#### кнопка институт оригинал2 copy.png

#### Экзаменационные вопросы для студентов программы:

## «[Комплексный подход в психотерапии и психологическом консультировании](https://psyinst.moscow/integrativnyj-podhod-pp/)»

**Москва, 2022г.**

 **Экзаменационные вопросы по специализации
«Комплексный подход в психологическом консультировании»**

1. Разграничение уровня работы при психологическом консультировании, психологической коррекции и психотерапии.
2. Цели и задачи психологической коррекции и психотерапии.
3. Факторы, определяющие эффективность психологического консультирования.
4. Особенности директивной и недирективной психотерапии.
5. Индивидуальная и групповая психологическая коррекция и психотерапия.
6. Сочетание психотерапии и лекарственного лечения. Работа в команде с другими специалистами.
7. Особенности первой встречи с клиентом. Формирование и изменение запроса клиента. Заключение контракта.
8. Виды клиентов.
9. Когда клиент становится «трудным».
10. Понятие первичной и вторичной выгоды от болезни.
11. Экология работы и экологическая проверка.
12. Тревога, вина, утрата, суициды,ПТСР,психосоматика.
13. **Эмоциональное выгорание специалиста и его профилактика.**
14. Виды психотерапии.
15. Психодинамический, поведенческий (бихевиоральный), когнитивный, гуманитарный (экзистенциально-гуманистический) подходы в психотерапии.
16. Системный и интегративный подходы в психотерапии.
17. Понятия «терапевтический контракт» и «сеттинг».
18. Основные понятия терапевтического контракта: деньги, границы, ответственность, конечность терапии, доступность, время для клиента и для терапевта.
19. Этика психолога.
20. Показания к выбору того или иного вида психотерапии.
21. «Основные понятия психотерапии «перенос», «контрперенос», «сопротивление
22. Выявление переноса, его признаки.
23. Метод разграничения явлений переносов согласно степени их сложности, предложенный Анной Фрейд.
24. Варианты работы с «переносом» и «контрпереносом».
25. Понятие и основные признаки сопротивления.
26. Причины возникновения сопротивления.
27. Виды сопротивления: сопротивление-подавление; сопротивление-перенос; сопротивление вторичных выгод; сопротивление дискомфорту адаптации; сопротивление контролю; «бегство в здоровье»; сопротивление из-за проблем в отношениях; сопротивление стыда; сопротивление, возникающее из боязни вылечиться; сопротивления, связанные с характером; сопротивление супер-эго (негативная терапевтическая реакция).
28. Сложности в клиентской работе.
29. Типы клиентов. «Трудные клиенты» и работа с ними.
30. Психотерапевтический подход к возникновению симптома. Методы работы с ним и его причиной.
31. Что происходит при формировании болезни: о двойной природе симптома, о сопротивлении сопротивлению, о напряжении и проекции его на часть тела.
32. Взаимосвязь негативных психологических состояний и появления телесных ощущений, трансформация психоэмоциональных проблем в соматические.
33. Семейный климат как метафорическое отражение заболеваний. Изучение групповой динамики внутрисемейных отношений для создания более полной картины причин, приведших к патологическому состоянию члена семьи.
34. Влияние симптома на межличностное общение и успешность в профессиональной деятельности.
35. Техники работы с симптомами как психоэмоциональными, так и соматическими. Сочетанные методики.
36. **Общая психосоматика:** представления о здоровье и болезни. Этапы возникновения болезни. Копинг-стратегии. Классификации психосоматических расстройств.
37. Краткосрочная терапия: особенности, история и принципы.
38. Обзор основных моделей КТ: нейролингвистического программирования (НЛП), гипноза, краткосрочной стратегической терапии, десенсибилизации и переработки движениями глаз (ДПДГ) и когнитивно-поведенческой терапии.
39. Диагностика проблемы пациента в краткосрочной модели: техника «BASIC ID» (А. Лазарус).
40. Постановка цели в краткосрочном ключе: техника «Хорошо сформулированный результат».
41. Проверка цели на экологичность: модифицированная версия техники «Интеграция нейрологических уровней».
42. Анализ препятствий и ресурсов на пути к достижению цели: техника «Декартов квадрат».
43. Решение вместо обсуждения проблемы: техника «Чудесный вопрос».
44. Работа с сопротивлением в краткосрочном ключе.
45. Определение, разновидности и частота встречаемости тревожно-фобических расстройств.
46. Диагностика, происхождение и механизмы функционирования панических атак, фобий и навязчивых состояний и бессонницы.
47. Теории происхождения тревожно-фобических расстройств.
48. Краткосрочная и длительная психотерапия панических атак, фобий и навязчивых состояний: «за» и «против».
49. Краткосрочные стратегии терапии тревожно-фобических расстройств.
50. Начало работы с паническими атаками, фобиями и навязчивыми состояниями: интервью, диагностика, контракт и его особенности.
51. Техники краткосрочной терапии панического расстройства: методы релаксации (дыхательные техники, прогрессивная мышечная релаксация по Э. Джекобсону), экспозиции и предписания («Вахтенный журнал» и «Обет молчания»).
52. Техники краткосрочной терапии страхов: «Быстрое лечение фобий», «Систематическая десенсибилизация» и предписание «Фантазия страха».
53. Предписания клиентам при страхе за свое здоровье («Самообследование»)
54. Предписания клиентам при навязчивых мыслях («Остановка мыслей», «Блокирование поиска заверений») и действиях («Изменение ритуала»).
55. Интегративная работа с генерализованным тревожным расстройством: предписание «Фантазия страха», техники «Поведенческие эксперименты», дыхательная техника «Анахата» и «Прогрессивная мышечная релаксация».
56. Депрессия и ее особенности. Теории депрессии.
57. Психологические травмы и их влияние на психику и жизнь человека. Значение травмы в психоанализе. Актуальные и инкапсулированные травмы.
58. Выявление психотравмирующих ситуаций.
59. Ресурсные техники, позволяющие найти «энергию», необходимую для преодоления депрессии: «Круги силы», «Ваза ресурсов» и др.
60. Ресурсные техники ДПДГ.
61. Феномен суицида и кризисные состояния.
62. Техники работы с травматичными событиями (смерть близкого человека, развод и т.п.): «Освобождение от созависимости» и «Линия времени».
63. Работа с будущим, техники экзистенциальной терапии.
64. Метафорические ассоциативные карты (МАК) в работе с травмирующими событиями: техника и особенности проведения.
65. Определение гипноза. Краткая история гипноза. Различия между тремя поколениями гипноза Понятие бессознательного.

