



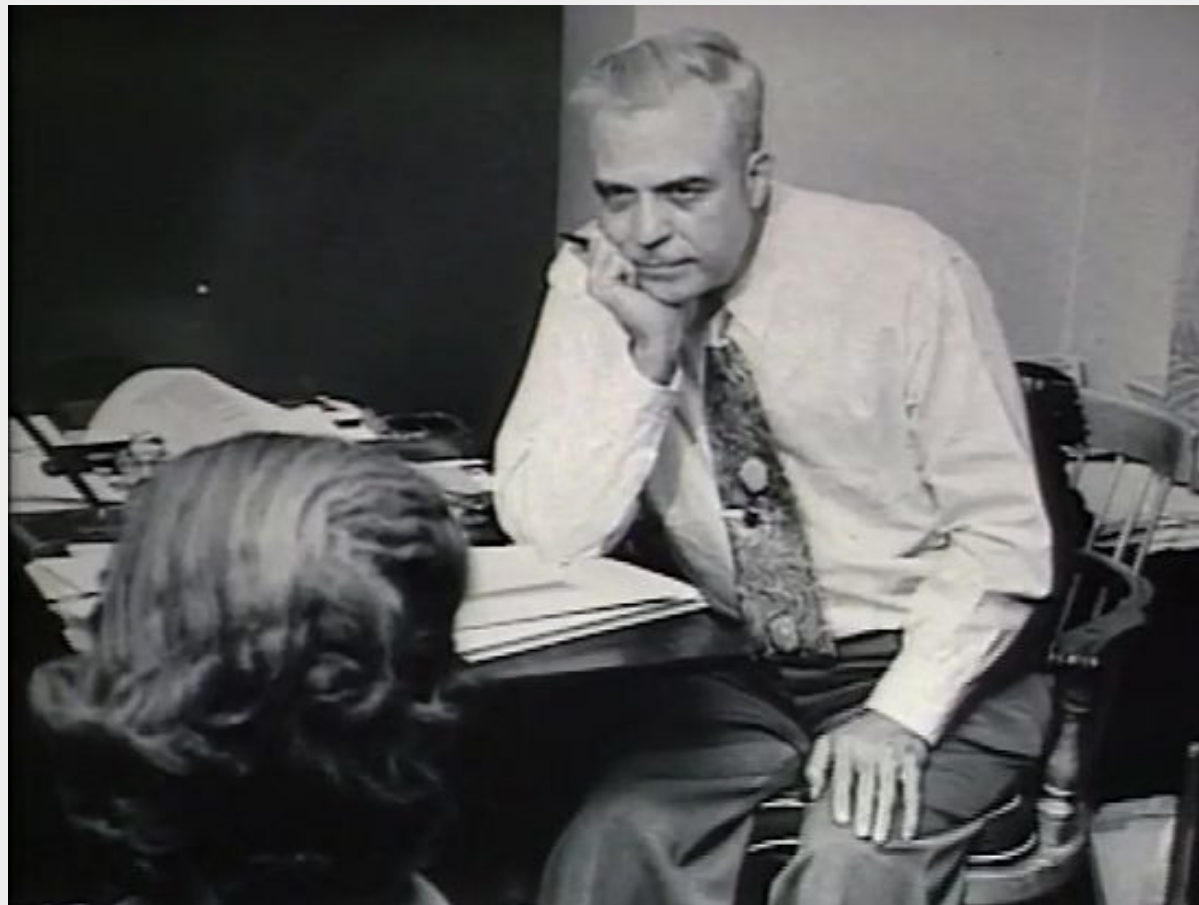
# ТАКТИКА ЛЕЧЕНИЯ ПАЦИЕНТОВ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ



