



Зеленкова Т.В.¹ ✉, Конорева А.Е.²

¹ Государственный гуманитарно-технологический университет, Орехово-Зуево, Россия

² Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и наркологии имени В.П. Сербского Министерства здравоохранения Российской Федерации, Москва, Россия

Перцептивно-эмоциональная техника фасилитации психотерапевтического процесса в работе с родственниками пациентов с шизофренией

Конфликт интересов: не заявлен.

Вклад авторов: концепция и дизайн исследования, обработка материала, написание текста, редактирование – Т.В. Зеленкова; концепция и дизайн исследования, сбор материала, написание текста, редактирование – А.Е. Конорева.

Подана: 10.12.2021

Принята: 23.05.2022

Контакты: tzelenk@mail.ru, ae.konoreva@gmail.com

Резюме

В статье представлены описание и анализ опыта введения новой, разработанной авторами, перцептивно-эмоциональной техники, которая интегрируется в психотерапевтический процесс и выполняет роль фасилитатора, сокращая временные затраты на психотерапию и повышая ее эффективность.

Материалы и методы. Терапевтические группы представили матери пациентов с шизофренией. Для оценки уровня психопатологической симптоматики использовались шкалы SCL-90-R L. Derogatis, уровня адаптивности копинга – опросник E. Heim. Оценка статистических различий осуществлялась с помощью U-критерия Манна – Уитни.

Результаты. Дается теоретическое обоснование, излагаются результаты контролируемого исследования эффективности данного метода. Выявлены статистически значимые положительные изменения у пациентов экспериментальной группы по сравнению с пациентами контрольной группы: снижение уровня психопатологической симптоматики по шкалам соматизации, межличностной сензитивности, депрессии, тревожности и враждебности, повышение уровня адаптивности когнитивных и поведенческих копинг-стратегий.

Выводы. На основании результатов проведенного исследования данная перцептивно-эмоциональная техника может рекомендоваться к применению психотерапевтами и клиническими психологами для фасилитации психотерапевтического процесса, повышения эффективности психотерапии, расширения арсенала способов реабилитации и улучшения качества жизни пациентов.

Ключевые слова: перцептивно-эмоциональная техника, фасилитация, интегративный метод, групповая психотерапия, эффективность психотерапии

Zelenkova T.¹✉, Konoreva A.²

¹ State University of Humanitarian and Technology, Orekhovo-Zuyevo, Russia

² Federal Medical Research Centre for Psychiatry and Narcology of the Ministry of Health of the Russian Federation, Moscow, Russia

Perceptual-Emotional Technique of Facilitating the Psychotherapeutic Process in Working with Relatives of Schizophrenic Patients

Conflict of interest: nothing to declare.

Authors' contribution: the concept and design of the study, processing of the material, writing the text, editing – T. Zelenkova; concept and design of the study, data collection, text writing, editing – A. Konoreva.

Submitted: 10.12.2021

Accepted: 23.05.2022

Contacts: tzelenk@mail.ru, ae.konoreva@gmail.com

Abstract

The article describes and analyzes the experience of introducing a new perceptual-emotional technique developed by the authors, which integrates into the psychotherapeutic process and acts as a facilitator, increasing efficiency and reducing the time spent on psychotherapy.

Materials and methods. The therapeutic groups were represented by mothers of patients with schizophrenia. To assess the level of psychopathological symptomatology we used the SCL-90-R L. Derogatis scales, adaptability level of coping – E. Heim questionnaire. Statistical differences were assessed using the Mann – Whitney U-criterion.

Results. A theoretical justification is proposed, and the results of a controlled study of the effectiveness of this method are presented. Statistically significant positive changes were revealed in patients of the experimental group compared with the control group. Namely, they were: a decrease in the level of psychopathological symptoms on the scales of somatization, interpersonal sensitivity, depression, anxiety and hostility, an increase in the level of adaptability of cognitive and behavioral coping strategies.

Conclusion. On the basis of the results of this research, this perceptual-emotional technique can be recommended for use by psychotherapists and clinical psychologists to facilitate the psychotherapeutic process, increase the effectiveness of psychotherapy and expand the arsenal of rehabilitation techniques and improve the quality of life of patients.

