

УДК 159.99

## ОСОБЕННОСТИ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПАЦИЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ ТИПОВ ПО ПРОБЛЕМАМ ТРЕВОЖНОСТИ

Ельцова О.В.

магистрант 3 курса Академии гуманитарных технологий

ЧОУ ВО ЮУ (ИУБиП)

e-mail: olenka-eltsova@mail.ru

Научный руководитель: Бюндюгова Т.В., к.псих.н.,

доцент кафедры «Психология и управление персоналом»

ЧОУ ВО ЮУ (ИУБиП)

e-mail: tach\_29@mail.ru

Аннотация: В данной статье рассмотрены различные типы пациентов с проблемами тревожности, а так же возможные методы, используемые для выявления проблемы и дальнейшей консультации клиента. Цель данной работы изучить особенности консультирования клиентов с высоким уровнем тревожности. Изучить понятие тревожности, страха, фобии. Проанализировать причины их возникновения и развития. Задачи психотерапии:

- восстановление вытесненных чувств (принятие своего страдания и боли)
- завершение незавершенного действия травматического опыта
- перепроживание прошлого травматического опыта
- перемоделирование травматического опыта в ресурсный опыт
- вернуть негативный (не свой) детский опыт источнику – родителям, семейному

роду

- научиться проявлять любовь к себе, (принятие себя в любом состоянии),
- научиться брать ответственность за свою жизнь на себя
- научиться быть в позиции наблюдателя
- «прояснить» сверх контроль.

Широкий арсенал психотерапевтических методов используется с целью разрешения глобальной психологической проблемы.

Ключевые слова: психокоррекция, симптомы, стресс, тревожность.

## FEATURES ADVISING PATIENTS OF VARIOUS TYPES ON ANXIETY PROBLEMS

Eltsova O.V.

Abstract: This article discusses various types of patients with anxiety problems, as well as possible methods used to identify the problem and further consult the client. The purpose of this work is to study the features of counseling clients with a high level of anxiety. To study the concept of anxiety, fear, phobia. · Analyze the causes of their occurrence and development. Tasks of psychotherapy:

- restoration of repressed feelings (acceptance of one's suffering and pain)
- completion of an unfinished action of a traumatic experience
- reliving past traumatic experiences
- re-modeling of traumatic experience into a resource experience
- to return the negative (not your own) childhood experience to the source – parents, family family
- learn to show self-love, (self-acceptance in any state),
- learn to take responsibility for your life on yourself
- learn to be in the position of an observer
- "clarify" over control.

A wide arsenal of psychotherapeutic methods is used to solve a global psychological problem.

Keywords: Psychocorrection, symptoms, stress, anxiety.

Понятие тревога мы знаем еще со времен З. Фрейда, который выделил три типа тревоги: реалистическую, невротическую и моральную[6]. Тревожностью обычно называют повышенную склонность испытывать опасение и беспокойство. В каких то ситуациях тревога оправдана и даже полезна, она мобилизует человека и позволяет избежать опасности или решить проблему, но бывает так что тревога сопровождает человека во всех жизненных обстоятельствах. Если тревога у человека появляется очень часто и она связывается с повседневной деятельностью, человек испытывает дискомфорт от любой ситуации [6], конечно стоит обращаться к специалисту за консультацией. Есть личностная тревожность которой индивид обладает уже изначально. Таким людям очень сложно жить и поэтому им необходимо либо менять отношение к какой либо ситуации, либо с помощью психолога учиться справляться с подобного рода тревожностью. Но если тревожность, так скажем, приобретенная она может перерасти в депрессию и психосоматические расстройства.

Говоря о типах пациентов, можно сказать, что это различная категория индивидов как возрастных, больных, детей с речевыми проблемами, так и людей с зависимостью. Довольно часто обращаются пациенты с такими симптомами как быстрая утомляемость, потеря интереса к работе, к себе, страх потери чего-либо. Все это требует психологической консультации, помощи. Где психологу предстоит научить человека управлять собственной тревогой.

Выделяется такой специфический вид тревожности как речевая тревожность, которая возникает у детей как психологическая реакция на речевые трудности. Это склонность к переживанию особого эмоционального состояния в момент речи, а также беспокойство, опасения ребенка, связанные с его собственной речью [2]. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью относится к одному из наиболее распространенных неврологических заболеваний среди детского возраста [1]. Основные критерии по которым можно заподозрить тревожность у ребенка: прежде всего это постоянная раздражительность, а так же беспокойство когда ребенок беспокоится по поводу и без повода, есть для этого основания либо нет основания, когда у ребенка нарушен сон появляется бессонница, жалуется на то что снятся страшные сны. Когда ребенок перестает сосредотачиваться на выполнение каких то заданий, у него теряется интенсивность внимания, появляется мышечное напряжение. Оно проявляется у детей по разному кто-то вытягивает ручки ножки кто-то сжимается калачиком.

