

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/kursovaya-rabota/25672>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Психотерапия

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение 3

1. Теоретический анализ биологической обратной связи как психотерапевтический метод. 5

1.1 Тревожно депрессивное расстройство 5

1.2 Понятие психотерапии 11

2 Эмпирический анализ биологической обратной связи как психотерапевтический метод. 18

2.1 Описание процесса исследования 18

2.2 Результаты диагностики 24

.Заключение 36

Список использованных источников 38

Введение

Стресс способен нарушить налаженную жизнь человека любого возраста, социального статуса и материального положения. Любые изменения привычного уклада – как негативные, так и позитивные – способны вызвать сильное потрясение. Заключение брака, например, может привести к не меньшему стрессу, чем болезнь близкого человека, развод, потеря работы, переезд в другой город или даже в новую квартиру.

Затянувшийся стресс (к примеру, от постоянных переутомлений и чрезмерной ответственности на работе, семейных проблем) принято называть «предболезнью»: при отсутствии лечения он обязательно перейдет в серьезные проблемы со здоровьем, а также может привести к смерти.

1. 1. Теоретический анализ биологической обратной связи как психотерапевтический метод.

1.1 Тревожно депрессивное расстройство

За последние года ученые отметили значительно возросшее число детей с разными патологиями. Бесплатная медицина зачастую владеет устаревшими методиками коррекции и лечения, которые крайне неэффективны. Особенно это касается психосоматики, стресса, алалии и других нарушений. [9, с. 101]

Расшифровывается эта аббревиатура просто: Биологическая Обратная Связь. Применяется при лечении психических заболеваний, заключается в использовании специальной аппаратуры. Она регистрирует полученную от пациента физиологическую информацию и возвращает ее. [20, с. 231]

Когда родители узнают, что у их ребенка психическое заболевание, они начинают изучать нетрадиционные методики лечения. Например, БОС-терапия - что это и кто это создал? На самом деле у этого метода долгая история. Активное изучение началось в 50-х годах прошлого века. Значительный вклад внесли ученые Миллер и ДиКара.

Их исследования не были связаны с людьми, но благодаря экспериментам над животными им удалось сделать революционные открытия. Так удалось доказать создание висцеральных условных рефлексов оперантного типа. Другой ученый, Стерман, усиливал сенсомоторный ритм в центральной извилине и получал повышенную судорожную готовность. Камья отмечала о произвольной смене параметров ЭЭГ при получении

3
обратной связи. Все эти исследования послужили почвой для создания БОС-терапии. Что это значило для ученых тех времен? [21, с. 24] [22, с. 175]

В развитии этой идеи большое участие приняли такие русские ученые, как Павлов, Сеченов, Анохин и другие. Они плотно занимались изучением коры головного мозга и условными рефлексами. Анохину принадлежало революционное открытие о связи

обратной связи и высших приспособительных функций человека. [23, с. 235]

Аппарат БОС-терапии и предпосылки его создания. Всего БОС-терапия включает в себя два компонента: это сам аппарат и специальное программное обеспечение. Специалисты выделяют ряд предпосылок создания этой технологии. Во-первых, это развитие компьютерных технологий. Именно они позволили создать аппарат, способный в режиме реального времени принимать, обрабатывать и анализировать сигнал. Во-вторых, рос процент недовольных фармакологическим лечением. Такое настроение наблюдалось не только среди родителей больных детей, но и среди медицинских работников. Например, бесконтрольный прием антибиотиков снизил их эффективность. Не стоит забывать о том, что не все симптомы поддаются фармакологическому лечению. Некоторые побочные эффекты являются серьезным противопоказанием для их приема. К сожалению, со стремительным развитием рынка препаратов возросла и их цена. А вот эффективность многих лекарств упала. Поэтому сегодня больше преимуществ БОС-терапии в сравнении с традиционным лечением. История развития. [8, с. 153]

Итак, разные ученые, изучавшие головной мозг, поставили клиническую почву для создания БОС-терапии. Само направление получило развитие в 60-х годах прошлого века в США. Изначально его применяли в психотерапии. За всю историю развития терапия стала популярна во всем мире.

Аппараты ставятся почти у каждого врача в Японии, Германии и остальной Европе.

Сегодня выпускается два специализированных по теме журнала, функционирует профсоюз, доказательная медицина все больше признает этот метод. Большая часть страховых компаний уже готова покрывать расходы пациента. Согласно определению, БОС-терапия для детей и взрослых направлена на информирование человека о его телесных функциях. Таким образом, формируется сознательная регуляция. [19, с. 214]

Как было сказано выше, БОС-терапия состоит из двух компонентов: аппарата и программного обеспечения. В аппарат входит несколько устройств. Основная часть - это датчики для регистрации мозговых сигналов, частоты сердцебиения, дыхания и для регистрации биоэлектрической активности мышц. Вторая часть аппарата - это преобразователь сигналов, который преобразует их в удобную для ПК форму. В чем суть метода? Как известно, все вышеотмеченное не является контролируемыми процессами со стороны сознания.