Keywords: perceptual-emotional technique, facilitation, integrative method, group psychotherapy, effectiveness of psychotherapy

■ ВВЕДЕНИЕ

Повышение эффективности методов психотерапевтического воздействия было и остается одной из наиболее актуальных проблем современной психотерапии. Подходы к ее решению охватывают как широкий спектр всевозможных практик, основанных на попытках интегрирования средств и методов психофармакотерапии, психотерапии и социально-реабилитационных мероприятий, так и достаточно большое

количество попыток усовершенствовать отдельные методы и приемы психотерапевтического процесса.

В современной психотерапии все большее распространение получают интегративные системы методов, направленные на повышение эффективности лечебного вмешательства: синтетическая психотерапия, эклектическая, когнитивно-бихевиоральная, рационально-эмоциональная поведенческая психотерапия, полимодальные и мультимодальные подходы [5] и др. Однако каждая из них, в силу действия различных факторов, в том числе и взятых за основу методологических принципов, ограниченности языковых средств, зависимости от характера патологии, потребностей и возможностей пациента для достижения позитивных изменений, как правило, использует только ограниченный набор функциональных возможностей психики человека. В связи с этим введение дополнительных средств, potenziрующих психотерапевтический процесс за счет обращения к психическим ресурсам пациентов, является актуальной, востребованной в лечебной практике и перспективной задачей.

Одним из важных компонентов системы социально-психологической реабилитации пациентов, имеющих психические заболевания различной нозологии, является работа с их родственниками. Как показали клинико-патогенетические исследования, большинство родственников, в основном матери пациентов, имеют то или иное расстройство непсихотического уровня и нуждаются в психотерапевтической помощи [3]. По сравнению с отцами матери имеют меньший объем психологических ресурсов, однако именно на них ложится основное бремя ухода за больными, функции поддержания семейных отношений, постоянные тревоги и заботы о социализации и обеспечении будущего больных детей. Многофункциональность необходимых ролевых функций и тяжесть бремени ухода проявляются в высоком уровне стресса, тревоги, росте астенизации и психопатологической симптоматики [4].

В настоящей работе предлагаются описание и анализ опыта введения разработанной авторами перцептивно-эмоциональной техники, которая интегрируется в психотерапевтический процесс и выполняет роль фасилитатора, сокращая временные затраты на психотерапию и повышая ее эффективность. Техника может использоваться как в групповой, так и в индивидуальной психотерапии. В нашем случае будет рассмотрена интеграция перцептивно-эмоциональной техники в групповую психотерапию родственников пациентов с шизофренией и расстройствами шизофренического спектра.

■ ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ

Перцептивно-эмоциональная техника фасилитации психотерапевтического процесса основана на использовании в данном процессе определенным образом организованного стимульного материала, который за счет мультисенсорного воздействия достаточно легко вызывает у пациентов ответную эмоционально окрашенную когнитивную реакцию, которая отражается в нарративе пациента, ассоциативно взаимодействуя с ранее пережитым собственным опытом. В этом и состоит эффект фасилитации.

В качестве одного из компонентов перцептивно-эмоциональной основы техники были использованы восемь сюжетных картинок «Рисованного апперцептивного теста» (РАТ) Л.Н. Собчик [6]. Как известно, РАТ является проективным диагностическим тестом и предназначен для выявления межличностных и личностных конфликтов

обследуемых лиц. Его оригинальный стимульный материал является еще менее структурированным, чем в известном «Тематическом апперцептивном тесте» Г. Мюррея, поскольку на рисунках нет изображения лиц, отсутствуют признаки пола, возраста, культурной среды. Однако на каждой картинке представлена конфликтная ситуация или ситуация, близкая к конфликтной. Именно поэтому сюжеты картинок РАТ были выбраны в качестве тем для работы в психотерапевтической группе [13].

Вторым компонентом техники выступал цветовой фон, на котором предьявлялись сюжеты. В силу того, что цвет способен изменять функциональное состояние индивида, минуя сознание, и «выражать эмоциональное (личностно-смысловое) отношение субъекта к значимому другому и к самому себе» [8, с. 166], он является триггером семантической интерпретации сюжетной картинки. Цветовой фон воспринимается субъектом раньше, чем сюжетный рисунок, поскольку в основе восприятия цвета лежат «прасемантические» (термин предложен В.В. Петуховым) структуры [там же]. Таким образом, при восприятии рисунка испытуемый сначала схватывает цвет, а затем сюжет, который он интерпретирует через семантическое значение цвета.