Проблема психосоматических расстройств у возрастной категории граждан связанные за частую с тревожностью которая в свою очередь связана с утерей востребованности с неопределенностью перспектив. Могут возникать так называемые панические приступы. Характеризующиеся страхом, иногда ощущением надвигающейся смерти, иногда опасением что можно сойти с ума. Этот приступ как правило сопровождается вегетативными нарушениями.

Люди больные онкологией ощущают утрату контроля над ситуацией, утрату контроля над жизнью, оказываются в состоянии тревоги, стресса. Нет ни каких сомнений, что онкологические пациенты нуждаются не только в своевременной, адекватной и качественной медицинской терапии, но и в квалифицированной профессиональной психологической помощи, но тем не менее не существует единых стандартов ее проведения. В одних случаях психотерапия направлена лишь на принятие больным лечения и

эффективность его проведения, в других случаях – широкий арсенал психотерапевтических методов используется с целью разрешения глобальной психологической проблемы онкологического пациента – принятие злокачественного характера заболевания, что во многом определяет его адаптацию к болезни: в процессе принятия заболевания информация о болезни становится информацией о том, как, имея диагноз онкологического заболевания в настоящем или в прошлом, продолжать жить [5].

Велик риск возникновения тревожности, стресса обладателей профессий типа «человек – человек». В последние десятилетия все больше внимания уделяется исследованиям стресса в связи с профессиональной деятельностью человека. Всемирная организация здравоохранения профессиональный стресс называет «болезнью XXI в.», так как этот вид стресса встречается в любой профессии мира и принял размеры «глобальной эпидемии». Профессиональная тревожность возникает в результате эмоционального выгорания граждан в ситуациях интенсивного профессионального общения, под влиянием множества внешних и внутренних факторов.

В условиях нынешних мировых изменений социума потребность в консультировании психологов, психотерапевтов, психологов консультантов возрастает с каждым днем. Каждому пациенту с различными симптомами тревожности подбирается консультация, рекомендации специалиста. Повышение уровня тревожности населения является фактором риска развития невротических расстройств, психосоматической патологии и аддиктивного поведения, а также приводит к социально психологической дезадаптации.

Особенности консультирования пациентов различных типов по проблемам тревожности это индивидуальная работа с каждым из пациентов. Психолог создает доверительную атмосферу которая расположила бы клиента к откровенному общению. Позволяет выговориться человеку, высказать свои проблемы и страхи. По средствам различных методик

определяет уровень стресса, уровень тревожности. Подбирает индивидуальную, подходящую конкретному пациенту методику. Выявляет истинную проблему с которой предстоит работать, взаимодействует с родственниками если таковое требуется. Дает рекомендации. Несмотря на то, что метод клинической беседы относят к диагностическим методам, он имеет и психотерапевтический эффект[4].

«Заключение по психологическому обследованию Иванова И.И. мужского пола, возраст 47 лет».

«Обследование проводилось по инициативе (просьбе) экспериментатора».

Жалоба на частое подавленное состояние.

В процессе исследования испытуемый легко шел на контакт, проявлял заинтересованность к задаваемым вопросам, вел себя адекватно, проявлял заинтересованность к результату исследования.

Для исследования были взяты следующие методики: «Методика Т и Д тревожно депрессивное состояние», «Методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку)».

По результатам тестирования по шкале тревожность (по Г. Айзенку) испытуемый набрал 8 баллов, что говорит о средней тревожности, допустимого уровня.

Таким образом, по результатам тестирования с применением методик диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку) выявлена у Иванова И.И. уровень тревожности в норме.

#### Библиографический список

1. Михалева Н.В. Нейропсихологические методы коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью// Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию/ – 2019/ – Т. 5 № 2 – С. 416-420. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41353678/>

2. Ипполитова Н.Н. Преодоление речевой тревожности у детей дошкольного возраста с дизартрией // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию». – 2019– Т. 5, № 2 – С. 385-389. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41353699>.

3. Александров А.А. Современная психотерапия. Курс лекций. — СПб.: Академический проект, 1997. — С. 82—108 (Лекция 5: «Когнитивная терапия Аарона Бека»). — 335 с. — 5000 экз. — ISBN 5-7331-0103-2.

4. Воронова, Е.И. Реактивные (психогенные) депрессии / Воронова Е.И., Дубницкая Э.Б. // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2015. – № 2. – С. 75-85.

5. Чулкова В.А., Васильева Н.Г., Черненко О.А. Боль при онкологических заболеваниях и психологические методы ее коррекции // Вопросы онкологии.–2016.–Т.62, № 4 – С.529-534.

6. Торможение, симптом и тревога / Зигмунд Фрейд. – Москва: Фирма СТД // Истерия и страх = Hysterie und Angst / Зигмунд Фрейд. – Москва: Фирма СТД, 2006. – С. 227-308. – (Собрание сочинений : в 10 томах / Зигмунд Фрейд ; том 6) . – (Собрание сочинений : в 10 томах / Зигмунд Фрейд ; том 6) .

7. Моисеева Я.В. Социально-психологическая адаптация в организации[Электронный ресурс]/ Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2021. – №1. – С. 193-197. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46220761> (дата обращения 16.01.2023).