



## РОЗДІЛ 7. ПИТАННЯ АРТ-ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ

Lytvynenko V.A.,  
Aleksenko A.V.

Литвиненко В.А.,  
Алексенко А.В.

### THE APPLICATION OF SAND THERAPY IN THE REHABILITATION OF POST-STROKE PATIENTS

*The analysis of scientific-theoretical and methodical literature, the concept, modern methods of rehabilitation of post-stroke patients are considered in the article.*

**Keywords:** *post-stroke patients, rehabilitation, cerebral circulation disorders, sand therapy.*

### ЗАСТОСУВАННЯ ПІСОЧНОЇ ТЕРАПІЇ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІСЛЯІНСУЛЬТНИХ ХВОРИХ

*У статті розглянуто аналіз науково-теоретичної та методичної літератури, розкрито поняття, сучасні методи реабілітації післяінсультних хворих.*

**Ключові слова:** *післяінсультні хворі, реабілітація, порушення мозкового кровообігу, пісочна терапія.*

**Постановка проблеми.** Сьогодні в Україні, як і в інших країнах світу, спостерігається тенденція до зростання поширеності неврологічних захворювань. У структурі неврологічної патології найбільш актуальними та соціально значущими залишаються судинні захворювання головного мозку, серед яких провідне місце посідають, гострі порушення мозкового кровообігу – мозкові інсульти [1].

За даними ВООЗ, у розвинутих країнах світу щорічно реєструють від 100 до 300 інсультів на кожні 100 тис. населення. В Україні щорічно близько 110–125 тис. осіб переносять мозковий інсульт, який є однією з найчастіших причин інвалідності та смертності населення країни (Л.В. Андріюк, 2016; А. В. Єрмалаєва, 2017). Рівень смертності від інсульту в Україні у 2,5 рази перевищує відповідні показники західноєвропейських країн і має тенденцію до подальшого зростання. Слід зазначити, що 35,5% мозкових інсультів зустрічаються в осіб працездатного віку [2].

На сьогодні існує значна кількість наукових праць, присвячених проблемі нейрореабілітації післяінсультних хворих (О.Н. Белова, О.Ф. Казачанська, В.В. Ковальчук, І.В. Магулка, Ю.Г. Петрова, В.І. Скворцова та ін.). Гострі порушення мозкового кровообігу часто залишають після себе важкі дефекти у вигляді розладів рухів, координації, чутливості, мовлення та інших вищих мозкових функцій, що порушують працездатність. Водночас доведено, що застосування засобів фізичної реабілітації в гострому періоді захворювання зменшує ризик виникнення різних ускладнень, сприяє відновленню порушених рухових функцій, готує пацієнтів до вертикалізації та набуття елементарних навичок самообслуговування. Правильно організована система реабілітації дозволяє зберегти соціальні можливості післяінсультних хворих та повернути їх до трудової діяльності [6].



Таким чином, актуальність проблеми, її практична значущість та недостатня розробленість у сфері фізичної реабілітації, зумовлює вибір теми дослідження: «Застосування пісочної терапії в реабілітації післяінсультних хворих».

**Об'єкт дослідження:** фізична реабілітація післяінсультних хворих.

**Предмет дослідження:** пісочна терапія як засіб фізичної реабілітації післяінсультних хворих.

**Методи дослідження:** проаналізувати науково-методичну літературу з даної проблеми та теоретично обґрунтувати застосування пісочної терапії в процесі реабілітації післяінсультних хворих.

**Результати дослідження та їх обговорення:**

На даний момент існує дефіцит теоретичних досліджень, спрямованих на пошук компенсаторних механізмів, індивідуального підходу в процесі психологічного супроводу, корекції, реабілітації та психокорекції післяінсультних хворих, з метою гармонізації їх відносин з навколишнім світом. Також відзначається зростаючий інтерес до різноманітних напрямків психотерапії творчістю, зокрема, до арт-терапії – це психотерапевтичний метод, заснований на використанні художньої творчості.

Сам термін «арт-терапія» був введений А. Хіллом в 1938 році при описі власної роботи з туберкульозними хворими в санаторіях. Сьогодні арт-терапія є відносно молодим методом реабілітації і психокорекції, що з'явилися в результаті об'єднання досвіду передових лікарів, психіатрів, художників і арт-терапевтів, мистецтвознавців і психоаналітиків [4].

