

ОПЫТ ВНЕДРЕНИЯ ИННОВАЦИОННОЙ АРТ-МЕТОДИКИ В РАБОТУ ПСИХОЛОГА СУРГУТСКОГО МНОГОПРОФИЛЬНОГО РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ЦЕНТРА ДЛЯ ИНВАЛИДОВ

Елена Михайловна Рогач,

психолог отделения психологической помощи (в том числе социально-психологической и профессиональной реабилитации и абилитации инвалидов, детей-инвалидов, сектор «Сопровождаемое проживание инвалидов») БУ «Сургутский многопрофильный реабилитационный центр для инвалидов», г. Сургут, rogachlana@gmail.ru

Аннотация: в статье рассмотрен практический опыт применения метода «Нейрографика» в условиях реабилитационного центра для взрослых и детей с инвалидностью. Описаны ключевые задачи, специфика адаптации методики под разные нозологии, а также наблюдаемые психологические эффекты: снижение тревожности, повышение осознанности и формирование новых когнитивных стратегий у получателей социальных услуг.

Реабилитация – это не только тело, но и внутренняя картина мира. Современный подход к реабилитации людей с инвалидностью в Сургутском многопрофильном реабилитационном центре носит комплексный характер. Наряду с физическим восстановлением, всё большее внимание уделяется психологическому благополучию, коррекции дезадаптивных установок и выстраиванию новой жизненной траектории. Задача психолога в этом процессе – найти инструменты, которые были бы одновременно эффективными, безопасными и вовлекающими. Одним из таких инструментов, успешно интегрированным в нашу практику, стал метод «Нейрографика».

Что такое «Нейрографика» и почему она «работает» в реабилитации?

Нейрографика – это графический метод трансформации сознания, разработанный психологом Павлом Пискарёвым. На техническом уровне – это рисование линий (в первую очередь, округлых) по специальному алгоритму, ведущее к созданию гармоничного изображения. На глубинном – это язык диалога с подсознанием через движение руки.

Почему метод оказался созвучен с задачами Учреждения?

1. Универсальность и доступность: не требует художественных навыков. Это снимает барьер страха «не справиться», что критически важно для людей, переживающих кризис из-за утраты здоровья.

2. Фокус на процессе, а не результате: в реабилитации важен каждый шаг. Алгоритм нейрографики разбивает сложную внутреннюю проблему на простые, посильные действия («нарисуй линию», «скругли угол»). Это формирует опыт успешности.

3. Работа с телесностью через движение: мелкая моторика, ритмичное скругление линий оказывают медитативное, успокаивающее воздействие на нервную систему, что актуально при психосоматических проявлениях и хроническом стрессе.

4. Визуализация и трансформация: метод позволяет материализовать проблему в виде «острой» фигуры на бумаге, а затем буквально «преобразовать» её руками в гармоничный элемент композиции. Это мощная метафора личностных изменений.

Практика применения: от индивидуальных занятий до тематических групп. В Учреждении метод адаптирован и применяется в нескольких форматах:

1. Индивидуальная работа (преимущественно со взрослыми):

Цель: работа с психосоматическими болями, принятием диагноза, страхами перед будущим, внутриличностными конфликтами.

Пример: ПСУ с последствиями травмы позвоночника.

Запрос: «Чувствую себя в ловушке, запертой в четырех стенах».

В процессе рисования «ловушка» визуализировалась в виде острых прямоугольников, которые затем были интегрированы в сложную, но единую сеть линий, выходящую за пределы листа.

Инсайт: «Ловушка стала частью моей новой, более сложной и разветвленной жизни, в которой есть выходы».



2. Тематические группы для подростков и молодых взрослых с ментальными особенностями (расстройства аутистического спектра, умственная отсталость):

Цель: развитие эмоционального интеллекта, коммуникации, снижение тревожности.

Адаптация: упрощенный алгоритм, акцент на этапе «скругления» – как метафоре смягчения конфликтов. Группа рисует одновременно, что создает безопасное поле для невербального общения и обсуждения чувств через метафоры рисунков.

3. Семейные сессии (родитель – ребенок, жена – муж):

Цель: гармонизация отношений, снятие напряжения, выявление неосознанных ожиданий.

Процесс: каждый рисует свою «картину напряжения», затем обмениваются листами и проводят «скругление» на рисунке друг друга под руководством психолога. Это становится мощной метафорой взаимной поддержки и принятия.



По итогам циклов занятий у участников отмечается:

- снижение уровня ситуативной и личностной тревожности (по данным наблюдения и опросников);
- повышение осознанности: умение «выносить» проблему вовне, смотреть на неё со стороны и видеть пути её преобразования;
- развитие когнитивной гибкости: алгоритм «стереть границы», «объединить» фигуры учит мозг искать связи и целостность, что переносится и на жизненные ситуации;
- формирование «языка» для сложных переживаний: для многих получателей социальных услуг, особенно с нарушениями речи, рисунок становится ключевым способом выражения внутреннего мира.

Из отзыва участницы (женщина 45 лет, диагноз – рассеянный склероз): «Сначала я думала, это просто развлечение. Но когда я рисовала свой страх перед очередной магнитно-резонансной томографией, а потом могла его буквально «растворить» в линиях и цвете, я поняла, что в моих руках есть инструмент. Я не просто жду реабилитации, я сама участвую в создании своего спокойствия».

Особенности внедрения и этические моменты:

1. «Не терапия, а метод»: важно донести до коллег, что нейрографика – не панацея и не классическая психотерапия, а эффективный инструмент в

арсенале психолога, особенно на этапе установления контакта и работы с сопротивлением.

2. Адаптация под нозологию: для людей с нарушениями зрения (тактильные листы, объемные краски), с детским церебральным параличом (использование утяжелителей для кисти, крупных маркеров).

3. Квалификация специалиста: психолог Учреждения прошел специализированное обучение у авторизованных тренеров, так как метод требует глубокого понимания алгоритма и этических принципов.

Внедрение метода «Нейрографика» в практику Сургутского многопрофильного реабилитационного центра показало его высокий потенциал как мост между эмоциональным переживанием и его осмысленным преобразованием. Он встраивается в парадигму ресурсно-ориентированной реабилитации, где человек не объект для лечения, а активный со-творец своего благополучия.

Рисуя линию, человек прокладывает путь. Скругляя угол, он смягчает свою боль. Выбирая цвет, он находит ресурс. В этом – простой и глубокий смысл нашей работы.

Список литературы

1. Воронова, Е. К. Инновационные технологии в социальной реабилитации инвалидов / Е. К. Воронова. – Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К^о», 2013. – 204 с. – Текст : непосредственный.

2. Копытин, А. И. Арт-терапия в системе реабилитации и сопровождения инвалидов: современные подходы / А. И. Копытин. – Санкт-Петербург : Речь, 2018. – 256 с. – Текст : непосредственный.

3. Киселева, М. В. Арт-терапия в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья / М. В. Киселева. – Москва : Генезис, 2020. – 192 с. – Текст : непосредственный.

4. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – Санкт-Петербург : Речь, 2003. – 256 с. – Текст : непосредственный.

5. Платонова, Н. М. Инновационные методы в социальной работе / Н. М. Платонова. – Москва : Академия, 2012. – 256 с. – Текст : непосредственный.