

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ МЕТОДА ГИДРОРЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (ОВЗ)

**Власов Ян Владимирович¹, Гаврилов Владимир Юрьевич², Ипатов Олег
Юрьевич³, Клименко Екатерина Павловна⁴, Чернышев Александр
Павлович⁵**

¹Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Самарский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, доктор медицинских наук. Профессор кафедры неврологии и нейрохирургии. Президент "Общероссийской общественной организации инвалидов-больных рассеянным склерозом" (ОООИ-БРС).

²Самарская региональная общественная организация инвалидов - больных рассеянным склерозом (СОРС). Научный консультант. Член – корреспондент Академии медико-технических наук Российской Федерации

³Директор информационно-аналитической службы «Общероссийской общественной организации инвалидов-больных рассеянным склерозом» (ОООИ-БРС).

⁴Самарская региональная общественная организация инвалидов - больных рассеянным склерозом (СОРС). Главный специалист.

⁵ Дума городского округа Самары VI и VII созыва. Депутат.

***Автор-корреспондент: Власов Ян Владимирович Email: ya.gavr-72-41@yandex.ru**

Аннотация.

В данной работе предлагается на рассмотрение метод психотерапевтической гидрореабилитации больных с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидов больных рассеянным склерозом. Концепция рассмотрена примере сценария реабилитации, который в динамике выглядит следующим образом:

- мотивация уверенности в своих силах и возможностях;
- мотивация на ремиссию с текстом, где ведущая роль отводится пребыванию в воде - уводящей пациента в мир где он легко управляет своим телом;
- обучение плаванию сертифицированными инструкторами и тренерами для работы с людьми ОВЗ;
- понимание пациентом того факта, его фантазии могут быть реализованы в реальности; например – пациентка первой группы инвалидности по рассеянному склерозу, ранее занимавшаяся бальными танцами – могла потанцевать в воде; больной рассеянным склерозом первой группы инвалидности – научился плавать; пациент с черепно-мозговой травмой стал передвигаться без страха и напряжения в реальных условиях – ставшей значительно более доступной – среды.

Ключевые слова.

Гидрореабилитация, ограниченные возможности здоровья (ОВЗ), естественный эксперимент, метатеатр

Цели работы.

1. Создать максимально эффективный процесс – в рамках гидрореабилитации больных с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – по развитию уверенности в своих силах.
2. Сформировать стойкую доминанту уверенности в избавлении как от заболевания, так и от сопутствующих ему психосоматических проблем.
3. Создать предпосылки для моделирования устойчивой ремиссии.

Задачи.

Для реализации вышеуказанных целей необходимо решить ряд следующих задач.

1. В рамках предложенного метода гидрореабилитации – требуется создать иллюзию «всесильности» – по отношению к собственным возможностям достигать задуманных целей.
2. Развитие воображения и не сгибаемого намерения в движении к задуманной цели.
3. Понимание возможности и осуществимости таких самореализаций.
4. Создание фиксированной установки и применение этой установки в повседневной реальности.
5. Формирование внутренней уверенности в своих силах и создание условий для стойкой ремиссии.
6. Снижение утомляемости с развитием подвижности нервных процессов.

Актуальность.

Актуальная эффективность методики гидрореабилитации заключается в достижении эффекта присутствия в собственной фантазии. Что позволит создать стойкую фиксированную установку – почти мистической уверенности в своих силах, для дальнейших позитивных действий в направлении самостоятельного решения проблем со здоровьем у больных с ОВЗ и уверенности в благоприятном и эффективном решении таковых.

Научная новизна.

Данная конвергентная методика базируется своей основе на системе гидрореабилитации и гидрокинезиотерапии [1 – 3], а также на системе «естественного эксперимента» по А. Ф. Лазурскому [4 – 6] и метатеатра Лайонеля Абеля [7 – 9] и построена на сеансах занятий по гидрореабилитации сюжеты которого (в виде двигательных фантазий реабилитантов) затем «оживают» тут же и в явной форме, и в действующей настоящей реальности – уже в течении текущего занятия. В не явной психотерапевтической роли и в рамках «естественного эксперимента» выступает вода в бассейне, где реабилитанты могут выполнять не свойственные им – из за болезни – задачи, движения и упражнения. Одновременно фантазируя и тут же присутствуя в собственной фантазии. В чем и заключается метатеатральный аспект реабилитации.

Метод – в данном исполнении – используется впервые.

Методические основы .

Метод гидрореабилитации в данном исполнении – как выполнение гранта Правительства Самарской области на реализацию социальных проектов, предоставленного Министерством экономического развития и инвестиций Самарской области по договору № 115 от 12 декабря 2019 г.

