



# Душевный

Газета ПСИХИАТРИЧЕСКОЙ  
БОЛЬНИЦЫ №1 г. МАКЕЕВКИ

# лекарь



№ 1(3)

декабрь 2018

## Сказочный мир

Новый Год - самый любимый праздник большинства детей и взрослых, которого с нетерпением ждут в каждом доме, к нему долго и тщательно готовятся. Вот и мы не остались в стороне. Для пациентов и сотрудников больницы было подготовлено незабываемое мероприятие. Зрители окунулись в сказочный мир с веселыми песнями и зажигательными танцами. В воздухе витало настоящее волшебство Нового года.



## Праздник, который любят все

Блины, поздравления, масленица, хороводы - лишь небольшая часть большого праздника, который любят все. Шумное массовое праздничное гуляние состоялось 15 февраля для пациентов и сотрудников больницы. «В гости» пожаловали старик со старухой, Снегурочка, царь-батюшка и сама Масленица. Не обошлось без традиционных и зажигательных песен, плясок, хороводов, ручейка и частушек, сжигание чучела. Масленичные гуляния, независимо от морозной погоды, принесли сегодня чувство радости и тепла, доброжелательности и хороших надежд.



## Стажировка на рабочем месте

Пять сотрудников Психиатрической больницы №1 г. Макеевки (Бабуря Елена Васильевна, Расторгуева Инна Сергеевна, Бухановский Александр Александрович, Мельниченко Иван Валерьевич, Моисеев Артём Сергеевич) прошли стажировку на рабочем месте в федеральном государственном бюджетном учреждении «Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневрологический институт им. В.М. Бехтерева» Министерства здравоохранения Российской Федерации по дополнительной профессиональной программе «Методика проведения электросудорожной терапии» с 5 по 9 февраля.



## Найти настоящую любовь

7 марта, накануне Международного женского дня, прошёл праздничный концерт.

В этот день в адрес милых и прекрасных дам, звучали искренние поздравления, тёплые слова признательности и благодарности.

Для зрителей был подготовлен сюрприз, в концертной программе приняли участие сотрудники больницы. Часто бывает, что в жизни, а тем более в сказке, всё может оказаться совсем не тем, чем кажется с первого взгляда: обычная лягушка может обернуться прекрасной царевной. Сегодня зрители наблюдали, через какие испытания пришлось пройти сказочным героям, чтобы найти настоящую любовь, и как они их преодолели.



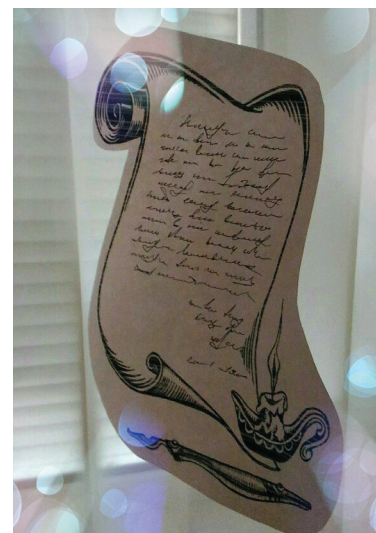
## Поэтический вечер Алексея Толстого

**27 марта в стенах нашего учреждения для пациентов прошел поэтический вечер Алексея Толстого.**

Творчество поэта проникнуто единством философских идей, мотивов, лирических эмоций. Можно отметить интерес к таким проблемам, как философия истории, национальная старина, любовь к природе, неприятие царской тира-

нии — эти особенности творчества Толстого нашли отражение во многих его произведениях, относящихся к различным жанрам, которые сегодня были прослушаны. В стихотворной форме больше всего у Алексея Толстого можно увидеть

баллад и сатирических стихов. При этом его лирика является очень проникновенной, в его стихах можно найти музыкальное начало, что делает произведения Алексея Константиновича Толстого действительно красивыми и интересными.



**Вашему вниманию представляем фотоочет с Пасхальной выставки.**

## Пасхальная выставка – 2018

По традиции, в нашем лечебном учреждении проходит выставка, в которой активное участие принимают пациенты и сотрудники больницы. Участники выставки проявили необыкновенную фантазию и выдумку, а так же показали свое мастерство и творчество.

Вот такие работы появились у нас на выставке!



## «Добро без границ!»

**В Психиатрической больнице №1 г. Макеевки с 16 по 22 апреля прошли мероприятия, посвящённые борьбе с суицидом «ДОБРО БЕЗ ГРАНИЦ!».**

В рамках акции предусмотрены различные мероприятия в форме семинаров, тренингов, консультаций, круглых столов, мастер-класса, концерта, горячей линии на телефоне «Доверия».

