**ВОПРОСЫ К ИТОГОВОМУ ЭКЗАМЕНУ**

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

**для студентов программы**

**«Современные методы оказания психологической помощи: Краткосрочная терапия, ДПДГ, стресс-ориентированная терапия»**

**Диагностика различных стрессовых состояний.**

* Основные методы психодиагностики экстремальных и кризисных состояний.

# **Виды стрессовых расстройств. Основные стратегии терапии при кризисных**

# **Экстремальных состояниях.**

* Психология стресса. Основные варианты реагирования на стресс. Концепция стресса по Селье.
* Цели психотерапевтической кризисной работы на этапах кризисной поддержки.
* Типы стрессоров. Повседневные неприятности (микрострессоры), критические жизненные травматические события, хронические стрессоры.
* Индивидуальные и групповые варианты терапии при экстремальных и кризисных ситуациях

# **Виды психологической помощи, виды помогающих специалистов и их компетенции.\**

* Основные виды психологической помощи (психотерапия, психологическое консультирование, психокоррекция), их цели и задачи, классификации.
* Виды помогающих специалистов (психолог, психотерапевт, психиатр, психотерапевт).
* Профессиональная подготовка специалистов. Компетенции, принципы и этика.
* Дистанционное консультирование.

 **Личность специалиста. Базовые техники психотерапии и консультирования.**

* Личные качества терапевта.Эмоциональное выгорание специалистов.
* Позиции в паре терапевт-клиент.

 **Модели терапевтических отношений. Этапы психологического консультирования**

* Основные этапы работы.
* Сеттинг.Начало и конце сессии.
* Оценка эффективности психологической помощи.
* Домашние задания.
* Завершение терапии (подведение итогов, профилактика рецидивов).

**Трудности в работе консультанта. Виды клиентов.**

* Страхи начинающих специалистов.
* Ошибки психологов и способы их профилактики.
* Основные виды «трудных» клиентов.

|  |
| --- |
| **Возрастные, экзистенциальные и духовные кризисы. Симптоматика, течение,****стратегия психотерапии.** |
| * Возрастные кризисные периоды: психоаналитическая (психосексуальная) концепция

 З. Фрейда, * Экзистенциальные кризисы, клиника, течение.
* Духовные (эволюционные) кризисы.
 |
| **Влияние стресса на формирование психологической и психосоматической проблематики.** |
| * Физиологические методы оценки стрессовой реакции.
* Влияние детских травм на развитие и реакции на последующие стрессы.
* Стадии реагирования на острую стрессовую ситуацию. Влияние острого хронического стресса на тело.
 |
| **Последствия психической травмы, механизмы развития, симптоматика, течение,****стратегия психотерапии.** |
| * Классификация ПТСР, основанная на тяжести и длительности расстройства.
* Личностные качества человека, пережившего психическую травму.
* Формирование психологии жертвы, вследствие психологической и сенсорной депривации, нарушения течения детских возрастных периодов, детских травм.
* Стратегия психотерапии психических травм, ПТСР и последствий травм развития.
* Связь травм развития и дальнейшей реакции человека на стресс, на возникновение и течение посттравматического стрессового расстройства
* Сопутствующие расстройства и осложнения посттравматического стрессового расстройства. Последствия боевого стресса.
* Суицидальное поведение и ПТСР. Прогностические критерии суицидального риска.
 |
| **Работа с чувствами стыда, вины и обиды.** |
| * Характеристика феноменов: "стыд", "вина", "обида", представления о здоровой и патологической функции каждого переживания.
* Причины возникновения, характеристики, функции и формы выражения вины, стыда и обиды.
* Основные вопросы о "социально-аутичных" и "базовых эмоциях", какими и являются – стыд, вина и обида.
* Раскрытие понятия "токсического уровня эмоций".
* Возникновение вины. Какие бывают виды этой эмоции. Манипуляция на чувстве вины.
* Обида: характеристика и анализ. Что она говорит об межличностных отношениях, об ожиданиях и иллюзиях. Обида как манипуляция.
* Особенности возникновения чувства стыда и влияние его на уверенность в себе. Как помогать людям, для которых он стал «ядовитым»
* Способы работы с клиентами, которые предъявляют вину, стыд или обиду, как основное переживание жизни.
 |
| **Работа с алекситимией.** |
| * Определение алекситимии, причины возникновения.
* Методики измерения алекситимии.
* Способы помощи клиенту дифференцировать свои ощущения, чувства, мысли, желания, планы и действия.
* Развитие способности к рефлексии (осознаванию) своих переживаний, и реализации собственных целей.
* Техники при работе с алекситимией.

 **Психотерапевтическая помощь при горе, утрате, суицида.*** 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.
* 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.
* Индивидуальная и групповая модель психотерапии.

**Краткосрочная психотерапия и работа с симптомом.*** Принципы краткосрочной терапии;
* 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.
* Психологические травмы и их влияние на психику и жизнь человека.
* Выявление психотравмирующих ситуаций;
* Ресурсные техники, позволяющие найти «энергию», необходимую для преодоления депрессии.
* Техники работы с травматичными событиями.
 |

# **Защитные механизмы психики, перенос, контрперенос, сопротивление и работа с ними.**

* Понятие защитных механизмов психики.Их особенности.
* Характеристики и виды переноса, работа с ним.
* Контрперенос, его причины и признаки. Работа с контрпереносом.
* Сопротивление, его виды и проявления в терапии.
* Стратегии работы с переносом.

# **Психологическая помощь при хронических стрессовых расстройствах.**

# **Психотерапия при ПТСР.**

* Психотерапия при посттравматических стрессовых состояниях.
* Приемы десенсибилизации и переработки быстрым движением глаз (ДПДГ).
* Техники Арт-терапии при пролонгированных стрессовых ситуациях.
* Применение упражнений поведенческой и когнитивной терапии
* Использование приемов НЛП и Эриксоновского гипноза при ПТСР.

# **ДПДГ как метод работы с различной проблематикой.**

* История ДПДГ: от открытия метода до наших дней;
* Показания и противопоказания к применению;
* Психофизиологические механизмы метода ДПДГ;
* Составляющие и основные стадии стандартного протокола;
* Техники обеспечения безопасности клиента;
* Приемы стимуляции переработки при ее блокировке.
* Панические атаки. Критерии диагностики, этиология и протокол работы с помощью

 метода ДПДГ;

* Фобические расстройства. Диагностические критерии, этиология и протоколы работы с помощью метода ДПДГ;
* Обсессивно-компульсивное расстройство. Критерии диагностики навязчивых состояний, их происхождение и протокол работы в рамках ДПДГ;
* Депрессия. Виды, диагностические критерии и этиология. Протокол ДПДГ для работы с психогенной депрессией;
* ДПДГ в работе с детьми.
* «Слепой» протокол ДПДГ (работа без оглашения проблемы).

|  |
| --- |
| **Работа с симптомом в психотерапии.** |
| * Понятие о симптоме, невротическом и психотическом, и о принципах его
* формирования;
* О двойной природе симптома, о сопротивлении сопротивлению, о напряжении и

проекции его на часть тела;  взаимосвязь негативных психологических состояний и появления телесных ощущений, трансформация психоэмоциональных проблем в соматические;* Семейный климат как метафорическое отражение заболеваний. Изучение

групповой динамики внутрисемейных отношений для создания более полной картины причин, приведших к патологическому состоянию члена семьи.* Влияние симптома на межличностное общение и успешность в профессиональной деятельности.
* Техники работы с симптомами как психоэмоциональными, так и соматическими. Сочетанные методики.
 |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |