

Психосоциальная реабилитация лиц с психическими расстройствами в проекте «Гармонизация жизни»

О.Г. Кузнецова, медицинский психолог ГБУЗ «Психиатрическая клиническая больница №4 имени П.Б. Ганнушкина» ДЗМ, г. Москва, Россия
e-mail: kog2004olga@mail.ru
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5123-3957>

DOI:

АННОТАЦИЯ. Описаны создание и деятельность проекта «Гармонизация жизни», разработанного и проводимого при психиатрической клинической больнице № 4 им. П.Б. Ганнушкина г. Москвы и направленного на создание длительного, непрерывного, внебольничного психосоциального сопровождения взрослых психически больных, ориентированного на их социально-трудовую реабилитацию.

ключевые слова: психосоциальная реабилитация, пациенты с сохранным интеллектом, межведомственный проект, трудоустройство, социальная интеграция

Psychosocial Rehabilitation of People with Mental Disorders in the Project "Harmonization of Life"

O.G. Kuznetsova, Medical psychologist, Psychiatric Clinical Hospital № 4 n.a. P.B. Gannushkin of Moscow City Health Department, Moscow, Russia
e-mail: kog2004olga@mail.ru
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5123-3957>

DOI:

ABSTRACT. The creation and activities of project "Harmonization of Life", developed and carried out at the Psychiatric Clinical Hospital No. 4 n.a. Ganushkin in Moscow and aimed at creating a long-term, continuous, out-of-hospital psychological and social support for adult patients with mental disorders, focused on their social and labor rehabilitation, are described.

keywords: psychosocial rehabilitation, patients with intact intellect, interdepartmental project, employment, social integration.

Актуальность. В России в 2022 году потребность в психиатрической помощи граждан выросла на 63% по сравнению с 2021 года [1] при хронической недостаточности возможностей психосоциальной реабилитации в государственных уч-

реждениях. Ориентация системы психического здоровья на фармакотерапию, краткосрочные и однообразные тренинги, предлагаемые пациентам, имеют очевидные ограничения для их личностно-социального восстановления (recovery) [2]. Центры социального обслуживания и некоммерческие организации охватывают большей частью людей с интеллектуальными нарушениями и инвалидностью, предоставляя занятость и досуг в закрытых сообществах. Школы равных возможностей ориентированы на выпускников детских домов-интернатов. По мере роста количества пенсионеров растет количество проектов, ориентированных на лиц поздней возрастной группы. Значительная доля пациентов 18+ с сохранным интеллектом и высоким образовательным уровнем не охвачена динамическим реабилитационным процессом. При этом очевидна необходимость снижения зависимости пациентов от психиатрических служб [3] и создания условий для поддержки их самостоятельности.

Цель проекта «Гармонизация жизни», начатого при психиатрической клинической больнице № 4 им. П.Б. Ганнушкина г. Москвы в 2018 году, – создание длительного, непрерывного, внебольничного психосоциального сопровождения взрослых психически больных, ориентированного на их социально-трудовую реабилитацию. Задачи проекта: изменение образа жизни на более конструктивный, снижение риска рецидивов и регоспитализаций, трудоустройство, повышение качества жизни. Это проект межведомственного взаимодействия, объединивший специалистов систем здравоохранения, труда и социальной защиты, образования и культуры, а также НКО, занимающихся реабилитационной работой. Основным партнером является Центр московского долголетия и молодости «Сокольники», предоставляющий специализированные для разных активностей локации. Проект включает в себя направления «Система наставничества» и «Система лидерства». Автор данных тезисов является автором и руководителем проекта.

Участники проекта: чат проекта объединяет 300 активных участников – это приблизительно половина тех, кто когда-либо участвовал в занятиях и остался в проекте. Ежемесячно занятия посещают 60 человек (10% первично вошедших или 20% участников чата). 50% реабилитантов имеют высшее образование, 30% – среднее профессиональное. В проект входят люди, как получившие инвалидность, так и без статуса инвалида. 80% страдают расстройствами шизофренического спектра.

Программа проекта: в рамках проекта еженедельно проходят одно теоретическое и два практических занятия. Теоретические занятия (15 тем) основаны на материалах разработанного автором и руководителем проекта учебника, размещенного в интернете (<https://olga-kuznetsova-trud.ru>). Участники предлагают к обсуждению и дополнительные темы, например «Как грамотно расставить приоритеты. Тайм-менеджмент», «Финансовая грамотность и безопасность», «Знакомство

