

# Культурные мероприятия как ресурс гуманизации рабочей среды

Эва Бойнер Хорвитц, д.м.н.,  
руководитель образовательных программ Центра  
социальной устойчивости (CSS), Каролинский институт  
Отдел общественного здравоохранения и сестринского  
дела, Уппсальский университет

Академический медицинский центр  
Ярфалла, 26 апреля 2016

# Исторические предпосылки



*Молинаро 1986, Ханна 1995*



*Браун Парсонс 2008*

*«Если ты не готов ошибаться, ты не сделаешь ничего оригинального».*

*Профессор Кен Робинсон*

Чувство безопасности способствует занятию творчеством.

Однако сегодня нас отучивают быть креативными.

Иерархия:

1. Математика
2. Языки
3. Гуманитарные науки
4. Искусство (живопись, музыка, театр и танец)



Признанный хореограф-постановщик Джиллиан Линн рассказывает, что в школе её считали безнадёжной. Кто-то из учителей написал её родителям записку, в которой говорилось, что у девочки были проблемы с обучаемостью. Ее отвели к врачу. Доктор вынес свой вердикт:

***«Джиллиан не больна. Она танцовщица».***



Уже в танцевальной школе она встретила людей, которым чтобы думать, нужно было двигаться.

Джиллиан окончила Королевскую балетную школу, а годы спустя она участвовала в постановках бессмертных мюзиклов Эндрю Ллойда Вебера «Кошки» и «Призрак оперы».

*Искусство – Уровни восприятия – Методы оценки  
Эмоциональное и когнитивное понимания себя и окружающих.*

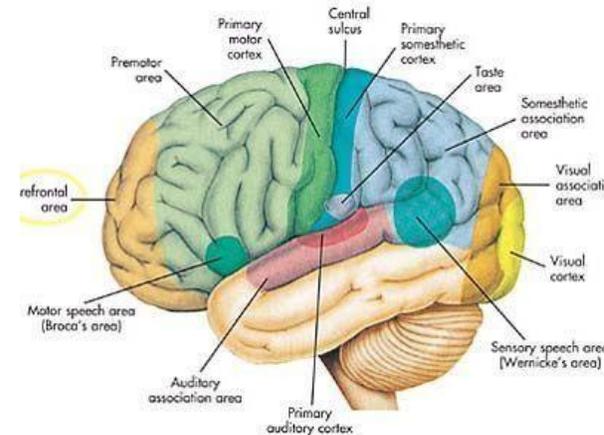
Вербальное – когнитивное

Визуальное

Эмоциональное

Сенсорное

Моторное



Согласно теории Дж. Даунинга «Уровни восприятия» (ссылка на Кристен Монро)



Гормональные анализы системы гипоталамус-гипофиз-надпочечники и слюны

Автопортрет

Видеозаписи и их интерпретация

Вербальные когнитивные оценки

Интервью, качественные анализы

Лабанотация (система записи танцевальных движений)

«Усилие – Форма»

3D измерения со светом

фМРТ (функциональная МРТ)

ПЭТ (Позитронно-эмиссионная томография)