Цвет воздействует на человека на неосознаваемом уровне. В соответствии с теорией экологической валентности все цветовые предпочтения находятся в прямом соответствии с прошлым эмоциональным опытом человека [12]. Его субъективное восприятие основывается на эмоциональном и семантическом значении, ассоциируемом с этим цветом [10]. Как показал Г. Бауэр в теории ассоциативных сетей, эмоция служит единицей воспоминания, которое может образовывать связи с другими ассоциациями, связанными общей темой. Активация этого эмоционального блока помогает извлекать события, которые проявляются в свободных ассоциациях, фантазиях и категоризации восприятия [9].

С другой стороны, восприятие цвета зависит также и от текущих жизненных событий, и от контекста, в котором происходит перцептивная деятельность. Поэтому ассоциативные связи захватывают не только прошлый опыт, но и настоящий момент, отражающий ход групповой или индивидуальной психотерапии. И каждый новый опыт, полученный в ходе психотерапии, будет изменять ассоциативную сеть и семантическое значение, которое человек вкладывает в этот цвет.

А. Кроули, основываясь на своих исследованиях, описал два процесса, возникающих у человека при восприятии цвета: активирующий и оценочный. Первый стимулирует ответную реакцию, второй связан с включением ассоциативной сети, соответствующей семантическому значению этого цвета [11]. В связи с этим цвет способен преобразовывать нейтральную в обычных условиях картинку, выделяя в ней тот элемент, который является для человека личностно значимым. Включение цветовых фонов позволяет косвенно воздействовать на эмоциональную составляющую конфликта, вызвавшего невротическое расстройство.

Обратим внимание на то, что во время просматривания схематических картинок РАТ, представленных на определенном цветовом фоне, в симультанной деятельности восприятия пациентов происходит взаимодействие цвета и форм картинок. Швейцарский художник И. Иттен исследовал восприятие соответствия цвета и геометрической формы. Он соотнес восприятие основных цветов и геометрических фигур, у которых есть общие ассоциативные сети. Так, например, квадрату соответствует красный цвет, треугольнику – желтый, кругу – синий. Эти сочетания являются согласованными, и их воздействие на человека усиливается в сторону гармонии [1].

Если есть несоответствие, то несовпадение цвета и формы приводит к сильному напряжению и чувству дисгармонии. Поскольку в схематичных рисунках РАТ содержатся разные формы и цвета, то их совпадения и несовпадения тоже являются источником, активизирующим работу ассоциативной сети и экстериоризации внутренних конфликтов.

Новизна нашего подхода предполагала в качестве цветового фона для предъявления картинки РАТ использование не одного цвета, а видеоряда, состоящего из девяти цветовых фонов, два из которых являются ахроматическими (белый и серый), а семь – хроматическими (цвета радуги). Использование спектра цветовых фонов для одной картинки позволяет испытуемому связать каждый оттенок цвета с каким-либо аспектом личностной проблемы и тем самым усилить пристрастное отношение к элементам сюжета, изображенного на картинке.

■ ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ

Теоретическое обоснование и оценка эффективности интеграции перцептивно-эмоциональной техники в форме групповой психотерапии в комплекс лечебных мероприятий у родственников пациентов с шизофренией и расстройствами шизофренического спектра.

■ МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Для достижения поставленной цели было проведено контролируемое исследование. Терапевтические группы составили 23 человека – матери пациентов с психическими расстройствами шизофренического спектра, у которых были выявлены аффективные и невротические расстройства (F32, F45, F48) и которые получали однородное психофармакологическое лечение в сочетании с различными видами психотерапии.

Для получения репрезентативных результатов по выявлению эффективности психотерапии вся группа исследования была разделена в случайном порядке на две подгруппы: 11 пациентов были включены в экспериментальную группу, в которой система реабилитационных средств была дополнена перцептивно-эмоциональной техникой; остальные 12 составили контрольную группу, в которой использовались те же самые способы вмешательства, но не включающие указанную технику.