На сьогоднішній день існує безліч видів арт-терапії, які в широкому розумінні складаються з: власне арт-терапії (візуальні види мистецтва), ізотерапії (лікувальний вплив засобами образотворчого мистецтва: малюванням, ліпленням, декоративно-прикладним мистецтвом та ін.), бібліотерапії (лікувальний вплив читанням), імаготерапії (лікувальне вплив через образ, театралізацію), музикотерапії (лікувальний вплив через сприйняття музики), вокалотерапії (лікування співом), кінезітерапії (танцетерапія, хореотерапія, корекційна ритміка – лікувальний вплив рухами), пісочної терапії (зняття агресії за допомогою піску), фототерапії (вплив через фотографії), маскотерапії (вплив на особистість через примірку на себе різних масок і ролей), кінотерапії (лікування за допомогою кіномистецтва) і багато інших [7].

Техніка «пісочної терапії» виникла в рамках юнгіанського аналітичного підходу і багато в чому базується на роботі з символічним змістом несвідомого як джерелом внутрішнього росту і розвитку. Автором цього методу, що виник в п'ятидесятих роках минулого століття, вважається швейцарський юнгіанський аналітик Дора Калф [5].

Сам принцип пісочної терапії був запропонований ще К.Г. Юнгом, чудовим психотерапевтом, засновником аналітичної психотерапії. Пісок має властивість пропускати воду. У зв'язку з цим фахівці стверджують, що він поглинає негативну психічну енергію, взаємодія з ним очищає енергетику людини, стабілізує емоційний стан. Так чи інакше, спостереження і досвід показують, що гра в пісок позитивно впливає на емоційне самопочуття людей, це робить її прекрасним засобом для «турботи про душу» [8].

Так, К.Г. Юнг стверджував, що процес «гри в пісок» вивільняє заблоковану енергію і «активізує можливості самоцілення, закладені в людській психіці».

Пісок – загадковий матеріал. Він має здатність зачаровувати людину своєю піддатливістю, здатністю приймати будь-які форми: бути сухим, легким або вологим, щільним і пластичним. Пісочна терапія – це можливість висловити те, для чого важко підібрати слова, стикнутися з тим, до чого важко звернутися безпосередньо,



побачити в собі те, що зазвичай йде від свідомого сприйняття [8].

Головним принципом, покладеним Дорою Калф в основу роботи, є «створення вільного і захищеного простору», у якому пацієнт може виражати і досліджувати свій світ, перетворюючи свій досвід і свої переживання, часто незрозумілі або тривожні. «Картина на піску, може бути зрозуміла, як тривимірне зображення будь-якого аспекту душевного стану. Неусвідомлена проблема розігрується в пісочниці, подібно драмі, конфлікт переноситься з внутрішнього світу в зовнішній».

Для пісочної терапії можна використовувати два дерев'яних підноса з піском розміром 60x70x10. Один піднос наповнюється сухим піском, а інший використовується, якщо людина хоче працювати з вологим піском. Внутрішня поверхня підносів забарвлюється в блакитний колір – таким чином, дно підноса може зображати море або річку. Також необхідно безліч різноманітних фігурок, з яких дитина вибирає те, що притягує або, навпаки, лякає або відштовхує її. У ході сеансу їй спочатку пропонується вибрати фігурки, які привертають увагу, і побудувати з них композицію на піску. Після того, як вона це зробила, її просять дати назву побудованому, і розповісти про це історію [3].

Колір в пісочній терапії при психодіагностиці, психотерапії та при самій безпосередній роботі з піском має чи не найважливіше значення. Є так звані первинні та вторинні кольори. Первинними називають кольори, які не змішані, а вторинними ті кольори, які виникають внаслідок змішування: помаранчевий, зелений, фіолетовий. Комплементарними називають кольори, які знаходяться один навпроти одного: комплементарними є червоний до зеленого, помаранчевий до синього, жовтий до фіолетового. При змішуванні комплементарних кольорів виникають комбінації всіх первинних кольорів. Білий колір – змішані всі комплементарні кольори. Різний колір викликає різну реакцію. Так наприклад, червоний колір є кольором драматичним, він стимулює рухову активність і емоційну експресію. Червоний колір асоціюється з почуттям радості. Синій колір – заспокоює, асоціюється з емоційною відстороненістю. В цілому синій колір символізує духовні якості, та більш насичений колір – темно-синій асоціюється з депресією.

