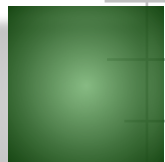




# ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ В КЛИНИКЕ



# Содержание



- **Определение психотерапии.**
- **Психологические вмешательства.**
- **Клинико-психологические и психотерапевтические вмешательства.**
- **Психологическая коррекция.**
- **Психологическое консультирование.**
- **Общие факторы психотерапии.**

# Основные понятия



**Психотерапия** традиционно понимается дословно как лечение души (от греч. *psyche* — душа, *therapeia* — лечение), иными словами, при таком подходе фиксируется *объект* воздействия — психика.

*Однако душевные болезни (психические расстройства) и их лечение — это область психиатрии.*

# Определения психотерапии



- **«средство, использующее** вербальные методики и межличностные взаимоотношения с целью помочь человеку в модификации отношений и поведения, которые интеллектуально, социально или эмоционально являются негативными»;
- **«длительное межличностное взаимодействие** между двумя или более людьми, один из которых специализировался по коррекции человеческих взаимоотношений»;

# Сравнительный анализ категорий



**Социально- психологический тренинг** – ориентирован на использование активных методов групповой психологической работы с целью развития компетентности в общении.

**Психокоррекция** – форма профилактической работы направленная на исправление деструктивных отклонений в развитии личности.

# Сравнительный анализ категорий



**Психодиагностика** - область психологической науки, разрабатывающая методы выявления и измерения индивидуальных типологических особенностей личности.

# Сравнительный анализ категорий



**Психологическое консультирование** – непосредственная работа с людьми, направленная на решение психологических проблем, связанных с трудностями в межличностном отношениях, где основным средством воздействия является беседа.

# Психиатрия и психотерапия



Соотношение понятий психотерапия и психиатрия ориентировано на то, что **психотерапия становится частью психиатрии**, причем довольно ограниченной, поскольку лечение психических заболеваний, лечебное воздействие на психику может осуществляться и по-иному, в частности, фармакологически или хирургически.





**«Хочет того врач или не  
хочет – психотерапия с  
ним неразлучна и от врача  
зависит какая это будет  
психотерапия».  
М.В.Черноруцкий**



# ПСИХОТЕРАПИЯ



**Психотерапия** определяется, прежде всего, как система лечебных воздействий, входящих в компетенцию медицины.

Эти определения включают **понятия:** *лечебные воздействия, больной, здоровье, болезнь, организм* и подчеркивают *объект воздействия*.

# Психотерапия — это:



- **«система лечебных воздействий на психику и через психику на организм человека»;**
- **«специфическая эффективная форма воздействия на психику человека в целях обеспечения и сохранения его здоровья»;**
- **«процесс лечебного воздействия на психику больного или группы больных, объединяющий лечение и воспитание».**

# Термин психотерапия



- Ввел в конце XIX века английский врач **Д. Х. Тьюк**, который впервые в 1872 г. использовал термин психотерапия в опубликованной им книге «Иллюстрации влияния разума на тело».
- Общеупотребительным термин становится в 90 –х годах XIX века в связи с развитием техники гипноза.

# Ключевой феномен психотерапии



- Отличающий процесс психологического консультирования – **контингент**, с которым работает психотерапевт.
- Это люди, **страдающие психическими, нервными и психосоматическими заболеваниями.**

**Декларация по психотерапии принята в 1990 г.  
Европейской ассоциацией в Страсбурге**



**Психотерапия** требует высокого уровня теоретической и клинической подготовленности.

**Психотерапия** ориентирована на использование разнообразных психотерапевтических методов.

# МАЙКЛ БАЛИНТ



- **«Задавая вопросы, получаешь всего лишь ответы, и вряд ли нечто большее».**



# Майкл Балинт (Michael Balint)



- Майкл Балинт (Michael Balint), ставший впоследствии хорошо известным в разных уголках мира, родился 3 декабря 1896 года в Венгрии. Примечательно, что именно в этом году **Зигмунд Фрейд впервые в одной из своих статей**, описывая работу с истерическими расстройствами, употребил слово **«психоанализ»**.



