
Система психологической реабилитации пациентов с различными соматическими заболеваниями

Ю. Е. Куртанова,

*кандидат психологических наук, доцент кафедры психологической реабилитации факультета клинической и специальной психологии Московского городского психолого-педагогического университета
(Ulia.K@rambler.ru)*

Основное содержание статьи сконцентрировано на раскрытии сути интеллектуальной технологии «Система психологической реабилитации пациентов с различными соматическими заболеваниями», применяемой в Психологическом институте Университета Альберт-Людвиг города Фрайбург (Германия). В число основных вопросов этой темы включены: направления работы психолога в реабилитационных учреждениях Германии; содержание работы психолога с пациентами в реабилитационном центре; особенности проведения индивидуальной психотерапии с пациентами, страдающими соматической патологией; форма групповой работы с пациентами; система психологической реабилитации пациентов с соматическими заболеваниями в амбулаторных условиях; компетенции, которыми должен владеть психолог, чтобы работать в системе психологической реабилитации пациентов с различными соматическими заболеваниями; сравнение работы российской и германской системы реабилитации пациентов с соматическими заболеваниями; возможности внедрения отдельных элементов системы психологической реабилитации пациентов с соматическими заболеваниями, используемой германскими коллегами, в работе психологических служб в российских реабилитационных учреждениях.

Ключевые слова: психологическая реабилитация, соматические заболевания, реабилитационные клиники, индивидуальная психотерапия, компетенции психолога.

В Германии существует четкое разделение сфер деятельности психологов различных профилей. Реабилитационные психологи занимаются психологическим восстановлением больных с различными хроническими соматическими заболеваниями. Работу же с ментальными проблемами осуществляют нейропсихологи. Реабилитационные психологи могут заниматься восстановлением интеллектуальной недостаточности или психическими проблемами пациентов, но только если они протекают на фоне хронических соматических заболеваний.

Внимание германского здравоохранения к реабилитации больных с хроническими

соматическими заболеваниями обусловлено большими денежными расходами, затрачиваемыми на восстановление пациентов, страдающих отдельными соматическими заболеваниями, а именно, сердечно-сосудистыми, онкологическими заболеваниями, диабетом, бронхиальной астмой, хроническими болями и некоторыми другими. Психологическая реабилитация призвана помогать людям с хроническими заболеваниями, что поможет уменьшить расходы на восстановление пациентов. Особой целью является возвращение как можно большего числа пациентов к трудовой деятельности [3].

Психологи в Германии работают с пациентами на острых стадиях заболевания по направлению лечащего врача только в отдельных случаях, а именно:

- если пациент может быть опасен для собственного здоровья (например, пациент с онкологическим заболеванием проявляет склонность к безрассудным поступкам, опасным для здоровья, после того как узнал смертельный диагноз);
- при трудностях общения врача с пациентом (например, уход пациента от взаимодействия с врачом);
- если врачи не могут найти причину симптомов заболевания (например, в случаях соматоформных расстройств);
- при анорексии и булимии у пациента;
- при страхах и депрессии у пациента.

Основные запросы к психологам в клиниках исходят из отделений неврологии, хирургии и онкологии. Подобная работа здесь носит консультативный характер.

В реабилитационных центрах работа психолога включена в целостную систему восстановительных мероприятий для пациентов с хроническими соматическими заболеваниями [2].

Целью психологической реабилитации является повышение качества жизни пациентов с соматическими заболеваниями путем изменения их стиля поведения в условиях болезни. Их психологическая реабилитация в Германии осуществляется в рамках когнитивно-бихевиорального подхода.

Работа психолога в реабилитационном учреждении проводится:

- с пациентами;
- сотрудниками реабилитационного учреждения;
- другими клиниками.

Работа с семьей пациента осуществляется за рамками стандартной программы клиники. Существуют отдельные программы повышения компетенции родственников пациентов в области психологического отражения заболевания. Это происходит в виде ежемесячных лекций для родственников пациентов на базе реабилитационного центра.

Пациент проводит в реабилитационной клинике 3-4 недели, в процессе которых он может рассчитывать на шесть индивидуальных встреч с психологом плюс посещение групповых занятий по необходимости.

Работа психолога с пациентами включает в себя:

- а) диагностику;
- б) составление концепции психотерапевтического воздействия;
- в) индивидуальную психотерапию;
- г) групповые занятия.

Диагностика проводится в форме интервью с пациентом и в форме ответов на опросники.

