



## III Международная междисциплинарная научно-практическая конференция молодых ученых и студентов

Психология, психиатрия, наркология XXI века: первые шаги в науку и практику

### АРТ-ТЕРАПИЯ ПРИ РАССТРОЙСТВАХ ЛИЧНОСТИ В ПСИХИАТРИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ

Алмагамбетова А.А.

Ассистент кафедры психиатрии и наркологии, НАО «МУС»

Оралханова А.А., Бальдяева К.А.

студенты 5 курса,

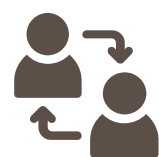
Батырова А.Н.

резидент 1-го года обучения

# План работы



**Актуальность**



**Материалы и  
методы  
исследования**



**Выводы**



**Цель  
работы**



**Результаты  
исследования**

## Актуальность темы

- АРТ-ТЕРАПИЯ СТАНОВИТСЯ ВСЁ БОЛЕЕ АКТУАЛЬНОЙ В ПСИХИАТРИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ, ТАК КАК ТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ РАССТРОЙСТВ ЛИЧНОСТИ НЕ ВСЕГДА ДАЮТ УСТОЙЧИВЫЙ РЕЗУЛЬТАТ. ОНА ПОМОГАЕТ ПАЦИЕНТАМ ЛУЧШЕ СПРАВЛЯТЬСЯ С ЭМОЦИЯМИ, СНИЖАТЬ ТРЕВОЖНОСТЬ И АГРЕССИЮ, А ТАКЖЕ УЛУЧШАТЬ САМОПОНИМАНИЕ И СОЦИАЛЬНУЮ АДАПТАЦИЮ. В УСЛОВИЯХ РОСТА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ И НЕОБХОДИМОСТИ ГУМАНИЗАЦИИ ТЕРАПИИ, АРТ-ТЕРАПИЯ ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ ЭФФЕКТИВНЫЙ И ВОСТРЕБОВАННЫЙ МЕТОД ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ.



Целью исследования является изучение эффективности арт-терапии при расстройствах личности в психиатрической практике.



Методология включала систематический анализ отечественных и международных публикаций за 2020–2025 годы с использованием данных клинических и экспериментальных исследований.



# Объекты и методы исследования



01

Систематический поиск научной литературы проводился в базах PubMed, Scopus, Web of Science, Google Scholar и Cyberleninka

02


С использованием ключевых терминов: “art therapy”, “personality disorders”, “psychiatry”, “psychotherapy”, “borderline personality disorder”.

03

Критерии включения: публикации в рецензируемых журналах за период 2020–2025 гг.

04

Наличие клинических или экспериментальных данных о результативности арт-терапии и исследования с участием пациентов с диагностированными личности. В итоговом анализе рассмотрено 30 источников, включая оригинальные статьи, мета-анализы и систематические обзоры.