Нижче наведені кольори, які мають певне символічне значення в пісочній терапії та їх стимулюючі властивості:

- червоний, – теплий, стимулюючий, асоціюється з кров'ю, життям, силою, вітальністю, збудженням, радістю та коханням. В той самий час символізує, чуттєвість, агресію і гнів; стимулює рухові функції, процес прийняття рішення, провокує на імпульсивні дії;

- помаранчевий, – об'єднав в себе характеристики 2-х кольорів: жовтого і червоного; імпульсивність червоного кольору та інтуїтивність жовтого; цей колір говорить що перед вами людина енергійна, яка здатна отримувати енергію; надмірне використання помаранчевого кольору говорить про нервовість, низьку увагу;

- жовтий колір, – займає серединну позицію в кольоровому спектрі ділить спектр навпіл між теплими і холодними кольорами, тому його значення – це колір символічно уособлює в собі характеристики прийняття рішення, сумнівів і коливаний; окрім того жовтий колір символізує страхи, обман;

- зелений, – символізує ті характеристики якими наділений рослинний світ: прямота, особистісне зростання, стійкість, надійність; люди, які надають перевагу зеленому кольору часто проти змін, проти нового, не схильні до фантазування; зелений колір часто асоціюють з спокоєм, статикою і зціленням; деякі відтінки зеленого, ті що ближчі до жовтого асоціюються з активністю, зростанням,



регенерацією, більш темні відтінки символізують заздрість, лінь, егоїзм та депресію.

- синій колір, – асоціюється з безкінечністю і глибиною – це колір який символізує небо, істину і глибину, надійність, спокій і надію. Синій колір наділений властивістю заспокоювати, але в великій кількості може викликати депресію; темно-синій колір асоціюється з нерухомістю, холодом;

- фіолетовий, – асоціюється з духовністю, загадковістю, містикою магією; темно фіолетовий колір – при його виборі говорить про те, що людина хоче заховатись в світі фантазій;

- коричневий, – асоціюється з землею, ростом, підтримкою життя і плодючості [8].

Основна ідея пісочної терапії формулюється так: контакт з піском надаватиме післяінсультним хворим можливість позбутися від психологічних травм за допомогою перенесення зовні, на площину пісочниці, фантазій і формування відчуття зв'язку і контролю над своїми внутрішніми спонуканнями. Встановлення зв'язку з несвідомими переживаннями, та їх вираження в символічній формі значною мірою полегшуватиме здорове функціонування психіки.

**Висновки.** Пісочна терапія – це унікальна можливість досліджувати свій внутрішній світ за допомогою безлічі мініатюрних фігурок, «пісочниці» підноса з піском, деякої кількості води, а головне, відчуття свободи та безпеки самовираження, що виникає в спілкуванні з реабілітологом.

Пісочна гра – це самий органічний спосіб висловити свої переживання, вибудовувати відносини, і спосіб звичний, добре знайомий, це його реальність. Людина грає в те, що у неї «болить».

Післяінсультний хворий в процесі пісочної гри матиме можливість висловлювати свої найглибші емоційні переживання, він звільнюватиметься від страхів, і пережите не розвиватиметься у психічну травму.

**Перспективи подальших досліджень.** Базуючись на даних теоритичних дослідженнях, пісочна терапія буде впроваджена в комплексній реабілітаційній роботі з післяінсультними хворими.

#### **Список використаної літератури**

1. Віничук С.М. Пошук нових підходів до лікування гострого ішемічного інсульту. Український неврологічний журнал, 2014. №1. 3-10 с.

2. Гуляєв Д.В. Ішемічний інсульт (екстрена, первинна, вторинна (спеціалізована) медична допомога та медична реабілітація): уніфікований клінічний протокол мед.допомоги, 2012. 120 с.

3. Кисельова М.В. Арт-терапия: руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. Санкт-Петербург: Речь, 2006. 160с.

4. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. Санкт-Петербург: Питер, 2002. 438 с.

5. Литвиненко В.А. Основы арт-терапии: навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів. 2-ге видання, перероблене і доповнене. Суми, 2016. 136 с.

6. Марченко О.К. Физическая реабилитация неврологических больных. Олимпийская литература, 1999. 56 с.

7. Мауро М. Использование арт-терапии в формировании идентичности подростка: практикум по арт-терапии. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 175-196 с.

8. Edmans J. Occupational therapy and stroke. Wiley-Blackwell, 2010. 188 p.

Стаття надійшла до редакції 21.11.2018 р.