**ВОПРОСЫ**

**К ИТОГОВОМУ ЭКЗАМЕНУ ПО НАПРАВЛЕНИЯМ**

**И МЕТОДАМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ И ПСИХОТЕРАПИИ**

**для студентов программы «Психотерапия кризисных состояний и последствий психической травмы»**

**Влияние стресса на формирование психологической и психосоматической проблематики**

* Понятие стресса, стресс как неспецифическая адаптивная реакция.
* Стрессоры и повреждающие эффекты стресса. Триада Г. Селье.
* Адаптивные и патологические гормональные изменения при стрессе.
* Психологические и психосоматические нарушения, возникающие вследствие истощения стресс-лимитирующих систем при остром и хроническом стрессе.
* Течение острой стрессовой реакции по классификации Г. Селье.
* Течение острой стрессовой реакции по классификации М. М. Решетникова.
* Стадии реагирования на острую стрессовую ситуацию.
* Влияние острого и хронического стресса на тело.
* Осложнения при острой реакции на стресс и механизм их возникновения (суицид, невротические и депрессивные расстройства, ПТСР, зависимости, психосоматика, социальная дезадаптация).
* Инструментальная психологическая диагностика уровня стресса.

[**Влияние детских травм на развитие и реакции на последующие стрессы**](https://psyinst.moscow/zapis-vebinar-vliianie-detskikh-travm-na-razv-10-22/)

* Связь детских травм и дальнейшей реакции на стресс на возникновение ПТСР;
* Алгоритм работы с последствиями негативного детского опыта, с последствиями стресса, с ПТСР.

# Последствия психической травмы, механизмы развития, симптоматика, течение, стратегия психотерапии.

* Классификация кризисных состояний. Понятие травмы в психотерапии.
* Виды и особенности травм развития.
* Влияние травм развития на мировоззрение, убеждения, образ жизни, поведение и особенности реагирования во взрослом возрасте.
* Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).
* Классификации ПТСР, основанные на тяжести и длительности расстройства.
* Психологический портрет или личностные качества человека, пережившего психическую травму.
* Стратегия психотерапии психических травм, ПТСР и последствий травм развития.

# Возрастные, экзистенциальные и духовные кризисы. Симптоматика, течение, стратегия психотерапии.

* Внутренние кризисы, понятие и причины возникновения.
* Возрастные кризисные периоды: психоаналитическая (психосексуальная) концепция З. Фрейда, Эпигенетическая (психосоциальная) концепция Э. Эриксона.
* Экзистенциальные кризисы, клиника, течение. Периоды актуализации экзистенциальных переживаний.
* Психологический портрет человека в экзистенциальном кризисе. Особенности восприятия окружающей действительности.
* Знакомство и работа с конечными данностями: «смерть», «свобода», «одиночество» (изоляция) и «бессмысленность».
* Особенности, цель и принципы работы с экзистенциальными клиентами.

# Эриксоновский гипноз.

* Определение гипноза. Краткая история гипноза.
* Понятие бессознательного.
* Понятие транса, виды транса и его признаки.
* Калибровка, присоединение и ведение.
* Особенности трансовой речи.
* Структура гипнотического сеанса: «гипнотическая рамка».
* Принцип утилизации.
* Наведение транса фиксацией внимания.
* Ресурсный транс как важная составляющая работы в Эриксоновском гипнозе.
* Дополнительные техники наведения и углубления транса.
* Создание замешательства.
* Постановка сигналинга в трансе.
* Классификация внушений в гипнозе: прямые, косвенные и открытые внушения, постгипнотические внушения.
* Самогипноз.

# Границы и опоры в ТОП, основные методы работы.

* Основные понятия ТОП.
* Различные подходы и направления в Телесно-ориентированной психотерапии.
* Базовое понятие границ в Телесно-ориентированной психотерапии.
* Причины нарушений границ и их проявления.
* Способы работы с границами, структурная и диагностическая работа.
* Различные виды опор, как они работают.

# 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.
* 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.

# Психотерапия кризисных состояний и психической травмы.

* Первая встреча с пациентом. Ошибки, допускаемые специалистами в начале работы с пациентами, пережившими тяжелые травмирующие ситуации.Создание зоны доверия и безопасности, формирование раппорта, присоединение и ведение пациента.
* 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 Арт-терапии и Телесно-ориентированной психотерапии.

# Гипноз Дэвида Гроува в работе с травмой.

* Пространство терапевтической работы Дэвида Гроува — четыре квадранта исследования внутреннего опыта.
* Гипноз Дэвида Гроува в работе с глубинной травмой. Психокартография.

# Психотерапевтическая помощь при горе, утрате, суицидах.

* Горе как закономерный и необходимый процесс переживания утраты. Основные этапы переживания.
* Понятие и психологическая картина острого горя. Нормальная динамика 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.
* Анализ этапов суицидального поведения. Возможности и задачи психологической помощи на каждом этапе.
* Факторы суицидального риска.

# Телесно-ориентированная психотерапия в работе с психической травмой и кризисными состояниями.

* Классификация кризисных состояний. Понятие травмы в психотерапии. Виды травм.
* Последствия стрессовых событий: психических и физических травм, катастроф, участия в военных действиях и др.
* 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.
* Посттравматическое стрессовое расстройство как отсроченная реакция на стресс. Клиническая картина, варианты течения, прогноз, исход.

# Работа с травмой и кризисными состояниями в Арт-терапии.

* «Детский рисунок» — получение доступа к вытесненному детскому травматическому материалу и отработка ранних детских переживаний, возвращение сил и ресурсов, утраченных в травмах.
* мандала отреагирования и трансформации негативных переживаний и чувств.
* «Прощальная открытка» — работа с горем, отработка темы прощания.
* «Картина в рамке» — работа с пугающими клиента чувствами.

# Основы метода ДПДГ, механизм, этапы работы.

* Стадии, особенности проведения терапевтического сеанса ДПДГ.
* Работа с ресурсами при помощи ДПДГ. Техники контейнирования, Островок безопасности и другие ресурсные техники.
* Практика работы с ресурсными техниками
* Возможности самопомощи с использованием ДПДГ.

**Техники психотерапии.**

* «Мой Путь» — расширение и переосмысление своей жизни, простройка будущего, получение ресурсов.
* «Мои миры» — диагностическая и терапевтическая техника, гармонизация взаимоотношений с внешним миром.
* Работа с конечной данностью смерти «Что стоит за страхом?»
* «Я и мое пространство» — работа с данностями одиночества.
* «Моя жизнь, мои правила или?..» — соприкосновение со свободой.
* «Человек в поисках смысла» — работа с бессмысленностью и поиском личного смысла.
* «Я творю своё «завтра» сегодня!» — простройка будущего, работа с постановкой целей и движением к ним.