# Ключевые слова

01

Арт-терапия  
Личностные  
расстройства

02

Саморефлексия

03

Психиатрия

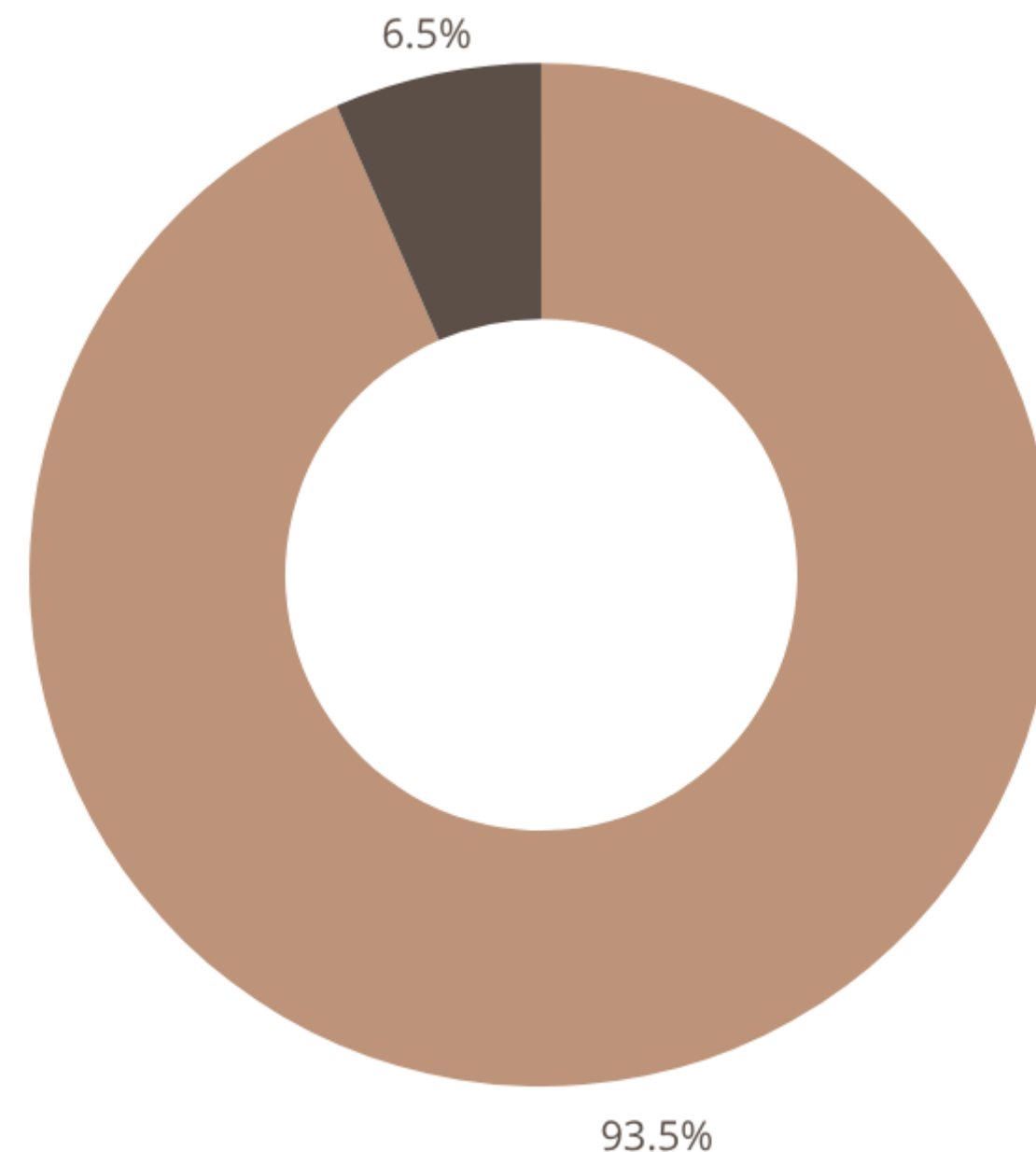
04

Социальная адаптация

05

Эмоциональная регуляция

**Личностные расстройства характеризуются устойчивыми и глубоко укоренёнными моделями восприятия, мышления и поведения, которые существенно отклоняются от социальных норм и часто приводят к дезадаптации индивида [1]. В последние годы наблюдается рост интереса к немедикаментозным методам психотерапии, среди которых всё большее значение приобретает арт-терапия.**