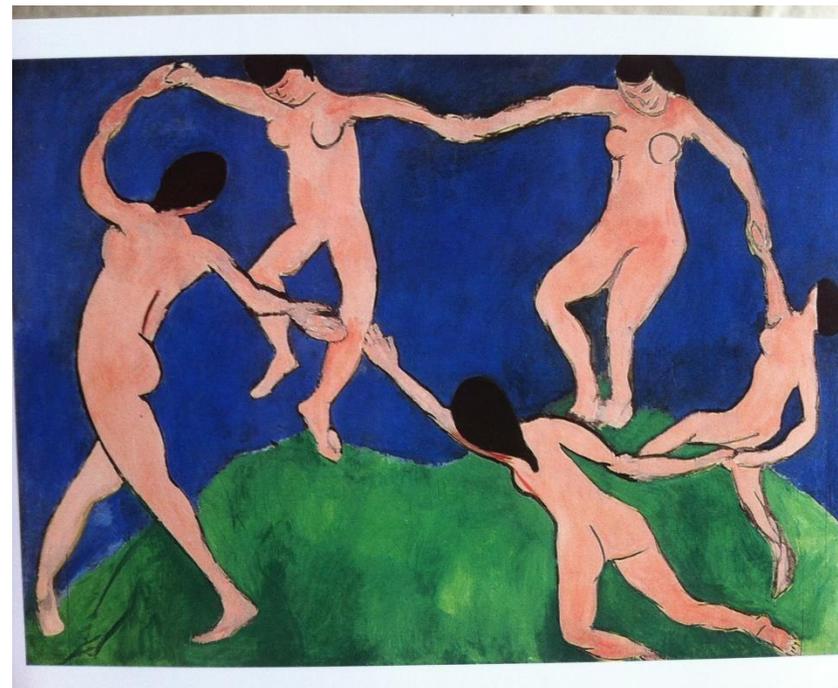
Анализ с точки зрения первого лица





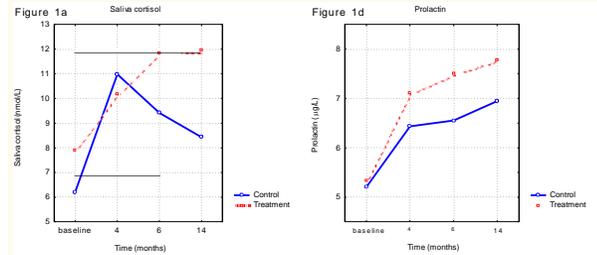
# Исследуемые аспекты

1. Биологический
2. Терапевтический
3. Когнитивный
4. Культурный
5. Медико-экологический
6. Медико-социальный
7. Педагогический

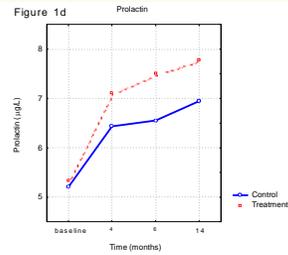


# 1. Биологические аспекты

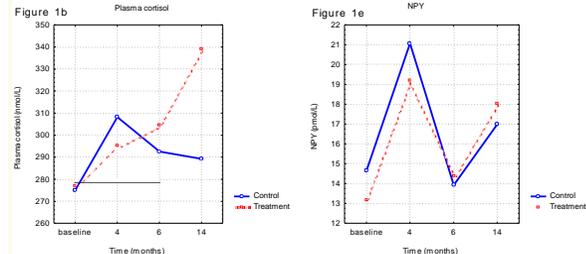
Слюна  
Кортизол



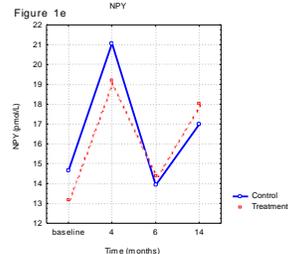
Пролактин



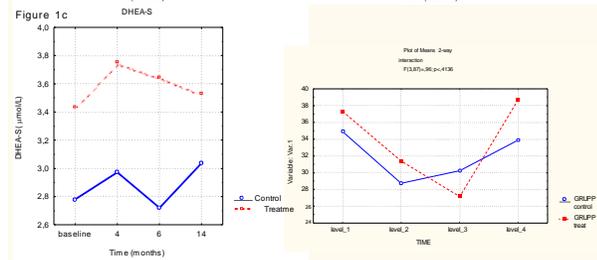
Плазма  
Кортизол



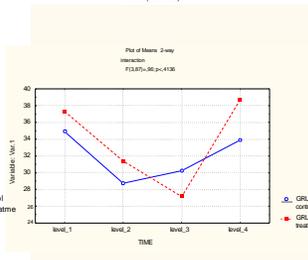
Нейропептид Y



ДЭАС



Окситоцин



Бойнер Хорвитц, Теорелл, Андерберг  
«Искусство в психотерапии» 2003  
Бойнер Хорвитц 2004