# Идея М.Балинта



- «Индивидуальный фактор в психотерапии» - это прежде всего **личность самого врача**, характер его переживаний и вообще его субъективность зачастую **вливают на пациента значительно сильнее, чем назначенное ему лекарство.**

# Марк Аврелий «Наедине с собой»



- *«Нелегко указать на кого-либо, кто стал бы несчастливym от того, что был невнимателен к происходящему в чужой душе. Но неизбежно будет несчастливym тот, кто не следит за движениями своей собственной души».*

# М.Балинт



- Балинтовские группы родились из семинаров с 1952 года.
  - М.Балинт предложил метод помогающий врачу снизить *свою эмоциональную напряженность при встрече с трудным пациентом.*



- «Базисное аналитическое обучение в процессе нормального по продолжительности лечения (взаимодействия врач – пациент).

# Балинтовская группа на I Международном балинтовском конгрессе (Лондон, 1972 год)





- Отработал новую активную технологию обучения врачей ведению «трудных» больных.
  - **«Прежде больной должен был понимать врача. Теперь врач должен , прежде всего, понимать больного».**



- Обсуждение характера взаимоотношений между врачом и пациентом и факторов, влияющих на это взаимоотношение;
- новое понимание у врачей собственных переживаний;
- понимание психологических проблем, запросов (врача и пациента);



- выработка **навыка слышать**, даже то, что пациент высказывал сдержанно и неотчетливо;
- **понимать свое эмоциональное состояние**, собственные чувства, чтобы улучшить взаимопонимание с пациентом.





- Майкл Балинт активно развивал у врачей понимание **сложного «языка» жалоб пациента**, свидетельствующего не только о его физическом неблагополучии, но и о наличии у него **неявных конфликтов** (страхов, опасений, надежды, ожиданий) и **проблем** в общении с разными людьми.

# Понимание «сложного языка» жалоб



- Поощрять доверительность пациента
- Соблюдать конфиденциальность
- Эмпатическое слушание его жалоб
- Рефлексия чувств пациента
- Присоединение чувств к содержанию

# Майкл Балинт и супервизия



- Термин ***супервизор*** происходит от латинских корней и означает **«смотреть поверх»**.
- В оригинале он относился к мастеру среди группы ремесленников.

# М.Балинт и супервизия



## Основы супервизорской практики:

- **Не допускать обсуждение** докладчика.
- **Поощрять врачей** к выражению своих чувств по поводу обсуждаемого случая.
- **Защищать коллег** от нежелательной критики, травмирующей и одновременно бесполезной.
- **Советы, указания, оценки** не допускаются.
- **Отсутствие подавления** чужих мнений, споров.

# Задача супервизии



- Организация конструктивного процесса работы группы и создание в ней климата доверия и безопасности, поиск решения трудных случаев,
- *не психотерапия отдельных участников.*

# Цель супервизорской практики



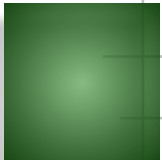
- Акцент делается не на клиническом анализе, а на взаимоотношении врач-пациент.
- Понимание субъективного, индивидуального бытия больного, постигаемого эмпатией врача.
- Осознание внутренней коммуникации врача, понимание собственных чувств.



## *Сущность балинтовских групп*

«Эмоционально - напряженный врач не может быть успешным целителем для своего пациента, поскольку сам нуждается в психологической поддержке».

Майкл Балинт.