Докладчик:  
Наири Налбандянц  
студентка Л/Ф, 3 курса  
60 группы

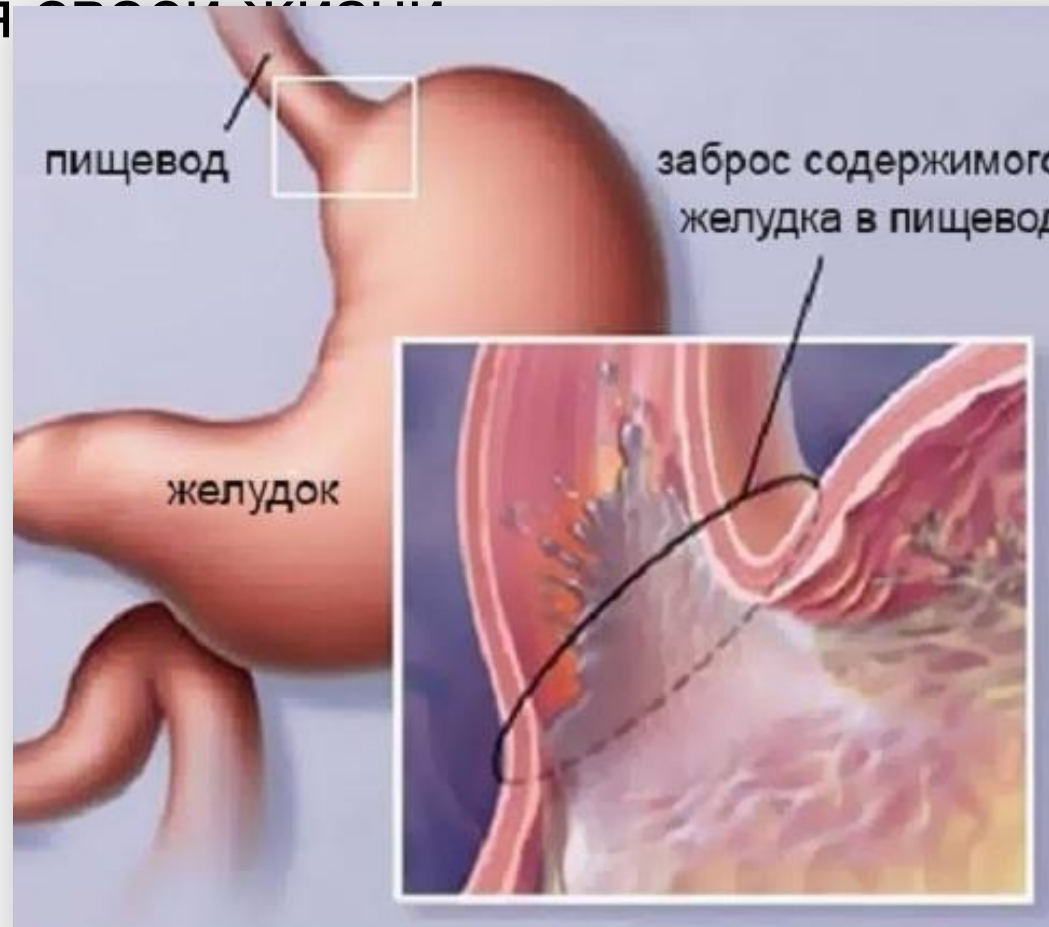
# Ситуация 1

«У вас много эмоций. У вас есть немножко псориаза и очень много эмоций. Очень много эмоций на ваших руках, на вашем теле, и вы называете это псориазом»



