арт – терапии отмечает Т.Кантофер. По его мнению путем методов арт – терапии можно преодолеть защитные механизмы в виде отрицания и интеллектуализации, что часто встречается в процессе реабилитации у лиц с химической зависимостью;

– *развивающая функция*: способствует развитию социальной компетентности, саморегуляции и личностному росту;

– *когнитивная функция*: – по мнению Мур (1983г.) арт – терапия это метод лечения для лиц с химической зависимостью, который позволяет преодолеть эмоциональное, когнитивное и поведенческое нарушение (одиночество, осознание себя и своих поступков, неспособность к открытому).

Среди существующих методов арт-терапии для лиц с химической зависимостью выделяются:

- 1) *изотерапия*;
- 2) *сказкотерапия*;
- 3) *драматерапия*;
- 4) *танцевальная терапия*;
- 5) *музыкотерапия*.

ГЛАВА II.

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ, КАК СПОСОБА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЛЯ ЛИЦ С НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ

2.1. Организация и методы исследования

Материалы предлагаемой работы составлены в процессе исследования, которое проводилось в анонимном реабилитационном центре «Равновесие», расположенном в г. Энгельсе Саратовской области. В исследовании приняли участие 15 лиц с химической зависимостью (15 мужчин) в возрасте от 21 до 49 лет; трое из них – Константин, Александр А. и Олег страдают алкогольной зависимостью.

Средний возраст начала употребления наркотических препаратов 14 лет. Стаж употребления ПАВ, в среднем, 9 лет. Девять резидентов перед госпитализацией употребляли наркотики внутривенно. В результате употребления ПАВ - 4 больны гепатитом С, 1 – ВИЧ-инфекцией.

Девять испытуемых являются безработными. Трое резидентов отбывали наказание в местах лишения свободы.

Четырнадцать резидентов согласились на реабилитационное лечение под давлением родственников. Один резидент – Сергей согласился добровольно.

Исследование продолжалось около трех месяцев с 28 ноября 2016 года до 3 февраля 2017 года. Продолжительность прохождения реабилитации резидентов составляет, в целом, до 12 месяцев.

В качестве диагностического инструментария были использованы следующие диагностические методики:

- 1) шкала депрессии Бека;
- 2) методика «Индекс жизненного стиля» опросник Плутчика-Келлермана-Конте;
- 3) опросник Реан А.А. «Мотивация успеха и боязнь неудачи»;
- 4) метод «Мандала».

2.2. Методика «шкалы депрессии Бека»

Для исследования депрессивного расстройства лиц с химической зависимостью мною был проведен тест по шкале депрессии Бека. Методика предложена А.Т. Беком и разработана в 1961 году на основе клинических наблюдений.

По результатам исследования с помощью теста депрессии Бека больных химической зависимостью у большинства обследуемых резидентов до и после исследования депрессивные симптомы находятся в развернутой стадии.

По материалам проведенного исследования можно сделать вывод, что причиной депрессивных состояний у значительного количества пациентов является отказ от употребления ПАВ и отрицание необходимости менять свой образ жизни и поведение ради выздоровления.

2.3. Методика «Индекс жизненного стиля», опросник Р. Плутчика-Келлермана-Конте

Для исследования психологических защитных механизмов резидентов, мною была предложена и проведена методика Роберта Плутчика-Келлермана-Конте. Составленный им опросник предназначен для диагностирования механизмов психологической защиты, включающий в себя 97 утверждений, на которые необходимо ответить «верно» или «не верно».

Результаты исследования механизмов психологической защиты показали, что механизм отрицание наиболее ярко выражен у лиц проходящих психологическую реабилитацию от одного до четырех месяцев. Механизм проекция выражен у большинства резидентов от четырех до семи месяцев.

2.4. Опросник А.А.Реана «Мотивация успеха и боязнь неудачи»

Для исследования мотивации успеха и боязни неудач химически зависимых лиц, мною была предложена методика А.А. Реана. Тест включает в себя 20 высказываний, на которые резидентам необходимо ответить «да» или «нет». Отвечать на вопросы необходимо не задумываясь, т.е. быстро. Следует отметить, что ответ, который приходит в голову первым, является наиболее точным. Например, «да» – «скорее да, чем нет», «нет» – «скорее нет, чем да».

Результаты исследования мотивации успеха и боязни неудачи в стремлении к трезвости показали, что у резидентов, проходящих психологическую реабилитацию, отмечается в среднем высокий уровень мотивации к выздоровлению.

2.5. Метод «Мандала»

Для исследования эмоциональной сферы и личности каждого резидента, мною была проведена арт-терапия по диагностической методике «Мандала».

В ходе проведения групповой сессии мною была проведена диагностика методом «Мандала». При интерпретации рисунков результаты исследования показали, что у троих резидентов из 15 «мандала» почти не заполнена изображениями (много белого, пустого фона). Это означает, что авторы таких «мандал» скрытны и склонны к подавлению своих эмоций, т.е. им как бы «нечего вам всем сказать», они пока что не могут разговориться на языке рисунка.