Существует несколько задач диагностики:

- 1) сбор анамнеза (выясняется биография пациента и течение заболевания);
- 2) анализ поведения пациента;
- 3) анализ условий, в которых возникло заболевание (например, хронические боли);
- 4) определение трудоспособности пациента (может ли пациент заниматься прежней трудовой деятельностью или его необходимо переориентировать на другой вид деятельности);
- 5) выявление мотивации пациента к выздоровлению (есть ли внутренняя мотивация выздоровления, и какова она, ради чего человек хочет выздороветь).

В задачи же индивидуальной психотерапии входят:

- работа с эмоциями (основными эмоциональными проблемами людей с соматическими заболеваниями являются страхи и депрессии);
- изменение стиля жизни пациентов;
- поиск новых решений существующих проблем, связанных с болезнью;
- увеличение жизненных ресурсов;
- принятие болезни.

В процессе индивидуальной психотерапии учитываются профессиональные возможности и социальные проблемы пациентов с хроническими соматическими заболеваниями. Таким образом, индивидуальная психотерапия в условиях реабилитационного центра направлена на изменение стиля жизни пациента в условиях хронического заболевания, активизацию его здоровых ресурсов, повышение жизненной мотивации.

Основные методы, применяемые при работе в соматической клинике:

- релаксация;

- поведенческая терапия;
- аутогенная тренировка.

При проведении индивидуальной психотерапии пациентов с хроническими соматическими заболеваниями психологи не работают с глубинными структурами психики, как, например, при психоанализе, так как, во-первых, в условиях стационара нет возможности длительной работы с пациентом, и, во-вторых, по мнению германских реабилитологов, психоанализ не всегда эффективен при работе с пациентами, страдающими хроническими соматическими заболеваниями.

Чаще всего люди, страдающие хроническими соматическими заболеваниями, не видят психологических составляющих, которые привели к болезни. Из-за этого мотивация для работы с психологом снижена. Особенно это заметно в нашей стране, где нет еще культуры обращения за психологической помощью к специалистам в сложных жизненных ситуациях, в данном случае в ситуации болезни.

Германские коллеги решают вопрос сниженной мотивации при работе с психологом обучением пациентов, повышением их компетентности в вопросах психологических последствий соматических заболеваний, что проводится в индивидуальной и групповой форме в реабилитационных центрах.

В реабилитационных клиниках Германии с пациентами проводят ряд групповых встреч, в процессе которых обсуждаются различные темы, отражающие проблемные ситуации людей с соматическими заболеваниями (например, проблемные ситуации на производстве, связанные с наличием заболевания). На групповых занятиях участникам рассказывают, как распознать стрессовое состояние и что делать при стрессе, как повысить качество жизни, несмотря на хроническое заболевание, и т. п. Помимо этого проводятся тренинги социальной компетенции и индивидуально подобранные релаксационные методики. Наряду с тренингами проводят групповые занятия в форме лекций по отдельным узкоспециальным темам, например, как бросить курить или как справиться с ожирением. В таких лекциях могут принимать участие одновременно до 40 пациентов. Проработка этих вопросов включена в их реабилитационный процесс, так как вредные привычки, ожирение усугубляют процесс восстановления.

Работа психолога с сотрудниками реабилитационного учреждения осуществляется в виде информирования их об особенностях обращения с различными категориями пациентов, а также в разрешении конфликтных ситуаций, возникающих в стационаре. Взаимодействие специалиста с другими клиниками происходит в силу того, что в Германии существует система преемственности пациентов из одних стационаров в другие.

После прохождения курса лечения в реабилитационном учреждении пациент, нуждающийся в психологической помощи, может получить ее вне стационара. В Германии

существует система психологической реабилитации пациентов с соматическими заболеваниями в амбулаторных условиях. Такая амбулатория функционирует на базе Психологического института Университета Альберта Людвиг в городе Фрайбурге.

Основные цели психологической реабилитации пациентов в амбулаторных условиях:

- курирование психологического состояния пациентов после прохождения курса реабилитации в стационаре;
- образование пациентов в области здорового поведения;
- информирование пациента о взаимодействии психологических и физических факторов (обучение, как изменить поведение, чтобы изменилось физическое состояние);
- контроль за приемом медицинских препаратов (чтобы прием лекарств был непрерывным);
- повышение ценности жизни (у лиц с хроническими заболеваниями часто случаются срывы вплоть до суицидального поведения).