## Ситуация 2

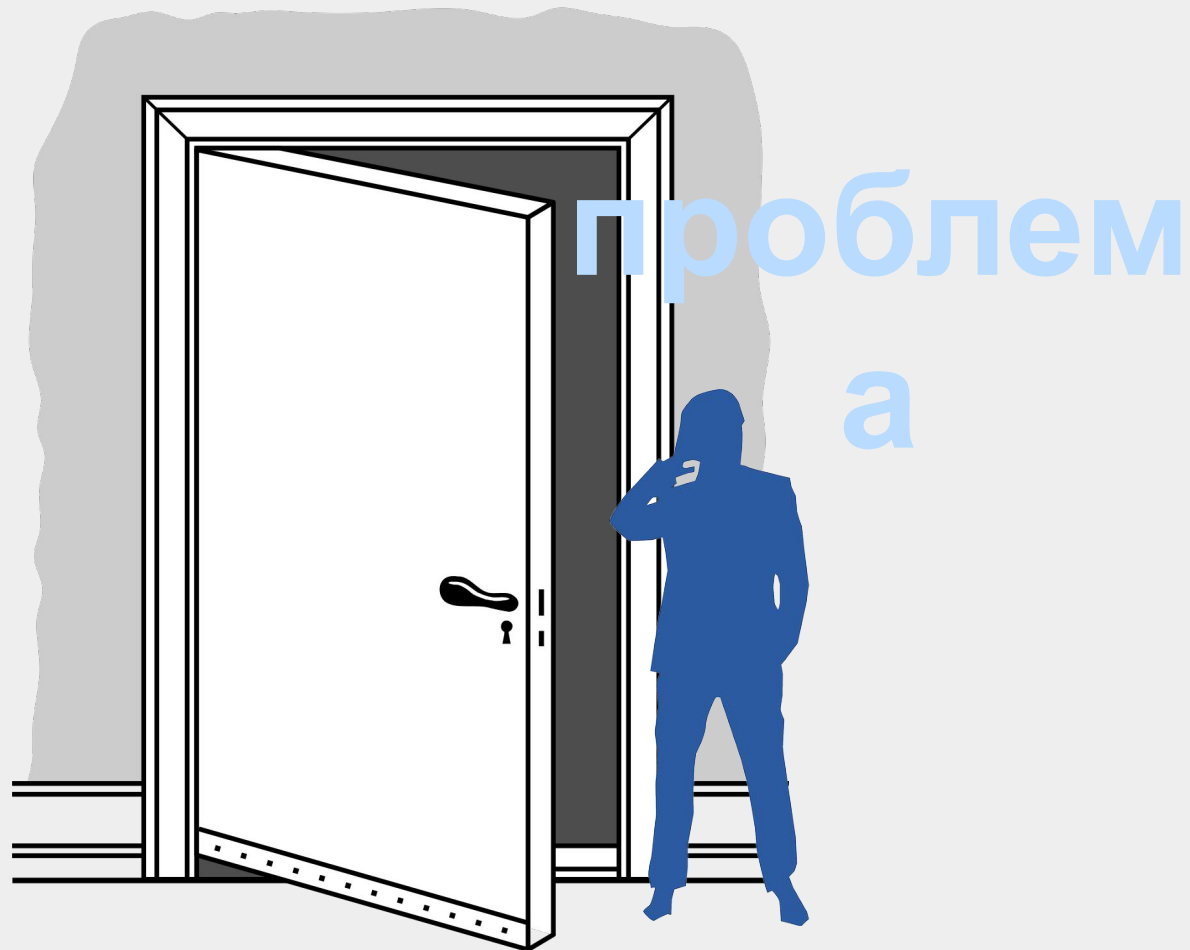
Изменение моторики желудка в обратном направлении в символическом виде выражало стремление пациентки отыграть назад важные события своей жизни.



<https://gastrot.ru/pishhevod/lechenie-reflyuks-ezofagit-preparatami>

# Причины психосоматических реакций

«Если мы гоним проблему в дверь, то она в виде симптома лезет в окно».

