ВОПРОСЫ

К ИТОГОВОМУ ЭКЗАМЕНУ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ

И МЕТОДАМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ И ПСИХОТЕРАПИИ

**для студентов программы «ПСИХОТЕРАПИЯ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ»**

**КРИЗИСНЫЕ СОСТОЯНИЯ И ПСИХИЧЕСКАЯ ТРАВМА, МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ, СИМПТОМАТИКА, СТРАТЕГИЯ ПСИХОТЕРАПИИ**

* Классификация кризисных состояний, основанная на причине возникновения
* Возрастные кризисные периоды: психоаналитическая концепция З. Фрейда, эпигенетическая концепция Э. Эриксона.
* Экзистенциальные кризисы, клиника, диагностика, течение. Стратегия психологической помощи при экзистенциальных кризисах.
* История развития концепции посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).
* ПТСР у участников боевых действий, жертв катастроф и сексуального насилия.
* Стресс радиационной угрозы и его последствия
* Суицидальное поведение и ПТСР. Прогностические критерии суицидального риска.
* Теории возникновения, этиология и патогенез развития посттравматического стрессового расстройства. Факторы риска развития и факторы, обуславливающие защиту от возникновения ПТСР
* Симптомы посттравматического стрессового расстройства у взрослых, критерии ПТСР по DSM-IV
* Проявление последствий стресса с т. з. телесно-ориентированной психотерапии
* Диагноз посттравматического стрессового расстройства по МКБ-10
* Классификация ПТСР, основанная на тяжести расстройства
* Диссоциация и диссоциативные расстройства.
* Отдаленные проявления (ассоциированные признаки) ПТСР.
* Сопутствующие расстройства и осложнения посттравматического стрессового расстройства. Последствия боевого стресса.
* Личностные качества человека, пережившего психическую травму.
* Формирование психологии жертвы, вследствие психологической и сенсорной депривации, нарушения течения детских возрастных периодов, детских травм.
* Проявления последствий детских травм и ПТСР (в системе DSM-IV).
* Основные категории методов посттравматической терапии.
* Стратегия лечения простых посттравматических стрессовых расстройств.
* Стратегия лечения сложных посттравматических стрессовых расстройств.
* Основные принципы лечения посттравматического стрессового расстройства.

**ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА: МЕХАНИЗМЫ И СТРАТЕГИИ**

* Виды психосоматических расстройств. Функциональные и органные психосоматозы. Клинические проявления “классических” психосоматических расстройств.
* Теории, модели и механизмы возникновения психосоматических расстройств. Личность психосоматического больного и методы её психологической диагностики.
* Роль семьи в возникновении психосоматозов. Искажения в системе детско-родительских отношений при формировании психосоматических расстройств. Основные проявления семейной дисгармонии в семьях психосоматиков.
* Типы личностной реакции на заболевание. Противоречивость психологического портрета психосоматика, наличие множественных “мишеней терапии”.
* Личностнополовая специфика при функциональных психосоматических расстройствах и классических психосоматозах, их учет в психотерапии.
* Особенности протекания психосоматических расстройств в детском и подростковом возрасте. Роль детско-родительских отношений в течении психосоматических расстройств. Диагностика внутрисемейных отношений. Мишени терапии при нарушении семейных взаимоотношений у пациентов с психосоматическими расстройствами. Специфика психосоматических расстройств в пожилом возрасте. Возможности психотерапии психосоматических нарушений у пожилых пациентов.
* Общие принципы терапии психосоматических расстройств в различных направлениях психотерапии (психоаналитическом, когнитивно-бихевиоральном, экзистенциально-гуманистическом).
* Эклектический подход при работе с психосоматическими больными (гештальттерапия, телесно-ориентированная психотерапия, арттерапия, символдрама, психосинтез, НЛП, терапия нового решения, работа с семьей, суггестивные методы и др.). Работа с телом и телесными недомоганиями в интегративном подходе.