# Консультирование и психотерапия



Основываются на плановом применении методик, разработанных на базе общепринятых **психологических принципов:**

- **ценность** клиента как личность,
- **эмпатическое** слушание,
- **поощрение** стремлений клиента в оказании помощи самому себе,



# Этические нормы консультанта психотерапевта



- **доброжелательность и безоценочное** отношение к клиенту,
- **ориентация** на нормы и ценности клиента,
- **анонимность** - любая информация является конфиденциальной,
- **разграничение** личных и профессиональных отношений,

# Этические нормы консультанта. психотерапевта



- **ограничение речи** консультанта (краткость и немногословность консультанта);
- **приближение разговорной речи** консультанта к языку клиента;
- **краткость и точность** высказываний консультанта;
- **акцентирование эмоциональных** переживаний;
- **перепфразирование.**

# Цели консультирования



- Цель 1 – исправление.
- Цель 2 – обеспечение роста или развития.

## **Конечные цели:**

- Научить клиента оказывать помощь самому себе и, таким образом научить его быть своим собственным консультантам.
- Оказание психологической помощи.

# Структурные компоненты



- Социальная стадия консультирования
- Присоединение
- Запрос клиента
- Заключение контракта
- Стадия интервенции
- Завершение консультирования

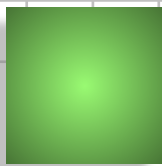
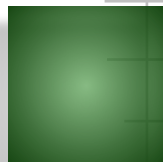
# Организация пространства



- Дизайн помещения, в котором будет проходить психотерапия.
- Пространство должно быть организовано так, чтобы и консультанту и клиенту было комфортно.



# 1 стадия психотерапии - *социальная стадия*



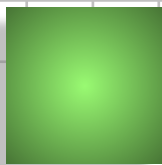
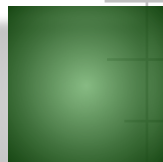


## **Знакомство консультанта с клиентом**

- *Клиента спрашивают о возрасте, о том где учиться или работает, о семейном положении о наличии детей и т.д.*



# 2 стадия психотерапии - *присоединение*





# Стадия присоединения



- Предполагает построение **доверительных отношений** между консультантом и клиентом ( эмпатийное общение).
- **Эмпатия** – постижение эмоционального состояния, проникновение в переживания другого человека.

# Эффективное присоединение



- **Отзеркаливание** вербальных или невербальных паттернов клиента.
- **Отражение чувств клиента** – это вербализация тех чувств, о которых клиент прямо не говорит, но которые вы можете в нем предположить, исходя из его невербальных проявлений (поза тела, язык тела, тон голоса и пр.)

# Цели отражения чувств



- **Помочь** клиенту **идентифицировать** свои чувства и побудить его говорить о своих аффективных переживаниях в связи с проблемой.
- **Помочь** клиенту **вентилировать** свои чувства и таким образом снизить уровень напряжения, что в конечном счете обеспечить возможность сфокусироваться на проблеме.

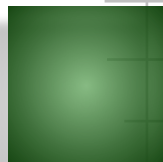
# Принципы отражения чувств



- **Сосредоточение** на актуальных чувствах клиента.
- **Краткость** высказываний.
- **Позитивные** формулировки более эффективны, чем негативные («чувствуете себя оскорбленным» вместо «Вы не чувствуете себя счастливым»).



# **3 стадия психотерапии - *запрос клиента***



# 3 стадия – запрос клиента



## Консультант:

- предлагает клиенту назвать проблему (или вопрос), ставшую причиной прихода его к психотерапевту;
- важно услышать от клиента, какого результат он ждет от консультации сегодня.

# Перепаразирование – навык консультирования



- Вербальный навык повторения своими словами содержания того, что говорит клиент.
- Содержание включает в себя как факты ситуации, о которой говорит клиент, так и чувства, о которых он рассказывает.

# Цели перефразирования



- Перефразирование показывает клиенту, что **Вы слушаете его** и понимаете его слова.
- Если перефразируя содержание, Вы обнаруживаете недопонимание, у клиента **есть возможность поправить Вас.**



# Цели перефразирования



- Выслушивание своей истории помогает клиенту **прояснить свои собственные чувства, мысли.**
- Перефразирование побуждает человека более **подробно раскрыть ситуацию**, прежде чем переходить к другой теме.
- Перефразирование помогает **установить приоритеты.**

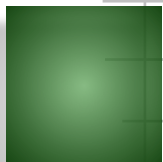
# Принципы перефразирования



- Перефразирование должно быть **кратким**.
- Перефразирование должно **ограничиваться только значимыми проблемами**.
- При кризисной интервенции перефразирование должно, **концентрироваться на том содержании, которое актуально для клиента в данный момент**.



# **4 стадия психотерапии - заключение контракта**



## 4 стадия - заключение контракта



- **Диалог** - выявление сущности конфликта и лежащие в его основе базовые бессознательные переживания.
- **Достижение нового понимания** проблемы.
- **Оказание помощи клиенту** в сосредоточении на том, как он может **действовать более эффективно.**

# Навыки консультирования на 4 – ой стадии



- Использование вводных слов.
- «Мне показалось.....»
- «У меня возникло предположение...»
- «Возможно ли...»
- «Правильно ли я поняла.....»

# Навыки консультирования на 4 стадии



- **Присоединение чувства к содержанию**  
- вербальный навык, объединяющий отражение чувств с перефразированием содержания.
- Этот процесс помогает прояснить чувства и связать их с вызвавшими их событиями. За счет этого *уменьшаются ощущение хаоса и утраты контроля. Проясняются объекты работы.*

# Навыки консультирования на 4 стадии



- **Прояснение** – серия вербальных навыков, используемых для получения информации от клиента.
- Прояснение сочетает перефразирование с вопросами.

# Принципы прояснения

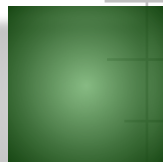


- **Перепhrазирование** того, что Вы поняли из слов клиента.
- **Задавание вопросов** с использованием вводных слов.
- **Предостережение**: нельзя задавать много проясняющих вопросов.





**5 стадия психотерапии -  
КЛИНИКО-  
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ  
ИНТЕРВЕНЦИЯ**



# 5 стадия - интервенции



Активное воздействие консультанта на клиента.

**Завершение консультации** реализуется в том, что консультант:

- сообщает примерно за 15 минут до окончания сессии,
- отслеживает эмоциональные состояния клиента,
- задает несколько уточняющих вопросов.

# Интервенция



- **Интервенция – метод убеждения, систематическое вмешательство в процесс развития с целью повлиять на него, поддержав или улучшив потенциал развития.**

# Методы клинико - психологических интервенций



- Это **психологические средства**, которые выбирает психотерапевт (*беседа, тренировка (упражнения) или межличностные взаимоотношения как фактор влияния и воздействия*).
- Они могут быть *вербальными или невербальными*, ориентированными в большей степени либо на **когнитивные**, либо на **эмоциональные**, либо на **поведенческие** аспекты, и реализуются в *контексте взаимоотношений и взаимодействий между пациентом или пациентами (теми, кто нуждается в помощи) и психотерапевтом (тем, кто эту помощь оказывает)*.

# Авторитарные способы интервенции



- **Предписывающий способ** - консультант дает советы, выступает в роли судьи, оценивает, пытается направить поведение клиента.
- **Информационный** – консультант занимает дидактическую позицию, он инструктирует и информирует клиента.

# Авторитарные способы интервенции



- **Поддерживающий** – консультант одобряет, дает подтверждение или положительную оценку действиям или поведению пациента.

# Фасилитирующие способы интервенции



- **Катартический** – создание условий для сброса напряжения: поощрение слез, смеха, высвобождение напряжения с помощью движений, дрожание, удары по мягкой поверхности и пр.
- *Способ Й. Брейера, З. Фрейда базировался на возможности отреагирования пациента на возникшие в его памяти путем гипнотического воздействия травмирующие воспоминания...*
- **Основная цель** при этом – расчистить эмоциональное пространство.