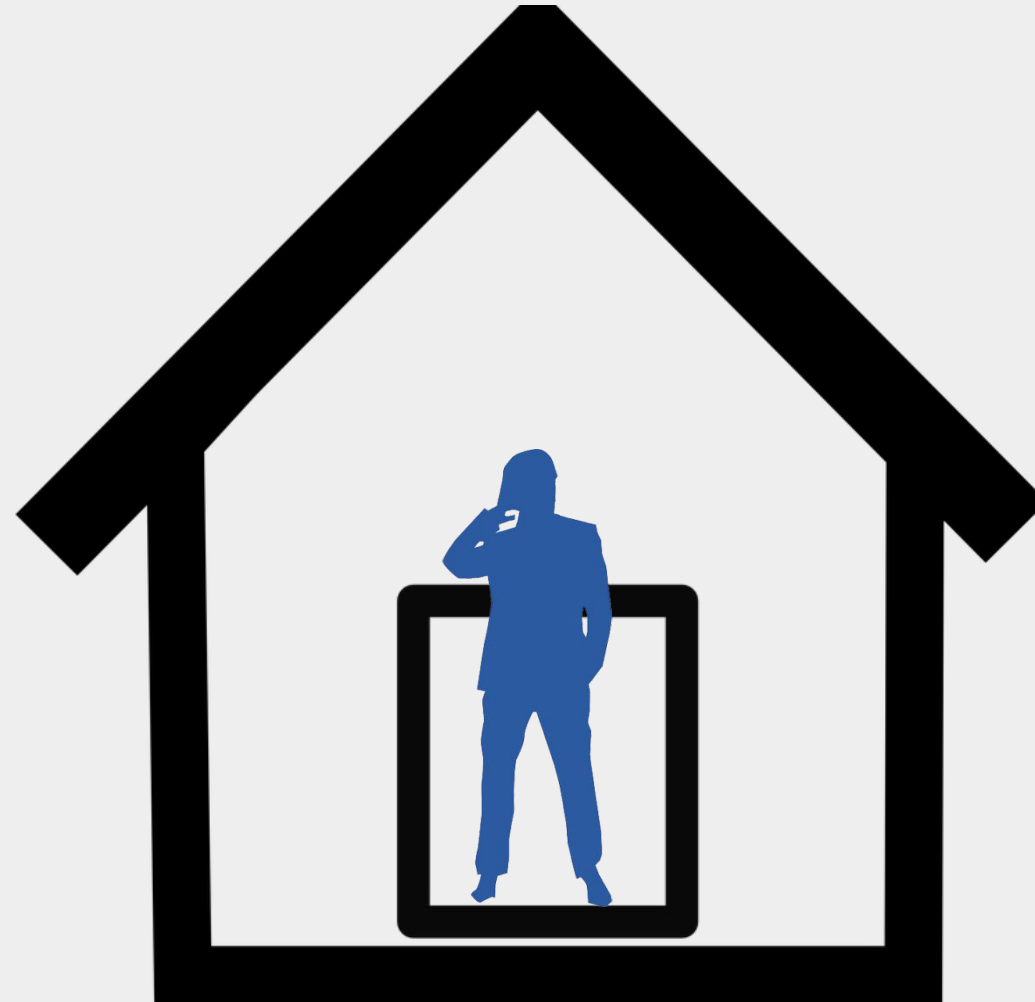


# Борьба между желаниями и невозможностью их реализовать



<https://psychologytoday.ru/public/psikhosomaticheskie-rasstroystva/>

**«Я в домике», или почему запираяться в квартире перед важным мероприятием неправильно**



# Психологическая травма детства



<http://medbooking.com/blog/article/seks-i-zdorovyje/nuzhny-i-ssory-schastlivoj-semyje>