**Психотерапия при сосудистых психосоматических заболеваниях**

* Гипертоническая болезнь как классический психосоматоз. Личностные особенности больных, мишени терапии при гипертонической болезни.
* Основные психотерапевтические подходы. Наиболее частые комбинации психотерапевтических техник, применяемые при гипертонической болезни.
* Психологические особенности личности больных ишемической болезнью сердца.
* Динамика нервно-психического состояния больных, перенесших инфаркт миокарда. Специфические психологические реакции на заболевание.
* Психотерапия пациентов с ишемической болезнью сердца и постинфарктных больных. Краткосрочные и долгосрочные тактики терапии при ишемической болезни сердца и последствиях инфаркта миокарда.
* Этапы лечения при инфаркте миокарда.
* Методы социально-психологической реабилитации больных с ишемической болезнью сердца, включение профилактических обучающих технологий. Школа больных ишемической болезнью сердца.
* Инсульты и последствия инсульта. Роль психолога / психотерапевта в преодолении последствий инсульта. Мультидисциплинарность и многоосевое воздействие при оказания помощи перенесшим инсульт.
* Особенности психоэмоционального состояния лиц, перенесших инсульт.
* Основные этапы оказания помощи постинсультным больным.
* Личностно-ориентированная и симптомо-ориентированная диагностика состояния больных.
* Составление психотерапевтической программы с выделением основных мишеней воздействия. Учет ограничений, опора на сохранные функции, комбинирование различных подходов в психотерапии.

**Психотерапия при психосоматических заболеваниях дыхательной системы**

* Психологические факторы в этиопатогенезе бронхиальной астмы.
* Роль семейных взаимоотношений в возникновении бронхиальной астмы.
* Особенности личности больных бронхиальной астмой.
* Основные клинические проявления бронхиальной астмы.
* Бронхоспазм как символическое выражение личностного конфликта.
* Психологические реакции на заболевание и психические расстройства при бронхиальной астме.
* Психотерапия больных бронхиальной астмой.
* Симптомо-ориентированная групповая терапия больных бронхиальной астмой.
* Аутотренинг при бронхиальной астме.
* Обучение методикам функционального расслабления.
* Гипервентилляционый синдром (ГС) как типичное функциональное психосоматическое расстройство системы дыхания.
* Основные клинические проявления.
* Тревога, панические реакции в рамках гипервентилляционого синдрома.
* Обучение прерыванию приступов.
* Работа со страхами, внутренними конфликтами.
* Комбинирование медикаментозной терапии и психотерапии.

**Психотерапия при гастроэнтерологических и эндокринных психосоматических заболеваниях**

* Особенности ведения и лечения больных с язвенной болезнью желудка и 12-перстной кишки, язвенного колита, синдромом раздраженного кишечника.
* Психологические особенности больных с нарушениями желудочно-кишечного тракта (ЖКТ).
* Основные клинические проявления при функциональных и органических психосоматических заболеваниях ЖКТ.
* Роль психологических факторов в формировании язвенной болезни и др. психосоматозов ЖКТ.
* Психические нарушения при заболеваниях пищеварительного тракта.
* Психотерапия при язвенной болезни. Особенности терапевтической работы при синдроме раздраженного кишечника.
* Болезни эндокринной системы. Основные клинические проявления эндокринных нарушений.
* Связь эндокринных расстройств и стрессов. Картина личности эндокринных пациентов.
* Основные направления психотерапии при заболеваниях тиреотоксикозом, сахарным диабетом, ожирением.

