

Суггестивная психотерапия

Зайтуева С.У.

Группа 10нпп2

- Суггестия — психическое воздействие путем внушения определенных мыслей, желаний либо неприязни или отвращения, принимаемое больным без логической переработки и критического осмысления. В отличие от рациональной психотерапии суггестия предполагает не рациональное, а главным образом эмоциональное влияние.



- Формула внушения должна быть конкретной по содержанию, доступной и понятной больному. Так, например, при лечении алкоголизма пациенту внушают, что отныне он бросит пить, влечения к спиртному больше не будет; малейшая попытка выпить будет вызывать резкое отвращение, вплоть до тошноты и рвоты.





- Самовнушение (аутосуггестия) — внушение самому себе каких-либо представлений, мыслей, чувств, рекомендованных врачом и имеющих целью устранить болезненные явления, укрепляющих волю и уверенность в выздоровлении.



- Гипносуггестивная психотерапия — лечебное внушение, проводимое в состоянии обусловленного суггестией гипнотического сна. Приемы усыпления различны. Врач использует не только словесное внушение, но и действие слабых монотонных слуховых раздражителей (гудение зуммера, стук метронома, шум падающих капель воды или морского прибоя в магнитофонной записи), а также однообразных тактильных или слуховых раздражителей (равномерные прикосновения или поглаживания кожи, пассы; фиксация взгляда на блестящих предметах и т. д.).

- Выделяют три стадии гипнотического сна: I стадия — сомноленция (сонливость) — легкая мышечная релаксация и неглубокая дремота. Больной сам может выйти из гипнотического состояния, открыть глаза, встать, пройтись по комнате; II стадия — гипотаксия — полное мышечное расслабление. На этой стадии можно вызвать каталепсию; III стадия — сомнамбулизм — наиболее глубокое гипнотическое состояние, когда больной не воспринимает никаких посторонних раздражений и автоматически выполняет внушение врача.





- Формула внушения, как и при внушении в состоянии бодрствования, содержит убедительные, индивидуализированные по своей тематике выражения, содержание которых отражает меры по излечению больного. Она произносится негромко, внятно, простыми, но емкими по смыслу, следующими друг за другом с небольшими паузами короткими фразами.