# Фасилитирующие способы интервенции



- **Каталитический** – консультант отражает чувства и высказывания пациента. Пытается помочь ему обратиться к себе и с этой позиции искать пути разрешения своих проблем.
- **Основная цель** - каталитического стиля интервенции - *помочь личностному росту и развитию пациента* через самореализацию и самоактуализацию.



# Фасилитирующие способы интервенции



- **Конфронтрующий** – консультант дает пациенту искреннюю *обратную связь по поводу замеченных им противоречий* в позициях и поведении пациента, последствий его действий.
- **Основная цель** - бросить вызов позициям, убеждениям и стилю поведения пациента, которые ограничивают его рост и развитие.

# Основы кризисной интервенции



1. **Кризис** - результат эрозии, совершившейся длительное время или одновременного действия нескольких факторов.
2. **Кризис** может привести к положительным переменам и стать важным личностным опытом.

# Трехстадийная модель кризисной эрозии



## ***1 стадия - Нормальная.***

- Используются привычные для пациента способы решения и защиты.
- Используются знакомые ресурсы.
- Сохраняется гибкость в подходах к проблеме.
- Напряжение и релаксация сбалансированы.

# Трехстадийная модель кризисной эрозии



## ***2 стадия - Тревога.***

- Растущее ощущение неуверенности, фрустрации, страха.
- Проба новых способов решения.
- Уменьшение гибкости.
- Напряжение повышает релаксацию.

# Трехстадийная модель кризисной эрозии



## ***3 стадия - Кризис.***

- Эмоциональная и умственная дезорганизация.
- Кризис проблемы – возможны суицид, криминальное поведение.
- Дезинтеграция- пассивный психоз, «умственный срыв».
- Исчерпаемость ресурсов.
- Исход - госпитализация.

# Положения кризисной интервенции



1 - кризисная интервенция **центрирована на проблеме**, а не на человеке.

2 - это не терапия.

- В кризисной интервенции не нужно вскрывать старые раны. Потому что в кризисе у пациента нет сил справиться с ЭТИМ.

# Положения кризисной интервенции



3 - при кризисной интервенции нужно работать только с актуальной ситуацией.

4 – одной из важнейших тактик является помощь пациенту в раскрытии своих чувств и соприкосновении их с текущими событиями.

# Положения кризисной интервенции



- Для эффективной интервенции необходимо четко определить проблему.



# Ловушки консультирования



- «Вот доктор, я все вам рассказала. Теперь скажите что мне делать в этой ситуации?..»
- «Значит Вы ничего мне конкретного сказать не можете?..»
- «Доктор, вы моя последняя надежда. Если вы мне не поможете у меня останется один выход...»
- «Доктор! Вы волшебник! Может вы действуете какими- то лучами?..»

# *Основы психотерапевтической и психологической помощи больным*

## *Динамическое направление*

**Цель:** выявление роли интрапсихических конфликтов в механизмах возникновения психических конфликтов, психических расстройств, являющихся результатом динамической и часто бессознательной борьбы противоречивых моментов внутри личности

## *Когнитивно – поведенческое направление*

**Цель:** выявление патогенных (т. е. ошибочных) мыслей, убеждений, предположений, ожиданий, которые предшествуют патологическим (неадекватным) чувствам (депрессии, страху) или поведению.

## *Экзистенциально - гуманистическое направление*

**Цель:** формирование осознания ответственности человека за формирование собственного внутреннего мира и выбор жизненного пути

# Психодинамические методы



Метод  
свободных  
ассоциаций

ЦЕЛЬ

Метод  
«интерпретация»  
терапевтом переноса,  
сопротивления и  
сновидений клиента

ПОМОЧЬ ЛЮДЯМ С *генерализованным тревожным расстройством*

помочь тревожным клиентам *обнаружить и разрешить детские проблемы взаимоотношений*, которые продолжают поддерживать высокий уровень тревоги в зрелом возрасте

# КОГНИТИВНЫЕ МЕТОДЫ



Когнитивная часть психотерапии направлена на *обнаружение патогенных (т. е. ошибочных) мыслей, убеждений, предположений, ожиданий*, которые предшествуют патологическим (неадекватным) чувствам (депрессии, страху) или поведению.

