

# ПСИХИЧЕСКАЯ ТРАВМА: определение

---

## ПСИХИЧЕСКАЯ ТРАВМА –

следствие чрезмерной психической нагрузки человека в момент катастрофического для него события.

Человек в результате сильнейшего перенапряжения, страха, муки и т.д. не в состоянии ни активно бороться за преодоление этой ситуации, ни избежать её (по Фишеру, Fischer, 2005).

# ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПСИХОТРАВМЫ

---

- "Витальное несоответствие между угрожающими факторами ситуации и индивидуальными стратегиями преодоления, которое сопровождается чувством беспомощности и беззащитной капитуляции и таким образом вызывает постоянное нарушение понимания себя и миропонимания.«
- (по Fischer & Riedesser, 1998)

# ПСИХИЧЕСКАЯ ТРАВМА: определение

---

В этих ситуациях бессилия проявляются:

- «замораживание»,
- выключение (отключение),
- оцепенение и паралич тела,
- диссоциации,
- провалы в памяти.

# ПСИХИЧЕСКАЯ ТРАВМА: определение

---

Травма в отношении поведения, с внутриспсихической точки зрения, воспринимается как прерванное действие (Janet, 1925).



# ПСИХИЧЕСКАЯ ТРАВМА: определение

---

Травма часто становится длительным потрясением в восприятии себя и окружающего мира.





# ДИНАМИКА ПСИХОТРАВМЫ

---

Обработка травматического опыта переживает разные фазы:

- Травматическая ситуация
- Травматическая реакция
- Травматический процесс



# ТРАВМАТИЧЕСКАЯ СИТУАЦИЯ

---

Травматическая ситуация включает в себя как внешние, объективные обнаруживаемые характеристики ситуации и субъективный настрой и личностно-типичный отклик.

# СИМПТОМЫ ПСИХОТРАВМАТИЗАЦИИ

---

## Наиболее распространенные:

- трудности с засыпанием;
- повышенная возбудимость;
- бдительность;
- увеличение испуга;
- нарушение памяти;
- трудности с концентрацией;
- кошмары;
- реверберации воспоминания из травматического события (флешбеки).



# ПСИХИЧЕСКАЯ ТРАВМА: классификация

---

## DDNOS / DESNOS

Комплексное посттравматическое расстройство и другие иначе не дифференцируемые диссоциативные расстройства.

## DID

Диссоциативное расстройство  
идентичности.



# Dissociative disorder not otherwise specified






---

**Диссоциативное расстройство иное из указанных (DDNOS) -**

DDNOS является наиболее распространенным диссоциативным расстройством.

Диагностируется в 40% случаев.

Часто сопутствуем другим психическим заболеваниям, Например, в структуре:

-  сложного посттравматического стрессового расстройства;
-  длительного депрессивного расстройства;
-  расстройства личности при заболеваниях;
-  расстройства личности при зависимостях;
-  при расстройствах пищевого поведения.

# Диссоциативное расстройство иное из указанных (DDNOS)

---

- DDNOS не полностью соответствует любой из четырех других видов диссоциативных расстройств:

Деперсонализация расстройство

Диссоциативная фуга

Диссоциативная амнезия

Расстройство личности диссоциативное (DID)

Другими словами, это расстройство включает в себя такие симптомы диссоциативности как нарушение интегрированных функций сознания, памяти, личности или восприятия.

При этом симптомы не соответствуют критериям для какого-либо конкретного из выше указанных диссоциативных расстройств.

# Симптомы DDNOS

---

- Дереализация, которая не сопровождается деперсонализацией.
- Симптомы похожие на диссоциативное расстройство идентичности, но они не отвечают всем критериям для DID.
- Ментальная разобщенность, что возникает у людей, которые испытали такие события, как «промывание мозгов», участие в реформах или проповедях.
- Одиночные или повторяющиеся нарушения в состоянии личности, памяти и сознания. Это может привести к трансовому диссоциативному расстройству, которое включает сужение осознания непосредственного окружения.
- Потеря сознания или кома, который не отнесены к физическим травмам или общему медицинскому состоянию.
- Дают приближенные ответы на вопросы. Например,  $3+3=7$ .

# Причины DDNOS





---

- Нарушения психического состояния в детстве.
- Безнадзорность.
- Тяжелая болезнь или травматическое событие.

