

ПСИХОКОРЕКЦІЯ СИМПТОМІВ ПТСР ЗАСОБАМИ ГІПНОСУГЕСТИВНОЇ ТЕРАПІЇ

М. Г. Саляєв

Херсонський державний університет, spsytech.com@gmail.com

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор І. С. Попович

У сучасних реаліях повномасштабної війни України з російською федерацією кількість випадків посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у громадян України в різних його проявах зростає в дуже великій мірі і буде продовжувати зростати. ПТСР є складним при психокорекції, має довгий, часто багаторічний тип перебігу, дуже часто велику інтенсивність проявів, високий відсоток інвалідизації.

Для вирішення питань ПТСР державою витрачаються чималі кошти у вигляді витрат на лікування та пенсійне забезпечення постраждалих. І, враховуючи сучасні тенденції, чим далі, тим витрати будуть тільки зростати.

У цих умовах впровадження методів психокорекції, що мають прискорити одужання або допомогти полегшенню стану людини, має неабияке значення. Методи, які досі широко не задіяні для вирішення даних питань, але які є дуже ефективними і дієвими, які, з нашої точки зору, доцільно використовувати в лікуванні ПТСР, це методи гіпнотерапії. Впродовж сторіч багатьма дослідниками гіпнозу підтверджено їхню ефективність у досить швидкій корекції проявів невротичних розладів та глибокий вплив на різні функції організму [1; 2]. Від А. Месмера, Д. Брейда, І. Бернгейма, А. Л'єбо, Ж. Шарко, до В. Бехтерева, З. Фрейда, українських – А. Платонова, В. Данилевського, всесвітньо відомих – М. Еріксона, Е. Куе, І. Шульца, Д. Елмана та ін.

ПТСР є невротичним розладом, що спричинений важкими чинниками, часто на грані людських можливостей. Спогади про ці важкі ситуації дуже часто насичені сильними негативними емоціями, найменший дотик до яких може спричинити емоційний вибух. Тому, в цих умовах методика застосування гіпнозу має бути не директивною, а також мати спроможність працювати опосередковано, дисоційовано до травматичного матеріалу. До того ж, рухатися

необхідно дуже малими обережними кроками. Так можна нівелювати протиріччя між тим, що, з точки зору багатьох фахівців, не можна у випадках ПТСР йти глибоко в травматичні переживання. А методи гіпнозу якраз призначені саме для роботи з глибинними процесами. Але вихід є в тому, що можна працювати в такому підході, щоб заглиблюватись не заглиблюючись.

Якщо говорити про можливості гіпнотерапії при подоланні наслідків бойового стресу, то доцільно згадати деякі конкретні клінічні випадки. Наприклад, за допомогою цього методу під час всього лише одного короткого сеансу вдалося зняти нав'язливі думки та відчуття провини у військового, що втратив побратима, які переслідували його впродовж декількох тижнів.

У декількох інших випадках, вдалося допомогти військовим з ПТСР покращити свій фоновий емоційний стан після досить невеликої кількості сеансів. Деяким іншим пацієнтам завдяки вищезначеним методам була надана допомога для покращення сну.

Висновки, які можна зробити:

- методи гіпнотерапії працюють;
- вони мають бути розвинуті та операціоналізовані у практику;
- мають бути проведені дослідження і з'ясований діапазон можливостей даних методів відносно корекції наслідків бойового стресу.

Таким чином, методи гіпнотерапії мають бути поставлені на службу у благородній і надважливій справі відновлення наших воїнів.

Література:

1. Буль П. І. Основи психотерапії. Медицина. 1974. С. 8–112.
2. Данилов О. С., Хомуленко Б. В., Криничко В. В. Гіпноз в психотерапії. Харків, видавництво «Диса плюс», 2022, 310 с.