Беседа с больным

**Активное стимулирование его усилий**, направленных на преодоление болезни, и на перестройку поведения

Эмоциональная реакция

*Метод рациональной (от лат. ratio – разум) психотерапии.* В основе его лежит психотерапевтическое убеждение путем использования логической аргументации с целью изменения неадекватных установок и оценок больным своего заболевания

Техника рациональной психотерапии сводится к беседе с больным, во время которой врач разъясняет ему в доступной форме причину и механизмы возникновения заболевания, объясняет, что имеющиеся у него нарушения обратимы, призывает больного изменить свое отношение к волнующим его событиям окружающее обстановки, перестать фиксировать *внимание* на симптоме болезни.

# Поведенческая психотерапия



## Поведенческие методы психотерапии

Разработаны на базе *бихевиоризма* (от англ. *Behavior – поведение*) – учения о формировании, закреплении, исчезновении привычек, навыков., поведенческих форм реагирования.

**Бихевиоральная (поведенческая) психотерапия** является симптоматической и строится как *процесс угасания нежелательного и моделирование нового поведения*, в основе ее лежит *научение и тренинг*, которые помогают добиваться снижения тревоги и страха при столкновении (конфронтации) с пугающей ситуацией.

**Разнообразные методики поведенческой психотерапии** направлены на выработку новых (адекватных) навыков и форм поведения вместо патологических

*систематическая десенсибилизация*

*аверсивная психотерапия*

*парадоксальная интенция*

# Экзистенциально - гуманистическое направление психотерапии

**Цель:** осознание ответственности человека за формирование собственного внутреннего мира и выбор жизненного пути.

Используется в кардиологии психотерапевтический метод — **экзистенциальный анализ**, или **дазайн-анализ**.

Сущность которого заключается в познании пациентом своих возможностей, необходимых для решения проблем, с которыми он столкнулся. Выздоровление понимается лишь как восстановление способности к саморазвитию

Врач помогает найти пациенту выход из мира невротического или психотического, «потерянного», «ошибочного», «искаженного» способа существования в мир выздоровления.

Экзистенциальный аналитик изучает  
**РЕЧЬ,  
ПИСЬМЕННУЮ  
ПРОДУКЦИЮ**

Экзистенциальный аналитик изучает  
**СВОБОДНЫЕ  
АССОЦИАЦИИ**

Экзистенциальный аналитик  
**РЕКОНСТРУИРУЕТ  
АВТОБИОГРАФИЮ**

# Суггестивные методы ПТ

Представляют собой разнообразные формы психологического воздействия на человека *при помощи прямого или косвенного внушения (от лат. suggestio – внушаю)* с целью создания у него определенного состояния или побуждения к определенным действиям.

Используются как *вербальные (словесные) методы внушения*, так и *невербальные* (разнообразные раздражители, действующие на зрительный, слуховой и тактильный анализаторы).

*Словесное  
внушение*

*Косвенное  
внушение*

*Гипнотерапия*

# Дополнительные направления психотерапии и коррекционной работы



1. Преодоление симптомов идентификации себя с ребенком (**трансактный анализ**).
2. Коррекция эмоциональной незрелости (в русле **гештальт-терапии** через приобщение к опыту по самоисследованию).
3. Коррекция ценностной, **рациональной** сфер (преодоление реально-привычного и нормативного представления о мире, о себе и о своей болезни).
4. Системная **семейная** психотерапия.
5. **АРТ** – терапия.
6. **Музыка-** и **библиотерапия**.
7. **Песочная** терапия.





# **Домашнее задание**

**Знать содержание основных методов в разных направлениях психотерапии и для какого контингента пациентов каждый метод предназначен.**



СПАСИБО  
ЗА ВНИМАНИЕ