ВОПРОСЫ

К ИТОГОВОМУ ЭКЗАМЕНУ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ

И МЕТОДАМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ И ПСИХОТЕРАПИИ

**для студентов программы «ПСИХОТЕРАПИИ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ И ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ»**

**ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА ФОРМИРОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ И ПСИХОСОМАТИЧЕСКОЙ ПРОБЛЕМАТИКИ**

* Определение стрессовой реакции. Стрессоры и повреждающие эффекты стресса. Триада Г. Селье.
* Физиология, патофизиология стресса, адаптивные и патологические гормональные изменения при стрессе.
* Стресс-лимитирующие системы и их функции при стрессе.
* Психологические и психосоматические нарушения, возникающие вследствие истощения стресс-лимитирующих систем при остром и хроническом стрессе.
* Вегетативные субсиндромы стресса. Когнитивные субсиндромы стресса.
* Течение острой стрессовой реакции по классификации Г. Селье.
* Течение острой стрессовой реакции по классификации М. М. Решетникова.
* Стадии реагирования на острую стрессовую ситуацию.
* Психогенные и патохарактерологические расстройства, возникающие после перенесенной тяжелой стрессовой реакции.
* Влияние острого и хронического стресса на тело.
* Формирование симпатоадреналовой зависимости вследствие длительного тяжелого хронического стресса.
* Осложнения при острой реакции на стресс и механизмы их возникновения.
* Стрессоустойчивость. Физиологические и психологические корреляты стресса.
* Физиологические методы оценки стрессовой реакции.
* Инструментальная психологическая диагностика уровня стресса.

**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.

**ПСИХОТЕРАПИЯ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ И ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ, РАБОТА С ПОСЛЕДСТВИЯМИ НАСИЛИЯ**

* Оценка и диагноз посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) у взрослых: комплексный психологический подход.
* Первая встреча с пациентом с ПТСР. Ошибки, допускаемые специалистами вначале работы с пациентами, пережившими тяжелые травмирующие ситуации.
* Особенности биографического интервью с кризисным пациентом.
* Создание зоны доверия и безопасности, формирование раппорта, присоединение и ведение пациента. Техники и методы для создания зоны доверия и безопасного контакта (эриксоновский гипноз, НЛП, психосинтез, арттерапия).
* Создание ресурсного состояния, снижение уровня тревоги при работе с пациентом с ПТСР; методы эриксоновского гипноза, НЛП, психосинтеза, арттерапии, телесно-ориентированной психотерапии, символдрамы и др.
* Упражнения, формирующие состояние безопасности, создание ресурсных состояний, работа с границами, агрессией в телесно-ориентированной психотерапии.
* Десенсибилизация негативных переживаний и чувств с помощью когнитивных методов, ДПДГ, техник арттерапии и телесно-ориентированной психотерапии.
* Групповая психотерапия и профилактика ПТСР. Семейная психотерапия ПТСР.
* Психологическая помощь при экзистенциальных кризисах.
* Дифференциальная диагностика духовных кризисов и эндогенных заболеваний, сопровождение и лечение пациента в духовном кризисе.
* Насилие, его виды и проявления. Насилие над женщинами: домашнее (семейное) насилие, изнасилование. Консультирование жертв семейного насилия.
* Принципы помощи жертвам изнасилования.
* Насилие над детьми: эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное, инцест, насилие в школе, буллинг (школьная травля). Диагностические признаки насилия у детей. Последствия насилия у детей: нарушения физического и психического развития, заболевания как следствие насилия, психические особенности детей, пострадавших от насилия, социальные последствия жестокого обращения с детьми.
* Консультирование и психотерапия детей жертв насилия.
* Психологическая помощь лицам, пострадавших от насилия в детстве.
* Профилактика синдрома эмоционального выгорания у специалистов, работающих с кризисными клиентами.
* Вторичная травма у специалиста, работающего с последствиями стресса и методы работы с ней.

**ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ГОРЕ, УТРАТЕ, СУИЦИДАХ**

* Горе, как закономерный и необходимый процесс переживания утраты. Основные этапы переживания горя.
* Понятие и психологическая картина острого горя. Нормальная динамика горя и патологическое горе. Факторы, влияющие на процесс горевания. Задачи горя. Понимание сущности психологических процессов при утрате.
* Состояния в процессе горевания, требующие психотерапии. Модели психологической помощи. Цели консультации и психотерапии. Основные приемы установления контакта и взаимодействия, принципы работы с горюющим клиентом. Предварительное горе.
* Работа с детьми, пережившими утрату близкого человека. Горе в семейной системе.
* Феномен суицидального поведения. Многообразие теорий, объясняющих формирование данного вида девиации. Теория микросоциальной дезадаптации, как ведущая интегративная модель.
* Анализ этапов суицидального поведения. Возможности и задачи психологической помощи на каждом этапе. Факторы суицидального риска.
* Суицидальная мотивация. Противосуицидальные факторы. Превенция.
* Психологическая реабилитация суицидентов.
* Особенности течения постсуицидального периода.
* Индивидуальная и групповая модель психотерапии.
* Возможности реабилитации суицидентов в стационаре и амбулаторной психологической службе.
* Основные методы, используемые для работы с суицидентами. Поственция.