Исследования показывают, что большинство людей с DDNOS испытали психическую травму или пережили злоупотребления в детстве.

# Нарушения крайнего стресса иначе не идентифицируемое DESNOS

---

- Большая интенсивность симптомов
- Чаще сопутствует другим психическим расстройствам:
  -  депрессия,
  -  панические атаки;
  -  фобии;
  -  социопатия.

# Причины DESNOS

---

Жертвы имели угрозу чувства безопасности, самоуважения и были лишены способности регулировать свои эмоции.



# Причины DESNOS

---

Люди, которые были в любом типе ситуации длительного злоупотребления, в том числе, политических заложников и жертвой семейных отношений (дети и родители, вся семья).

Они могут по-прежнему чувствовать и вести себя так, как будто все ещё жертвы.



# Признаки DESNOS




---

- Джудит Герман описала следующие симптомы у пациентов с длительной историей высокой магнитудой межличностной травмы:
  - (а) нарушения в восприятии себя и других;
  - (б) склонность к повторяющимся паттернам реконструкции травмы;
  - (с) неспособность регулировать настроение;
  - (d) даже принятие жертв систем верований своих «мучителей».

# Признаки DESNOS

---

Другие исследователи в области длительного межличностной травмы описал этих жертвы как переживающих один или более из следующих трех симптомов:

-  потеря когерентного самоощущения,
-  неспособность участвовать в стабильных или доверительных отношениях,
-  неспособность освободить себя от динамичного вмешательства (привлекают «хищников»). Навязчиво повторяются типичные взаимоотношения: жертва – обидчик.

# DESNOS – комплексная психотравматизация

---

Джудит Герман («Комплекс посттравматического стрессового расстройства: синдром переживших длительную и повторную травму», 1992):

- Изменения в регулировании влияют на эмоциональные и поведенческие импульсы;
- Изменения в сознании и внимании;
- Симптомы соматического характера;
- Изменения в самоощущении;
- Изменения в отношениях с другими;
- Изменения в восприятии «преступника»;
- Изменения в системах смысла

# Признаки DESNOS у детей

---

Например, в одном исследовании изучали 364 пострадавших от семейного насилия детей. У них нашли наиболее распространенные диагнозы:

- тревожное расстройство;
- оппозиционно-вызывающее расстройство;
- фобии и социальное тревожное расстройство;
- ПТСР;
- синдром дефицита внимания.

Аккерман и др. «Распространенность ПТСР и других психиатрических диагнозов в группе детей, подвергшихся насилию». *Жестокое обращение с детьми и пренебрежение* (1998): С. 22-30).

# Новый шаблон для терапевтических вмешательств

---

- Способность чувствовать себя в безопасности и эмоционально комфортно в отношениях.
- Способность чувствовать себя полномочным в отношениях с другими (с помощью эмпатического взаимодействия).
- Навыки, необходимые для самосознания.
- Навыки, необходимые для влияют на регулирование и успокаивающее саморегулирование.
- Личное чувство границ.
- Возможность сохранить мировые верования и чувство смысла.
- Возможность остаться «на якоре» и «помнить» во время стресса (в отличие от диссоциации).
- Возможность переносить полный спектр эмоций, не будучи перегруженным в свое состояние или отключенным.

# DID – диссоциативное расстройство идентичности

---

- Редкое психическое расстройство из группы диссоциативных расстройств, при котором личность человека разделяется, и складывается впечатление, что в теле одного человека существует несколько разных личностей (или, в другой терминологии, *эго-состояний*). При этом в определённые моменты в человеке происходит «переключение», и одна личность сменяет другую. Эти «личности» могут иметь разный пол, возраст, национальность, темперамент, умственные способности, мировоззрение, по-разному реагировать на одни и те же ситуации.
- После «переключения» активная в данный момент личность не может вспомнить, что происходило, пока была активна другая личность.

# Причины диссоциативного расстройства идентичности

---

- Причинами этого расстройства служат тяжёлые эмоциональные травмы в раннем детстве, повторяющееся экстремальное физическое, сексуальное или эмоциональное насилие.

# Диссоциация

---

Диссоциация - механизм психологической защиты, при котором человек начинает воспринимать происходящее с ним так, будто это происходит с кем-то посторонним.

Этот механизм полезен, так как он позволяет человеку защититься от избыточных, непереносимых эмоций.