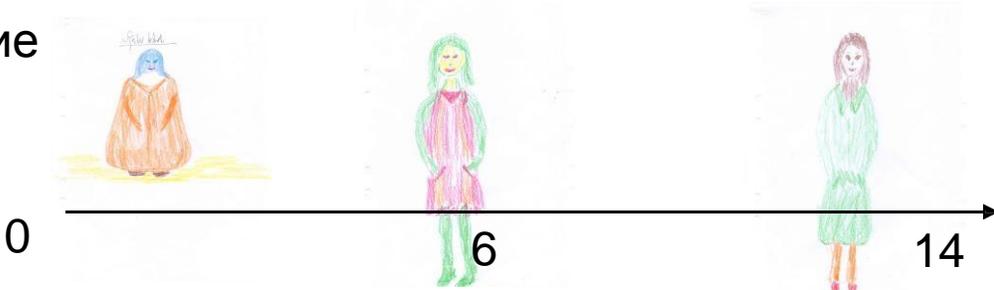
## 2. Терапевтический аспект

Контроль

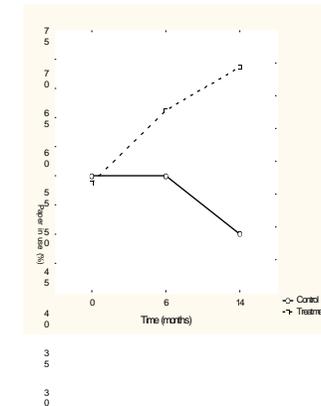
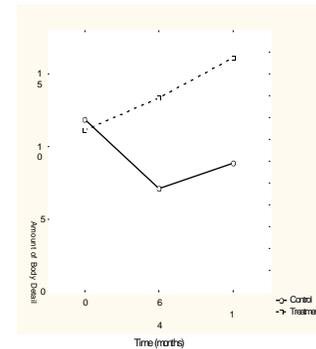