через интернет: плюсы и минусы», «Семейные взаимоотношения» и т.д. Участие бесплатное и добровольное. Группа открытая, с медленно обновляющимся составом. Длительность участия и интенсивность посещений определяются участником. Практические занятия построены на принципе гармонизации: задействованы телесная, трудовая, социально-коммуникативная, информационная (духовная) сферы. Уникальной особенностью проекта являются мастер-классы, проводимые самими участниками. Руководитель проекта в роли преподавателя-наставника помогает участнику выбрать тему занятия, составить план, подобрать материал и провести мастер-класс. Активные участники проекта становятся наставниками для новичков и других участников, развивая свои когнитивные функции и социальные навыки. Каждое занятие является уникальным (не повторяется), что сохраняет интерес участников к проекту в течение длительного времени. Новые темы задают новые векторы развития, помогают в профориентации. Растет пул преподавателей-наставников, которые также проводят занятия в ПНД. К проекту привлечены и волонтеры (стилист по одежде и парикмахер), помогающие участникам улучшать свой внешний облик и повышать уверенность в себе, важные для самопрезентации. Ежемесячно группа посещает выставки, концерты и экскурсии, что улучшает навыки ориентировки в городе. Каждый участник может стать лидером, предложив какую-то активность. Члены семьи и ближайшего окружения могут включаться в проект и также проводить занятия.

Результаты. За пять лет проект «Гармонизация жизни» показал эффективность предлагаемой формы психосоциальной реабилитации. Проект успешно справляется с возложенными на него функциями: участники за период от трех месяцев до трех лет показывают существенную динамику в личностном и профессиональном развитии. Высокие требования к уровню занятий и их тематическое разнообразие делают проект привлекательным для пациентов с сохранным интеллектом. Регулярное сопровождение, доступность и открытость проекта позволяют находить поддержку в любое время, а в случае неустойчивого трудоустройства на открытом рынке труда – сокращать периоды безработицы. Длительное участие в проекте способствует плавному выстраиванию лестницы в трудовой занятости с постепенным увеличением и усложнением нагрузки. Все это делает результаты реабилитации более устойчивыми. Мотивация к выздоровлению способствует улучшению комплаентности, снижению рецидивов. По нашим подсчетам, при сокращении числа регоспитализаций с трех до одной в течение года и при двух работающих группах (сейчас работает одна) государство сможет сэкономить более 63 миллионов рублей. Проведение занятий вне стен психиатрических учреждений и тематическое разнообразие занятий помогают и сотрудникам, профилируя их профессиональное выгорание.

Заключение. Актуален вопрос развития проекта для продолжения комплексной реабилитационной и психопрофилактической помощи. Для этого предлагается

провести значительное расширение его штата, включая дополнительного менеджера, медицинских психологов, специалистов по социальной работе, преподавателей-методистов, IT-специалиста, модератора чата, юристов для консультаций пациентов, психиатров-психотерапевтов для первичного приема, динамического наблюдения и коррекции терапии. С помощью расширения штата и повышения уровня административно-организационной работы проект может стать самостоятельным межведомственным центром, решающим задачи комплексной психосоциальной реабилитации и трудовой интеграции лиц с психическими расстройствами. Для поддержки проекта планируется привлекать новых волонтеров и новые направления для насыщения занятий. В целях развития психосоциальной реабилитации необходимо использование критериев «Международной классификации функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья» [4] для динамической оценки реабилитационного процесса [5], опросники удовлетворенности для участников и членов их семей, а также волонтерский паспорт для поддержания инициативы и мотивации участников к проведению занятий. Выход проекта на новый уровень послужит достижению целей, поставленных Правительству РФ Президентом в рамках программы развития медицинской реабилитации на 2021–2026 годы [6].

Литература

1. ВОЗ: мировая экономика теряет \$1 трлн в год из-за психических расстройств работников. – URL: <https://vademec.ru/news/2023/01/19/voz-mirovaya-ekonomika-teryaet-1-trln-v-god-iz-za-psikhicheskikh-rasstroystv-rabotnikov/>.
2. Психосоциальная и когнитивная терапия и реабилитация психически больных. Практическое руководство / Под ред. И.Я. Гуровича, А.Б. Шмуклера. – М.: МЕДПРАКТИКА-М, 2015. – 418 с.
3. *Лиманкин О.В.* Реабилитационные подходы в отечественной и зарубежной психиатрии: Различия и общность проблем и решений // Психиатрия. – 2018. – № 79 (3). – С. 30–36.
4. Международная классификация функционирования, ограничений жизнедеятельности и здоровья (МКФ). – URL: <http://who-fic.ru/icf/>.
5. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 31.07.2020 № 788н «Об утверждении Порядка организации медицинской реабилитации взрослых» (Зарегистрирован 25.09.2020 № 60039). – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202009250036>.
6. Перечень поручений по итогам участия Президента в заседании XX съезда партии «Единая Россия». – URL: <http://kremlin.ru/acts/assignments/orders/66210>.