**Психотерапия при кожных, аллергических заболеваниях, психосоматических заболеваниях и нарушениях опорно-двигательного аппарата**

* Эмоциональные факторы возникновения кожных заболеваний. Картина личности при нейродермите, экземе, псориазе. Клинические проявления.
* Реакция на контакт пациентов с аллергическими расстройствами: симптомы кожно-аллергических расстройств. Аллергия и психосоматика.
* Ведущие мишени терапии при кожных расстройствах.
* Основные техники психотерапии при заболеваниях кожи, аллергических расстройствах.
* Психологические особенности больных с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Клиника заболеваний.
* Мишени психотерапии при костно-мышечных нарушениях.
* Основные направления психотерапии при заболеваниях опорно-двигательной системы

**Работа с пациентами с неизлечимыми или тяжелыми соматическими заболеваниями и их родственниками. Технологии повышения вероятности выздоровления и профилактики рецидивов у онкобольных**

* Влияние хронического и тяжелого заболевания на психику.
* Психосоматическая модель рака и психологический аспект “исцеления” (выхода в длительную ремиссию).
* Авторские разработки психологического сопровождения онкобольных Ивашкиной М. Технологии повышения вероятности выздоровления и профилактики рецидивов у онкобольных.
* Индивидуальная и групповая (“палатная”) работа с соматическими больными.
* Особенности индивидуальной и групповой психотерапии при тяжелых соматических расстройствах,
* Работа с ресурсами.
* Экстренная психотерапевтическая работа с симптомом: болью, тошнотой, страхом. Правила формирования групп. “Палатный” метод психотерапии. Специфика групповой работы с инвалидами и подростками.
* Специфика переживания тяжелых заболеваний детьми.
* Психотерапевтическая работа с родственниками тяжелых больных.
* Комплексная психотерапия. Эклектический подход при работе с тяжелыми соматическими больными
* Личность врача тяжелой соматической клиники. Архетип “раненого целителя”.
* Диагностика синдрома профессионального выгорания (СПВ) у персонала при работе с психосоматическими больными.
* Психотерапия и профилактика эмоционального выгорания медперсонала. Балинтовские группы.

**Применение релаксационных и гипнотических техник в лечении психосоматических расстройств**

* Аутотренинг (АТ) как метод улучшения здоровья и противодействия стрессу. Основные достоинства метода. Эффект самомобилизации и изменение самочувствия. Наиболее известные версии аутотренинга. «Золотые правила» занятий. Относительные и абсолютные противопоказания для аутотренинга. Разряжающие упражнения. Сканирование тела. Стандартные упражнения АТ. Высшие ступени аутотренинга. Аутогенная медитация. «Органный» аутотренинг.
* Применение АТ при астме, артритах, головных болях, расстройствах ЖКТ, кожных заболеваниях и др. заболеваниях. Особенности применения аутотренинга у детей и пожилых людей.
* Медитации в терапии психосоматических больных. Медитация на дыхании, позе, теле, музыке. Использование цветовых медитаций и визуализаций. Медитативные упражнения: «целительный свет», «помочь себе вылечиться» и др.
* Различные техники создания и углубления состояния релаксации. Психомышечная тренировка. Дыхательная релаксационная гимнастика.
* Классический гипноз при психосоматических заболеваниях. Нестандартные и специальные суггестивные техники. Особенности наведения трансовых состояний в классическом и эриксоновском гипнозе, самогипнозе. Практическая демонстрация суггестивных приемов. Анестетические суггестии.
* Терапевтические возможности самогипноза. Пять основных компонентов самогипноза (мотивация, релаксация, концентрация, воображение, самовнушение). Дифференциальная релаксация. Самовнушение и создание новой программы здоровья и жизни.

ВВЕДЕНИЕ В ТОП, ЗНАКОМСТВО С ОБРАЗОМ И СТРУКТУРОЙ ТЕЛА

* Общее представление о телесно-ориентированной психотерапии.
* История: западные и восточные корни телесной психотерапии.
* Обзор теории и методологии ТОП:
* Краткий экскурс в восточную телесно-ориентированную психотерапию: йога, цигун-терапия, аюрведа, цалунг, шаманские техники, телесные медитации и др.
* Групповая и индивидуальная телесно-ориентированная психотерапия.
* Примеры групповых вариантов телесной психотерапии.
* Интегративные направления в ТОП.
* Связь телесно-ориентированной психотерапии с анатомией и физиологией.
* Базовые понятия телесно-ориентированной психотерапии: социальное и животное тело; энергия; контакт; образ, схема, структура тела; телесная метафора; блок и зажим; проблемная анатомия; топография тела, базовые проблемы и их расположение в теле.
* Считывание телесной информации, телесная метафора, первичная диагностика.
* Контакт в телесно-ориентированной психотерапии. Виды и выбор контакта.