0 6 14

Вознаграждение



0 6 14

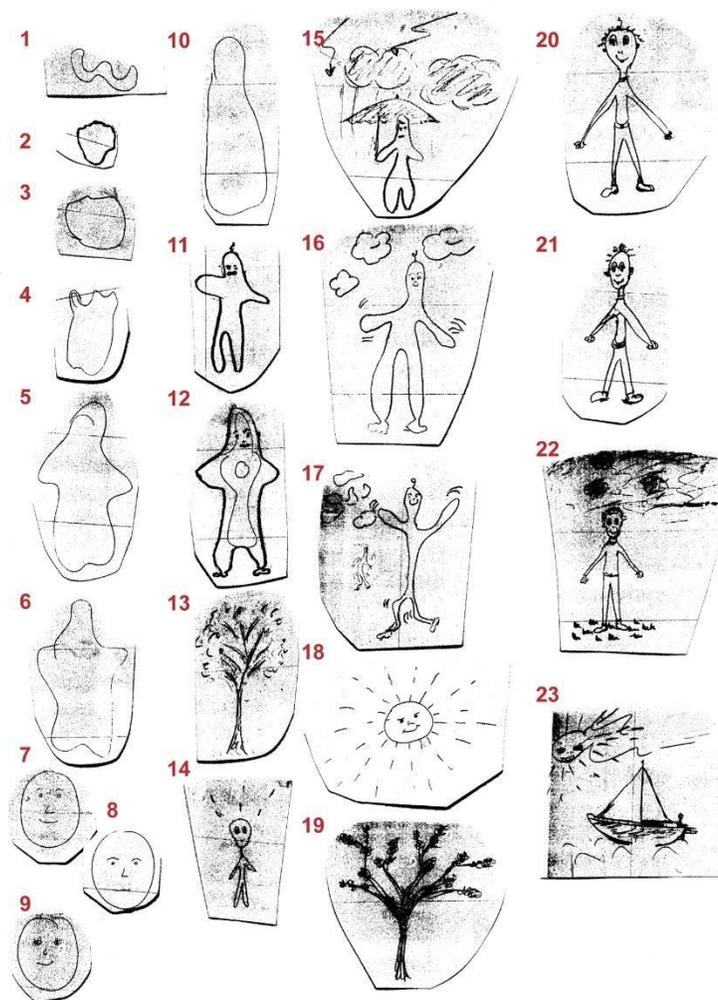


Бойнер Хорвитц, Теорелл, Андерберга  
«Искусство в психотерапии» 2006

Бойнер Хорвитц, Леннартссон, Теорелл,  
Уллен «Границы в психологии» 2015



## 2. Терапевтический аспект

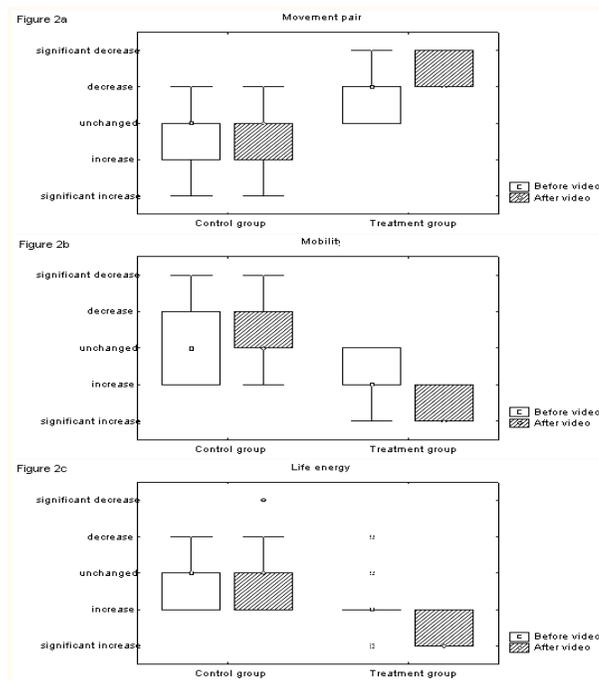


Индивидуальные танцевальные и музыкальные занятия (18 месяцев)  
Бойнер Хорвитц, Андерберг  
«Фибромиалгия вызвана стрессом?» 2007





### 3. Когнитивный, визуальный/вербальный аспекты



## Видеоинтерпритация

Пациенты интерпретируют стандартные модели движения после танца.

Контроль/Вознаграждение

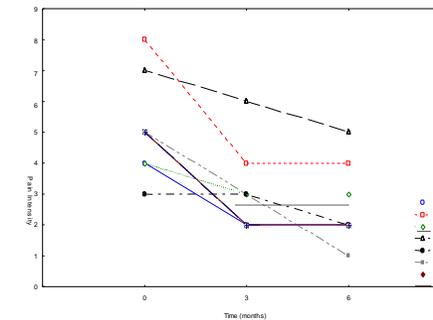
**Результат: Повышение дифференциации эмоциональных состояний**



*Бойнер Хорвитц и др. 2003  
Бойнер Хорвитц, Теорелл, Андерберг  
«Искусство в психотерапии» 2004*

## Театр и танец с и для пациентов с хронической болью

Субъективная оценка уровня боли



Бойнер Хорвитц и др. 2010.  
«Искусство в психотерапии» 37: 13-19.

Ю. Романовска, программа «Шибболет» 2014



## 5. Медико-экологические аспекты



Связано ли проведение культурных мероприятий на рабочем месте с ментальным здоровьем сотрудников?

Культурные занятия на работе = предотвращение профессионального выгорания сотрудников

Данные Шведского лонгитюдного исследования состояния здоровья (SLOSH)

2006, 2008, 2010 (n= 5037, n= 9623, n= 8912)

*Связано ли проведение культурных мероприятий на рабочем месте с ментальным здоровьем сотрудников?*

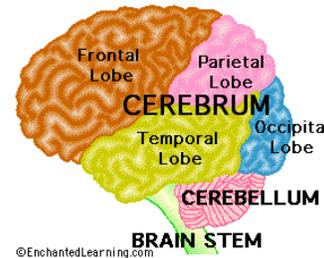
*Теорелл, Осика, Бойнер Хорвитц и др. 2012*



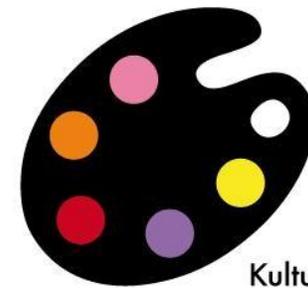
## Программа «Культурная палитра» в Шведских медицинских центрах для женщин с симптомами выгорания

### Танцы, музыка, театр, кино, расслабление

SOC KEDS SRH TAS



Грейп Виндинг, Теорелл, Осика, Бойнер Хорвитуц  
«Культурные мероприятия в первичных медицинских центрах» 2015