Гидрореабилитация. Доступное плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья – использовался для реабилитации больных с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидов больных рассеянным склерозом. Метод предназначен для создания и поддержания устойчивой ремиссии и уверенности в своих силах.

Психотерапевтические основы метода гидрореабилитации рассматриваются в рамках следующих составляющих ее методов:

1. Метод естественного эксперимента по А. Ф. Лазурскому [4 – 6].

- Впервые этот метод был предложен в 1910 г. А.Ф. Лазурским на 1-м Всероссийском съезде по экспериментальной педагогике. Естественный эксперимент проводится в обычных условиях в рамках привычной для испытуемых деятельности, например, учебных занятий или игры. Зачастую созданная экспериментатором ситуация может остаться вне сознания испытуемых; в этом случае положительным для исследования фактором является полная естественность их поведения. Экспериментальная ситуация создается открыто, таким образом, что сами испытуемые делают участниками её создания. Что и делает метод естественного эксперимента корректно конгруэнтным метатеатру, который и дополняет его онтологический тембр.

2. Метатеатр Лайонеля Абеля [7 – 9].

- Метатеатр – удобное название качества или силы в игре, которая бросает вызов требованию театра быть просто реалистичной – быть только зеркалом, в котором мы рассматриваем действия и страдания знаков как мы, приостанавливая наше недоверие в их действительности. Метатеатр начинается, обостряя осознание несходства жизни к драматическому искусству; это может закончиться, делая нас знающими о странном сходстве жизни с искусством или иллюзией.

Основное содержание модуля.

Впервые термин «гидрореабилитация» как педагогическое направление научных исследований появляется по инициативе Российских ученых на международном симпозиуме «Biomechanics and medicine in swimming» (Finland, 1998) [1]. С тех пор гидрореабилитация включается в программы многих международных конференций, посвященных физической культуре,

адаптивной физической культуре, спорту и здоровью. Гидрореабилитация, как учебная (с 2000 года) и научная (с 2002 года) дисциплина развивается в Российской Федерации учеными Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта в Санкт-Петербурге на кафедре «Теории и методики гидрореабилитации» [2]. Здесь обобщается и анализируется накопленный многовековой опыт использования водной среды и её соединений в закономерностях, явлениях и свойствах взаимоотношений человека и воды.

Также впервые – в гидрореабилитации установлено и введено понятие «взаимоотношение человека и воды» как специфическое органически целое общественное и физическое явление с его многообразными сторонами жизнедеятельности в условиях водной среды. Установлено и охарактеризовано субстанциальное свойство «взаимоотношений человека и воды» с её физическими, химическими и биологическими соединениями обеспечивать органически целое единение человека и воды в процессе оплодотворения, зарождения, формирования и жизни человека [3].

Субъективные желания рожденные мыслями о возможности нормально передвигаться и жить создают объективную реальность – на занятиях по гидрореабилитации. По сути данный метод есть деонтологическая и психотерапевтическая модель, которая создает у пациента мотив на удержание стойкой ремиссии и понимание того, что его желания, фантазии, устремления и планы могут быть реализованы и проявлены в текущей реальности (фото 1 – 3).

Все это приводит к такому уровню положительных эмоций, что выработка нейромедиаторов удовольствия (дофамин, серотонин, альфа- и бета-липотропины, эндорфины и т.п.) во время и долгое время спустя после сеанса приводит к формированию очагов мягкого деполяризующего возбуждения нервных путей. Что в свою очередь дает возможность для иррадиации этого стимулирующего возбуждения со здоровых участков на поврежденные секторы. Тем самым стимулируя – через контакт с водной средой – процессы анаболизма нервно-мышечного аппарата и функциональность нейромоторного пула – для поддержания стойкой ремиссии и процессов ремиелинизации, поврежденных текущей патологией нервных волокон.



Фото 1, 2.



Фото 3.

Занятия по гидрореабилитации [10].

Заключение.

Методы гидрореабилитации могут быть использованы как опыт Самарской региональной общественной организации инвалидов - больных рассеянным склерозом (СОРС) и на других действующих российских и международных площадках. Частные сценарии в текущих модулях возможно изменять по желанию и в соответствии с поставленными психологическими и физиологическими целями и задачами.

Результаты.

Проект «Гидрореабилитация. Доступное плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья», победившего в региональном конкурсе проектов. Реализация проекта осуществлялась за счет субсидии Правительства Самарской области на реализацию социальных проектов, предоставленной Министерством экономического развития и инвестиций Самарской области.

В результате реализации проекта реабилитировано 75 людей с ОВЗ (РС, ДЦП, инсульт, люди с ампутациями нижних конечностей, ЧМТ). Каждая группа посетила 8 реабилитационных занятий.