Цель: профилактика девиантного поведения, суицидального риска, через формирование позитивного от-

ни. Участники посетили интересный мастер-класс по рисованию, в котором не только создали собственный рисунок, но и получили массу удовольствия в совместном творчестве.

**17 апреля** Семинар для студентов МПК на тему: «Жизнь нам дается только раз» в рамках профилактики наркомании, как разновидности суицидального поведения, в этот же день в актовом зале прошел круглый стол «О силе человеческого духа». На данном занятии психологи и пациенты активно обсуждали понятие «силы духа», рассматривались способы как его обрести и развить. Данное занятие напомнило всем присутствующим о том, что каждый прожи-



тый день, с любыми эмоциональными нагрузками, постоянно укрепляет любовь человека. Ведь как преодоление трудностей, так и радостные события – это бесценный опыт и закалка для человеческого духа.

**16 апреля** художественная школа провела мастер класс для пациентов больницы. Творчество – это не просто узконаправленная сфера, не только рисование, лепка и прочие виды занятий, это инструмент развития, как физического, так и психологического. Пациент развивает мелкую моторику рук и внимательность, а также прислушивается к себе, учится самовыражаться, развивает зрительную память и пространственное мышление – все это пригодится ему далее по жиз-

нению к жизни и осознание её ценности, при наличии диагноза и без.

**18 апреля** прошла Акция «Добро без границ!», с целью информирования населения о психических расстройствах. В рамках Акции был проведен социологический опрос населения: «Представления населения о психических расстройствах и отношение к психиатрии», который позволил выявить стереотипы обще-

ственного мнения о психических расстройствах, методах лечения и специалистах, оказывающих психиатрическую помощь. Были выданы информационные листовки, и визитки с телефоном доверия.

В такое тревожное время мы все очень нуждаемся в душевном тепле,



положительных эмоций, которые объединяют, дают надежду. Таким островком радости, веры, что все будет хорошо, стал концерт музыкальной школы г. Макеевки «День добрых сердец».

**20 апреля** прошел круглый стол «Дорогу осилит идущий». Главной задачей мероприятия было: вдохновить посетителей, мотивировать к свершению важных поступков, пробуждать в них силу, необходимую для саморазвития. Дать духовную пищу для размышлений в форме: занятых картинок, притч, примеры биографий людей, которые добились успеха. Для достижения успеха, необходимо прилагать определенные усилия – иди по своему пути, искать для этого СВОЮ ДОРОГУ! Тут не обойтись без терпения и железных нервов. Ведь далеко не факт, что сделав всего два шага в выбранном направлении – вы сразу же достигните желаемой цели.

Все дальше уходит от нас 9 мая 1945 года, но мы по-прежнему помним, какой ценой досталась нашим дедам и прадедам победа и каждый год отдаем дань памяти героям того трагичного времени. Традиционно в больнице прошел митинг, посвященный празднованию Дня Победы. Собралось достаточное количество участников, чтобы отметить годовщину Великой Победы над фашистской Германией, отдать дань уважения тем, кто пережил тяготы и лишения Великой Отечественной войны. Концерт был подготовлен силами сотрудников больницы и учащимися Макеевского лицея. В честь памяти о погибших в небо были выпущены символы мира - голуби, а по кленовой аллее прошел Бессмертный полк.

## Мы по-прежнему помним...



Ежегодно в третье воскресенье июня свой профессиональный праздник отмечают все работники медицины. В этот день всех работников нашей больницы можно было увидеть не в белых халатах, как мы привыкли, а нарядными и с улыбками на лицах. Когда все собрались в зрительном зале, началась торжественная часть. Со сцены звучало много теплых, добрых слов в адрес виновников торжества. Очень много грамот вручили достойным врачам и другому медицинскому персоналу. У работников сферы здравоохранения — самая гуманная и ответственная миссия: забота о самом дорогом — жизни и здоровье. Благодарный труд медиков, сопряженный с огромной ответственностью, пользуется заслуженным уважением и почетом среди людей. Дорогие наши врачи и весь медперсонал, спасибо

## Забота о самом дорогом



за ваш тяжелый труд, за терпение и доброту, за то, что рядом в самый тяжелый час! Сил вам и здоровья, пусть окружают вас любящие близкие и благодарные пациенты!