Kulturpalett för kvinnors hälsa

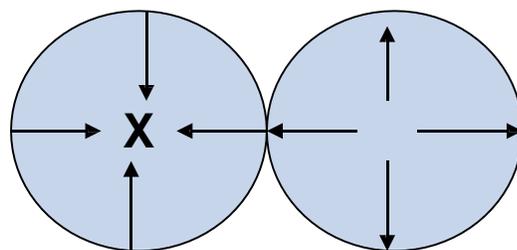






## 7. Педагогический аспект

### Писательский блок и Танец



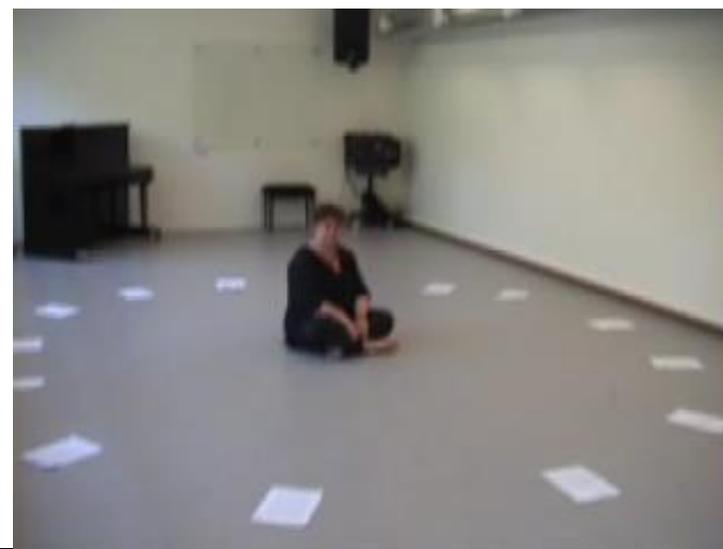
Сфокусированное  
внимание

Открытое  
осознание

Воплощенные знания  
Применение в процессе написания  
Обряды перехода  
Феноменологический метод  
Метод герменевтики

*Бойнер Хорвитц, Стенфор, Осика*

*«Журнал трансперсональных исследований» 2013*





# Как мы можем использовать наши исследования в обществе?

Оживление



Повышение осведомленности о собственном теле



SOC

Расслабление

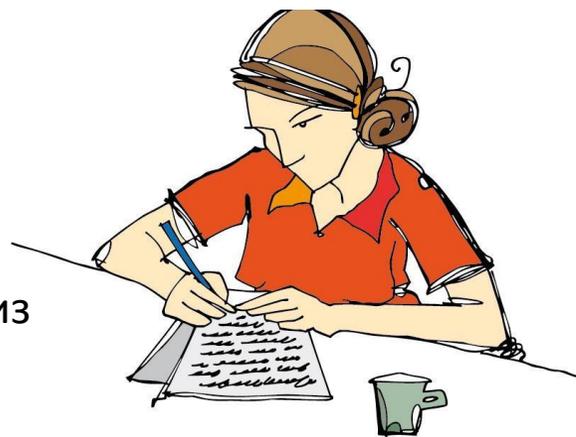


Смысл жизни



Символическое чтение

Самоанализ



ОКСИТОЦИН  
SOC

# Культурные занятия на работе – предотвращение профессионального выгорания сотрудников

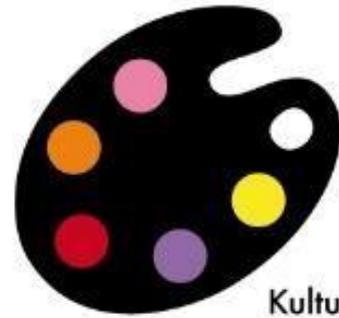
Данные Шведского лонгитюдного исследования состояния здоровья (SLOSH) 2006, 2008, 2010 (n= 5037, n= 9623, n= 8912)



*Связано ли проведение культурных мероприятий на рабочем месте с ментальным здоровьем сотрудников?*

*Теорелл, Осика, Бойнер Хорвитц и др. 2012*

# Программа «Культурная палитра» для пациентов и медперсонала – повышение способности контролировать эмоции, снижение уровня истощения



Kulturpalett för kvinnors hälsa



*Грейп Виндинг, Теорелл, Осика, Бойнер Хорвитц, Холлквист  
«Культурные мероприятия в первичных медицинских центрах» 2015*

# Реестр близнецов – танцоры и музыканты



*Бойнер Хорвитц, Леннартссон, Теорелл, Уллен  
«Границы в психологии» 2015*

# Сотрудничество с профессиональными актерами, танцорами и музыкантами

Система здравоохранения, система  
школьного образования и пр.

