

СОВРЕМЕННЫЙ ВЗГЛЯД НА ПРОЦЕСС ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ЛЕЧЕНИЯ

Давидовский С.В.

*Городской клинический психиатрический диспансер
г. Минск, Республика Беларусь*

Анализ тенденций распространенности психических болезней в 15 экономически наиболее развитых странах по данным 50 выборочных исследований за XX столетие выявил их неуклонный рост. По данным Б. Д. Петракова, средневзвешенный среднегодовой показатель распространённости всех психических заболеваний возрос с 30,4 в 1900 году до 303,7 в 1993 году. В большинстве стран мира в последнее десятилетие XX века 5–7% населения страдает психотическими и 15–23% – пограничными психическими расстройствами, что подчеркивает значимость использования психотерапии при оказании медицинской помощи, которая наиболее эффективна при психических расстройствах непсихотического спектра и психосоматических заболеваниях.

В настоящее время образование в области психотерапии ориентировано на овладение теми или иными психотерапевтическими навыками, в рамках тех или иных психотерапевтических парадигм, что не подразумевает оптимизацию самого процесса психотерапевтического лечения при различных психопатологических нарушениях и ориентирует врача на длительную психотерапевтическую работу.

Однако произошедший в последние десятилетие XX столетия ренессанс биологической психиатрии и активное применение комбинированного метода лечения тревожных и психосоматических расстройств внес свои коррективы в процесс психотерапевтического лечения и обусловил необходимость его оптимизации. Пациенты, которые к нам обращаются «здесь и сейчас», хотят получить помощь и облегчение «здесь и сейчас», а не путешествие в мир своих тревог и переживаний в поисках осознания своих истинных желаний и потребностей. Мир требует активных потребителей, стремящихся к овладению денежными знаками дающих иллюзию безграничных возможностей, а не

ноющих «невротиков» склоняющихся вокруг нас в поисках утраченных детских иллюзий. Сама существующая реальность ориентирует нас на оказание помощи пациентам с ориентацией на эффективное избавление от той или иной психической патологии, а не на длительную работу в рамках той или иной психотерапевтической парадигмы.

Например:

- Паническое расстройство - работа со страхом
- Расстройства адаптации – переработка болезненных ситуаций и совладание с ситуацией.
- Генерализованное тревожное расстройство – совладание с ситуацией.
- Психосоматическое расстройство – осознание причин дезадаптивного поведения, совладения с ситуацией и выработка эффективных стратегий поведения.

Все это обуславливает необходимость использования различных психотерапевтических техник, которые наиболее эффективны при данной патологии у данной личности и обуславливает эклектичность психотерапевта при оказании им медицинской помощи. Поэтому необходимо использование психотерапевтических технологий, основанных на отработке психотерапевтом различных психотерапевтических навыков, которые осваиваются им в рамках той или иной психотерапевтической парадигмы и выработку технологии их использования при различной психической патологии, что позволит структурировать процесс психотерапевтического лечения и добиться максимального эффекта в оптимальные сроки (при отсутствии сопротивления со стороны пациента).

Таким образом, разработка эффективных психотерапевтических технологий при различных психопатологических нарушениях, позволит структурировать процесс оказания психотерапевтической помощи, оптимизирует лечение и сам процесс обучения, перенесет акценты с изучения парадигм и сложных теоретических построений на овладение необходимыми психотерапевтическими навыками, для эффективной психотерапевтической интервенции.