В амбулатории практикуется две формы работы: индивидуальная и групповая. В последней проводятся тренинги социальной компетенции и группы поддержки пациентов. Студенты, обучающиеся в Психологическом институте Фрайбурга, могут проходить практику в этой амбулатории.

По мнению наших германских коллег, в системе психологической реабилитации могут работать психологи, владеющие:

- 1) компетенцией в области личностных особенностей и различных психологических трудностей людей, страдающих хроническими соматическими заболеваниями;
- 2) техниками когнитивно-бихевиоральной психотерапии и применением этих техник в работе с пациентами с психосоматическими проблемами;
- 3) различными практическими навыками в работе (проведение тренингов социальной компетентности, групповой психотерапии, релаксационных методик, психологической подготовки пациентов к смертельному исходу и т. п.).

Сравнивая реабилитационную работу в России и в Германии, можно сказать, что отечественная система захватывает более широкий круг пациентов, включая людей с нарушениями слуха и зрения, ментальными проблемами, психическими заболеваниями, нарушениями опорно-двигательного аппарата и др. Что касается реабилитации больных с соматическими заболеваниями, то в части подобных стационаров в России даже нет ставок психолога. В тех же стационарах, где работают психологи с пациентами, страдающими соматическими заболеваниями, их работа также заключается в психологической

диагностике и психотерапии имеющихся эмоционально-личностных проблем [1].

По нашему мнению, отдельные элементы системы психологической реабилитации пациентов с соматическими заболеваниями, используемой германскими коллегами, можно внедрить в работу российских психологических служб в реабилитационных учреждениях, а именно:

- система информирования пациентов о психологической стороне соматических заболеваний и обучение их новому стилю поведения в условиях хронического заболевания, т. е. адаптации в условиях заболевания;
- система информирования всех работников реабилитационного учреждения об особенностях обращения с различными категориями пациентов.

Также необходимо создать амбулаторную психологическую службу для людей с соматической патологией, отсутствующую в России, но в которой очень нуждаются пациенты с хроническими соматическими заболеваниями.

Литература

1. Ряховская М. В., Жаворонкина Н. А. Организация психологической службы в реабилитационном учреждении // Детская и подростковая реабилитация. 2003. № 1.
2. Юнусов Ф. А., Гейзер Г., Микус Э. Основы зарубежного опыта медико-социальной реабилитации // Современные технологии реабилитации в педиатрии. Т. 3 / Под ред. Е. Т. Лильина. М., 2005.
3. Psychocardiology: a systematic review of the literature / Edited by J. Jordan, B. Barde, A. M. Zeiher Washington, 2007.

The System of Psychological Rehabilitation of Patients with Various Somatic Diseases

J. Y. Kurtanova,

PhD in Psychology, Associate Professor at the Psychological Rehabilitation Chair of Clinical and Special Psychology Department at the Moscow State University of Psychology and Education (Ulia.K@rambler.ru)

The article is devoted to the knowledge-based technique “The system of psychological rehabilitation of patients with various somatic diseases” used in the Psychological Institute of the Albert-Ludwig University (Freiburg, Germany). Among the main issues of the article are: psychologist’s activity in rehabilitation facilities in Germany; scope of work with patients in a rehabilitation center for a psychologist; specifics of the individual psychotherapy with patients suffering from somatic diseases. forms of group therapy; the system of psychological rehabilitation of patients with somatic diseases in community settings; competences required to work in the system of psychological rehabilitation for patients with various somatic diseases; comparison of Russian and German systems of rehabilitation for patients with somatic diseases; the possibility of introducing some elements of psychological rehabilitation for patients with somatic diseases used in Germany to Russian rehabilitation centers.

Keywords: psychological rehabilitation, somatic diseases, rehabilitation centers, individual psychotherapy, competences of psychologist.

References

1. Rjahovskaja M. V., Zhavoronkina N. A. Organizacija psihologicheskoj sluzhby v reabilitacionnom uchrezhdenii // Detskaja i podrostkovaja reabilitacija. 2003. № 1.
2. Junusov F. A., Gejzer G., Mikus Je. Osnovy zarubezhnogo opyta mediko-social'noj reabilitacii // Sovremennye tehnologii reabilitacii v pediatrii. T. 3 / Pod red. E. T. Lil'ina. M., 2005.
3. Psychocardiology: a systematic review of the literature / Edited by J. Jordan, B. Barde, A. M. Zeiher Washington, 2007.