## День Защиты детей

Каждый год в первый день лета во всём мире отмечается Международный день детей, который и в нашей стране празднуется 1 июня и называется Днём защиты детей. Такое название связано с тем, что детство каждого ребёнка должно быть под защитой — защитой прав, здоровья и жизни подрастающего поколения.

День защиты детей один из самых старых международных праздников — первый раз эта дата отмечалась в 1950 году.

Уже по традиции мероприятия, посвященные празднованию Дня защиты детей, у нас проходят на территории больницы. Вот и сегодня здесь собралось много народу — дети сотрудников больницы и их родители. Психологи совместно со студентами педагогического училища приготовили интересную конкурсную развлекательную программу. Маленьких участников ожидали призы и сладости. Изюминкой праздника стал «аква-грим», который смогли нанести все желающие. Программа праздника детства оказалась очень насыщенной, никто не ушел с плохим настроением.



## «Память, память будущего и сценарии жизни»

**В течение трех дней, с 14 по 16 июня в городе Рязань Российской Федерации проходила Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием «Память, память будущего и сценарии жизни», посвященная 75-летию Рязанского государственного медицинского университета имени академика И.П. Павлова, в которой приняли участие сотрудники Психиатрической больницы №1 г. Макеевки: Е.В. Бабура, И.С. Расторгуева, А.А. Бухановский, Л.Н. Берляева, И.В. Мельниченко.**

В ходе конференции по секциям были заслушаны доклады на различные темы: профессор Льежского Университета (Бельгия) Арно Аргембо представил доклад «Эпизодическая память: механизмы и функции», профессор МГУ Нурковая В.В. выступила с докладом на тему: «Перспективная функция автобиографической памяти: Будущее в зеркале прошлого», профессор Санкт-Петербурга Н.Н. Петрова зачитала доклад «Резистентная депрессия: поиск современного решения», профессор РязГМУ Шустова Д.И. ознакомила участников конференции с докладом на тему: «Сценарии жизни, память буду-

щего и психотерапевтическая практика».

Представитель здравоохранения Донецкой Народной Республики, главный врач Психиатрической больницы №1 г. Макеевки Е.В. Бабура выступила с докладом «Психотерапевтические и психокоррекционные стратегии в интеграции больных с психическими расстройствами», в котором



осветила основные этапы реабилитационного и социального восстановления пациентов, страдающих психическими расстройствами. Также, в сборнике «Актуальные вопросы психического здоровья» были опубликованы статьи Е.А. Бабуры «Личностно-ориентированный подход в реабилитации лиц, страдающих психическими расстройствами» и И.С. Расторгуевой «Идентичность в практической психиатрии и целостно-гуманистические принципы оказания психиатрической помощи».



## Активный отдых помогает поддерживать хорошую форму

**13 сентября состоялась традиционная спартакиада.**

Участие в ней принимали 6 команд, представляющих отделения. Спартакиада проводилась в 4 тура: разминка, боулинг, змейка, мяч в кольцо, не обошлось и без конкурса самого активного болельщика. Команды получили кубки, грамоты, призы.

Активный отдых помогает поддерживать не только хорошую физическую форму, и способствует оздоровлению, принося жизненный тонус и волю к победе.

Как участники состязаний, так и болельщики, получили огромный заряд положительных эмоций и отличное настроение.



## Вечер, посвященный творчеству Сергея Есенина

Сергей Есенин был великим поэтом и очень неоднозначным человеком. Голубоглазый красавец, баловень судьбы и любимец женщин – все это о Есенине. Великий русский поэт, как никто другой чувствующий слово и музыку русского языка, – это тоже о нем. Человек, не представляющий себя вне России, Родины – и это про него. Он жил на всю катушку, не жалея ни себя, ни тех, кто был рядом, как и полагается настоящему поэту.

Сегодня, 27 сентября прошел литературный вечер, посвященный творчеству и жизни Сергея Есенина. Слушатели в зале были окутаны творчеством поэта, ближе познакомились с его ранними творениями. Произведения декламировали психологи нашего лечебного учреждения.

Финалом мероприятия стал видеопросмотр декламирования стихотворения «Черный человек» Сергеем Безруковым, сыгравшем роль поэта в сериале «Есенин».



## День психического здоровья

**В Психиатрической больнице №1 г. Макеевки с 8 по 12 октября прошли мероприятия, посвящённые Всемирному дню психического здоровья, который отмечается с 1992 года по инициативе ВОЗ.**

Целью этого праздника является повышение информированности населения в отношении проблем психического здоровья и способов его укрепления, а также профилактики и лечения психических расстройств.