 Понятие транса, виды транса и его признаки. Идеодинамические механизмы.

1. Калибровка, присоединение и ведение. Особенности трансовой речи.
2. Структура гипнотического сеанса:“гипнотическая рамка”. Принцип утилизации.
3. Наведение транса фиксацией внимания. Ресурсный транс как важная составляющая работы в эриксоновском гипнозе.
4. Дополнительные техники наведения и углубления транса. Создание замешательства. Постановка сигналинга в трансе.
5. Классификация внушений в гипнозе: прямые, косвенные и открытые внушения, постгипнотические внушения. Часто встречающиеся гипнотические феномены и их использование в терапевтическом процессе. Страхи начинающих гинотерапевтов. Самогипноз.
6. Терапевтические возможности образов, символов, метафор. Использование метафорических посланий в гипнозе.Виды метафор, принципы их конструирования.Универсальные метафоры.
7. Стратегии работы с метафорой в эриксоновском гипнозе.
8. Ресурсная техника М. Гинзбурга “Доска почета”.
9. Сюжетные (метафорические) трансы для активизации бессознательных процессов в поисках решения проблемы.
10. Транс “Ваза ресурсов“ и его использование для укрепления клиента ресурсами в настоящем и будущем.
11. Телесные метафоры.
12. Техника работы с внутриличностным конфликтом. Разговор с частями. Невербальная работа с частями.
13. Возрастная регрессия и стратегии ее использования.
14. Временная прогрессия, техники ее создания и использования.
15. Гипноанализ и его варианты.
16. иагностические и диагностико-терапевтические техники гипноанализа в эриксоновской терапии. Возрастная регрессия в гипноанализе.
17. Диссоциированная возрастная регрессия (работа с внутренним ребенком, демонстрация).
18. Визуализация в трансе сцен травматической ситуации и их переработка.
19. Техника “Поход к Внутреннему Учителю” для прояснения истинного, не противоречащего внутренним убеждениям направления решения проблематики (демонстрация).
20. Техника “Ключи Ле Крона”, позволяющая с помощью специальных вопросов, задаваемых клиенту в трансе, и пальцевого сигналинга определить психологические причины его актуальной проблемы или симптома (демонстрация).
21. Техника “Коридор” для прояснения причин проблемы клиента. Техника М. Гинзбурга “Семь комнат” для обретения доступа к вытесненному воспоминанию о моменте психотравмы (демонстрация).
22. История НЛП. Почему НЛП не психотерапия, но активно в ней применяется.
23. Философия НЛП. Базовые пресуппозиции НЛП.
24. «Калибровка – подстройка – ведение – подкрепление»: зачем нужен раппорт и как им пользоваться. Фильтры в коммуникации.
25. Системы восприятия, обработки и репрезентации информации. Ключи глазного доступа.
26. «Врата сортировки» – ценностные фильтры восприятия человека.
27. Различные варианты подстройки.
28. Понятие глубинной и поверхностной структур. Универсальные способы моделирования мира.
29. Мета-модель как набор приемов для сбора лингвистической информации о модели мира человека. Диагностический и терапевтический потенциал мета-модели.
30. Милтон-модель как набор приемов для введения в транс или в измененное состояние сознания для разрешения проблем. Работа с частицей «не».
31. Модель психотерапевтической работы. Техника «Хорошо сформированный результат».
32. Модели постановки целей. Модель стратегий ТОТЕ.
33. 6 базовых калибровок. «6 шагов к свободе».
34. Обратная связь высокого качества.
35. Якоря. Якорение. Техника якорения ресурсных состояний.
36. Как «стирать» якоря: техника «Коллапс якорей».
37. «Круги силы»: как поддержать себя на пути к цели.
38. Нейрологические уровни Р. Дилтса.
39. Классификация запросов и техник НЛП по нейрологическим уровням.
40. Субмодальности – фундаментальные компоненты нашего опыта, которые кодируют наш опыт реальности, уверенности и времени. Субмодальности, общие для всех модальностей. Визуальные, аудиальные, кинестетические, вкусовые и обонятельные субмодальности.
41. Определение контрастных субмодальностей.
42. Техника изменения субмодальностей.
43. Техника «Отсушка» для устранения эмоциональной связи.
44. Различные позиции восприятия.
45. Техника «Трёхпозиционное описание» для разрешения конфликтов.
46. Правила позиционных переходов в переговорах.
47. «Декартовы координаты» – модель принятия решений.
48. Техника «Линейное программирование».