

დიგიტალური კონსულტაცია ტრავმის დროს - ბარიერები ბენეფიტები:  
კონსულტანტების თვალსაზრისის და გამოცდილების კვლევა

მაია სალხინაშვილი

*სამაგისტრო ნაშრომი წარდგენილია ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის მეცნიერებათა და ხელოვნების ფაკულტეტზე ფსიქოტრავმატოლოგიის მაგისტრის აკადემიური ხარისხის მინიჭების მოთხოვნების შესაბამისად*

ფსიქიკური ჯანმრთელობის სამაგისტრო პროგრამა

სამეცნიერო ხელმძღვანელი: ნინო მახაშვილი, პროფესორი

ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი

თბილისი, 2022

## განაცხადი

*როგორც წარდგენილი ნაშრომის ავტორი, ვაცხადებ, რომ ნაშრომი წარმოადგენს ჩემს ორიგინალურ ნამუშევარს და არ შეიცავს სხვა ავტორების მიერ აქამდე გამოქვეყნებულ, გამოსაქვეყნებლად მიღებულ ან დასაცავად წარდგენილ მასალებს, რომლებიც ნაშრომში არ არის მოხსენიებული ან ციტირებული სათანადო წესების შესაბამისად.*

მაია სალხინაშვილი

26.06.2022.

## აბსტრაქტი

კოვიდ-19 ის გავრცელებამ მნიშვნელოვანი ნეგატივი გავლენა მოახდინა ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე, ხელი შეუწყო ისეთი სიმპტომების განვითარებას, რაც დამახასიათებელია შფოთვის, დეპრესიის, პოსტ-ტრავმული სტრესული აშლილობის (PTSD) და სხვა ტრავმასთან და სტრესთან დაკავშირებული აშლილობებისთვის.

პანდემიის გავრცელების პრევენციის მიზნით, დაწესებული რეგულაციების შესაბამისად, 2020 წლის გაზაფხულიდან, ფსიქოთერაპიული სერვისების მომსახურების განხორციელება შესაძლებელი გახდა მხოლოდ დიგიტალურ ფორმატში.

წინამდებარე ნაშრომი იკვლევს იმ გამოწვევებს და სიკეთებს, კონსულტანტების თვალსაზრისიდან გამომდინარე, რაც უკავშირდება დიგიტალურ რეჟიმში კონსულტაციის განხორციელებას, სპეციფიკურად იმ პირებთან ვისაც გადატანილი აქვს მატრამვირებელი მოვლენა და ავლენენ ფსიქოტრავმასთან დაკავშირებულ სიმპტომატიკას/აშლილობის ნიშნებს.

კვლევა ჩატარდა თვისებრივი მეთოდით-სიღრმისეული ინტერვიუს გამოყენებით, კვლევაში მონაწილეობა მიიღო 16-მა რესპოდენტმა, რომელთა შერჩევაც მოხდა მიზნობრივად, მონაცემთა დამუშავება მოხდა თემატური ანალიზის მეთოდის მიხედვით.

კვლევამ გამოავლინა, რომ ტრავმა-თერაპიის და კონსულტირების დიგიტალურ რეჟიმში განხორციელებისას მნიშვნელოვან გამოწვევად შეიძლება ჩაითვალოს: კლიენტის სხეულის სრულად აღქმის სირთულე, კლიენტთან რაპორტის დამყარების გაძნელება და ემპათიის განცდის შესაძლო ნაკლებობა; განსაკუთრებულ სირთულეს წარმოადგენს თერაპიის ერთ-ერთი კომპონენტის - ექსპოზიციის მეთოდის განხორციელება და რთული ტრავმის სიმპტომების მართვა. აღსანიშნავია ინტერნეტის „ცუდი“ ხარისხის ნეგატიური

როლი თერაპიის პროცესზე, კონფიდენციალურობის დარღვევის და პროფესიული გადაწყვეტის მაღალი რისკი.