**8 октября** психологи Психиатрической больницы №1 совместно со студентами Макеевского педагогического колледжа провели акцию «Счастье без интернета» на улицах г.Макеевки. Акция включала в себя проведение соцопроса и раздачу промоматериалов с целью улучшения психического здоровья населения г. Макеевки.

**9 октября** в нашем учреждении состоялся концерт «Радость жизни» музыкальной школы г. Макеевки. Это была долгожданная встреча как для исполнителей, так и для зрителей, ведь концертная программа не оставляет никого равнодушным. Слушатели смогли насладиться вокалом не только опытных исполнителей, но и маленькими, но уже звездочками.

**9 октября** в Государственном профессиональном образовательном учреждении «Макеевский политехнический колледж» для студентов прошел семинар на тему «Информационная перегрузка». Специалистами были рассмотрены понятие «информационная перегрузка», признаки и ее причины, были даны рекомендации как бороться с информационной перегрузкой.

**9 октября** прошел круглый стол на тему «Принцип Парето». Нам объяснили, что такое принцип Парето и как он работает в жизни. Кроме того, было озвучено, как применять правило Парето для увеличения эффективности в любом виде деятельности.

Появилось целое поколение детей, которые утратят нос любому родителю. Знакомьтесь — центениалы. Это люди, которые родились после 1996 или после 2000 года. Чем они отличаются от

других, их особенности были рассмотрены на семинаре для практических психологов на тему: «Молодежь 21 века». После доклада было организовано обсуждение, в процессе которого участники семинара обменивались мнениями, делились опытом, участвовали в научной дискуссии. При подведении итогов участники семинара отметили, что, не смотря на интенсивную работу, на семинаре преобладала доброжелательная и непринужденная атмосфера.

**10 октября** в стенах нашего учреждения состоялся круглый стол на тему «Югге - искусство быть счастливым», в котором каждый для себя мог найти повод для счастья.

**11 октября** в нашем лечебном учреждении прошел конкурс шляпок. В создании эксклюзивных шляпок принимали участие все отделения



больницы. На импровизированном подиуме блистали прекрасные сотрудницы и пациенты. Конкурс шляпок проводится здесь не в первый раз, эта идея понравилась, и многие выразили желание принять участие и посоревноваться. Отделения подошли со всей ответственностью к творческому заданию. Каких только шляп здесь не было: и шляпы с пришитыми муляжами фруктов, овощей, листьев; и шляпы, сделанные из бросового материала; и кокетливые головные уборы с бабочками, даже шляпа из банкнот. Зрители с восхищением наблюдали за дефиле, в котором демонстрировались шляпки, не обошлось и без музыкальных и танцевальных пауз. По окончанию праздника шля-

пу каждого оценили по достоинству модные эксперты.

**12 октября** состоялась лекция на тему «16 признаков психического здоровья», в которой слушатели узнали критерии психического здоровья и узнали, какие существуют способы его укрепления.

Как укрепить психическое здоровье?

1. Правильное питание
2. Физическая активность
3. Стремление к пониманию себя (принятие своих сильных и слабых сторон, контроль за своими эмоциями, выявление своего потенциала)
4. Преодоление зависимостей
5. Стрессоустойчивость.
6. Изменить образ мышления
  - оградить себя от негативной информации
  - перестать критиковать людей
  - не поддаваться унынию
  - положительно воспринимать жизнь.

**12 октября** психологами Макеевской психиатрической больницы № 1 на базе Донбасской аграрной академии была проведена образовательная лекция на тему ««Поп культура нового тысячелетия: как мы начали мыслить твитами»». В ходе лекционного занятия были рассмотрены актуальные для молодых людей вопросы: зависимость от интернета, ее причины, последствия и методы преодоления. Непринужденная атмосфера встречи позволила каждому желающему высказать мнение касательно актуальной темы и создать конструктивную дискуссию.

Буллинг — это длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, не способного защитить себя в данной ситуации.

Это форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или группа таковых получает удовольствие, причиняя боль, насмехаясь, добиваясь покорности и уступок, завладевая имуществом более слабого. Это и стало темой нашего семинара для студентов ГПОУ «Макеевский педагогический колледж». Были раскрыты пути его преодоления, а так же даны рекомендации родителям и педагогам.