Ознакомиться с проектом, условиями реализации проекта и материалами по проекту: фотографиями, видеоклипами, отзывами участников и специалистов можно по ссылкам [10, 11]

Выводы.

Эффективность методов гидрореабилитации и гидрокинезиотерапии заключается прежде всего в том, что может результативно (на грани мистического «всемогущества») пробудить в человеке желание жить и бороться с недугом. Будучи замотивирован до такой степени на выздоровление, что не останется даже и тени сомнения в положительном исходе. Что в свою очередь не может не сказаться на позитивном настрое и улучшении самочувствия. И наконец все эти факторы не могут не привести к ремиссии значительно более устойчивой - нежели в обычном состоянии человека с ограниченными возможностями здоровья. Катарсис – от возможности воплощать свои двигательные фантазии в реальность, возникающие на каждом занятии – неизбежно будет приводить напряженную патологией психику к «перезагрузке». Что положительным образом скажется и на соматических проявлениях патологического процесса. Конечно же облегчая, либо ликвидируя симптоматику клинических проявлений этого процесса.

По средствам опроса, осмотра реабилитантов проекта медицинским персоналом бассейна, общения с инструктором сделаны выводы о пользе для здоровья участников проекта:

- «разгружаются» скелетно-мышечная и сердечно-сосудистая системы
- уходит напряжение;
- формируется согласованность, точность и ритмичность движений рук и ног;
- улучшается координация и состояние мышечного тонуса;
- снижается патологическая тоническая активность;
- устраняются деформации и контрактуры, предупреждается появление новых;
- уменьшается интенсивность гиперкинетических расстройств;

- уходят болевые ощущения;
- улучшается кровоснабжение и сопротивляемость инфекциям;
- ускоряется обмен веществ, повышается аппетит;
- регулярная бассейн-терапия способствует положительным изменениям на психоэмоциональном уровне;
- уходят раздражительность и негативные эмоциональные проявления;
- снижается возбудимость;
- улучшается настроение и сон;
- снижается утомляемость;
- занятия увлекают и доставляют огромное удовольствие;
- вода помогает почувствовать радость движения, формирует позитивное отношение реабилитанта к собственному телу и дарит радость от достижения результатов. Но главное — снимает стресс и повышает собственную активность, а значит, эффективно воздействует на все системы организма.

Литература.

1. Pedagogical hidrorehabilitation/Д. Ф. Мосунов, А. В. Кубасов, Л. Я. Ковалева // University of Jyväskylä. Biomechanics and medicine in swimming. 28.06-02.07.98. Jyväskylä, Finland.
2. [Кафедра теории и методики гидрореабилитации :: НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург](#). Дата обращения: 29 января 2013. [Архивировано](#) 4 февраля 2013 года.
3. Явление и субстанциальное свойство взаимоотношений человека и воды/ М. Д. Мосунова; Д. Ф. Мосунов//Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта», № 1 (83) — 2012 год. — С.117-123); DOI: 10.5930/issn.1994-4683.01.83 – p. 117-123
4. Проф. А.Ф. Лазурский Программа исследования личности – 3-ье переработанное издание – Съ приложеніем образца записей. Изданіе кн. Склада «Земля» В. Клестова, Петроградъ. Невский 55, 1915. – 34 с.
5. Лазурский А. Ф. Об естественном эксперименте//Экспериментальная психология, 2010, том 3, № 2, Московский городской психолого-педагогический университет, 2010 - С. 87 - 98

6. Лазурский, А. Ф. Психология общая и экспериментальная – 2-е изд., стер. – М. : Издательство Юрайт, 2016. – 245 с. – Серия : Антология мысли.
7. Эдвардс Филип. Введение. Гамлет, принц Дании Уильямом Шекспиром. Новый Кембридж Сер Шекспира. Кембридж: Издательство Кембриджского университета. 1985. ISBN 0-521-29366-9. p. 1-71.
8. Определение «метатеатра», первоначально созданного для класса Шекспира – Стюарта Дэвиса в Корнуэльском университете, 1999 –
Электронный ресурс URL:
<http://courses.cit.cornell.edu/engl3270/327.meta.html>
9. Абель Лайонел. Трагедия и метатеатр: Эссе по драматической форме. Нью-Йорк: Издательство «Холмс и Мейер», 2003.
10. Сайт организации: <http://prizzma.ru/>Раздел: «Гидрореабилитация. Доступное плавание для лиц с ограниченными возможностями здоровья», 2020 - 2021.
11. Электронный ресурс – URL:
<https://onedrive.live.com/?authkey=%21AE7zczQuksP1fO8&id=FE37D1155AE16C99%218562&cid=FE37D1155AE16C99>