В экспериментальной группе на каждом групповом занятии в качестве предмета обсуждения (темы) предлагалась только одна картинка, которая предъявлялась в форме видеоряда со сменой девяти цветовых фонов (двух ахроматических и семи хроматических). Длительность предъявления каждого фона составляла 15 секунд, картинки в целом – 2 минуты 15 секунд за один сеанс. Длительность сессии составляла 2 часа, а весь курс состоял из 10 сессий.

После просмотра видеоряда в ходе сессии предполагалось групповое обсуждение конфликтной ситуации, изображенной на картинке, и поиск решения этой ситуации. На последующих сеансах процедура повторяется со следующей по порядку картинкой теста.

Эффективность психотерапии оценивалась по многомерному опроснику выраженности психопатологической симптоматики SCL-90-R (L. Derogatis) [7] и методике диагностики копинг-механизмов Е. Heim [2]. Оценка статистически значимых различий показателей экспериментальной и контрольной групп до и после

психотерапевтических мероприятий осуществлялась с помощью U-критерия Манна – Уитни.

■ РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Сравнительная оценка состояния членов экспериментальной и контрольной групп проводилась до и после окончания 10 психотерапевтических сессий. Результаты сравнения по показателям шкал психопатологической симптоматики SCL-90-R приведены в табл. 1.

Результаты сравнения свидетельствуют о том, что в группе с применением перцептивно-эмоциональной техники существенно ниже уровень психопатологической симптоматики по ряду показателей: соматизации ($p < 0,05$), межличностной сензитивности ($p < 0,05$), депрессии ($p < 0,01$), враждебности ($p < 0,05$) и общему индексу тяжести расстройства ($p < 0,05$).

Данные, полученные при сравнении уровня адаптивности копинг-механизмов пациентов, приведены в табл. 2.

Таблица 1
Статистические различия показателей шкал SCL-90-R в экспериментальной и контрольной группах до и после психотерапии
Table 1
Statistical differences in the SCL-90-R scales in the experimental and control groups before and after psychotherapy

Шкалы SCL-90-R		Период	Экспер. группа	Контр. группа	U-критерий Манна – Уитни
			n=11	n=12	
			М	М	
Соматизация	SOM	до	1,16	1,24	48,5
		после	0,85	1,12	34,5*
Обсессивно-компульсивные расстройства	O-C	до	1,02	0,97	65
		после	0,97	0,98	47
Межличностная сензитивность	INT	до	0,97	1,07	60,5
		после	0,72	0,97	36,5*
Депрессия	DEP	до	1,51	1,57	50,5
		после	1,01	1,46	26**
Тревожность	ANX	до	0,72	0,79	54,5
		после	0,58	0,78	37,5*
Враждебность	HOS	до	0,73	0,85	53
		после	0,59	0,89	36,5*
Фобическая тревожность	PHOB	до	0,1	0,2	39
		после	0,12	0,18	38,5
Паранойяльные симптомы	PAR	до	0,7	0,66	50
		после	0,52	0,61	46
Психотизм	PSY	до	0,44	0,43	57
		после	0,45	0,45	53
Общий индекс тяжести	GSI	до	0,89	0,93	52
		после	0,71	0,9	36,5*

Примечание: полученные данные статистически достоверны: * при $p < 0,05$; ** при $p < 0,01$.

Таблица 2

Статистические различия уровня адаптивности копинг-стратегий в экспериментальной и контрольной группах до и после психотерапии

Table 2

Statistical differences in the level of adaptability of coping strategies in the experimental and control groups before and after psychotherapy

Копинг-механизмы	Уровень адаптивности копинга	Экспер. группа, n=11	Контр. группа, n=12	U-критерий Манна – Уитни
	период	М	М	
Когнитивные	до	1,55	1,33	56
	после	2,18	1,42	27**
Эмоциональные	до	1,73	1,75	52,5
	после	1,91	2,00	42
Поведенческие	до	2,09	1,75	51,5
	после	2,45	1,83	38*

Примечание: полученные данные статистически достоверны: * при $p < 0,05$; ** при $p < 0,01$.