ГРАНИЦЫ И ОПОРЫ В ТОП, ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ

* Контакт в телесно-ориентированной психотерапии.
* Критерии выделения видов контакта: по первостихиям, по площади прикосновения, по задаче.
* Выбор определенного вида контакта.
* "Границы" в телесно-ориентированной психотерапии.
* Понятие границ, причины нарушения границ, показания для работы с границами.
* Виды работы с границами, структурная работа с границами.
* "Опоры" в телесно-ориентированной психотерапии.
* Виды опор (базовая, материнская, акушерская), психологический механизм формирования нарушений, показания, технические приемы работы с опорами.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ, ПЕРВИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА И СТРАТЕГИЯ РАБОТЫ В ТОП

* Составление терапевтического контракта в телесно-ориентированной психотерапии. Влияние контракта на терапевтический процесс. Основные "законы" и принципы клиентской работы.
* Основные этические принципы телесно-ориентированной психотерапии, особенности терапевтической этики.
* Организация клиентской (индивидуальной, групповой) работы в телесной психотерапии.
* Понятие психотерапевтического процесса, структурной и процессуальной работы.
* Понятие о языке предъявления запроса: эмоциональный, рациональный, телесный. Прояснение и формирование реального клиентского запроса.
* Сбор информации, диагностическая оценка предъявляемой информации, считывание телесной информации. Построение терапевтической стратегии и тактики.
* Перенос и контрперенос в телесной психотерапии, проективная идентификация. Безопасность в телесно-ориентированной психотерапии.

РАБОТА С СИМПТОМОМ В ТОП

* Принципы отбора техник для клиентской работы.
* Ведение клиента и активность терапевта.
* Работа с истинным и предъявляемым запросом клиента.
* Психотерапевтические техники, направленные на работу с предъявляемым запросом.
* Работа направленная на расслабление тела.
* Способы работы с агрессией и доверием к миру в телесном подходе.

**ТОП В РАБОТЕ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ**

* Конверсионные и психосоматические расстройства.
* Телесное считывание и диагностические методы телесно-ориентированной психотерапии в работе с психосоматикой.
* Соматический резонанс в диагностике и терапии психосоматических расстройств.
* Работа с дыханием, опорами, границами.
* Телесная метафора и телесная скульптура.
* Методы и техники телесно-ориентированной психотерапии в работе с нарушениями дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной систем.
* Сочетание методов телесно-ориентированной психотерапии с иными подходами в лечении психосоматических заболеваний.
* Головная боль и методы телесно-ориентированной психотерапии.
* Телесно-ориентированная психотерапия в работе с расстройствами половой сферы, обменными нарушениями, пищевой зависимостью, заболеваниями кожи, опорно-двигательного аппарата, с онкологическими больными.
* Методы профилактики психосоматических расстройств у терапевта: заземление, центрирование, работа с границами.

**ВВЕДЕНИЕ В ЭРИКСОНОВСКУУЮ ГИПНОТЕРАПИЮ. РАБОТА С РЕСУРСАМИ**

* Определение гипноза. Различия между традиционным и эриксоновским гипнозом.
* Краткая история гипноза. Феноменология гипнотических состояний.
* Понятие транса, виды транса и его признаки. Идеодинамические механизмы.
* Калибровка, присоединение и ведение. Гипнотические пробы на внушаемость.
* Особенности трансовой речи. Структура гипнотического сеанса: “гипнотическая рамка”.
* Постановка сигналинга в трансе. Классификация внушений в гипнозе: прямые, косвенные и открытые внушения, постгипнотические внушения.
* Принцип утилизации. Наведение транса подниманием и опусканием глаз.
* Наведение транса фиксацией внимания в различных модальностях.
* Наведение транса через “кинестетическую неопределённость”.
* Техника “три волшебных вопроса”.
* Ресурсный транс как важная составляющая работы в эриксоновском гипнозе.
* Модели трансового погружения, обеспечивающие эффективное “сопровождение в приятное воспоминание”. Неопределенное сопровождение. Ресурсный транс с заданной фабулой.