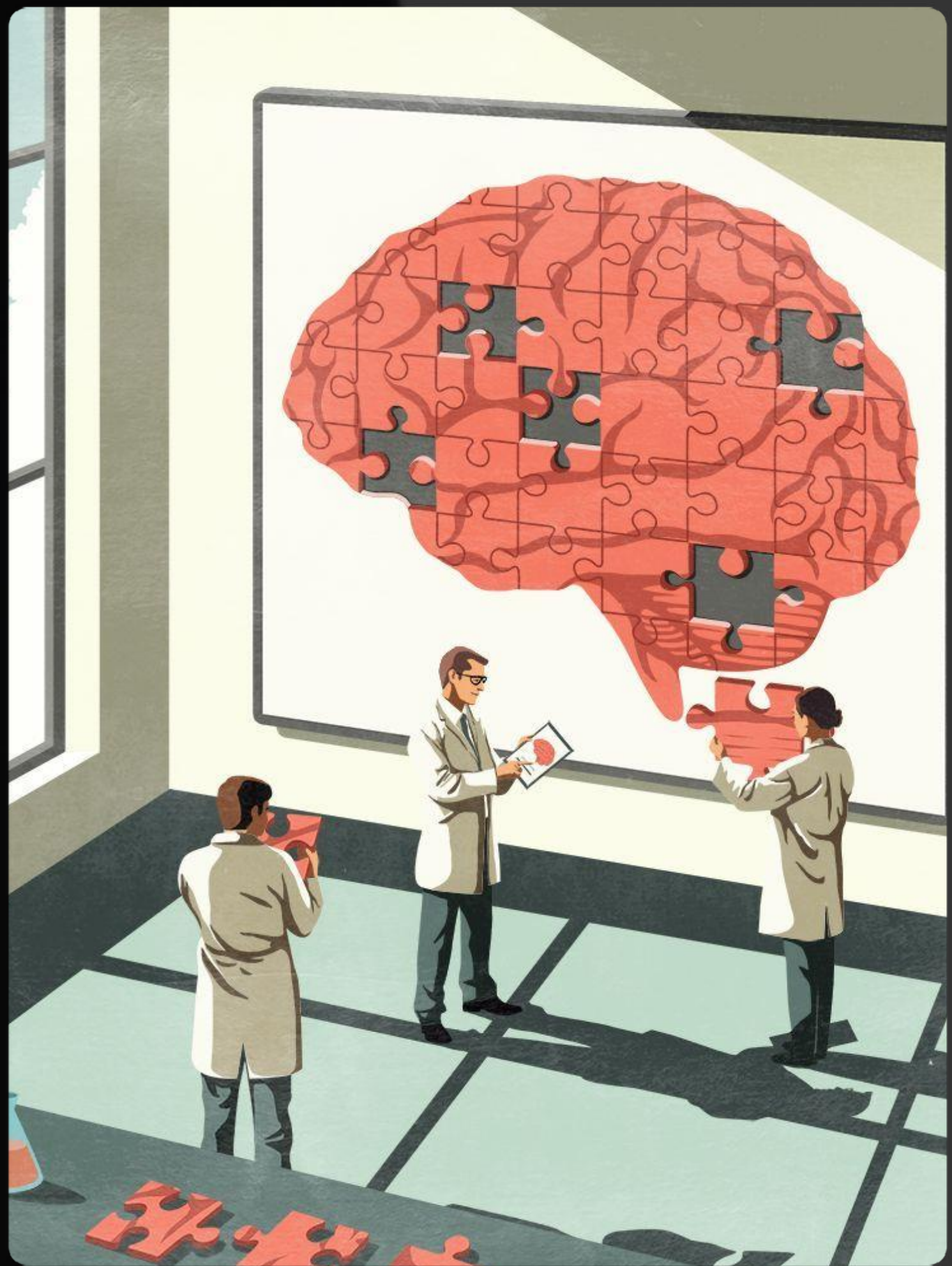


Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, распространённость этих нарушений среди взрослого населения составляет примерно 6–10% [2].

# Арт-терапия

Арт-терапия (от англ. art therapy) — это психотерапевтическое направление, основанное на использовании творческой деятельности для выражения, осознания и переработки внутренних конфликтов [3]. Главная цель арт-терапии — способствовать самопониманию, восстановлению эмоциональной целостности и социальной адаптации пациента [4].

Особенно актуально применение арт-терапии при личностных расстройствах, так как традиционные когнитивно-поведенческие методики не всегда позволяют достигнуть глубоких изменений личности [5].



С точки зрения психодинамических подходов, арт-терапия обеспечивает безопасный канал для выражения бессознательных импульсов, а нейропсихологические исследования подтверждают, что творческая активность активирует мозговые зоны, ответственные за эмоциональную регуляцию и когнитивную гибкость [6].