В табл. 2 представлены средние показатели адаптивности копинга в экспериментальной и контрольной группах, рассчитанные по введенным в процедуру обработки результатов числовым оценкам уровня адаптивности копинг-поведения.

Как показано в таблице, до начала сессий в обеих группах различия в степени адаптивности копинга незначительны. После завершения цикла занятий и в экспериментальной, и в контрольной группе произошли изменения в сторону повышения адаптивности копинга. Тем не менее подсчет значений U-критерия Манна – Уитни между данными обеих групп после завершения занятий показал значимые различия между показателями уровня копинга. У членов экспериментальной группы, в комплекс лечебных мероприятий которой интегрирована перцептивно-эмоциональная техника, по сравнению с контрольной группой отмечаются значимые отличия, показывающие положительные изменения в сторону повышения уровня адаптивности копинг-поведения в когнитивной ($p < 0,01$) и поведенческой ($p < 0,05$) сферах. Так, вместо ранее часто используемых стратегий «растерянность», «смирение», «активное избегание» (по E. Heim) у членов экспериментальной группы стали наблюдаться ситуационно-специфические варианты копинга адаптивного плана: «проблемный анализ», «сохранение самообладания», «сотрудничество», «обращение к людям».

Таким образом, интеграция перцептивно-эмоциональной техники в форме групповой психотерапии в комплекс лечебных мероприятий родственников пациентов с шизофренией и расстройствами шизофренического спектра показала у пациентов экспериментальной группы значимое снижение уровня психопатологической симптоматики по ряду показателей: соматизации ($p < 0,05$), межличностной сензитивности ($p < 0,05$), депрессии ($p < 0,01$), враждебности ($p < 0,05$) и общему индексу тяжести расстройства ($p < 0,05$). В этой группе также значительно возрос уровень адаптивности когнитивных ($p < 0,01$) и поведенческих ($p < 0,05$) копинг-стратегий, что свидетельствует о целесообразности введения техники в систему групповой психотерапии.

Эффект воздействия данной техники связан с использованием в групповой работе двух составляющих: проективного стимульного материала в виде рисунков и спектра цветовых фонов, что совокупно составляет видеоряд, представленный

чередованием рисунка на разных цветовых фонах. При этом рисунки предъявляются порционно – на одном занятии может быть рассмотрен только один рисунок.

Восприятие на цветовом фоне ситуации межличностного взаимодействия, изображенного на картинке, вызывает у пациентов эмоциональный отклик и ассоциацию с ситуацией из собственного опыта, в которой идентифицируется та или иная семейная роль. Цветовой фон, воздействуя на функциональное состояние человека на подсознательном уровне, создает условия для формирования сети ассоциативных связей с личностно значимыми ситуациями и семантической интерпретации сюжетного рисунка.

В процессе обмена высказываниями членов группы по поводу предъявленного сюжета личная интерпретация картинки вербализуется, и в процессе поиска группового решения она рационализируется, рефлексивируется и отчуждается. Таким образом, семейная ситуация одного члена группы становится доступной для анализа всем другим – каждый видит свой собственный опыт в зеркале этой ситуации.

В результате вербализации собственного опыта, анализа опыта других, нахождения аналогий в «чужих случаях» этот опыт объективируется и дистанцируется от личности. Он становится повторяемым, «ничьим». Из него удаляется чувственная составляющая, и тем самым снижается интенсивность психологических защит. У пациентов снимается чувство уникальности собственной семейной ситуации, снижается чувство личностной неполноценности, агрессивность и аутоагрессивность.

Тем самым создаются условия для рефлексии собственного семейного опыта. Теперь ситуацию можно решать как задачу, глядя на нее со стороны глазами постороннего наблюдателя. Вырабатываются способы решения подобных проблем для всех членов группы. Именно в этом мы видим источники снижения уровня межличностной сензитивности и повышения уровня адаптивности когнитивных и поведенческих копинг-стратегий членов группы. Кроме того, ощущение оптимизма и перспектив групповой помощи в решении личных проблем приводит к снижению депрессивной симптоматики и соматизации.

■ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В настоящей статье представлены теоретическое обоснование и анализ эффективности введения в групповой психотерапевтический процесс разработанной авторами перцептивно-эмоциональной техники, которая выполняет роль фасилитатора, сокращая временные затраты на психотерапию родственников пациентов с шизофренией и повышая ее эффективность.

