**ВОПРОСЫ К ИТОГОВОМУ ЭКЗАМЕНУ**

**ПО НАПРАВЛЕНИЯМ И МЕТОДАМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ И ПСИХОТЕРАПИИ**

**для студентов программы «ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ
С ПРИМЕНЕНИЕМ КРАТКОСРОЧНЫХ И СТРАТЕГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ, КОРРЕКЦИИ И ПСИХОТЕРАПИИ, ВЫБОР СТРАТЕГИИ И ТАКТИКИ**

* Различия понятий: психологическое консультирование, психокоррекция, психотерапия.
* Основные этапы психологического консультирования. Краткосрочный и долгосрочный режимы оказания психологической помощи.
* Особенности проведения первой встречи с клиентом. Заключение контракта.
* Особенности консультирования/терапии в различных направлениях психотерапии.
* Индивидуальная, семейная и групповая формы оказания психологической помощи.

**ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА: МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ, СИМПТОМАТИКА, СТРАТЕГИИ ПСИХОТЕРАПИИ**

* Виды психосоматических расстройств. Функциональные и органные психосоматозы. Клинические проявления “классических” психосоматических расстройств.
* Личность психосоматического больного и методы её психологической диагностики.
* Базовое понятие алекситимии . Принципы диагностики и степени проявления.
* Методы работы для коррекции этой специфики личности: обучение тому, как при помощи логики можно различать свои чувства, как дифференцировать телесные ощущения.

**КЛИНИЧЕСКОЕ ИНТЕРВЬЮ И ДИАГНОСТИКА**

* Дать способы сбора информации на первичной стадии беседы с клиентом.
Наблюдение, интервью (виды интервью), тесты (виды тестов).
* Дать понятие интервью Кернберга и его этапы.
Начальная фаза (информация о причинах обращения и о себе), средняя фаза (информация и значимых близких), заключительная фаза (что еще важное хочет сообщить о себе клиент).

**ФОРМИРОВАНИЕ ЗАПРОСА, ЗАКЛЮЧЕНИЕ КОНТРАКТА НА ТЕРАПИЮ И ВЫБОР СТРАТЕГИИ**

* Дать понятие типов клиентов: невротик, пограничный, психотик. И отличие подходов в психотерапии.

В зависимости от типа клиента, мы выбираем экспрессивно-аналитический подход или поддерживающую терапию.

* Перечислить этапы стратегии работы.

Знакомство, установление раппорта, поддерживающие ресурсные техники, отреагирование материала, принятие и присоединение к будущему, завершение работы.

**ОШИБКИ В РАБОТЕ ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА И ПСИХОТЕРАПЕВТА**

* Какие факторы составляют эффективную психотерапию?
* Каким образом должна формулироваться цель психотерапии?
* Какой должна быть "профессиональная триада" психотерапевта: обучение, личная терапия, супервизия?

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

* Определение стресса, виды стрессоров, понятие стрессоустойчивости.
* Вегетативный субсиндром стресса — биологическая реакция организма на стресс.
* Стадии стресса. Классификация общего адаптационного синдрома по Г.Селье (3 стадии) и острой реакции на стресс по М.М.Решетникову (6 стадий).
* Осложнения острой реакции на стресс.

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

* Понятие и виды кризисных состояний. Внутренние кризисы.

• Возрастные кризисы. Этапы возрастного психосексуального развития по З.Фрейду и психосоциального развития Э.Эриксону

• Экзистенциальные кризисы. Формирование, периодизация и симптоматика.

• Психодуховные кризисы.

* Понятие и виды кризисных состояний. Внешние кризисы.

• Стресс. Физиология и патогенез стресса.

• ПТСР: описание, диагностические критерии.

* Травмы развития. Виды травматических ситуаций. Влияние травм развития на прохождение возрастных кризисов. Последствия травматического детства у взрослых.
* Психологическая помощь людям, находящимся в кризисном состоянии.

Стратегия и принципы психотерапии внешних и внутренних кризисов.

**КРАТКОСРОЧНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ: МЕТОДЫ, ДИАГНОСТИКА И НАЧАЛЬНЫЙ ЭТАП РАБОТЫ**

* Особенности краткосрочной терапии;
* Принципы краткосрочной терапии;
* Задачи первой сессии. Подстройка, диагностика.
* Задачи второй сессии. Ресурсы, терапевтический контракт.
* Третья и последующая сессии. Вторичная выгода. Чудесный вопрос.
* Оценка прогресса и завершение терапии.