# Объекты и методы

## ИССЛЕДОВАНИЯ

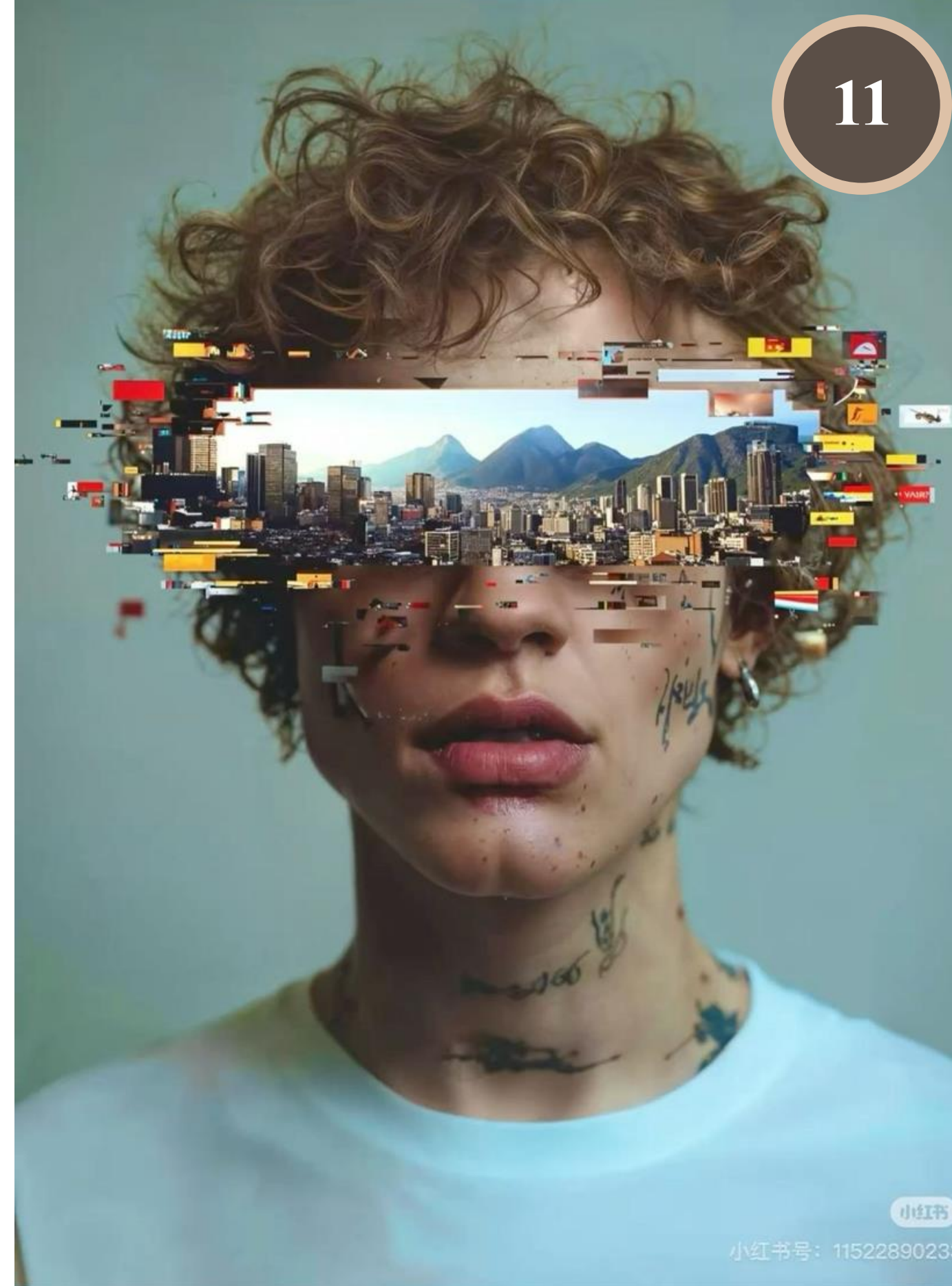
Систематический поиск научной литературы проводился в базах:



с использованием ключевых терминов: “art therapy”, “personality disorders”, “psychiatry”, “psychotherapy”, “borderline personality disorder”. Критерии включения: публикации в рецензируемых журналах за период 2020–2025 гг.

# Результаты

Арт-терапия при личностных расстройствах демонстрирует положительное воздействие на эмоциональную регуляцию, снижение тревожности и улучшение социальной адаптации [7]. Наиболее изучено применение арт-терапии при пограничном расстройстве личности (ПРЛ), где она используется как дополнение к диалектической поведенческой терапии (ДПТ) [8].