1.2 Понятие психотерапии

В настоящее время психотерапия является признанным методом лечения, который не только эффективен, но и широко распространен. Хотя бы один раз в жизни в помощи психотерапевта нуждается 10-15% всех жителей Восточной Европы, а около 2-3% страдают тяжелыми психическими заболеваниями. К ним необходимо прибавить людей с болезненным влечением. [5, с. 241-250]

Психотерапия - это психическое воздействие на больного с лечебной целью. Сегодня психотерапия иногда дополняет соматическое лечение, а при неврозах является единственным средством лечения. В XX веке были созданы различные формы психологической помощи. Существует множество психотерапевтических методов, которые можно по-разному классифицировать. [15, с. 245]

По способу лечения психотерапевтические методы подразделяются на «обнаруживающие (вскрывающие) и не обнаруживающие (игнорирующие) причину болезни». К первой группе относится глубинная терапия, с помощью которой пытаются обнаружить

4

глубинные причины болезни и одновременно лечить саму болезнь. Ко второй - поведенческая терапия, используя которую, лечат лишь симптомы болезни, сознательно не обращая внимания на причину заболевания. Другие методы лечения связаны с обучением, например, аутогенная тренировка или гештальт-терапия, когда проблемы моделируются, например, в процессе игры.

Методы, применяемые в психотерапии, во многом зависят от возраста пациента, поэтому существует психотерапия для детей, подростков и взрослых. Также выделяют психологическую помощь, индивидуальную и групповую терапии.

Методы, не анализирующие причину заболевания

Применяя эти методы, пытаются изменить представления человека и таким образом ему помочь. К этим формам психотерапии относится гетеросуггестия (т.е. внушение «со стороны»), аутоггестия (самовнушение) или гипноз. Не анализирующими эти методы называются потому, что при их использовании не пытаются обнаружить причину болезни. Такие методы могут быть особенно эффективными при лечении психосоматических заболеваний. [14, с. 235]

При применении этих методов выздоровлению больного должно помочь расслабление. Наиболее известный метод - аутогенная тренировка, во время которой человек полностью расслабляется. К другим методам относятся гимнастика, массаж и дыхательные упражнения. Эти методы рекомендуются людям, испытывающим большие нагрузки на работе или страдающим повышенной утомляемостью.

В жизни многие из нас попадают в ситуации, из которых без психологических последствий не выйти. И как правило сам человек не в состоянии разобраться в сложившейся ситуации, так как мысли и эмоции загоняют в угол. Победить чувство тревоги, переживания, избавиться от повышенной раздражительности, или сонливости вам помогут в центре психотерапии

Глава 2 Эмпирический анализ биологической обратной связи как психотерапевтический метод.

2.1 Описание процесса исследования

Целью нашего исследования было выявление влияния трех детерминант (уровня осознания, психоэмоционального состояния и ориентации ценностной структуры личности), на стрессоустойчивость личности. Для успешной реализации поставленной цели нами были выполнены следующие задачи:

1. Первичная диагностика.
2. Проведения тренинга БОС.
3. Вторичная диагностика.
4. Интерпретация результатов и заключение выводов проделанной работы.

Решая первую задачу, мы проанализировали существующие методики, направленные на изучение трех детерминант. Нами были выбраны следующие методики: «Бостонский тест на стрессоустойчивость», «Семантический дифференциал», «Самоактуализационный тест» А. Маслоу (адаптированный Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика и М.В. Кроз). «Самоактуализационный тест» А. Маслоу (адаптированный Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика и М.В. Кроз). Самоактуализационный тест построен по тому же принципу, что и POI, и состоит из 126 пунктов, каждый из которых включает два суждения ценностного или поведенческого характера. Суждения не обязательно являются строго альтернативными. Тем не менее испытуемому предлагается выбрать то из них, которое в большей степени соответствует его представлениям или привычному способу поведения. Данная методика измеряет самоактуализацию по двум базовым и ряду дополнительных шкал. Такая структура опросника была предложена Э. Шостромом для POI и сохранена в данном тесте. Базовыми являются шкалы Компетентности во времени и Поддержки. Они независимы друг от друга и, в отличие от дополнительных, не имеют общих пунктов. 12 дополнительных шкал составляют 6 блоков - по две в каждом. Каждый пункт теста входит

5 в одну или более дополнительных шкал и, как правило, в одну базовую. Таким образом, дополнительные шкалы фактически включены в основные, они содержательно состоят из тех же пунктов. Подобная структура теста позволяет диагностировать большое число показателей, не увеличивая при этом в значительной степени объем теста [12].

