



**РЖД
МЕДИЦИНА
КИРОВ**

ЧУЗ «Клиническая больница
«РЖД – Медицина» города Киров»
Клинико-психологическая
лаборатория

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПРИ РЕАКТИВНЫХ СОСТОЯНИЯХ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Подготовил:
Вотинцев Александр Евгеньевич,
клинический психолог
высшей квалификационной
категории

«Нет никаких только психических и только соматических болезней, а имеется лишь живой процесс в живом организме; жизненность его и состоит именно в том, что он объединяет в себе и психическую и соматическую сторону болезни».

А.Р. Лурия

Реактивное состояние – что это?

Реактивным состоянием (психогенией) врачи называют расстройство, которое возникает как ответ организма на воздействие неблагоприятного фактора. Этот термин применяется как в соматической медицине, так и в психиатрии.

Вредоносные условия могут вызывать как нарушения работы внутренних органов (печени, поджелудочной железы), так и повреждения душевного здоровья. В первом случае причиной отклонений становятся **телесные недуги**, а во втором - серьезные **психические травмы**.

Такие патологии обычно носят временный характер.

Реактивные психические нарушения

В психиатрии **реактивными состояниями** называются **временные душевные расстройства**, развивающиеся после эмоциональных потрясений.

Нарушения носят обратимый характер и исчезают после лечения. Такая патология может возникнуть у любого человека после тяжелых переживаний, например, после смерти или тяжелой болезни близкого, распада семьи и других печальных событий.

Неблагоприятное и затяжное течение этих расстройств наблюдается у людей, страдающих психопатией или сосудистыми заболеваниями.

Реактивные психические нарушения

Невроз - обратимое пограничное психическое расстройство, вызванное психотравмирующими факторами, протекающее с осознанием больным факта своей болезни, без нарушения отражения реального мира и проявляющееся в основном эмоциональными (психическими) и соматовегетативными (телесными) проявлениями.

Невротические расстройства - большая разнородная группа преходящих функциональных расстройств, обусловленных острыми или хроническими психологическими травмами.

Реактивные психические нарушения

Невроз – это состояние, обусловленное в большинстве случаев длительными, тяжело переживаемыми стрессовыми ситуациями, которые срывая психологическую адаптацию, вызывают истощение нервной системы (сочетание раздражительности и повышенной утомляемости), тревогу и вегетативные нарушения (потливость, сердцебиение, нарушение работы желудка и др.).

Острые реактивные состояния

Острая реакция на стресс – это состояние шока, который возникает под воздействием экстремальной ситуации (природный катаклизм, изматывающие боевые действия на войне). К ним относятся два варианта: *гипокинетический и гиперкинетический*.

Истерический психоз. Во многих чертах он похож на аффективно-шоковую реакцию. Однако сознание нарушено только частично, а высшие функции коры головного мозга сохранены. Основные разновидности реактивной истерии: *Истерическое сужение сознания. Псевдодеменция. Пуэрилизм* – форма истерической реакции, при которой человек ведет себя, словно ребенок.

Симптоматика. На что влияет

невроз?

Клиническая симптоматика характеризуется крайним разнообразием: всегда наблюдаются дезадаптация, ограничительное поведение, нарушения настроения, собственно невротические симптомы (тревога, астения, фобии, obsessions-навязчивые состояния) и соматовегетативные нарушения (головные боли, головокружения, слабость, чувство неустойчивости, дрожание конечностей, подергивания мышц, мышечные судороги, учащение пульса, боли и неприятные ощущения в груди, повышение или понижение артериального давления, чувство холода или жара, ощущение удушья, нехватки воздуха или неполноты вдоха, зевота, нарушения аппетита, учащенное мочеиспускание, боли, зуд и неприятные ощущения в промежности, потливость, ознобы и незначительное беспричинное повышение температуры и пр.).

Неврозы имеют тенденцию к затяжному течению; существенно ухудшают качество жизни, негативно влияют на эмоциональное состояние, ограничивают возможности профессиональной реализации и построения благополучных личных отношений.