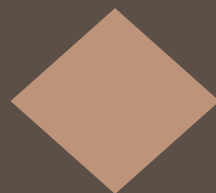


**В** исследовании К. Наеуен (2020) показано, что участие пациентов с ПРЛ в 12-недельной программе арт-терапии снижает импульсивность и самоповреждающее поведение [9]. Н. Crawford и соавт. (2021) отметили, что после курса арт-терапии повышается способность к саморефлексии и уменьшается уровень дистресса [10]. Эффект арт-терапии объясняется возможностью символического выражения эмоций через творческую деятельность, что способствует осознанию и интеграции травматического опыта [11].

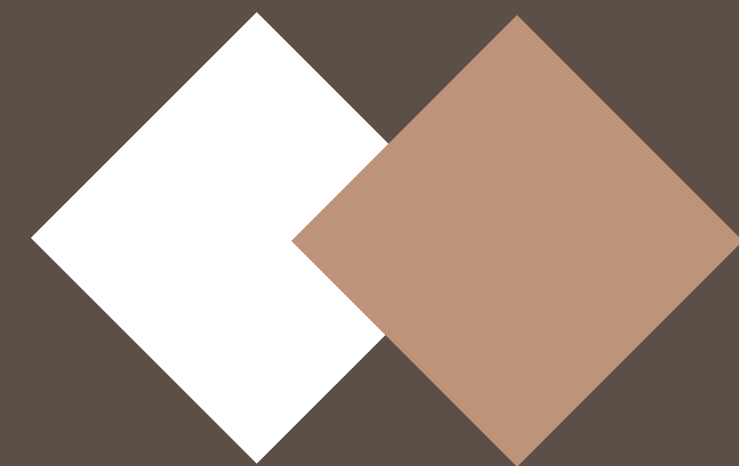
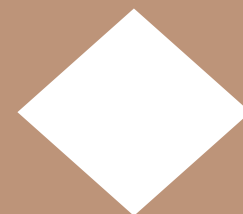




Групповая арт-терапия, по данным J. van Lith (2022), улучшает чувство принадлежности и снижает социальную изоляцию у пациентов с нарциссическим и шизоидным типами личности [12]. Современные нейropsихологические исследования подтверждают, что творческая активность стимулирует дофаминергические системы мозга, снижая депрессивные и тревожные симптомы [13].



Методы арт-терапии включают рисование, лепку, коллаж, фототерапию и сказкотерапию. Цветовая символика помогает выявлять эмоциональные конфликты, метафорическая визуализация способствует формированию альтернативных моделей восприятия [14].



Одним из ключевых эффектов является развитие самосознания и навыков эмоциональной регуляции: пациенты лучше распознают и вербализируют свои чувства, что особенно важно при ПРЛ, где эмоциональная нестабильность и импульсивность выражены наиболее ярко [16]. L. Schweizer (2020) показала, что включение арт-терапии в стационарное лечение пациентов с ПРЛ снижает агрессивность и самоповреждающее поведение, повышая доверие к терапевту [17]. М. Montesano и соавт. (2021) рассматривали арт-терапию как средство развития ментализации, то есть способности понимать свои и чужие психические состояния, что нарушено у многих пациентов с личностными расстройствами [18].



Групповые занятия способствуют коммуникативным навыкам и социальной адаптации, что особенно важно при шизоидных и избегающе-анксиозных типах [19]. Арт-терапия помогает безопасно ранние травматические события без прямого вербализирования боли. L. Malchiodi (2021) отметила, что рисование и лепка позволяют реконструировать внутренние образы, связанные с прошлым, снижая уровень посттравматического стресса [20]. Методы нейровизуализации показывают активацию префронтальных и лимбических структур, отвечающих за контроль эмоций и мотивацию, что объясняет устойчивый терапевтический эффект [21]. М. Kaimal (2023) подтвердил, что творческая активность усиливает дофаминергическую активность, улучшая настроение и когнитивную гибкость [22].





