**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. |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |