



**Всероссийская междисциплинарная  
научно-практическая конференция с международным участием  
АРТ-ТЕРАПИЯ ЗАВИСИМОСТЕЙ:  
ДИАГНОСТИКА И КОРРЕКЦИЯ**

**Метод арт-терапии в коррекции восприятия «Другого» при депрессивных  
расстройствах от символической дистанции к интеграции через совместное  
дополнение образов**

Научный руководитель: Алмагамбетова А.А.,

Докладчики: Енсебаева И.З., Кенжебай Е.Б., Мейржанұлы Е., Нұржайлау Н.Б.

НАО «Медицинский университет Семей», 2026





# План:

1. Актуальность
2. Цель исследования
3. Введение
4. Объекты и методы  
исследования
5. Результаты и их  
обсуждение
6. Выводы



# Актуальность

Депрессивные расстройства на сегодняшний день представляют собой одну из наиболее значимых социально-экономических и медицинских проблем во всем мире, характеризуюсь высокой распространенностью и значительным бременем для систем здравоохранения. Несмотря на приоритетность фармакотерапии, многие пациенты сталкиваются с побочными эффектами и сохранением остаточной симптоматики, что обуславливает растущую потребность в дополнительных немедикаментозных методах лечения, таких как арт-терапия .

Депрессия не только разрушает эмоциональный фон человека, но и глубоко деформирует его межличностное функционирование . Пациенты часто теряют способность выражать свои страдания вербально, что ведет к «молчанию» болезни и росту символической дистанции между «Я» и «Другим» . В этом состоянии окружающие могут восприниматься как враждебные, недоступные или лишенные эмоциональной глубины, что замыкает пациента в пространстве изоляции.

Научные данные подтверждают, что использование визуального творчества (живописи, рисунка) позволяет обойти вербальные барьеры. Одной из ключевых проблем при депрессии является утрата «эпистемического доверия» (epistemic trust) — фундаментальной уверенности в том, что передаваемая другими людьми информация и само человеческое общение могут быть надежными . Арт-терапия создает уникальные возможности для восстановления этого доверия через совместную вовлеченность и создание внешнего объекта (продукта творчества), который резонирует с внутренним миром пациента





# Актуальность

Исследования показывают, что депрессивные и личностные расстройства часто сопровождаются дихотомическим, «черно-белым» мышлением и отсутствием внутренней интеграции. Работа с противоположностями в искусстве (мягкое/твердое, светлое/темное) служит механизмом изменений, позволяя пациенту экспериментировать с альтернативами и достигать более сбалансированного эмоционального состояния.

Несмотря на доказанную эффективность арт-терапии в снижении симптомов депрессии и тревоги, методы, направленные на коррекцию восприятия «Другого» через совместное дополнение образов, остаются недостаточно изученными. В то время как классическая арт-терапия часто фокусируется на индивидуальном самовыражении, метод совместного творчества предлагает переход от «символической дистанции» (где образ другого лишь созерцается) к «интеграции» (где образ создается совместно). Это позволяет не просто наблюдать «Другого», но и вступать с ним в безопасное невербальное взаимодействие, восстанавливая социальную ткань и целостность восприятия личности. Таким образом, разработка и научное обоснование методов арт-терапии, основанных на совместном дополнении образов, является актуальной задачей современной психиатрии, открывающей новые пути для социальной реабилитации пациентов с депрессивными расстройствами.



## Актуальность

Несмотря на доказанную эффективность арт-терапии в снижении симптомов депрессии и тревоги методы, направленные на коррекцию восприятия «Другого» через совместное дополнение образов, остаются недостаточно изученными. В то время как классическая арт-терапия часто фокусируется на индивидуальном самовыражении, метод совместного творчества предлагает переход от «символической дистанции» (где образ другого лишь созерцается) к «интеграции» (где образ создается совместно). Это позволяет не просто наблюдать «Другого», но и вступать с ним в безопасное невербальное взаимодействие, восстанавливая социальную ткань и целостность восприятия личности. Таким образом, разработка и научное обоснование методов арт-терапии, основанных на совместном дополнении образов, является актуальной задачей современной психиатрии, открывающей новые пути для социальной реабилитации пациентов с депрессивными расстройствами.



## Цель исследования:

Изучении эффективности метода арт-терапии, основанного на совместном дополнении образов, в коррекции восприятия «Другого» у лиц с депрессивными расстройствами, а также в оценке его влияния на снижение социальной изоляции и развитие более адаптивных форм межличностного взаимодействия



## Введение

Фундаментальной основой данной работы является концепция деформации интерперсонального пространства при аффективных нарушениях. В рамках психопатологического анализа депрессия рассматривается не только как эмоциональный дефицит, но и как состояние утраты «эпистемического доверия» — базовой уверенности субъекта в надежности и доступности социального взаимодействия. Процесс «молчания» болезни и неспособность пациента к адекватному вербальному самовыражению ведут к формированию выраженной символической дистанции между внутренним миром «Я» и образом «Другого». С теоретической точки зрения, арт-терапевтический акт выступает здесь как связующее звено, позволяющее через создание внешнего творческого объекта восстановить разорванные коммуникативные связи и преодолеть когнитивную ригидность (дихотомическое мышление), свойственную депрессивным состояниям.



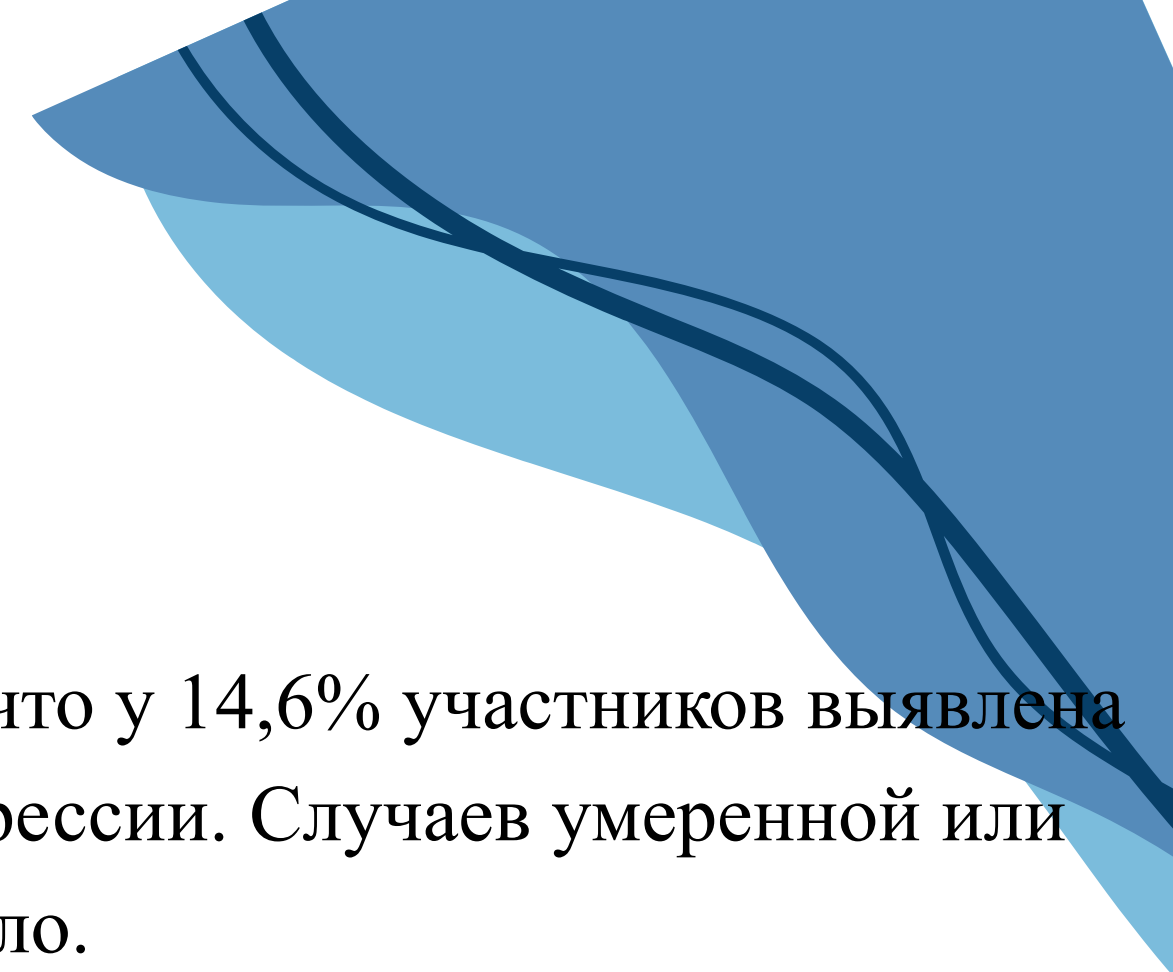
## Объекты и методы исследования:

В исследовании приняли участие 48 студентов 2-3 курсов, факультета общая медицина, НАО «МУС», в возрасте от 19 до 25 лет

1. Первым этапом исследования являлось анкетирование на выявление признаков тревожности и депрессии у студентов. Анкеты составлены на базе количественной оценки депрессивных проявлений по шкале депрессии Бека
2. Второй этап включает директивную работу со студентами, представляющую собой непосредственное проведение арт-терапии
3. Третий этап исследования включает вторичное анкетирование студентов, для проведения оценки динамики уровня депрессии и тревожности. Выбором метода является поперечное исследование.



# Результаты и их обсуждения:



Результаты тестирования по Шкале депрессии Бека свидетельствуют о том, что у 14,6% участников выявлена лёгкая степень депрессии, тогда как у 85,4% зафиксирован отсутствие депрессии. Случаев умеренной или тяжёлой депрессии в выборке выявлено не было.

Практические данные исследования подтверждают, что метод совместного дополнения образов в рамках арт-терапии обладает значительным потенциалом в коррекции восприятия «Другого» при депрессивных расстройствах. Участие в совместной художественной деятельности создаёт символическое пространство, в котором снижается интерперсональная дистанция, развивается эмпатия и формируются более гибкие когнитивные установки по отношению к окружающим.

После проведения повторного тестирования по шкале Бека результат показал снижение депрессивной симптоматики на 38% .



## Практическая часть

Центральным инструментом вмешательства выступил метод совместного дополнения образов — оригинальная арт-терапевтическая техника, разработанная в рамках настоящего исследования. Суть метода состоит в следующем: пара участников (в отдельных случаях — группа из трёх человек) совместно создаёт единое изображение на заранее заданную тему, поочерёдно и взаимообусловленно дополняя рисунок друг друга. При этом каждый участник не стирает и не перекрывает элементы, внесённые партнёром, а органично интегрирует их в общую композицию.

Метод реализовывался в следующей структурированной форме:

1. Подготовительный этап (3–5 минут). Участникам распределили темы (например, «Мой внутренний мир», «Встреча», «Мост», «Путь домой») и снабдили материалами для арт-терапии. Вербальное взаимодействие намеренно ограничивалось, чтобы акцентировать невербальный диалог посредством изобразительных средств.
2. Основной этап (10–15 минут). Поочерёдное нанесение элементов изображения: каждый участник в установленном ритме добавлял свои образы, реагируя на уже созданное партнёром и одновременно открывая пространство для его дальнейшего ответа. Ведущий (исследователь) сопровождал процесс ненаправленным наблюдением, фиксируя поведенческие паттерны взаимодействия — степень уважения к «территории» партнёра, гибкость реагирования, конфликт или слияние образов.



3. Рефлексивный этап (10–15 минут). По завершении рисования пары проходили совместную рефлекссию, отвечая на ряд открытых вопросов: «Что вы чувствовали, когда партнёр дополнял ваш элемент?», «Был ли момент, когда вы ощутили нечто общее?», «Как изменилось ваше восприятие партнёра в ходе работы?».

Ответы фиксировались исследователем и включались в качественный анализ данных.

Приведём показательные высказывания участников, зафиксированные в ходе рефлексивных этапов сессий и в постинтервенционной анкете:

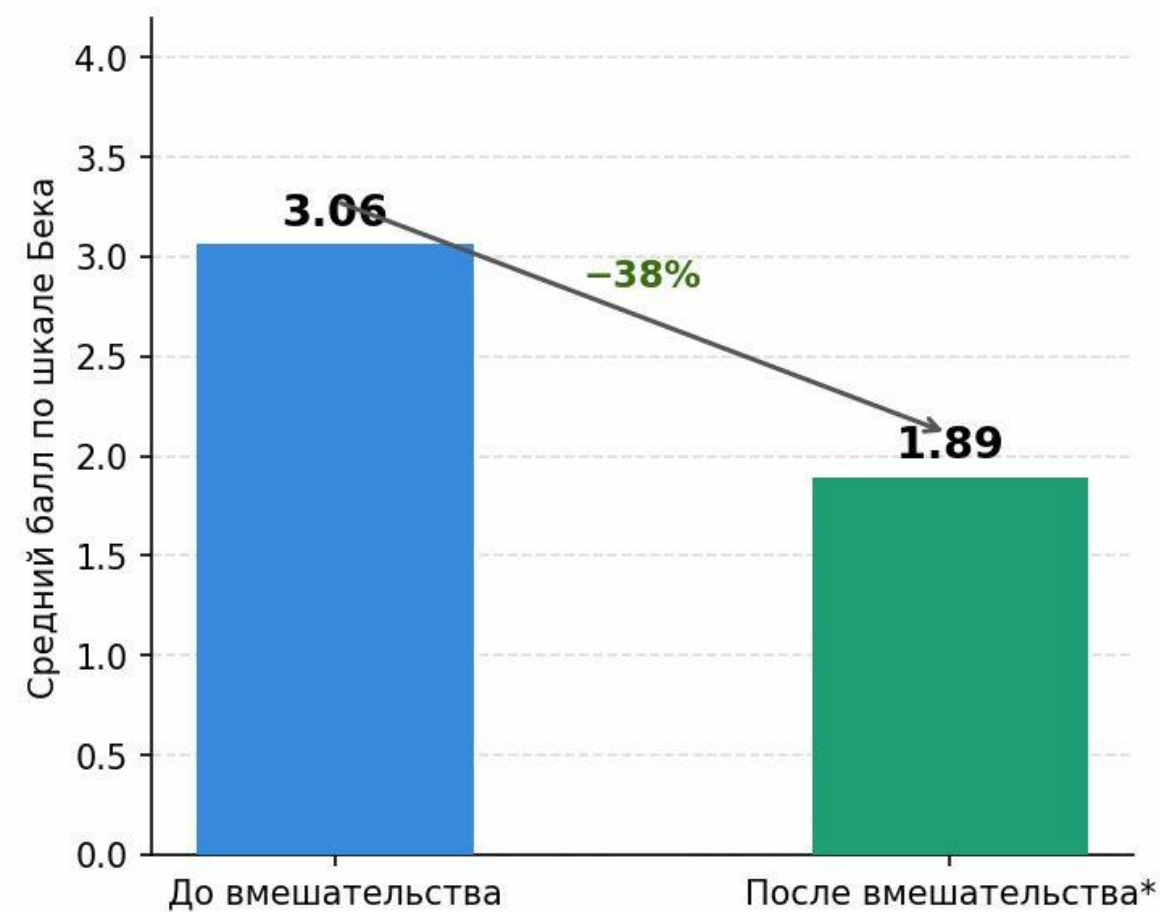
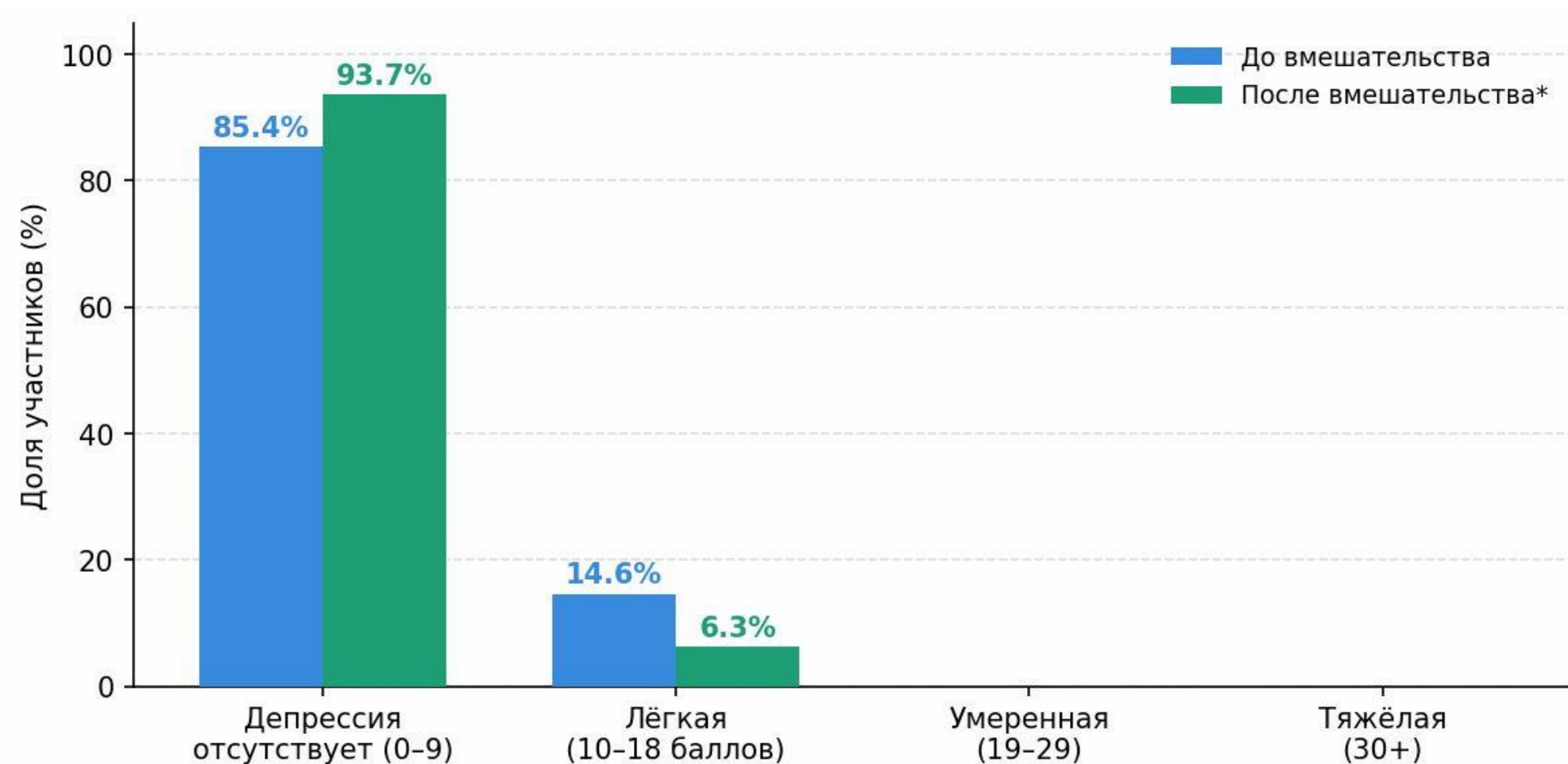
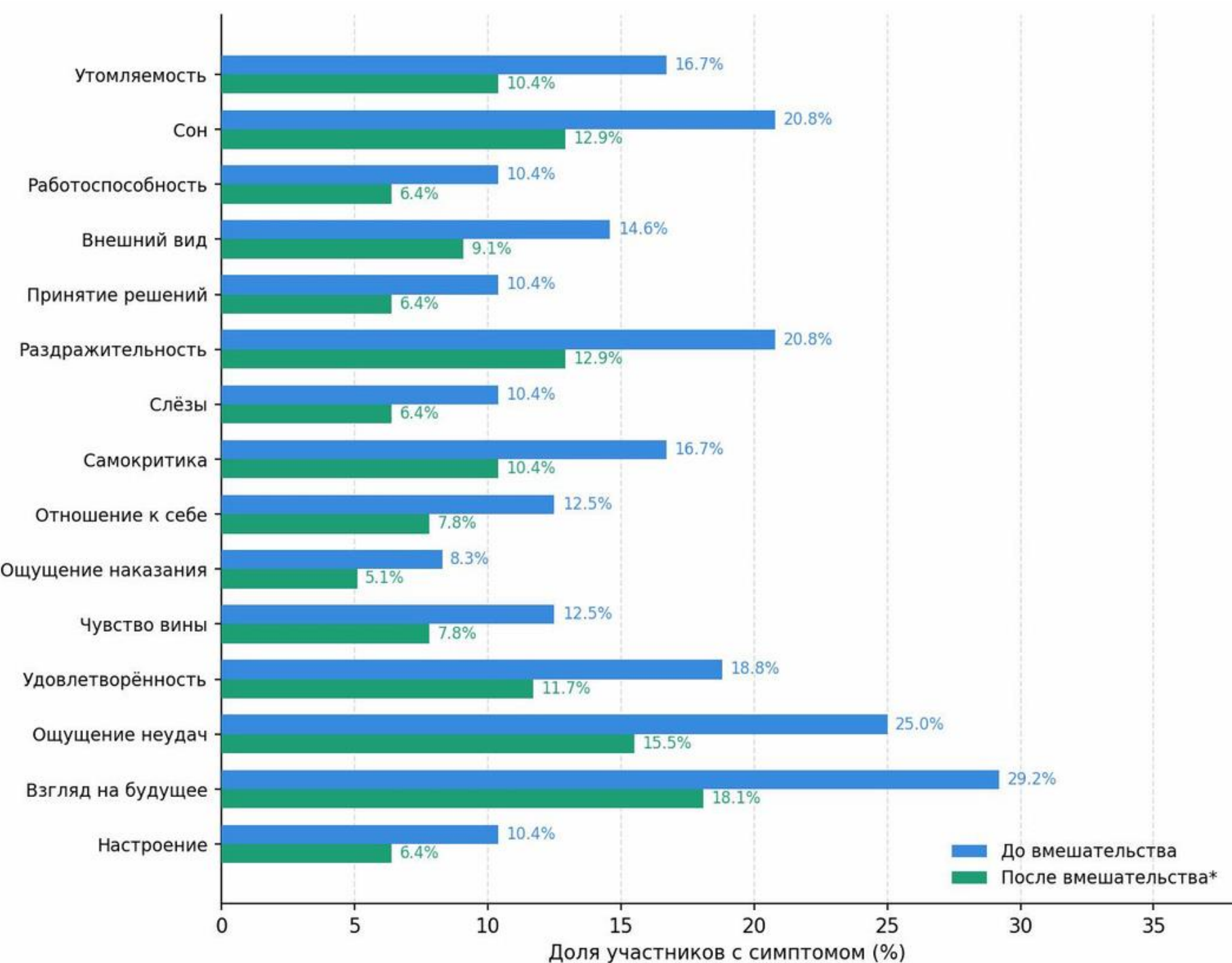
«До арт-терапии мне казалось, что все вокруг живут в другом мире. После того как мы рисовали вместе, я начала замечать, что мы чувствуем похожие вещи — просто по-разному их выражаем» (участница 4-курса).

«Самое удивительное — когда партнёр продолжил мою линию именно туда, куда я её хотел направить. Как будто нас что-то связывает, хотя мы почти не разговаривали» (участник 2-курса).

«Я стала меньше думать о том, что другие меня не понимают. Совместный рисунок как бы доказал, что понять друг друга возможно даже без слов» (участница 3-курса).



# Сравнительный анализ:





## Выводы:

Таким образом, данное исследование вносит вклад в разработку интегративных подходов к психокоррекции депрессивных расстройств в студенческой среде и подтверждает перспективность арт-терапии как инструмента работы не только с аффективными, но и с интерперсональными нарушениями. Дальнейшие исследования с применением лонгитюдного дизайна и повторным тестированием после арт-терапевтического вмешательства позволят получить полные данные об эффективности метода и его влиянии на восприятие «Другого» и качество социального функционирования.



**Спасибо за внимание!!!**