დიგიტალურ რეჟიმში სესიის განხორციელებას, კვლევის მიხედვით აქვს თავისი ბენეფიტებიც: თერაპიის პროცესში ფსიქო-განათლების და კონცეპტუალიზაციის კომპონენტის „გამარტივება“, დროის და ფინანსების დაზოგვა, მისი ხელმისაწვდომობის გაზრდა, როგორც გეოგრაფიული, ასევე კლიენტის ფიზიკური და ფსიქიკური მდგომარეობიდან გამომდინარე.

კვლევაში მიღებული შედეგები მნიშვნელოვან ინფორმაციას წარმოადგენს სფეროში მომუშავე კლინიცისტებისთვის- რეკომენდაციები მათ მიეხმარება მოვლის ხარისხის გასაუმჯობესებლად და პროფესიული გადაწყვეტის თავიდან ასაციებლად; და ასევე, ეს მნიშვნელოვანის სერვისების მენეჯერებისთვის, რადგან დასტურდება, რომ დიგიტალურ კონსულტაცია ტრავმირებული კლიენტებისთვის ბენეფიტების შემცველია და შესაძლოა იდენტიფიცირებული რისკების შემცირებაზე ზრუნვას.

**საძიებო სიტყვები:** COVID\_19- ის გავლენა ფსიქიკურ ჯანმრთელობაზე; პოსტ-ტრავმული სტრესული აშლილობა; PTSD და COVID\_19; PTSD სამართავად რეკომენდირებული თერაპიული მეთოდები; დიგიტალური კონსულტაცია ტრავმული გამოცდილების მქონე პირებისთვის;

## **Abstract**

The spread of Covid-19 has had a significant negative impact on mental health, contributing to the development of symptoms characteristic of anxiety, depression, post-traumatic stress disorder(PTSD) and other trauma and stress related disorders.

In order to prevent the spread of the pandemic in accordance with the established regulations, from the spring of 2020, the provision of psychotherapeutic services become possible only in digital format.

This paper explores the challenges and benefits of consulting digitally from a consultant perspective, specifically for individuals who have experienced a traumatic event and are showing signs of psychotrauma-related symptoms / disorder.

The research was conducted using qualitative method- using in depth interviews, the study involved 16 respondents, who were selected purposefully, the data were processed according to the method of thematic analysis.

Research has shown that significant challenge to digital trauma therapy and counseling can be considered: difficulty in fully perceiving the client's body, difficulty in establishing a rapport, and a possible lack of empathy; of particular difficulty is the implementation of one of the components of therapy- the method of exposure and the management of symptoms of complex trauma. The negative role of the “poor” quality of the internet in the therapy process, the high risk of breach of privacy and professional burn-out are noteworthy.

Carrying out a session in digital mode according to the research also has its benefits: “simplification” of the psycho- education and conceptualization component I the therapy process,

saving time and money, increasing its availability depending on the geographical, physical and mental condition.

The results of the study provide important information for clinicians working in the field recommendations to help them improve the quality of care and prevent occupational burn-out;

And also its important for service managers as it proven that digital consulting has benefits for traumatized clients and may gating identified risks.

**Keywords:** COVID\_19 Impact on Mental Health; Post-traumatic stress disorder; PTSD and COVID\_19; Recommended therapeutic methods for managing PTSD; Digital counseling for individuals with traumatic experiences.

## მადლობა

პირველ რიგში, მადლობას ვუხდით ჩემს ხელმძღვანელს, ქ-ნ ნინო მახაშვილს, მნიშვნელოვანი უკუკავშირის, ყურადღებისა და მხარდაჭერის გამო; ასევე სამაგისტრო თემის არჩევაში და რესპოდენტთა მოძიებაში დახმარებისთვის.

მადლიერებას გამოვხატავ ქ-ნ თეკლა ლათიბაშვილის და ქ-ნ ლელა ცისკარიშვილის მიმართ, რომლებმაც დამაკავშირეს რესპოდენტებს.

მადლობა კვლევაში მონაწილე რესპოდენტებს, კვლევაში მონაწილეობისთვის და ინფორმაციული პასუხებისთვის.