


# Особенности БОС - тренинга как метода психологической коррекции ПТСР у комбатантов

Главный врач  
ГБУ ДНР «Психиатрическая больница г.Макеевки»,  
кандидат медицинских наук  
Бабура Елена Васильевна  
+79493015534  
[makpb1972@mail.ru](mailto:makpb1972@mail.ru)





Теоретические основы изучения  
дезадаптации у военнослужащих с  
высоким уровнем социальной  
фрустрированности

**ОСОБЕННОСТИ БОС-ТРЕНИНГА.**



# Адаптивные и дезадаптивные формы реагирования

Адаптивные формы реагирования: преодоление препятствия с использованием новых методов и средств или с помощью изменения стратегии поведения; компенсация - поиск другой сферы для удовлетворения потребности; отказ от намеченной цели, выбор новых целей, переоценка ценностей.

Дезадаптивные формы фрустрации могут выражаться в агрессивных реакциях, направленных как на другого человека, так и на себя; уход из ситуации, отказ от деятельности, апатия; регрессия; двигательное возбуждение, при котором человек не способен контролировать своё поведение, а также, включение механизмов психологической защиты, помогающих преодолеть состояние фрустрации.



# Социальная фрустрированность

- ✧ Социальная фрустрированность – личностная особенность человека, выражающаяся через неудовлетворенность им своим социальным статусом, достижениями в социуме, отношениями с окружающими людьми.
- ✧ Социальная фрустрированность выражается через низкую самооценку, сниженное настроение, дискомфорт, склонность испытывать и переживать негативные эмоции.



# Преимущества метода БОС-тренинга

Комплексность, объективность, доступность результатов, их визуализация, длительный эффект процедур, высокая эффективность в диагностике и коррекции различных нарушений организма, аналитичность, отсутствие серьёзных противопоказаний и многие другие. Ведущим преимуществом тренинга является обучение навыкам саморегуляции, релаксации и управляемого восстановления поражённых органов и систем.

Важнейшим качеством БОС-тренинга является максимальная точность снятия физиологических параметров в реальном времени без возможных искажений при обработке сигнала.



# Диагностические критерии дезадаптации

Нарушения в  
профессиональной  
деятельности

Реакции, выходящие  
за пределы нормы и  
ожидаемых реакций на  
стресс (агрессия,  
депрессия и т.д.)

Нарушения в  
межличностной  
сфере






# Причины возникновения дезадаптации (А.А. Налчаджан)

- ☞ пережитый психосоциальный стресс, вызванный семейными, профессиональными, социальными проблемами, хроническими заболеваниями и т.д.;
- ☞ пережитые экстремальные ситуации, в которых человек участвовал лично или как свидетель;
- ☞ неблагоприятное включение в новую социальную ситуацию или нарушение устоявшихся взаимоотношений в группе.





Чем значительнее адаптационные способности, тем выше вероятность того, что организм человека сохранит нормальную работоспособность и высокую эффективность деятельности при воздействии психогенных факторов внешней среды. И, соответственно, чем ниже адаптационные способности человека, тем выше вероятность возникновения нарушений в работоспособности и эффективности деятельности при воздействии различных факторов внешней среды.

(А.Г. Маклаков)



# Фрустрация

- ✎ Фрустрация - особое состояние, при котором на пути достижения значимой цели человек встречает непреодолимое препятствие. Она определяется также как психическое состояние, вызванное неуспехом в удовлетворении потребностей.
- ✎ Состояние фрустрации сопровождается отрицательными переживаниями различными по своему проявлению, начиная от грусти, тревоги и раздражения, заканчивая яростью, отчаянием, горем.



# Фрустратор

- ✧ Фрустратор — это причины возникновения фрустрации; препятствие на пути к поставленной цели.
- ✧ Типы фрустраторов (С. Розенцвейг): лишения; потери; конфликты.
- ✧ Не всегда наличие фрустратора приводит к возникновению фрустрации.



Формы фрустрации - реакции на неудачу, блокаду потребности: агрессия, замещение, смещение, рационализация, регрессия, депрессия, фиксация и интенсификация условий.

Фрустрационная теория агрессивного поведения: если есть фрустрация, следует искать агрессию и наоборот. По направленности агрессию делят на агрессию на фрустратор (на препятствие) и на агрессию на себя.



# Деструктивное проявление социальной фрустрированности

✎ По мнению Н.Д. Левитова к таковым «следует относить: агрессию, реакцию избегания, депрессию, регрессию». Согласно мнению А.В. Махнач и Ю.В. Бушова - «беспокойство и напряжение». В.М. Астапов утверждал, что «к деструктивным проявлениям следует относить чувства безразличия, апатии и утраты интереса, вины и тревоги». Т. Г. Румянцева выделяет такие характеристики, как «ярость и враждебность», а А. И. Плотичер - «зависть и ревность».



# БОС



Биологическая обратная связь является нефармакологическим методом лечения с использованием специальной аппаратуры для регистрации, усиления и «обратного возврата» пациенту физиологической информации, биологическая обратная связь является нефармакологическим методом лечения с использованием специальной аппаратуры для регистрации, усиления и «обратного возврата» пациенту физиологической информации.



# Преимущества метода БОС-тренинга

- ❧ Комплексность, объективность доступность результатов, их визуализация, длительный эффект процедур высокая эффективность в диагностике и коррекции различных нарушений организма, аналитичность, отсутствие серьёзных противопоказаний и многие другие. Ведущим преимуществом тренинга, использующего принцип биологической обратной связи, является обучение навыкам саморегуляции релаксации и управляемого восстановления поражённых органов и систем.



В настоящем исследовании в качестве субъективно – оценочных методов лиц с клиническими проявлениями ПТСР, связанными с участием в боевых действиях, и переживших экстремально – травматическое потрясение, использовались:

Фармакология

БОС-тренинг



## Дополнительные методы исследования:

Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И. Вассермана (модификация В.В. Бойко)

Личностная шкала проявлений тревоги Дж. Тейлора (в адаптации Т.А. Немчинова)

Многофакторный личностный опросник «Адаптивность» (А.Г. Маклакова, С.В. Чермянина)



# Выборка исследования

Комплексным диагностическим и психометрическим исследованием было охвачено 120 военнослужащих:

- ✎ На 60 человек была применена фармакотерапия.
- ✎ На 60 человек была применён БОС-тренинг.