Пассивный и активный контакт с искусством  
Исцеляющий театр



Бойнер Хорвитц и др. 2010.  
«Искусство в психотерапии» 37: 13-19.

**CSS**  
Center for Social Sustainability  
Centrum för social hållbarhet



**Karolinska  
Institutet**

# Писательский блок – созерцательное изучение в движении



*Бойнер Хорвитц, Стенфор, Осика*

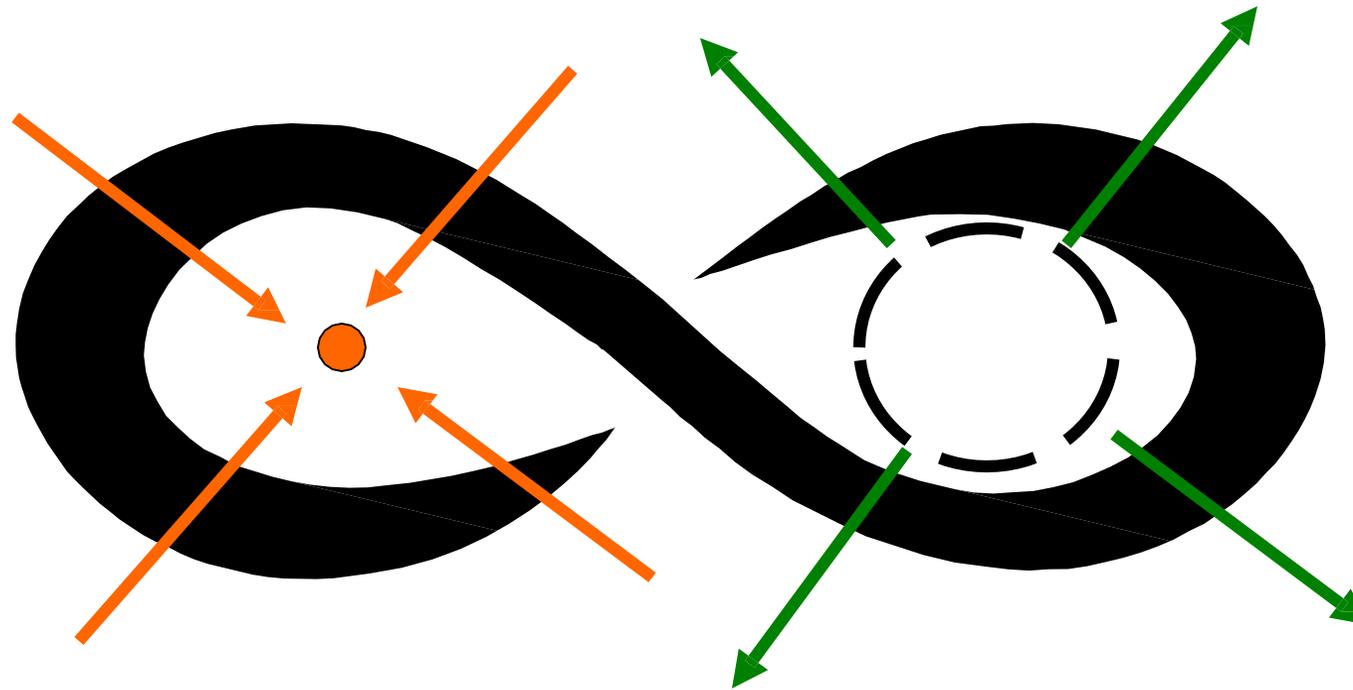
*«Журнал трансперсональных исследований» 2013*