Основные симптомы

- * тревожность;
- * ранимость, повышенная чувствительность;
- * бессонница, поверхностный сон, чувство «разбитости» по утрам;
- * раздражительность;
- * навязчивые мысли, переживания;
- * повышенная утомляемость;
- * заикленность на своих переживаниях;
- * сложность концентрации внимания, трудности в запоминании новой информации;
- * вегетативные нарушения: сердцебиение, потливость, колебания артериального давления, нарушение моторики кишечника (запоры, понос), желудка, затруднение дыхания и др.;
- * гиперактивность (как компенсация!!!);
- * нарушение либидо.

Детские неврозы

1. Невроз страха (тревоги).
2. Невроз навязчивых состояний.
3. Депрессивный невроз.
4. Истерический невроз.
5. Астенический невроз или Невростения.
6. Ипохондрический невроз.
7. Невротические тики.
8. Невротические заикания.
9. Невротические нарушения сна.
10. Анорексия, или невротическое нарушение аппетита.
11. Невротический энкопрез.
12. Невротический энурез.
13. Привычные патологические действия.



Невроз – защитная реакция организма

* Невротические расстройства возникают вследствие глубинного психологического конфликта, препятствующего удовлетворению важных потребностей или представляющего непреодолимую угрозу для будущего пациента.

* *Карен Хорни:* «противоречие между различными защитными механизмами, призванными оберегать пациента от унижений, пренебрежения, агрессии, тотального контроля и других воздействий, нарушающих естественные фундаментальные права любого человека».

Причины и предрасполагающие факторы возникновения реактивных состояний

- Переутомление – решающий фактор.
- Хронический стресс.
- Соматические заболевания.
- Наличие отрицательных установок и мыслей.
- Низкая самооценка.
- Неверная оценка социально значимых ситуаций.
- Чрезмерная чувствительность, эмоциональность, впечатлительность.
- Неблагоприятные условия воспитания.
- Нарушения интегративной деятельности мозга.
- Психологические травмы.
- Неблагоприятные события в семье и социальном окружении.

Основной метод лечения - психотерапия.

Цель терапии – выявление осознанных и бессознательных механизмов адаптации и их последующая коррекция.

***При необходимости психотерапию проводят на фоне медикаментозной поддержки. В зависимости от имеющихся симптомов используют транквилизаторы, антидепрессанты и нейролептики.**

***Назначают общеукрепляющее лечение: лечебную физкультуру, массаж, прием витаминов и микроэлементов.**

***Большое значение имеет изменение образа жизни: соблюдение режима труда и отдыха, умеренные физические нагрузки, пребывание на свежем воздухе, сбалансированное питание, отказ от вредных привычек. Иногда требуется смена деятельности.**

Помощь же должна выразиться в психологической разгрузке. Детям необходимы яркие впечатления и увлечения, положительные эмоции и возврат к чувству радости жизни.

При всех неврозах происходят нарушения межполушарного взаимодействия.

Известно, что возникновению неврозов способствует «левополушарный» акцент в обучении.

Происходит чрезмерная стимуляция еще не свойственных детям функций левого полушария при торможении функций правого полушария.

По мнению ученых, при возникновении у детей невротических расстройств родители и педагоги расценивают их как отсутствие волевой (сознательной) регуляции поведения и усиливают моральные требования. Именно тогда **ребенок перестает усваивать** не только **требования**, но и всю **знаковую информацию**: «не слышит», «не видит», «копается», постоянно испытывает усталость.

Это вступает в действие защитная функция правого полушария, не допускающего осознания неприемлемых для него переживаний.

Лечение неврозов:

***Далеко не всегда невроз имеет законченный вид и поддается однозначному определению. В этом его коварство!**

Упущенные из внимания начальные этапы невротизации грозят ухудшением состояния и закреплением невротических явлений (симптомов), а также формированием особенно сложного для исцеления невротического характера (невроз навязчивых состояний).

Профессиональная психологическая помощь полезна на всех этапах невротизации.

При своевременном начале лечения прогноз благоприятный. Симптомы исчезают, больные возвращаются к нормальной жизни, однако при тяжелых стрессах возможны рецидивы.

При позднем обращении и несоблюдении рекомендаций врача/психолога отмечается тенденция к затяжному течению.

Для детей при лечении невроза основным лекарством является благоприятный климат в семье без ссор и конфликтов.

Смех, радость, ощущение счастья сотрут имеющиеся стереотипы.

