Страхи

Если кто-либо реагирует на определённую ситуацию несоразмерным чувством страха, в этом случае говорится о нарушениях реакции страха.

Страх — врождённая чувственная реакция, возникающая при переживании опасных жизненных ситуаций и является необходимым условием для выживания индивидуума в частности и вида в целом. Естественная реакция страха вызывает большое число соматических и психических процессов (например, повышение артериального давления, учащение пульса, напряжение мускулатуры, повышенную осторожность и т.д.)

При нарушениях возникает мощное чувство страха, даже если нельзя объяснить интенсивность реакции страха вызвавшим её раздражителем. Мы различаем фобии (направленные страхи, например, страх замкнутого пространства или страх перед поездкой в лифте = клаустрофобия) и диффузные страхи (беспредметные страхи), например, при панических нарушениях, состояние паники возникает вдруг «из ничего».

Терапия

Терапией выбора при лечении страхов является поведенческая терапия. С пациентом обсуждается его персональный «замкнутый круг» страха: какие физические и психические процессы протекают до возникновения приступа страха? Как ведёт себя пациент вследствие этого?

Как правило, каждое нарушение реакции страха протекает параллельно с реакцией подавления или избегания (предотвращения наступления ситуации, вызывающей страх). Поэтому следующим шагом терапии является отказ от этого подавления и прямое противопоставление себя ситуации, вызывающей страх. Этим достигается понимание, что

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH

страх уменьшается, тогда как при избегании критической ситуации он возрастает (в единичных случаях вплоть до развития «страха перед страхом»).

Если мы имеем дело с изменениями личности, которые часто сопровождаются необоснованными и экзистенциальными (бытийными) страхами, тогда применяется структурная терапия: пациент учится с помощью самонаблюдения и консультаций с психотерапевтом лучше оценивать ситуации, вызывающие страх и лучше их контролировать.

Арт-терапия поддерживает процесс лечения с помощью использования креативных средств: всех видов рисования, лепки из глины и работы с другими материалами.

Нашим пациентам мы предлагаем полный комплекс сервисных услуг.
Берем на себя организацию поездки от начала до конца в соответствии с Вашими пожеланиями. Будем рады помочь.

+49 (211) 159 423 10, +49 (176) 384 43 365 (Viber, WhatsApp) patient@dk-allianz.de
© 2019 Copyright Deutsche Klinik Allianz GmbH