# Самое уязвимое место – наши любимые

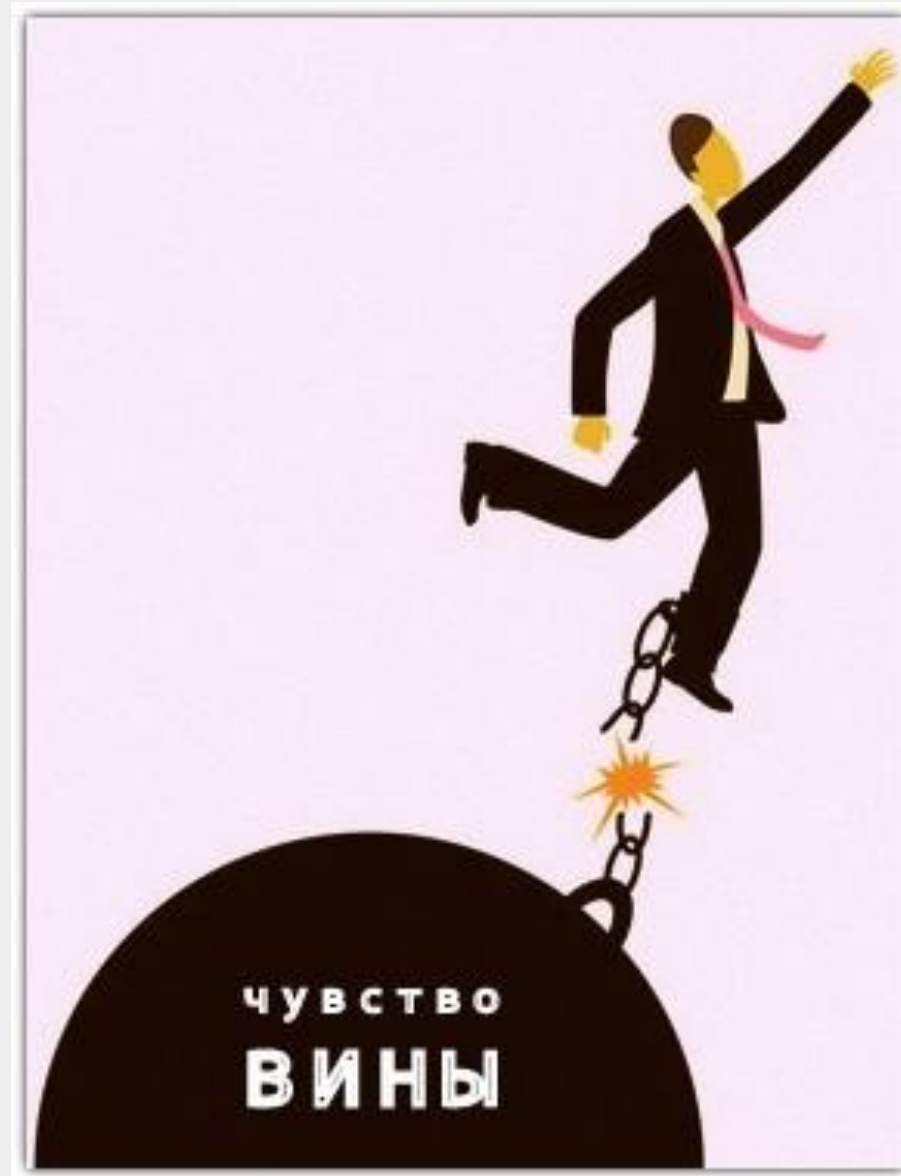




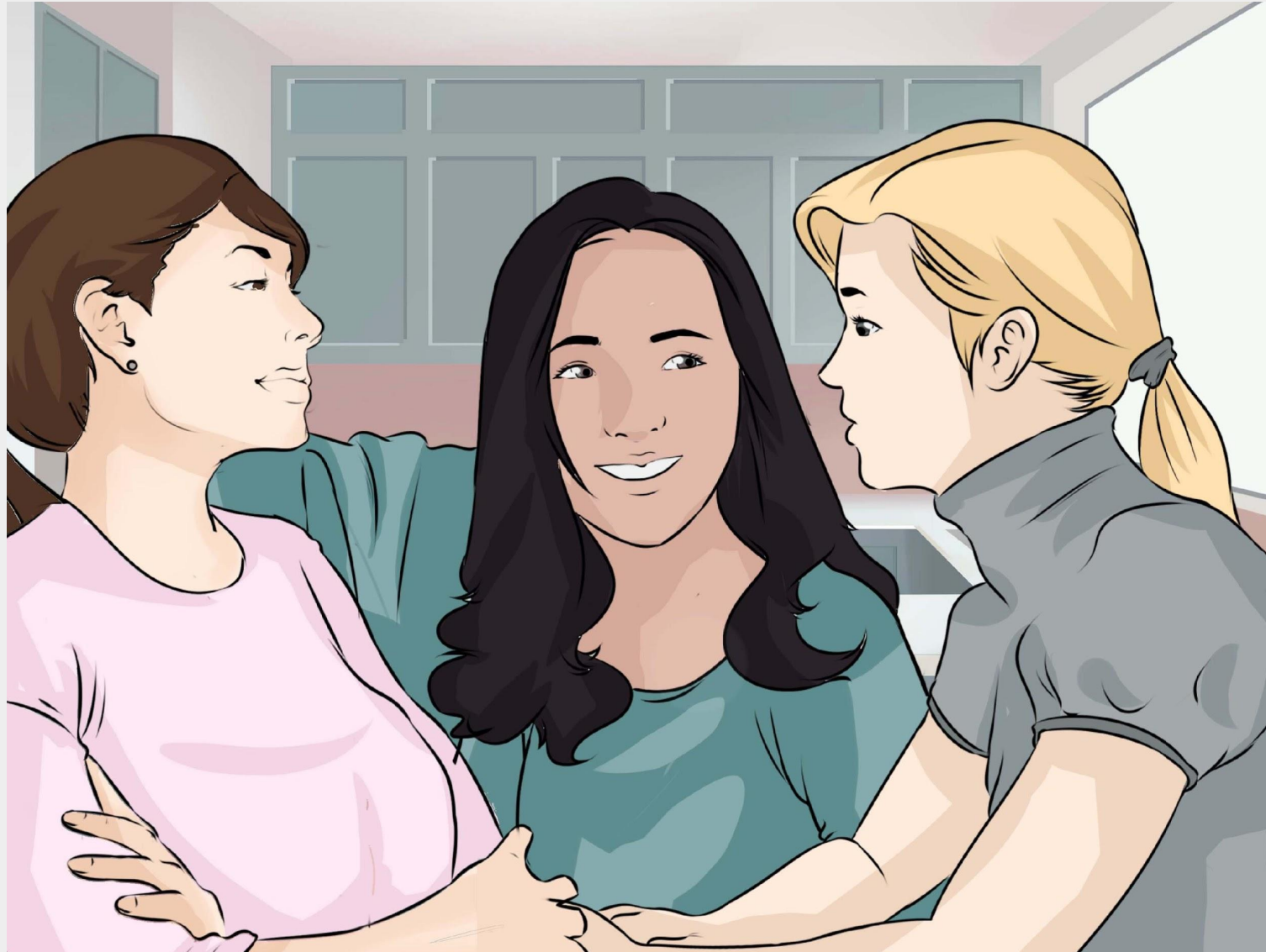
# Сам придумал – сам поверил



# Душевное бремя приводит к расстройству



# Выбирая себе компанию, берите голову



# Акупунктура





# Упражнения для тех, у кого мало свободного времени

1. Сядьте поудобнее и начинайте медленно выпрямлять ваш позвоночник, выпрямив его, полностью медленно начните возвращаться в исходное положение. Повторяйте это снова и снова, на счет 4 вдох, выдох на счет 8. Повторите такие упражнения восемь раз и это зарядит вас энергией и повысит кровоснабжение всех ваших органов и тканей.

2. Эффективная поза — сидя в кресле, начинайте тянуть вашу правую ногу, медленно вращайте ее вокруг лодыжки по часовой стрелке 5 раз, чем медленнее Вы будете делать эти упражнения, тем лучше для Вас и Вашего организма. То же самое проделайте с левой ногой.

3. Сидя в кресле, наклоните голову вперед, стараясь вытягивать шею настолько, насколько это возможно, сделайте вдох, сосчитайте до четырех и возвратитесь в исходное положение, сделайте выдох.