**ИНСТРУМЕНТЫ КРАТКОСРОЧНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ**

* Метафора как вид косвенного внушения
* Метод АВС-анализа как способ выявления дисфункциональных убеждений

**КРАТКОСРОЧНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ ПАНИЧЕСКИХ АТАК, ФОБИЙ И НАВЯЗЧИВЫХ СОСТОЯНИЙ**

* Теории тревоги;
* Классификация тревожных расстройств, их эпидемиология, этиология и диагностика;
* Протоколы и техники краткосрочного вмешательства при паническом расстройстве.
* Протоколы и техники краткосрочного вмешательства при агорафобии;
* Протоколы и техники краткосрочного вмешательства при ОКР.
* Протоколы и техники краткосрочного вмешательства при ипохондрии

**КРАТКОСРОЧНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ РАЗЛИЧНОЙ ПРОБЛЕМАТИКИ И РАБОТА С СИМПТОМОМ**

* Психологические травмы и их влияние на психику и жизнь человека. Значение травмы в психоанализе. Актуальные и инкапсулированные травмы;
* Выявление психотравмирующих ситуаций;
* Ресурсные техники, позволяющие найти «энергию», необходимую для преодоления депрессии: «Круги силы», «Ваза ресурсов» и др.;
* Техники работы с травматичными событиями. «Освобождение от созависимости» и «Линия времени»;
* Метафорические ассоциативные карты (МАК) в работе с травмирующими событиями: техника и особенности проведения.

**ВВЕДЕНИЕ В СТРАТЕГИЧЕСКУЮ ТЕРАПИЮ**

* Конструктивизм и теория систем как философские основания стратегической терапии;
* «Классические» техники стратегического подхода («Goslowtechnic», «Опасности улучшения», «Ход конем» и «Как ухудшить?»);
* Психотехника парадокса: парадоксальная теория изменений, показания к применению психотехники парадокса.

**СТРАТЕГИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ ПИЩЕВЫХ И СЕКСУАЛЬНЫХ РАССТРОЙСТВ**

* Пищевые расстройства. Анорексия, булимия, vomiting. Определение, этиология, классификация, эпидемиология.
* Теория и практика стратегического вмешательства при различных нарушениях пищевого поведения, используемые предписания («Письма на подушке», «Фантазия чуда» и др.);
* Сексуальные расстройства. Преждевременная эякуляция, психогенная импотенция, аноргазмия и вагинизм. Определение, этиология, классификация, эпидемиология.
* Теория и практика стратегического вмешательства при различных сексуальных расстройствах, используемые предписания. «Объявить неудобный секрет», «Ледяная статуя» и др.

**СТРАТЕГИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ ДЕПРЕССИИ И ПТСР**

* Теория и практика стратегического вмешательства при депрессии, используемые предписания («Созерцание великолепия руин», «Фантазия депрессии»);
* Предписания, направленные на преодоление выученной беспомощности («Маленькое действие», «Необоснованная беспомощность»);
* Теория и практика стратегического вмешательства при посттравматическом стрессовом расстройстве, используемые предписания («Роман травмы», «Письма гнева);
* Стратегическая терапия чувства вины: предписания «Выключение чувства вины» и «Обвинение себя в грехах всего человечества».

**СТРАТЕГИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ ЗАВИСИМОСТЕЙ И СЕМЕЙНЫХ ПРОБЛЕМ**

* Стратегическая психотерапия нехимическихаддикций. Стратегические предписания при зависимом поведении («Обвиняй других», «Все отрицай»);
* Стратегические предписания при созависимости («Распятие на кресте», «Король на один день»). Парадоксальные предписания в семейной терапии;
* Власть и контроль в семье. Стратегические предписания «Вежливая просьба о разрешении» и «Просить о невозможном».

**ОРИЕНТИРОВАННАЯ НА РЕШЕНИЕ КРАТКОСРОЧНАЯ ТЕРАПИЯ: БАЗОВЫЙ КУРС**

* Ориентированная на решение краткосрочная терапия. Краткая история подхода, его особенности и принципы;
* Разговор, сфокусированный на проблеме и разговор, сфокусированный на решении;
* «Вопросные технологии». Техники «Взамен этого», «Чудесный вопрос», «Копинг-вопросы»;
* Постановка цели работы и определение результата в ОРКТ;
* Техника «Шкалирование» и поиск исключений;
* Стратегия работы в ОРКТ. Первая и последующая сессии;
* Домашние задания в Ориентированном на решении подходе (предписания «Сделай что-то иначе», «Эксперимент», «Обрати внимание», «Повторяй то, что хорошо получается», «Притворись, что проблема решена», «Орел или решка», «Письма из будущего» и «Предписание симптома»).

**ОРИЕНТИРОВАННАЯ НА РЕШЕНИЕ КРАТКОСРОЧНАЯ ТЕРАПИЯ: ПРОДВИНУТЫЙ КУРС**

* Оценка изменений в Ориентированном на решении подходе;
* Различные виды шкал в ОРКТ;
* Использование трансовой работы и визуализации в Ориентированной на решение краткосрочной терапии;
* Эффективность терапевта: различные техники, отношения и влияние окружающих;
* Интеграция техник других подходов в практику ОРКТ (использование генограммы и др.);
* Стратегии дальнейшей работы в Ориентированной на решение краткосрочной терапии в случае отсутствия прогресса у клиента.