**РАБОТА С ТРАВМОЙ И КРИЗИСНЫМИ СОСТОЯНИЯМИ В АРТТЕРАПИИ**

* Общая стратегия помощи в кризисных состояниях. Арттерапевтическая диагностика кризисного состояния.
* Выбор арттерапевтических методов и техник в зависимости от психотравмирующего воздействия.
* Использование работы с рисунком, лепки, библиотерапии, сказкотерапии и работы с песком при работе с кризисными состояниями – перечислить техники и описать особенности их применения.
* Способы отреагирования травматического материала в арттерапии. Какие возможны осложнения в работе и как их избежать.
* Профилактика выгорания терапевтов работающих с кризисными клиентами.

**МЕТОД ДЕСЕНСИБИЛИЗАЦИИ И ПЕРЕРАБОТКИ ПСИХИЧЕСКИХ ТРАВМ**

**С ПОМОЩЬЮ ДВИЖЕНИЙ ГЛАЗ (ДПДГ)**

* Базовые предпосылки метода и его основные эффекты.
* Протокол стандартной процедуры ДПДГ, его полная и короткая версия.
* Особенности обеспечения безопасности клиента и приёмы формирования его эмоциональной стабильности (техники "безопасное место", "световой поток").
* Стратегии при заблокированной переработке психических травм.
* Применение когнитивного взаимопереплетения при ДПДГ.
* Особенности тактики при работе с тревожными состояниями, фобиями, горем, травмой насилия, ПТСР, последствиями супружеской неверности, психосоматикой.
* Возможности сочетания метода ДПДГ с другими методами психотерапии.

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.

**ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ АРТТЕРАПИЯ.**

* История развития и особенности экзистенциальной арттерапии.
* Исследование интенциональности (от лат. intentio – намерение) и экзистенциальных стремлений клиента.
* Возможности использования данных в качестве диагностического материала в процессе психотерапии.
* Знакомство и работа с конечными данностями: "смерть", "свобода", "одиночество" (изоляция) и "бессмысленность".
* Понятие экзистенциальной тревоги и ее значение в психотерапевтической работе.
* Особенности, цель и принципы работы с конечными данностями.
* Техники психотерапии:
* "Мои миры" – диагностическая и терапевтическая техника, позволяющая увидеть проблемные зоны клиента.
* "Я и мое пространство" – работа с данностями одиночества.
* "Моя жизнь, мои правила или ...?" – соприкосновение со свободой.
* "Моя свобода" – диагностическая и терапевтическая работа.
* "Человек в поисках смысла" – работа с бессмысленностью и поиском личного смысла.
* Работа с конечной данностью смерти " Что стоит за страхом?"
* Экзистенциальные кризисы. Понятие, виды, периодизация, диагностика и психотерапия.
* Принципы индивидуальной и групповой работы.

**ТОП В РАБОТЕ С ТРАВМОЙ**

* Представление о видах травм, в работе с которыми эффективна телесно-ориентированная психотерапия.
* Диагностические методы и портреты кризисных клиентов.
* Влияние специфических видов деятельности на психику и тело.
* Суицидальное поведение вне зависимости от мотивации.
* Нормальное и патологическое течение горя, утраты, расставания.
* Последствия физического, эмоционального и сексуального насилия.
* Нормальное и патологическое течение возрастных, экзистенциальных и трансформационных кризисов.
* Рассмотрение последствий различных видов травм: травмы развития, острая стрессовая реакция, посттравматическое стрессовое расстройство, шоковая травма.
* Основные мишени терапии в работе с травмой.
* Влияние травматических событий на тело, проблемная анатомия.
* Виды кризисной помощи. Стратегия и тактика при работе с кризисными клиентами.
* Телесная диагностика, считывание телесной информации, особенности терапии.
* ПТСР как отсроченная реакция на стресс. Клиническая картина, варианты течения, прогноз, исход. Стратегия психотерапии и психологической коррекции ПТСР.
* Использование техник телесной психотерапии в терапии ПТСР.
* Техники, направленные на снятие стрессового состояния. Описание техник и показания к их применению.
* Методы работы направленные на получение ресурса и саморегуляции.
* Метод Х. Алиева "Ключ" – снятие телесных зажимов и блоков, выход заблокированной в результате травмы энергии, расслабление и мобилизация. Описание техники и показания к её применению.
* Работа с агрессивными состояниями, с отреагированием гнева. Описание техник и показания к их применению.
* Методы работы с телесной диссоциацией и синдромом выключенного тела, со сверхконтролем. Описание техник и показания к их применению.
* Диагностическая и терапевтическая работа с границами. Описание техник и показания к их применению.
* Центрирование – обретение источника энергии внутри себя, самодостаточности, ощущения целостности. Описание техники и показания к её применению.
* Техника П. Левина "Бег" – освобождение заблокированной в теле в результате травмы энергии и восстановление ее естественного хода. Описание техники и показания к её применению.
* Методы танатотерапии в работе с суицидентами. Описание техник и показания к их применению.
* Работа с болью, с психосоматическими симптомами. Описание техник.
* Психотерапевтическая помощь при горе, утрате. Описание техник и показания к их применению.