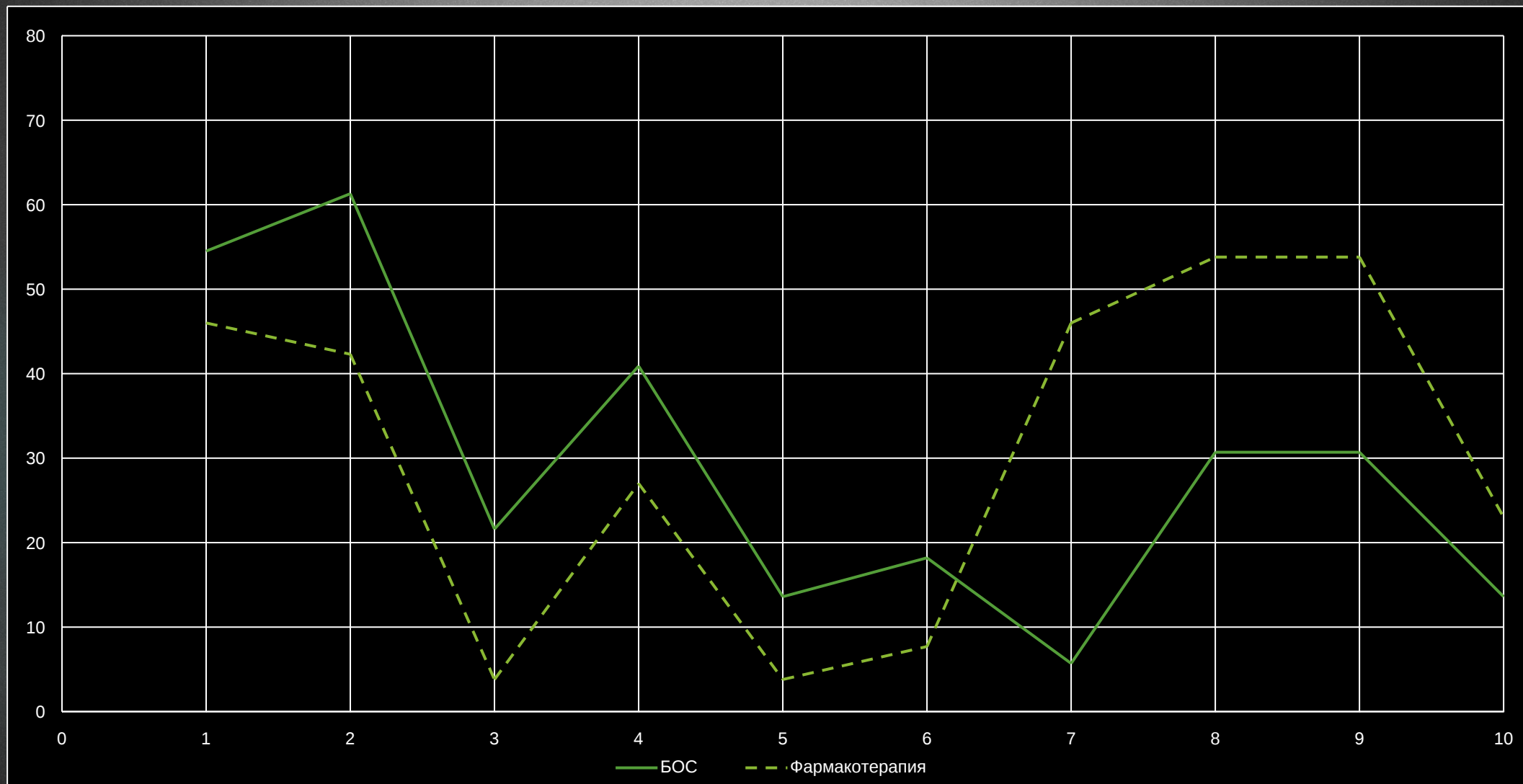


# Спектр и частота переживаний военнослужащих при применении медикаментозного лечения и БОС-тренинга

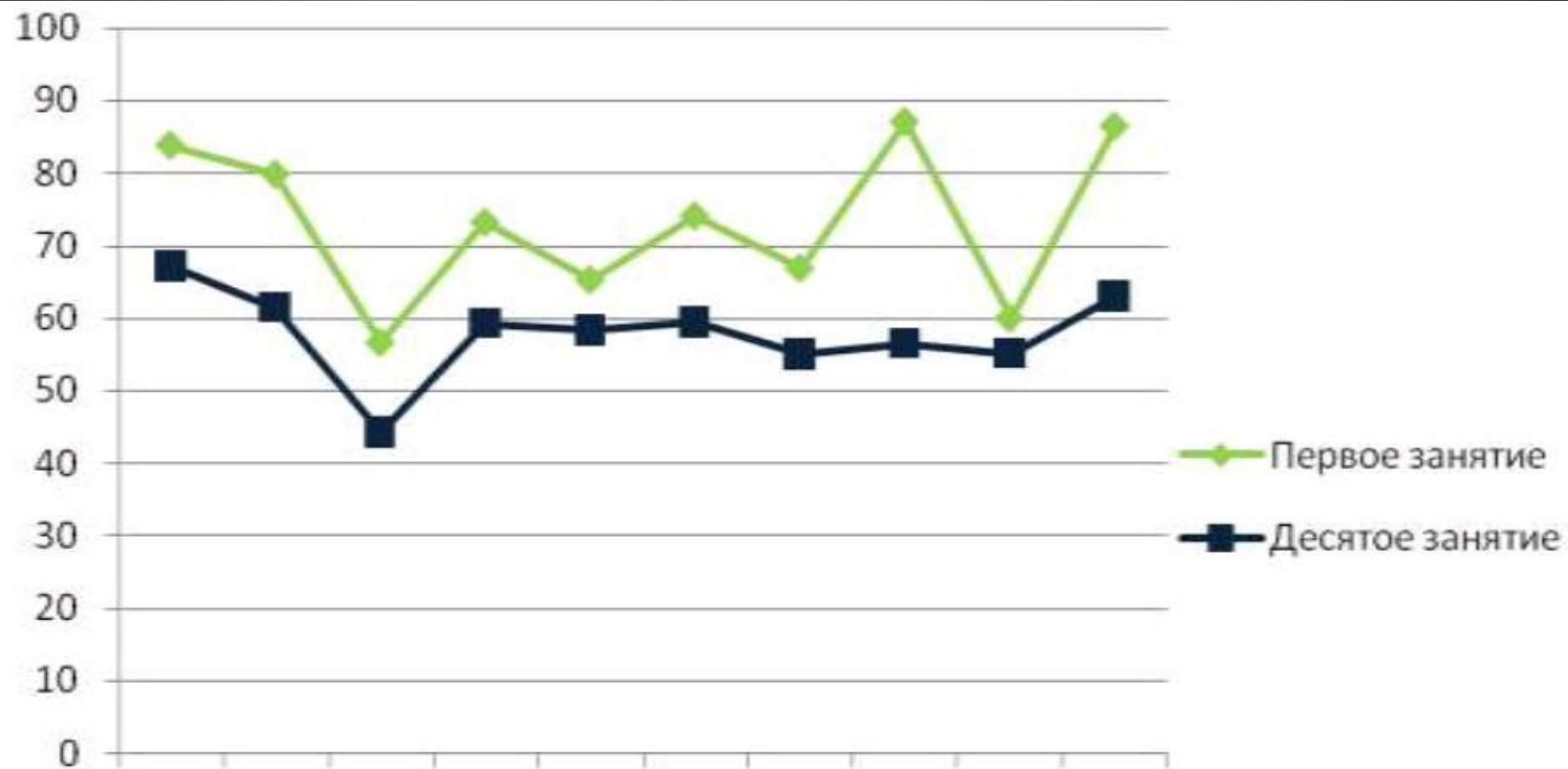
| Переживание                  | БОС-тренинг | Психофармакотерапия | p, z-тест |
|------------------------------|-------------|---------------------|-----------|
| Страх                        | 48 (54,5%)  | 12 (46%)            | p>0,05    |
| Растерянность                | 54 (61,3%)  | 11 (42,3%)          | p<0,05    |
| Опустошенность               | 19 (21,6%)  | 1 (3,8%)            | p<0,05    |
| Путаница мыслей и/или эмоций | 36 (40,9%)  | 7 (27%)             | p<0,05    |
| Раздражение                  | 12 (13,6%)  | 1 (3,8%)            | p<0,05    |
| Хаос                         | 16 (18,2%)  | 2 (7,7%)            | p<0,05    |
| Подъем сил                   | 5 (5,7%)    | 12 (46%)            | p<0,05    |
| Вера в лучшее                | 27 (30,7%)  | 14 (53,8%)          | p<0,05    |
| Долг                         | 27 (30,7%)  | 14 (53,8%)          | p<0,05    |
| Спасение                     | 12 (13,6%)  | 6 (23%)             | p>0,05    |



