

Психическая травма и ПТСР

Лекция М. М. Решетникова



Психическая травма

- Психическая травма - глубоко индивидуальная реакция на то или иное, как правило трагическое или чрезвычайно значимое для личности событие, вызывающее чрезмерное психическое напряжение и последующие негативные переживания, которые не могут быть преодолены самостоятельно и вызывают устойчивые изменения состояния и поведения.





История термина

1895 г Подробно писывать психотравму начинают психоаналитики:

- психотравмирующее воздействие может вызвать любое событие, которое вызывает внушительное чувство ужаса, страха, стыда или душевной боли. Приобретет ли это событие характер травмы или вызовет невроз зависит от индивидуальной восприимчивости человека.

В России понятие начало укореняться в 1980г

- Во время Первой мировой войны признается сугубо психологическое происхождение психической травмы.



Работа психологических защит

1 линия:

- Отрицание (этого не может быть)
- Обесценивание (могло быть и хуже)
- Проекция и др

2 линия психологических защит, когда не срабатывает 1-ая:

- отрицание самого события травмы - ее как бы не было
- Аутизм
- трансовое состояние
- расщепление личности
- шизотипические реакции и состояния



Фазы "собственной работы горя"

- 1. "Отрицание" - утрата любимого объекта или статуса (краткосрочная, до суток)
- 2. "Фаза оцепенения" - от нескольких часов до недели и сопровождается интенсивными переживаниями утраты, страдания и горя
- 3. "Фаза острой тоски и поиска утраченного объекта" - от нескольких месяце до нескольких лет.
- 4. "Фаза дезорганизации и отчаяния" - месяцы и годы.
- 5. "Фаза реорганизации" - той или иной степени адаптации к жизни или в более тяжелых случаях существованию без утраченного объекта



Динамика представлений о травме

- 1. Вначале травма определялась исключительно как результат внешних воздействий и в терминах катастрофических событий
- 2. Затем было установлено, что участие в том или ином катастрофическом событии является обязательным, но недостаточным условием возникновения психической травмы
- 3. То есть определяющим компонентом является психическая конституция и индивидуальный отклик на травму.



Специфика реакций на травму

- 1. Дети 5 лет : нарушение речи или ее развития
- 2. Дети 6-12 лет: энурез, дополняемый расстройствами речи и замедлением развития, снижением устойчивости внимания.
- 3. У подростков (13-18) - присоединяется депрессия
- 4. Депрессия и другие психические расстройства, включая алкоголизм, наркоманию, асоциальное поведение, шизофрению, эпилепсию.




История ПТСР

- Первая мировая война - появление понятия "психическое истощение", которое появляется, независимо от ранений и контузий, после сильных эмоциональных потрясений (бомбардировки, массовой гибели товарищей и тд)
- Во время второй мировой войны вводится новый термин "боевое переутомление" и усиливается внимание к неврозам военного времени
- Вьетнамская война США (1964-1973) = появляется термин "ПТСР"
- В СССР термин появляется впервые в 1980-ых годах


Покончили с собой после войны во Вьетнаме 120тыс
американцев
За 10 лет погибло 60 тыс





Типичные клинические проявления ПТСР

- Повторяющиеся воспоминания о трагических событиях
- повторяющиеся кошмарные сновидения, связанные с психической травмой,
- флешбеки - действие, словно трагическое событие, происходит сейчас.
- Мощные эмоциональные реакции на любые стимулы, напоминающие травмы, повышенная физиологическая реактивность (тремор, повышение потоотделения, давления),
- симптомы избегания любых стимулов, связанных с травмой (кино, книг)
- Избегание видов деятельности и мест, связанных с травмой
- Страх нападения сзади
- Неспособность ясно вспомнить ситуацию, связанную с травмой
- Снижение интереса к тем видам деятельности и хобби, которые были раньше, чувство отчуждения и отстраненности от других людей
- Истощение эмоциональной сферы, в том числе невозможность любить, немотивированные вспышки гнева и насильственных действий, потеря смысла жизни.



Статистика США после Вьетнамской войны

- Бытовое насилие в семьях ветеранов происходит в 5 раз чаще
- уровень развода в семьях ветеранов - 90%
- через 25 лет 1/3 отбывающих наказание в тюрьмах - ветераны Вьетнама
- каждый 4 бездомный - ветеран войны
- на сегодня 194тыс 254 бездомных ветерана

В настоящее время (мирное) ПТСР наблюдается у:

- 40% военнослужащих сухопутных войск
- 30% морских пехотинцев
- 50% военнослужащих национальной гвардии


Почему проблему невозможно решить?

- на одного психопатолога в среднем приходится 10тыс пациентов
- 1400 врачей психотерапевтов в нашей стране
- 40тыс психологов



«В нашем мире накопилось много несправедливости, и есть люди, которые своей невротической тонкой кожей этой чувствуют очень остро. Видя отношение к себе окружающих, несправедливость вокруг себя, не испытывая поддержки от общества и близкого окружения эти люди хотят мстить всему миру и выбирая между суицидом и расстрелом сослуживцев и одноклассников они выбирают и первое и второе»





Подготовила студентка ФКП 3к, 2г,
Соболева Полина