В КАЗАХСТАНЕ, В ПСИХИАТРИЧЕСКОМ ОТДЕЛЕНИИ ГОРОДА СЕМЕЙ, А. КОЖАХМЕТОВА И СОАВТ. (2024) ВЫЯВИЛИ, ЧТО ПОСЛЕ 8-НЕДЕЛЬНОГО КУРСА У 78% ПАЦИЕНТОВ УЛУЧШИЛАСЬ АДАПТАЦИЯ И СНИЗИЛАСЬ ТРЕВОЖНОСТЬ [24]. ТАКИМ ОБРАЗОМ, АРТ-ТЕРАПИЯ ОБЪЕДИНЯЕТ ЭЛЕМЕНТЫ ПСИХОДИНАМИЧЕСКОЙ, ГУМАНИСТИЧЕСКОЙ И КОГНИТИВНОЙ ТЕРАПИИ, ЧТО ДЕЛАЕТ ЕЁ УНИВЕРСАЛЬНЫМ ИНСТРУМЕНТОМ ПРИ СЛОЖНЫХ ЛИЧНОСТНЫХ РАССТРОЙСТВАХ.

**В** современной психиатрической практике арт-терапия включается в комплексное лечение, сочетающее медикаментозную терапию, когнитивно-поведенческие методы и психообразование. По данным R. Spaniol (2024), комбинация арт-терапии и психообразования снижает частоту госпитализаций пациентов с ПРЛ и формирует устойчивые навыки саморегуляции [23].

# 3 заключение



17

**В современной психиатрии арт-терапия рассматривается как многообещающий метод психокоррекции для людей с расстройствами личности. Обзор научных публикаций за последние годы (2020-2025) показал, что арт-терапия помогает пациентам лучше контролировать эмоции, понимать себя, налаживать отношения с другими людьми и адаптироваться к жизни. Этот метод работает благодаря способности творческой деятельности активировать определенные участки мозга, связанные с чувством удовлетворения и регуляцией эмоций. Исследования подтверждают, что творчество помогает объединить мышление и чувства, снижает тревогу, напряжение и агрессию, а также развивает понимание своих эмоций.**



Арт-терапия выполняет двойную роль: она не только облегчает симптомы, но и развивает внутренние ресурсы личности, помогая восстановить ее целостность и самостоятельность. Этот метод комплексно воздействует на эмоции, мышление и поведение, что делает его важной частью комплексной психотерапевтической помощи. Будущие исследования направлены на разработку и стандартизацию арт-терапевтических программ для разных типов расстройств личности, интеграцию метода в комплексный подход к лечению и проведение исследований для объективной оценки его эффективности.

# Список литературы:

1. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed., DSM-5-TR). Washington, DC, 2022. URL: <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
2. World Health Organization. Personality Disorders: Prevalence and Burden. WHO Report, 2021. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240036206>
3. Haeyen, S. (2020). Art therapy as an approach in psychiatry. *Frontiers in Psychology*, 11:584. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00584>
4. Левченко, И.В. (2021). Арт-терапия как метод психокоррекции эмоциональных нарушений. *Психология и психотехника*, №3, с. 122–130. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-metod-psihokorreksii-emotsionalnyh-narusheniy>
5. Crawford, M.J. et al. (2021). Group art therapy for personality disorders. *The Arts in Psychotherapy*, 75, 101832. URL: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2021.101832>
6. Kaimal, G. (2022). Neurobiological mechanisms of art therapy. *Frontiers in Human Neuroscience*, 16, 812437. URL: <https://doi.org/10.3389/fnhum.2022.812437>
7. Haeyen, S., Hinz, L. (2020). Expressive art therapy for emotional regulation. *Journal of Clinical Psychology*, 76(8):1505–1518. URL: <https://doi.org/10.1002/jclp.22980>
8. Van Lith, T. (2022). Art therapy in dialectical behavior therapy settings. *The Arts in Psychotherapy*, 79:101933. URL: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2022.101933>
9. Haeyen, S. (2020). Effectiveness of art therapy for patients with borderline personality disorder. *Frontiers in Psychology*, 11, 601. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00601>
10. Crawford, M.J., Patterson, S. (2021). The role of art therapy in psychiatric rehabilitation. *International Journal of Art Therapy*, 26(4):200–212. URL: <https://doi.org/10.1080/17454832.2020.1851967>
11. Глухова, Е.В. (2023). Арт-терапия в психиатрической клинике: теоретические основы и практика. *Журнал клинической психологии*, №2, с. 56–65. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-v-psihiatricheskoy-klinike-teoreticheskie-osnovy-i-praktika>
12. Van Lith, T. (2022). Art therapy, mentalization, and recovery in personality disorders. *Art Therapy Online*, 13(2):45–58. URL: [https://doi.org/10.1386/arto\\_00076\\_1](https://doi.org/10.1386/arto_00076_1)
13. Kaimal, G., Ray, K. (2023). Art making and neural reward pathways. *The Arts in Psychotherapy*, 82:102142. URL: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2023.102142>
14. Беляева, Н.С. (2024). Арт-терапия в комплексной реабилитации пациентов с личностными расстройствами. *Вестник психиатрии и психологии*, №1, с. 90–99. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-v-kompleksnoy-reabilitatsii-patsientov-s-lichnostnymi-rasstroystvami>