2.5. Формирующий эксперимент с применением арт-технологий

С группой из пятнадцати выздоравливающих наркоманов я встречалась один раз в неделю в течении трех месяцев. Занятия длились по полтора часа. Средняя продолжительность пребывания химически зависимых людей в реабилитационном центре составляет от семи до девяти месяцев.

Так как работа с химически зависимыми людьми всегда связана с чувствами и традицией, для каждой нашей сессии было необходимо начинать и заканчивать ее «кругом чувств» (рефлексией). Это было необходимо для того, чтобы резиденты умели анализировать свое психическое состояние до начала сессии и изменения после ее окончания.

Первая сессия: изотерапия «Мандала»

Вторая сессия: психодрама «Жизнь и смерть»

Третья сессия: танцевальная терапия «Танец спинами»

Четвертая сессия: изотерапия «Мандала-раскраска»

Пятая сессия: сказкотерапия «Сказка»

Шестая сессия: изотерапия «Свободные ассоциации»

Седьмая сессия: психодрама «Бессилие»

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Диссертационная работа посвящена актуальной проблеме изучения арт-терапии как способа психологической реабилитации лиц с наркотической зависимостью.

По итогам исследовательской работы и теоретического анализа, целью которой было изучение эффективности применения *арт-терапевтических* методов преодоления наркотической зависимости в процессе реабилитации в специализированных реабилитационных центрах можно сделать основные выводы:

1. Исследование эффективности арт-терапевтических техник в работе с сопротивлением наркозависимой личности психологическому воздействию показывает, что при использовании методик в комплексном подходе (с элементами изотерапии, сказкотерапии, игровой и танцевальной терапией) оказывают эффективную помощь резидентам в осознании ими противоречивого отношения к проблеме зависимости. Изотерапия «мандала-раскраска», «свободные ассоциации», «сказка» помогают в работе с сопротивлением. По сравнению с игровой и танцевальной терапией изобразительное искусство и сочинение стихов (сказок) является более целенаправленной активностью, предъявляя к резиденту средства художественного самовыражения. Эффект изобразительной терапии оказывает исцеление психологической травмы, испытывающей страдания.

2. Исследование эффективности арт-терапевтических практик в развитии позитивного мышления наркозависимых людей происходит в игровой терапии «Жизнь и смерть», «Бессилие», танцевальной терапии «Танец спинами» и сказкотерапии. Эффект данных техник помогает преодолеть чувства отчаяния, страха, злости, раздражения и тревоги. Так как у химически зависимых людей

сильно развито негативное мышление, им очень важно испытывать как можно больше позитивных чувств и эмоций, таких как радость, доверие, восхищение, надежда, увлечение, оживление, интерес, приподнятость и др.

3. Сравнение результатов исследования, проведенных до и после моей арт-терапевтической программы, позволило оценить динамику изменений. Используя технологию арт-терапии, я заметила, как до начала тренинга двенадцать из пятнадцати резидентов находились в подавленном состоянии. По завершении работы, проводя рефлекссию («круг чувств»), я стала отмечать, что у большинства из них изменился фон чувств. Негативные чувства, при помощи разминки и рисования, менялись на позитивные. Появлялась активность и заинтересованность ребят в изотерапии. Кроме того, мои наблюдения позволили заключить, что работа по принципу «встречи с самим собой» начинается только тогда, когда резидент начинает рисовать. Таким образом психическая и физическая динамика изменилась в положительную сторону.

Арт-терапия в процессе психологической реабилитации лиц с наркотической зависимостью играет важную роль, так как позволяют избавиться от многих проявлений «внутреннего мусора», помогает улучшать эмоциональное состояние резидентов, работает с психологическими травмами и внутренними конфликтами, занятия незаметно учат доверять людям и принимать себя таким, какой ты есть, повышает самооценку, способствует изменению (преображению) личности человека, приносит радость, удовлетворение, воодушевление, веселье, умиротворение (душевное спокойствие), а также содействует появлению необходимого настроения, готовности и интересу к дальнейшей работе над собой.

В целом, помощь психолога направлена на расширение диапазона психической и физической активности, коррекции негативного мышления, в том числе изменение его отношения к проблемным ситуациям и поиск новых адекватных путей их решения. Тем самым происходит мотивация к обновлению убеждений и преобразению собственной жизни. Работа в процессе становится

более активной. Более частое использование арт-терапии влияет на человека положительно.

В связи со всем вышесказанным, можно констатировать, что данная гипотеза об эффективности арт-терапевтических методик в процессе работы с сопротивлением лиц с химической формой наркозависимости, а также развитием их позитивного мышления в ходе психологической реабилитации подтвердилась.

Таким образом я считаю, что в ходе проведенного исследования поставленные мною цели и задачи были достигнуты и решены.