ПРАКТИКА

УТРЕННИХ СТРАНИЦ

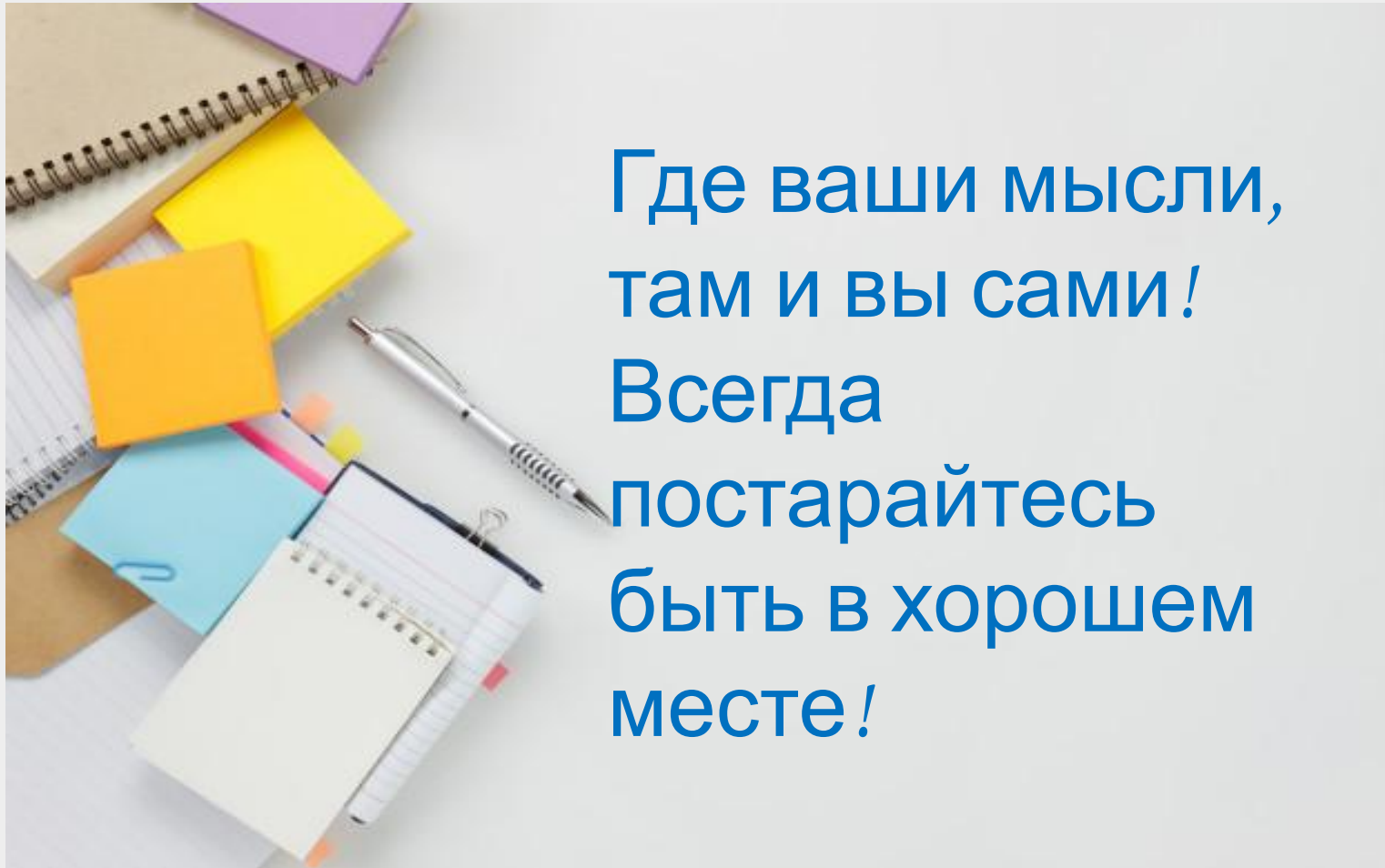
# Утренние страницы: как узнать себя лучше

- ✓ что вам приснилось ночью
- ✓ что вас тревожит
- ✓ о чем мечтаете
- ✓ о мыслях, которые постоянно крутятся у вас в голове
- ✓ жалобы, претензии, чувства
- ✓ опишите ситуации, которые не дают вам покоя
- ✓ о приятных и волнующих событиях





# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!



Где ваши мысли,  
там и вы сами!  
Всегда  
постарайтесь  
быть в хорошем  
месте!