**CSS**  
Center for Social Sustainability  
Centrum för social hållbarhet



**Karolinska  
Institutet**

# Созерцание в движении



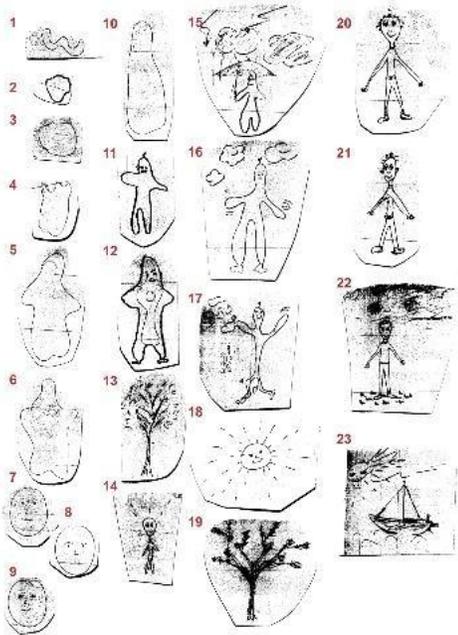
Сфокусированное  
внимание

Открытое  
сознание

Осика 2011 SU

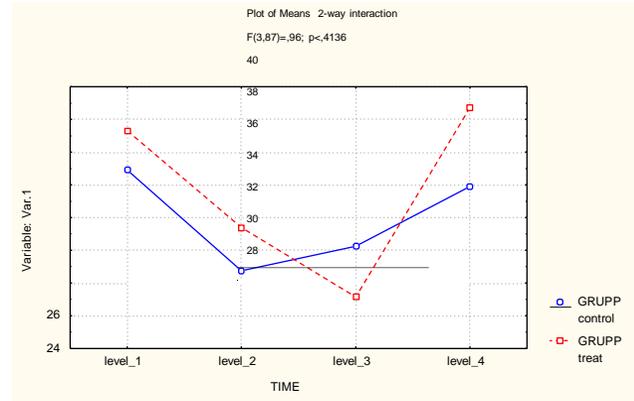
«Когнитивное дыхание»

# Как уловить изменения?



Автопортреты

Устное анкетирование, фокус-группа, личное интервью  
Контрольное исследование



Гормональные  
анализы



Видеоинтерпретация



# Постоянные проекты

CSS  
Center for Social Sustainability  
Centrum för social hållbarhet



Karolinska  
Institutet



RASA BOX



Писательский  
блок

Культурное здоровье: система тренингов



PLAYMAKERS

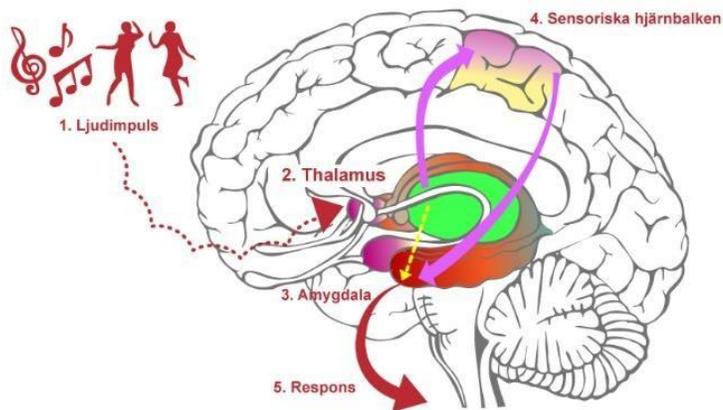


Дистанционное образование

# Теоретические предпосылки

Теория  
эмоционального  
мозга

Джозеф Леду,  
1992



Теория воплощенного  
познания

«Понимание эмоционального  
состояния другого человека»



Теория зеркальных  
нейронов

«Наблюдаемые впечатления  
отражаются в жестах другого  
человека»



# Культурные мероприятия как ресурс гуманизации рабочей среды

**Цель:** Изучить влияние культурных занятий на медперсонал после участия в различных видах культурных мероприятий в рамках программы «Культурная палитра»

# Исследования показывают, что участие в занятиях приносит удовольствие

Групповые культурные занятия способны оказывать влияние на следующих уровнях:

1. Физиологическом
2. Биологическом
3. Социальном

(Грейп Видинг, Осика, Теорелл, Бойнер Хорвитц «Культурная палитра» 2014)

Непродолжительное общение с пациентами с синдромами хронической усталости или хронической боли может спровоцировать появление симптомов рабочего стресса:

- Повышенное кровяное давление
- Тревога
- Депрессивные симптомы

(среди профессиональных медицинских работников)

(Фигли 2002, Рубино и др. 2009)

# Теоретические предпосылки

Медперсонал часто сталкивается с нелицеприятными картинками во время своей работы  
(Laws 2001, Rubino, Luksyte, Perry and Volpone 2009)

Необходимо направить выражение этих травмирующих раздражителей не на вербальный уровень, а на более чувственный и воплощенный.