2.2 Результаты диагностики

Выборка состояла из 20 человек: экспериментальная группа 10 человек и контрольная группа 10 человек. Первой нашей задачей было определить стрессоустойчивость испытуемых, затем мы определяли психоэмоциональное и физическое состояния за последние три месяца до тренинга. Следующей задачей мы поставили определение, в какой степени испытуемые разделяют бытийные ценности, или другими словами ценности присущие самоактуализирующейся личности. Затем мы изучали уровень осознания. После проведения тренинга, мы провели повторную диагностику тех же

параметров и приступили к обработке полученных данных.

Исходя из полученных нами данных по Бостонскому тесту (на Рис. 2.2) на стрессоустойчивость количество стрессоустойчивых человек в экспериментальной группе до прохождения тренинга было равно 50%, в то время как количество стрессоустойчивых человек в контрольной группе было равно 70%.

Заключение

В заключении хотелось бы сказать, что понижение психоэмоционального напряжения, повышение уровня осознания граней-Я и окружающей ситуации, и изменение ориентации ценностной структуры личности в сторону бытийных ценностей было статистически значимо, однако не привело к статистически значимому повышению стрессоустойчивости личности. При этом во всех случаях мы наблюдали положительную динамику. Стрессоустойчивость и выделенные нами детерминанты являются ригидными свойствами личности, поэтому мы предполагаем, что более поздний срез показателей дал бы нам более статистически значимый результат.

Список использованных источников

5. Аболин Л.М. Психические механизмы эмоциональной устойчивости человека. Казань: изд-во КазГУ, 2007.

6. Александровский А.А. Компьютеризованная кардиология. Саранск; "Красный Октябрь" 2005: 197.

7. Белова А.Н. Нейрореабилитация. -М. Антидор, 2000 г. - 568с.

8. Боголюбов В.М., Пономаренко Г.Н. Общая физиотерапия. М.,СПб.: СЛП, 2008.

9. Варданян Б.Х. Механизмы саморегуляции эмоциональной устойчивости // Категории, принципы и методы психологии. Психологические процессы. - М.: 2008.

10. Василюк Ф.Е. Психология переживания. - М., 2011.

11. Гиссен Л.Д. Время стрессов. Обоснование и практические результаты психопрофилактической работы в спортивных командах. - М.: Физкультура и спорт, 2010.

12. Зильберман П.Б. Эмоциональная устойчивость оператора. // Очерки психологии труда оператора.- М.: Наука,2006.

13. Косицкий Г.И., Смирнов В.М. Нервная система и стресс. - М.: Наука, 2009

14. Лазарус Р.С. Теория стресса и психофизиологические исследования //Эмоциональный стресс /Под ред. Л.Леви. - Л.: Медицина, 2010.

15. Левитов Н.Д. Проблема психических состояний // Вопросы психологии. 2005.

16. Ливенсон А.Р. Электромедицинская аппаратура.: [Учебн. пособие] - Мн.: Медицина, 2001. - 344с.

17. Прикладная лазерная медицина. Под ред. Х.П. Берлиена, Г.И. Мюллера.- М.: Интерэкспорт, 2007г.

6

18. Разработка и постановка медицинских изделий на производство. Государственный стандарт Республики Беларусь СТБ 1019-2000.

19. Рутман Э.М. Надо ли убегать от стресса? - М.: Физкультура и спорт, 2009.

20. Селье Г. На уровне целого организма. - М: Наука, 2007.

21. Синдром эмоционального выгорания (статья) Алтайское сообщество кардиологов. Режим доступа - <http://card-cgb.narod.ru/materials/sev.htm> (дата посещения 20.03.2015).

22. Системы комплексной электромагнитотерапии: Учебное пособие для вузов/ Под ред А.М. Беркутова, В.И. Жулева, Г.А. Кураева, Е.М. Прошина. - М.: Лаборатория Базовых знаний, 2000г. - 376с.

23. Штарк М.Б., Скок А.Б. Применение электроэнцефалографического биоуправления в клинической практике. М. - 2004 г

24. Электронная аппаратура для стимуляции органов и тканей /Под ред Р.И. Утямышева и М. Враны - М.: Энергоатомиздат, 2003.384с.

25. Aaronson, B. S. (1968). Hypnotic alterations of space and time. International Journal of Parapsychology, 10, 5-36

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/kurovaya-rabota/25672>