# Усредненный профиль субъективных переживаний военнослужащих при проведении БОС-тренинга и психофармакотерапии

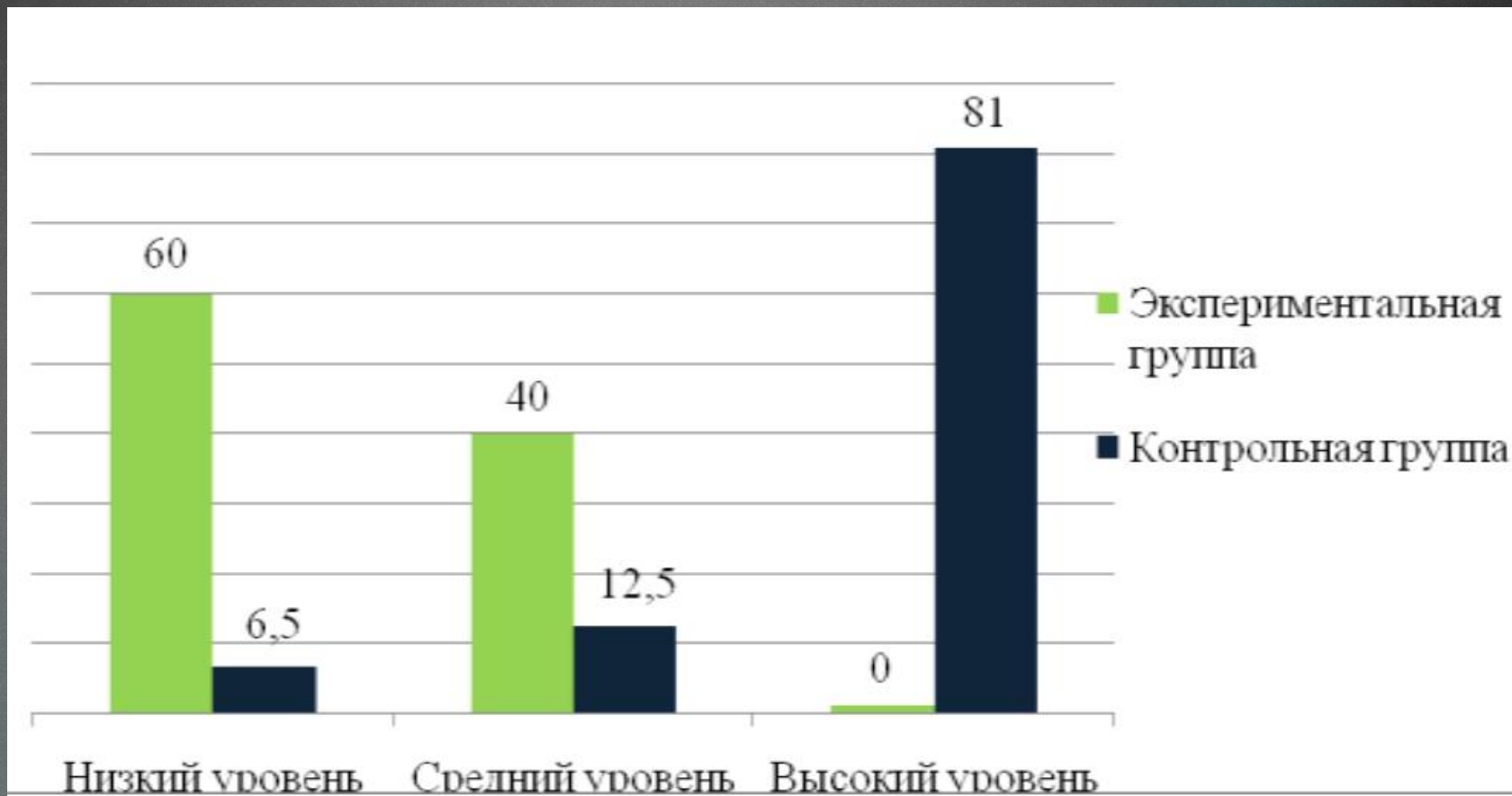