**ЭРИКСОНОВСКИЙ ГИПНОЗ В РАБОТЕ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ**

* Стратегии контроля боли. Работа с острой болью. Схема работы и основные принципы.
* Представления о критическом и виртуальном сознании.
* Демонстрация работы с больюс использованием каталепсии руки.
* Техника “защитная перчатка” и её основные этапы.
* Техника работы с острой болью для детей.
* Работа с хронической болью.
* Техника объективизации (овеществления) боли.
* Работа с диссоциацией во времени.
* Использование возрастной регрессии для поиска ресурса с последующей реассоциацией в настоящем. Предвосхищение будущего. Использование левитации при хронической боли.
* Техника Росси в работе с хронической болью.
* Наведение транса прогрессирующей анестезией.
* Техника Элмана для погружения в глубокий транс и анестезии.
* Этиологические аспекты психосоматических заболеваний и их метафорическое содержание.
* Трансовые индукции “переучивающие” телесное восприятие.
* Использование терапевтических метафор в работе с психосоматическими расстройствами.
* Обучение глубокому (диафрагмальному) дыханию в трансе.
* Техника Ж. Беккио для устранения телесного дискомфорта, использующая спонтанную каталепсию рук.
* Авторская модель комплексной психотерапии психосоматических расстройств  Доморацкого В. А. и её основные составляющие.

**АРТТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ**

* Диагностика с помощью рисунка и "рассказов в картинках". Характерные особенности рисунков психосоматических больных. Основные темы рисунков.
* Использование глины при  выраженной алекситимии, наличии сопротивления у пациентов, необходимости отреагирования  и переработки  негативных эмоций. Релаксационный эффект, усиление навыков самоуправления при работе с глиной.
* Диалог тела и психики в лепке. "Вылепливание" ресурсов.
* Лечение цветом. Воздействие цвета на психоэмоциональное и телесные проявления. Цветовые предпочтения различных категорий больных.
* Коррекция состояния психосоматических больных с помощью цветотерапии.
* Использование мандал  для  диагностики, получения ресурса и ПТ больных ПСР.
* Музыкотерапия для снятия тревоги, напряжения, гармонизации эмоционального и соматического состояния. Правила построения музыкальных программ.
* Использование сказок и метафор в индивидуальной и палатной психотерапии

**ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНИК КБТ И НЛП ПРИ ЛЕЧЕНИИ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ**

* Достоинства и ограничения когнитивно-бихевиоральной терапии (КБТ) при лечении психосоматических расстройств.
* Взгляд на психосоматику с позиций данного направления. Цели и этапы когнитивно-бихевиоральной терапии.
* Использование Рационально-Эмоционально-Поведенческой Терапии (РЭПТ) А. Эллиса при лечении психосоматических расстройств.Основные рациональные и иррациональные убеждения, имеющиеся у психосоматических пациентов. Влияние догматических императивов на стиль жизни больных. Когнитивные, эмотивные и поведенческие методы работы с больными. Стадии проведения РЭП психотерапии. Основные техники РЭПТ Эллиса. Демонстрации применения метода РЭПТ и отработка практических навыков.
* Применение Нейро-линвистического программирования (НЛП) в психосоматике.
* Пресуппозиции НЛП. Алгоритм исцеления с использованием НЛП. Прояснение преимуществ и смысла болезни. “Раскрутка” выздоровления. Формирование готовности к исцелению и его программирование. От проблемы – к их решению (работа со стратегиями “ОТ” и “К”). Замена образа “Я-больной” на образ “Я-здоровый”. Визуализация процесса исцеления. Техника ресурсного якорения. Смена внутренних сценариев болезни на здоровье. Выявление и смена мешающих здоровью верований.  Самоисцеление по НЛП.