# Исследование, выявляющее практические связи между культурой и состоянием здоровья

1. Культурные мероприятия  
и
2. Работники здравоохранения, которые уязвимы к стрессу

# «Культурная палитра»

- Занятия выбирались участниками самостоятельно
- Период занятий: 10-12 недель
- Один раз в неделю (1 час)
- 3 разных центра первичной медицинской помощи в Швеции
- Интервью с фокус-группой

# Сбор данных и анализ

- 3 интервью с фокус-группами (участвующий в программе медперсонал и преподаватели)
- Все интервью были записаны (видео и текстовой формат), расшифрованы и проанализированы
- Аналитическая составляющая интервью основана на феноменологическом и герменевтическом методах, сформулированных французским философом Полем Рикёром.

# Структура анализа

1. Культурные занятия оказывают физиологическое воздействие на человека.
2. Культурные занятия улучшают отношения внутри коллектива.
3. Подобные программы трудно реализовать в рамках системы здравоохранения.

# Заключительная интерпретация

«Культурные мероприятия как ресурс гуманизации рабочей среды»

# Расшифровка результатов исследований 1)

Занятия творчеством снижают уровень стресса и повышают настроение  
(Bell et al 2007, De Petrillo and Winner 2008, Hass Cohen and Kar 2008)

Взаимосвязь между искусством как воплощением невербального и довербального опыта.

Переживание культурного опыта и травматических ситуаций происходит под воздействием тех же чувственных и сенсорных стимулов  
(Hass Cohen and Karr 2008)

# 2)

«Я стал индивидуальностью, а не просто рядовым специалистом»

Программа помогла сломать иерархию медицинского мира, дала возможность участникам почувствовать себя человеком, а не просто обслуживающим персоналом.

Программа гуманизировала рабочую среду.

# 3)

«Никто не хотел быть организатором»

Или, например:

«К достоинствам программы «Культурная палитра» можно отнести то, что она проводится в рабочее время и является полностью добровольной».

Трудности с организацией подобных мероприятий в учреждениях здравоохранения, так как приходится иметь дело со стрессом (негативное отношение к переменам) Grant & Kinman 2014.

# Вывод

Занятия творчеством оказывают положительное влияние на индивида, группу и общество, что помогает снизить уровень стресса, повысить интерес к жизни и радость, что в конечном счете сказывается на уровне и качестве ухода за пациентами.

Включение программы «Культурная палитра» является дешевым и устойчивым способом получения нескольких положительных результатов в работе одновременно.

# «Культурная палитра» - программа о том, как изменить свой образ жизни и отношение к ней, что в свою очередь отражается на нашей работе с пациентами»

Изменение образа жизни воплощается в создании пространства для занятий творчеством на рабочем месте. Программа может быть включена в индивидуальный, групповой и системный уровни и стать важным шагом к изменению системы здравоохранения в целом.

Трудности в организации.

# Но как это может быть организовано в рамках общества?



RASA BOX

Писательский  
блок



Культурное здоровье: система тренингов



PLAYMAKERS



Дистанционное образование

# Качественное или количественное исследование? Важны оба.

Качественные исследования необходимы для построения гипотезы и для более глубокого понимания процессов.

Количественные исследования необходимы для принятия социально важных решений.

Искусство – подходящий способ  
снизить уровень стресса, вызванный  
работой, для сотрудников сферы  
здравоохранения.

# Культура и сострадание

## Центр социальной устойчивости (CSS), Каролинский институт

*Директор Уолтер Осика, Торкел Фалькенберг, Стефан Ейнхорн,  
Кристина Андерссон, Аннель Клессон, Эва Бойнер Хорвитц*



### ***Программа «Культурная палитра»:***

**Д.м.н. Эва Бойнер Хорвитц**

**Аспирант Тина Грейп Виндинг**

**Аспирант Лина Родмарк**

**Доцент Уолтер Осика**

**Почетный профессор Торес Теорелл**

**Доцент Улла Мария Андерберг**

**Анализ данных Ян Ковальски**



Центр социальной устойчивости (CSS), Каролинский институт  
Отдел общественного здравоохранения и сестринского дела,  
Уппсальский университет

[eva.bojner.horwitz@ki.se](mailto:eva.bojner.horwitz@ki.se)