Проверка эффективности техники проводилась с помощью контролируемого исследования с использованием экспериментальной и контрольной групп. Оценка различий определялась по значениям U-критерия Манна – Уитни. Были рассмотрены показатели патопсихологической симптоматики и уровень адаптивности копинг-механизмов участников обеих групп до и после психотерапевтических мероприятий.

Результаты показали значимое снижение уровня психопатологической симптоматики (соматизации, межличностной сензитивности, депрессии, тревожности и враждебности), повышение уровня адаптивности когнитивных и поведенческих копинг-стратегий.

На основании результатов проведенного исследования данная перцептивно-эмоциональная техника может рекомендоваться к применению психотерапевтами и

клиническими психологами для ускорения психотерапевтического эффекта реабилитации и повышения эффективности психотерапевтического процесса, расширения арсенала способов реабилитации и улучшения качества жизни пациентов.

■ ЛИТЕРАТУРА/REFERENCES

1. Itten J. (2021) *Iskusstvo tsveta* [The art of color]. Moscow: D. Aronov. (in Russian)
2. Nabiullina R.R., Tukhtarova I.V. (2003) *Mekhanizmy psikhologicheskoi zashchity i sovladaniya so stressom* [Mechanisms of psychological defense and coping with stress]. Kazan: Kazan State Medical Academy. (in Russian)
3. Prazdnova V.A., Zelenkova T.V. (2009) Figura materi v semeinom kontekste lits s psikhoticheskimi rasstroistvami shizofrenicheskogo spektra [The figure of mother in the family context of individuals with psychotic disorders of schizophrenic spectrum]. *The Russian mental health*, vol. 7, no 7 (38), pp. 36–42.
4. Prazdnova V.A., Zelenkova T.V. (2016) Psikhologicheskiye kharakteristiki materey bolnykh s rasstroystvami shizofrenicheskogo spektra [Psychological characteristics of mothers of patients with schizophrenia spectrum disorders]. *Psychiatry Psychotherapy and Clinical Psychology*, vol. 7, no 4, pp. 464–471.
5. Prazdnova V.A., Zelenkova T.V. (2018) Monotematicheskii polimodal'nyi podkhod v psikhoterapii sredstvami iskusstva bol'nykh shizofreniei i rasstroistvami shizofrenicheskogo spektra [Monothematic multimodal approach in psychotherapy by means of art in schizophrenia and schizophrenia spectrum disorders patients]. *Psychiatry Psychotherapy and Clinical Psychology*, vol. 9, no 2, pp. 206–214.
6. Sobchik L.N. (2002) *Risovannyi appertseptivnyi test* [Hand-drawn apperception test]. SPb.: Rech'. (in Russian)
7. Tarabrina N.V. (2001) *Praktikum po psikhologii posttravmaticheskogo stressa* [Practicum on PTSD Psychology]. SPb.: Piter. (in Russian)
8. Yan'shin P.V. (2000) *Vvedenie v psikhosemantiku tsveta* [Introduction to the psychosemantics of color]. Samara: SamGPU. (in Russian)
9. Bower G.H. (1981) Mood and memory. *American Psychologist*, vol. 36, no 2, pp. 129–148. doi: 10.1037//0003-066x.36.2.129
10. Collins A.M., Loftus E.F. (1975) A Spreading Activation Theory of Semantic Processing. *Psychological Review*, vol. 82, no 6, pp. 407–428. doi: 10.1037/0033-295X.82.6.407
11. Crowley A.E. (1993) The two-dimensional impact of color on shopping. *Marketing letters*, vol. 4, no 1, pp. 59–69. doi: 10.1007/BF00994188
12. Palmer S.E., Schloss K.B. (2010) An ecological valence theory of human color preference. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, vol. 107, no 19, pp. 8877–8882. doi: 10.1073/pnas.0906172107
13. Prazdnova V.A., Zelenkova T.V. (2013) *Sposob reabilitatsii bolnykh nevroticheskimi rasstroistvami: patent na izobretenie* *RUS 2500350 C1* /; *zayavl. 07.11.2012; opubl. 10.12.2013, Byul. No 22*. (in Russian)