## Поездка в театр

25 ноября пациенты посетили Донецкий академический областной русский театр юного зрителя (г. Макеевка). По мотивам русских народных сказок режиссер и автор литературной основы Алексей Аришин вместе с художником Александром Григоровым, автором музыкального оформления Суреном Арутюнянцем и постановщиком танцев Лилией Литвиновой создали спектакль «Про ведьму Матрену, Ивана и Алену». Как и в большинстве русских народных сказок, герой должен пройти испытания, преодолеть препятствия и опасности, прежде чем воплотит свою мечту в жизнь.

Возлюбленную Ивана красную девицу Алену заколдовала ведьма Матрена. Приключения героя, какие преграды преодолет он, прежде чем расколдует Алену – обо всем этом мы узнали, посмотрев красочную музыкальную сказку.

В ткань музыкального спектакля органически вплетены песни и танцы, что способствовало успеху сказки и активным обсуждениям.



## «Прекрасно там, где живет милосердие»

**29 ноября** психологи провели семинар в УТСЗН «Прекрасно там, где живет милосердие»

Сегодня, когда в обществе остро ощущается дефицит бережного и заботливого отношения друг к другу, большинство из нас понимают важность и необходимость формирования таких качеств, как доброта, отзывчивость, милосердие.

На занятии говорилось о необходимости прививать чувство милосердия таким образом, чтобы

стремление приносить пользу и радость людям, сопереживать им стало смыслом любого вида деятельности.

**30 ноября** в актовом зале Макиевской психиатрической больницы прошел круглый стол под названием «Без милосердия и сострадания нет человека». Был рассмотрен такой вопрос, как необходимость наличия доброты и личной ответственности за свои поступки в повседневной жизни, а также были озвучены истории известных филантропов, таких, как Билл Гейтс, Добре Добрев и др.

В МУДО «Художественной школе г. Макиевки **3 декабря** для пациентов был проведен мастер-класс по живописи. Преподаватели художественной школы познакомили с цветовой гам-

мой и предложили выполнить задание на практике. В рамках встречи состоялся просмотр и обсуждение интересной выставки работ преподавателей и учащихся. Были раскрыты секреты письма красками и акварелью, художники по-доброму делали замечания, общались на равных и помогли каждому довести творческую работу до завершения.

В Центральном-Городском районе прошел «круглый стол», приуроченный Международному дню инвалида.

Международный День инвалидов - это ещё один повод вспомнить о том, что рядом с нами живут люди такие же, как и мы, но всё-таки чем-то отличающиеся от нас, и в наших силах помочь этим людям.

**3 декабря**, первая ячейка ОД «Донецкая Республика» территориального центра социального обслуживания (предоставления социальных услуг) Центрально-Городского района организовала и провела «Круглый стол» приуроченный к Международному дню «Право на счастье».

В работе «круглого стола» приняли участие заместитель главы администрации Центрально-Городского района Виктория Морозова, начальник

Управления труда и социальной защиты населения Центрально-Городского района Виктория Григорьева, представитель Пенсионного фонда Наталья Кукуровская, практические психологи Психиатрической больницы №1 Вероника Комка и Виктория Величко, инвалиды и подопечные находящиеся на обслуживании в территориальном центре.

Официальная часть началась с просмотра фильма о работе территориального центра с инвалидами, которые состоят на обслуживании. Психологи выступили с лекцией «Милосердие в наших сердцах» и продемонстрировали поделки ручной работы пациентов и сотрудников.

**4 декабря** пациентов и сотрудников нашего учреждения порадовали концертом «Я такой же как и все» учащиеся МОУ средней школы № 53. Ребята творчески подготовились к мероприятию. У каждого была своя изюминка: игра на пианино, декламирование стихотворений, зажигательные танцы. Никто не остался равнодушным, талант и настоящая артистическая мощь зажгли полный зал. Важность данного мероприятия заключалась не только в получении удовольствия от концертной программы, но и в том, чтобы не забывать о том, что необходимо при-держиваться здорового образа жизни.

Спасибо за прекрасное настроение и отлично проведенное время!



## В краеведческом музее

27 ноября потребители психиатрической помощи посетили художественно-краеведческий музей г. Макиевки.



**Веб-сайт:** <http://makpb1.ru/>  
**Группа ВК:** [https://vk.com/anima\\_potest\\_curari](https://vk.com/anima_potest_curari)  
**Телефоны доверия:** +380501791494,  
 +380713094203

**Главный редактор** - Елена Васильевна БАБУРА  
**Редколлегия** - Инна Сергеевна РАСТОРГУЕВА,  
 Виктория Владимировна ЧЕРНЫШЁВА  
**Дизайн** - Анна АНДРЕЕВА, **вёрстка** - Владимир ТРЕТЬЯКОВ