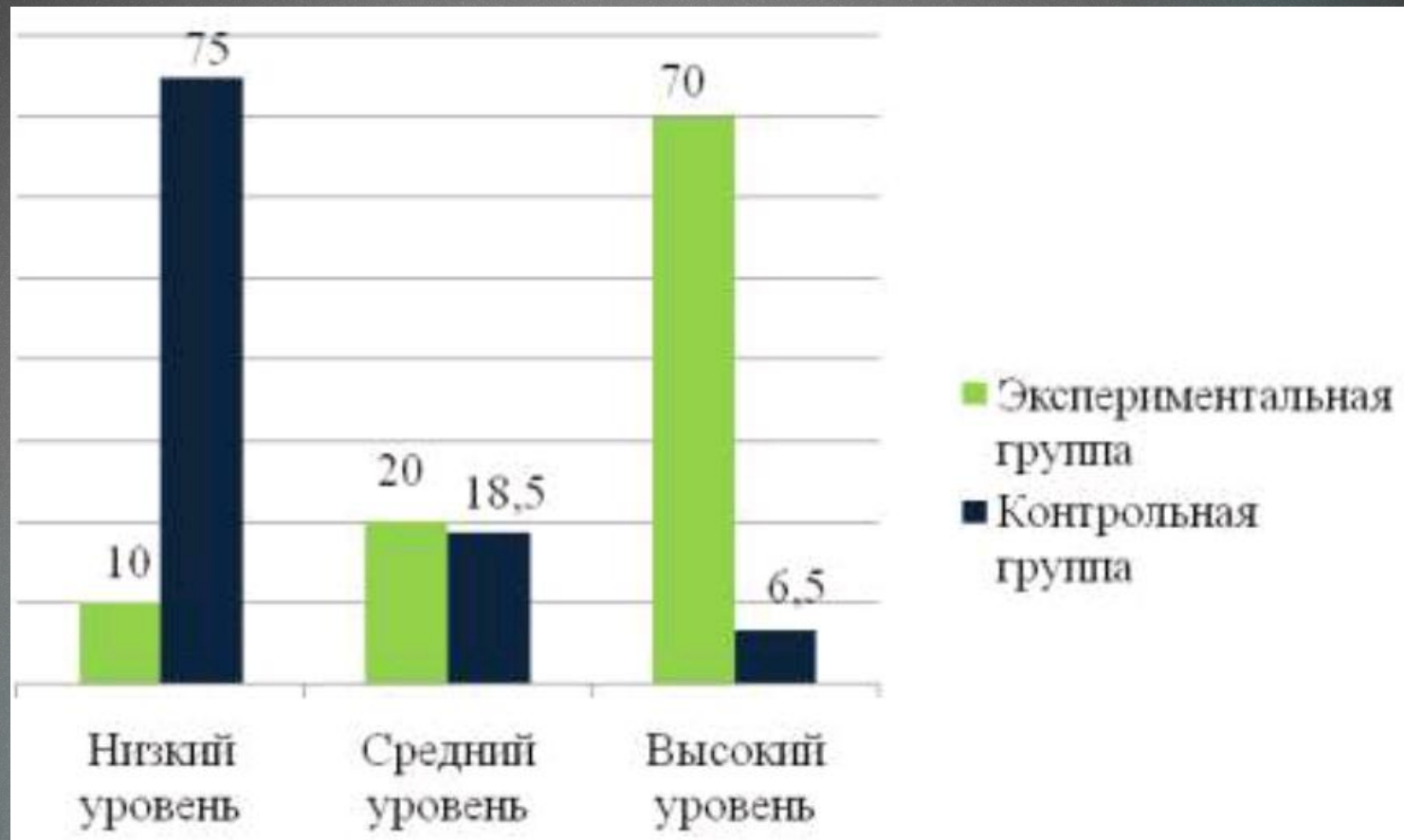
Поэтапная динамика изменений показателей ЧСС у  
военнослужащих по первому и десятому занятию





