

## ПРОГРАММА ПСИХООБРАЗОВАНИЯ В ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ САМОПОМОЩИ «НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ»

Н. Б. Левина, Е. Б. Любов

*Общероссийская общественная организация инвалидов вследствие психических заболеваний «Новые возможности»*

Хорошо информированные и ответственные родственники больных могут улучшить результаты терапии и исходы тяжелых психических расстройств. Пока же этот ресурс специализированной помощи, ориентированной на сообщество, востребован недостаточно. Хотя образовательные программы становятся неотъемлемой частью современного лечебно-реабилитационного процесса и включены в отраслевые стандарты экономически развитых стран, целенаправленное обучение семей больных шизофренией в отечественных государственных психиатрических службах затруднено дефицитом времени профессионалов, пренебрежением апробированной ценностью метода. Проблемы родственников российских больных шизофренией (по данным опроса более 200 членов общества из 25 регионов) обусловлены отсутствием обстоятельной информации о симптомах (85%), причинах и особенностях психоза (74%), риске и пользе фармакотерапии (67%) и психосоциальных вмешательств (87%), ранних признаках рецидивов (96%), незнанием своих прав (98%). В большинстве случаев (78%) члены семьи принимают ситуацию как неизбежную. Характерна самостигматизация семьи (86%). Семьям хронически больных нужны совет, обучение, ободряющее руководство, ведь самообучение пробами и ошибками обходится непоплатно дорого. Организация самопомощи призвана улучшить доступность и качество психообразовательных мероприятий, стимулируя чувство ответственности и пациента, и его близких за терапевтический результат как равноправных партнеров врача. Групповое психообразование особенно показано семьям больных с высоким риском обострения, в неполных семьях и при тесном ежедневном общении с больным (таким критериям соответствуют не менее 80% членов общества).

Участниками первого пятидневного семинара (его начало пришлось на 10 октября, Всемирный день психического здоровья, международный образовательный проект) будущих руководителей групп образования родственников больных шизофренией в Московском отделении общества стали 15 активистов из Ярославской, Тульской,

Кировской, Ивановской областей, Санкт-Петербурга, Москвы, а также двое энтузиастов, психиатр и социальный работник. Занятия проводили ведущие научные сотрудники Московского НИИ психиатрии и члены ООИ «Новые возможности», имеющие опыт работы такого рода. В процессе обучения обучающихся по темам «Понимание шизофрении» прививались научно выверенные представления о распространенности расстройства («оно не уникально»), его многофакторных причинах (опровергался тезис о «шизофреногенной матери»), течении (сходство с любыми хроническими болезнями), предоставлялась непротиворечивая информация о риске и пользе фармакотерапии (противодействующая терапевтическому нигилизму) и психосоциального лечения; поддерживалась атмосфера оптимизма при указании роли семьи, изменяющей естественное течение шизофрении и ее бремя. Сообщалось о ресурсах помощи («ты не один») и ее альтернативах (стационарзамещающие формы, социальные службы, общество самопомощи). Внебольничные условия проведения программы определяли акцент на профилактической роли лечения и семьи (распознавание жизненных стрессоров, запускающих очередное обострение, ранние симптомы обострения или рецидива). Подчеркивалась роль близких пациента на всех этапах лечебно-реабилитационного процесса. Освещались вопросы правовой защиты больных и членов их семей и борьбы со стигмой шизофрении, включая работу со средствами массовой информации (этой жгучей теме был посвящен, кстати, семинар GAMIAN в Бухаресте, где принимали участие представители нашей организации) для создания непредвзятого образа душевнобольного и его проблем интеграции в общество. Выработывались навыки поведения в типичных ситуациях (например, при проблемах комплайенса у больного), объяснялись естественные ограничения роли ведущего (непрофессионал не должен присваивать функции врача-консультанта, социального работника). Взаимный контроль и помощь выявляли «слепые пятна» в знаниях и навыках участников. Их занятия по месту жительства будут обеспече-

ны методической литературой, информацией нового сайта общества «Новые возможности» ([www.nvm.org.ru](http://www.nvm.org.ru)), консультативной помощью по «горячей линии» координаторов проекта. Программа будет развиваться, охватывая родственников госпитализированных пациентов. Планируется выпустить руководство для больных шизофренией и их близких, сборник их самоописаний

(«Преодоление: опыт болезни»), продолжать создавать и тиражировать видеофильмы с обучающим потенциалом.

«Новые возможности» признательны сотрудникам Московского НИИ психиатрии и фармацевтической компании «АстраЗенека» за всестороннюю помощь в осуществлении первого этапа многообещающего проекта.