Нельзя родителям пускать процесс на самотек.

Неврозы надо лечить любовью и смехом.

Чем чаще будет смеяться ребенок, тем успешнее и быстрее будет лечение. **Причина невроза – в семье.** В вопросах воспитания ребенка взрослым членам семьи следует прийти к разумному общему мнению. Это не значит, что следует потакать всем прихотям ребенка или предоставлять ему чрезмерную свободу действий.

Но неправильным будет и неограниченный диктат и лишение всяческой самостоятельности, гиперопека и давление родительским авторитетом, контроль за каждым шагом ребенка.

Такое воспитание порождает замкнутость и абсолютную безволеность – а это тоже проявление невроза. Следует найти золотую середину.

Получили заслуженное признание методы лечения детских неврозов с помощью музыкальной терапии, лечение при помощи животных (дельфинов, лошадей, рыбок и т.д.).



Рекомендации родителям:

Как же уберечь своего ребенка от неврозов?

- стараться **быть внимательным** к своему ребенку, замечать изменения в его поведении, аппетите, режиме сна, так как эти изменения могут свидетельствовать об эмоциональном неблагополучии ребенка
- **не предъявлять завышенных требований** к детям и не стремиться удовлетворять свои амбиции при помощи детей
- большое значение в профилактике возникновения неврозов является **правильный режим дня**, ежедневные прогулки на свежем воздухе
- пусть **обстановка** в вашем доме будет **дружественной**, ненапряженной, проявляйте **любовь** к своим детям, не скупитесь на заслуженную похвалу.
- заведите традицию каждый день **беседовать** со своим ребенком, проявляя такт и искренний интерес к его жизни.
- **не позволяйте** детям часами смотреть **телевизор** или играть в **компьютерные игры**. Помните о том, что **сцены насилия** расшатывают неокрепшую психику ребенка.



ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ





Психологическое консультирование — один из видов психологической помощи (наряду с психокоррекцией, психотерапией, психологическими тренингами и др.), выделившийся из психотерапии.

Согласно Р. Нельсону-Джоунсу, психологическое консультирование, по своей сути, является видом *отношений помощи*.

Этапы психологического консультирования

Под структурой психологического консультирования - понимается совокупность технических этапов, которые проходят консультант и клиент в процессе консультирования. Эти технические этапы не имеют жестких границ и представляют собой условное деление, цель которого — понимание всего процесса консультирования, а не указание на точное соблюдение установленного алгоритма действий.

Этапы психологического консультирования

Каждый из этапов имеет свои отличительные особенности:

- специфические цели и задачи;
- временные аспекты;
- приемы и техники работы консультанта, особенности его поведения;
- особенности поведения и состояния клиента;
- уровень эмоциональной наполняемости и глубина чувств.

Этапы психологического консультирования

Выделяются следующие модели структуры психологического консультирования:

- эклектическая модель Р. Кочюнаса;
- четырехступенчатая модель;
- шестишаговая модель А. Блазера.

Виды психологического консультирования

По содержанию (области) решаемых проблем:

- Личностное
- Психолого-педагогическое
- Возрастно-психологическое
- Семейное (супружеское, родительско-детское)
- Профессиональное
- Деловое (организационное)

По форме:

- Индивидуальное
- Групповое
- Непосредственное
- Дистанционное (телефонное, интернет-консультирование)



Методики психологического консультирования при реактивных состояниях у детей и подростков



Алгоритм индивидуального подхода к подростку

1. Изучение личности подростка в условиях учебно-воспитательного процесса и семейных отношений:

- анализ и обобщение результатов диагностической программы, на основании чего ставится первичный «диагноз»;
- непосредственное наблюдение поведенческих реакций подростка в социуме (на уроке, в межличностном общении, во время досуговых мероприятий и т.д.);
- создание педагогических ситуаций как средства для изучения личности ребёнка, позиции в классном коллективе, его интересов и склонностей;
- сравнительный анализ результатов использования различных методик и уточнение «диагноза».

Методы изучения личности подростка:

- констатирующие, которые позволяют собрать необходимую информацию о личности ребёнка и его окружении (наблюдение, тестирование, анкеты, социометрия, опросы, интервью, беседы и др.);
- формирующие – для определения уровня податливости подростка воспитательному влиянию (педагогические приёмы, такие, как просьба, поощрение, «авансирование личности» (по А.С. Макаренко), прощение, включение в различные виды деятельности и др.).