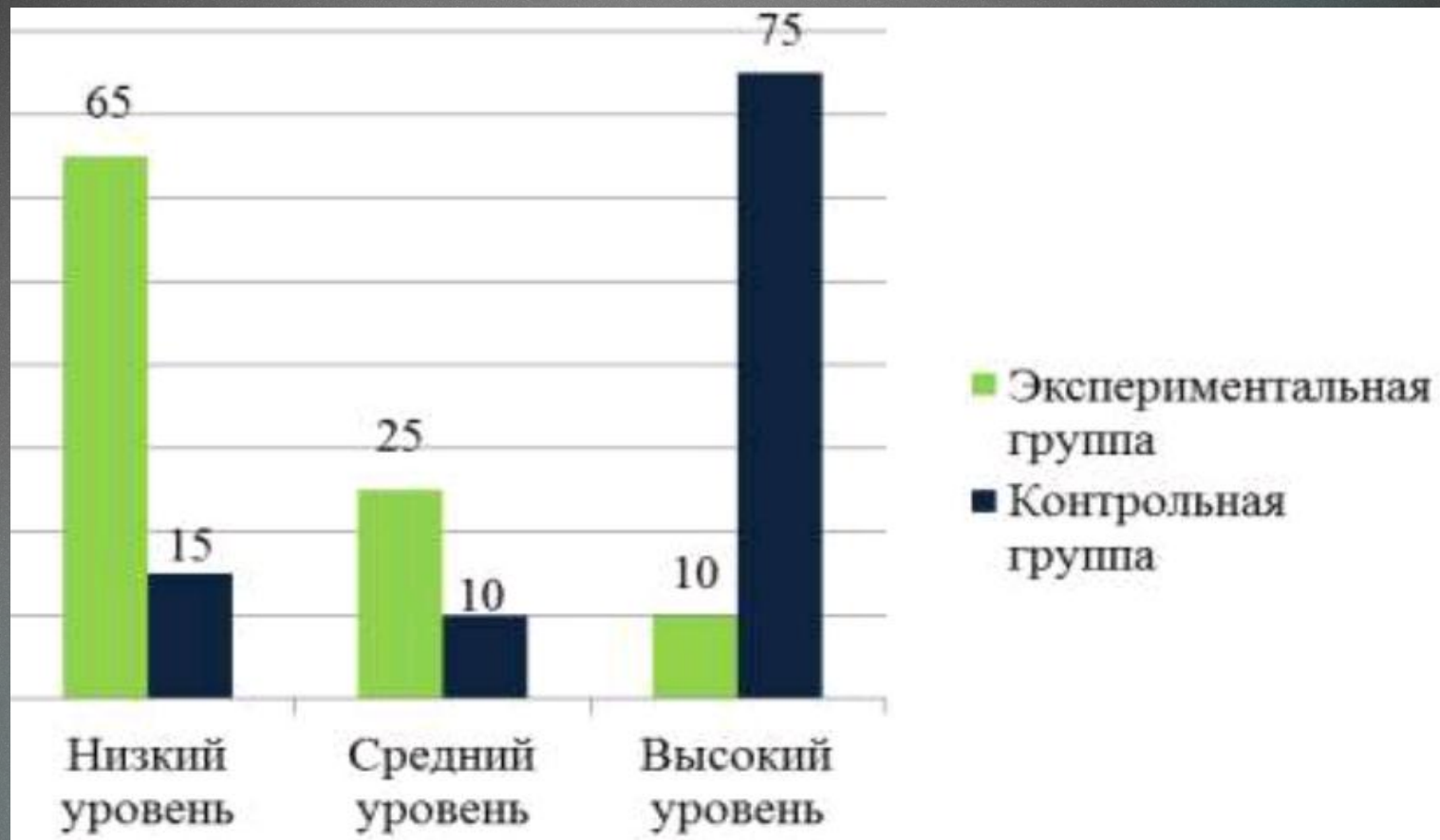
Распределение военнослужащих по уровню тревожности в экспериментальной и контрольной группах





Распределение военнослужащих по уровню адаптивности в экспериментальной и контрольной группах





Распределение военнослужащих по уровню социально фрустрированности в экспериментальной и контрольной группах





СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!