15. Waller, D. (2025). Art therapy in mental health: recent developments. *Arts & Health Journal*, 17(2):223–239. URL: <https://doi.org/10.1080/17533015.2024.2405623>
16. Schweizer, L. (2020). Art therapy and self-reflection in personality disorders. *Journal of Psychiatric Practice*, 26(4), 301–309. URL: <https://doi.org/10.1097/PRA.0000000000000472>
17. Schweizer, L., & Haeyen, S. (2020). Art therapy interventions for borderline personality disorder. *The Arts in Psychotherapy*, 72, 101745. URL: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101745>
18. Montesano, M., & Haeyen, S. (2021). Art therapy for improving mentalization in personality disorders. *Frontiers in Psychology*, 12, 713254. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.713254>
19. Tylka, R. (2022). Group art therapy in social anxiety and avoidant personality traits. *International Journal of Art Therapy*, 27(1), 45–53. URL: <https://doi.org/10.1080/17454832.2021.1942230>
20. Malchiodi, C. (2021). *Trauma and expressive arts therapy: Brain, body, and imagination in the healing process*. New York: Guilford Press. URL: <https://www.guilford.com/books/Trauma-and-Expressive-Arts-Therapy/Cathy-A-Malchiodi/9781462535091>
21. Kaimal, G., Carroll-Haskins, K. (2022). Brain activation in creative processes during art-making. *Frontiers in Human Neuroscience*, 16, 102214. URL: <https://doi.org/10.3389/fnhum.2022.102214>
22. Kaimal, G., et al. (2023). Dopaminergic reward pathways and art therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 82, 102142. URL: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2023.102142>
23. Spaniol, R. (2024). Integrating art therapy into psychiatric care for personality disorders. *The Arts in Psychotherapy*, 84, 102178. URL: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2024.102178>
24. Кожухметова, А.Б., Байжуманова, Р.М. (2024). Арт-терапия в реабилитации пациентов с расстройствами личности. *Вестник психического здоровья Казахстана*, №2, с. 45–53. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-v-reabilitatsii-patsientov-s-rasstroystvami-lichnosti>
25. Waller, D., & Sibbett, C. (2025). *Contemporary art therapy and mental health practice*. London: Routledge Press. URL: <https://www.routledge.com/Contemporary-Art-Therapy-and-Mental-Health-Practice/Waller-Sibbett/p/book/9781032321841>
26. Haeyen, S. (2023). Art therapy outcome research in psychiatry: A systematic review. *Arts & Health*, 15(1), 1–20. URL: <https://doi.org/10.1080/17533015.2022.2109444>
27. Егорова, М.В. (2023). Применение арт-терапии при нарциссическом расстройстве личности. *Современная психология и психотерапия*, №3, с. 98–107. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-art-terapii-pri-nartsissicheskom-rasstroystve-lichnosti>
28. Левина, Н.В., & Глухова, Е.В. (2022). Арт-терапия в комплексной психокоррекции пациентов с эмоциональной дисрегуляцией. *Психология и психотехника*, №7, с. 142–149. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-v-kompleksnoy-psihokorreksii-patsientov-s-emotsionalnoy-disregulyatsiey>
29. Crawford, M.J., Patterson, S. (2021). Art therapy and emotion regulation in personality disorders: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 292, 122–134. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.05.040>
30. Haeyen, S., & van Hooren, S. (2024). Creative expression as a pathway to personality integration. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1123431. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1123431>



Спасибо за внимание!