Главные задачи методов: понять причины осложнённого поведения детей и оценить меру негативного влияния микро- и макросреды на формирование личности. Для этого необходим анализ следующих данных о воспитательной атмосфере семьи ребёнка: отношение членов семьи к жизненным ценностям (труд, семья, развитие, образование, досуг, и пр.); взаимоотношения взрослых членов семьи; отношение взрослых к подростку, его учёбе, друзьям, организации совместного досуга и т.д.

2. Определение цели, выбор форм и методов нравственной переориентации личностного развития подростка.

3. Разработка и осуществление плана работы по реализации индивидуального воспитательного подхода.

4. Анализ результатов и оценка деятельности по реализации плана индивидуальной работы.

Арт-терапевтическое использование

Мандалы

Мандала обладает удивительными свойствами и может использоваться



для расслабления;



для снятия стрессов;



восстановления энергетического равновесия;



для восстановления биоритмов;

восстановления духовного и физического дисбаланса.

Преимущества психотерапии при помощи мандалы

- ✓ Индивидуальная терапия при помощи мандалы может использоваться с широким кругом клиентов.
- ✓ Групповая работа при помощи мандалы становится яркой, конструктивной и результативной.
- ✓ Мандала помогает заглянуть человеку в свой внутренний мир и оценить масштабы возникающих проблем.
- ✓ Не требует продолжительной подготовки к занятию.
- ✓ Позволяет работать с разновозрастными группами.
- ✓ Психотерапию при помощи мандалы можно применять в любом возрасте.
- ✓ Метод «Мандала» можно использовать:
 - ✓ - для коррекционной работы
 - ✓ - для диагностики
 - ✓ - индивидуальных занятий
 - ✓ - релаксации

РЕЛАКСАЦИОННЫЕ МЕТОДИКИ



А если не хватает знаний, можно обратиться к мудрости и профессионализму специалистов, книги которых, по откликам родителей, помогли лучше понять подростков и наладить общение с ними:

- Дебра Хаффнер. От первых свиданий до взрослой жизни
 - Дуглас Райли. Подростковая депрессия
- Ульяна Воробьева. Любите ли вы своего ребенка?
- Франсуаза Дольто. На стороне подростка

Главное, оставаться бдительным в любой ситуации и не поддаваться искушению думать в духе «с моим подростком этого не случится».

ТЕХНИКА РАБОТЫ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ ПРИ ПОМОЩИ МЕТАФОРИЧЕСКИХ АССОЦИАТИВНЫХ КАРТ

- ✓ предлагается выбрать из колоды одну карту и с ее помощью представить себя
 - ✓ (ребенок рассказывает, что чувствовал герой, изображенный на карте, во время происшествия и что он чувствует сейчас)
- ✓ проводится обсуждение, в котором предлагаются разные способы, как герой на картинке может справиться со своими проблемами



ТЕХНИКА РАБОТЫ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ ПРИ ПОМОЩИ МЕТАФОРИЧЕСКИХ АССОЦИАТИВНЫХ КАРТ

ТЕХНИКА - «Путь героя»

Карта 1. Выберите карту, представляющую героя или героиню истории.

Карта 2. Какова миссия Вашего героя.

Карта 3. Показывает, кто или что поможет герою в его странствие.

Карта 4. Демонстрирует препятствия или трудности, которые необходимо преодолеть герою.

Карта 5. Рассказывает о том, как он или она справится с этими препятствиями?

Карта 6. Конец истории.

Расскажите вашу историю или запишите ее.

«Он писал, потому что это была его единственная связь с жизнью, единственный способ не поддаться недугу и остаться на поверхности. Это была его единственная надежда вернуть что-нибудь из потерянного. Он писал с мастерством, которому мог бы позавидовать любой психолог. Он боролся за жизнь».

/А.Р. Лурия «Потерянный и возвращенный мир»/



РЖД
МЕДИЦИНА
КИРОВ

ЧУЗ «Клиническая больница
«РЖД – Медицина» города Киров»

БЛАГОДАРЮ ЗА

ВНИМАНИЕ!

