#### кнопка институт оригинал2 copy.png

#### Экзаменационные вопросы для студентов программы:

## «Психологическое консультирование с применением методов Нейро-лингвистического программирования и Когнитивно-поведенческих технологий»

**Москва, 2025г.**

## **Экзаменационные вопросы по специализации** «Психологическое консультирование с применением методов

## Нейро-лингвистического программирования и

## Когнитивно-поведенческих технологий»

|  |
| --- |
| **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.
 |
| **Возрастные, экзистенциальные и духовные кризисы. Симптоматика, течение, стратегия психотерапии.** |
| * Возрастные кризисные периоды: психоаналитическая (психосексуальная) концепция З. Фрейда,
* Экзистенциальные кризисы, клиника, течение.
* Духовные (эволюционные) кризисы: концепции Р. Ассаджиоли, Ст. и К. Гроф, клиника.
 |
| **Первичное  интервью и диагностика** |
| * Первичное интервью, правила и схемы проведения.
* Биографическое интервью, как метод сбора информации о клиенте.
* Проведение и анализ структурного интервью О. Кернберга, диагностическое интервью М. Балинта.
* Психоаналитическая диагностика Н. МакВильямс.
* Структура характера и критерии его диагностики. Уровни организации личности.
* Способы беседы и диагностики со сложными клиентами.
 |
| **Формирование запроса, заключение контракта на терапию и выбор стратегии.** |
| * Понятия "терапевтический контракт" и "сеттинг". Основные понятия терапевтического контракта: деньги, границы, ответственность, конечность терапии, доступность, время для клиента и для терапевта. Варианты контракта, и чем обусловлена вариабельность.
* Показания к выбору того или иного вида психотерапии. Начало терапевтического процесса. Модели терапии относительно здоровых клиентов.
* Виды психотерапии. Психодинамический, поведенческий (бихевиоральный), когнитивный, гуманитарный (экзистенциально-гуманистический) подходы в психотерапии.
* Системный и интегративный подходы в психотерапии.
* Работа с переносом, сопротивлением, "трудными клиентами".
 |
| **Ошибки в работе практического психолога и психотерапевта.** |
| * Основные виды ошибок в работе психолога и психотерапевта. Ошибки начинающих и опытных терапевтов. Способы анализа собственных "излюбленных" ошибок.
* Синдром эмоционального выгорания и его профилактика и терапия
* Интервизорская работа для предотвращения неудачных моментов работы терапевта. Роль супервизии, индивидуальной и групповой, а также пример такой работы с участниками вебинара с акцентом на диагностику возможных ошибок.
 |
| **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;
* 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.
 |
| **Работа с чувствами стыда, вины и обиды.** |
| * Характеристика феноменов: "стыд", "вина", "обида", представления о здоровой и патологической функции каждого переживания.
* 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** |
| * Алекситимия. Причины возникновения. 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.
 |
| **Интегративные подходы. Работа проблематикой, сформированной в разном ворзрасте.**Интегративный подход. Работа проблематикой, сформированной в возрасте до года. |
| Интегративный подход. Работа проблематикой, сформированной в возрасте от 1 до 3 лет. |
| Интегративный подход. Работа проблематикой, сформированной в возрасте с 3 до 7 лет. |
| Интегративный подход. Работа проблематикой, сформированной в возрасте с 6 до 16 лет. |
| Интегративный подход. Работа проблематикой, сформированной в возрасте от 16 лет. |
| **НЛП.** |
| * История НЛП. Идея моделирования в НЛП.
* Философия НЛП. Базовые пресуппозиции НЛП.
* Раппорт. Способы создания и сохранения доверия. Калибровка. Вербальное и невербальное присоединение и ведение.
* Системы восприятия, обработки и репрезентации информации. Ключи глазного доступа.
* Понятие глубинной и поверхностной структур. Универсальные способы моделирования мира. Метамодель как набор приемов для сбора лингвистической информации о модели мира человека. Диагностический и терапевтический потенциал метамодели.
* Понятие глубинной и поверхностной структур. Универсальные способы моделирования мира. Милтон-модель как набор приемов для введения в транс или в измененное состояние сознания для разрешения проблем. Работа с частицей «не».
* Модель психотерапевтической работы. Техника «Хорошо сформированный результат».
* Модели постановки целей. Модель стратегий ТОТЕ.
* Якоря. Якорение. Виды якорей. Условия их постановки. Техника якорения ресурсных состояний. Техника «Коллапс якорей».
* Доступ к ресурсным состояниям. «Круги силы».
* Субмодальности и техники их изменения. Контрастный анализ субмодальностей.
* Визуально-кинестетическая диссоциация и её использование в работе с травмой. Техника быстрого лечения фобий.
* Нейрологические уровни Р. Дилтса. Классификация запросов и техник НЛП по нейрологическим уровням. Техника «Интеграция нейрологических уровней».
 |
| **Теоретические основы когнитивно-поведенческой психотерапии. Базовые когнитивные технологии** |
| * Основные цели и задачи когнитивно-поведенческой психотерапии (КПП).
* Психотерапия А.Эллиса, основные положения.
* Модель КПП А. Бека, основные положения.
* Терапевтическое соглашение и особенности взаимодействия психотерапевт-клиент, ведение сессий и домашние задания.
* Ценностные умозаключения и автоматические мысли. Механизмы ошибочных умозаключений и их роль в формировании психических проблем. Анализ основных познавательных (когнитивных) искажений в восприятии, обработке информации и формировании умозаключений.
* Когнитивно-поведенческая психотерапия и возможности ее комбинирования с другими психотерапевтическими подходами.
* Теоретический и практический разбор основного подхода когнитивно-поведенческой психотерапии – АВС анализ – описание техники и показания к применению.
* Техника "Переформулирование" – описание техники и показания к применению.
* Техника "Поиск альтернатив" (проверка реалистичности автоматических мыслей) – описание техники и показания к применению.
* Техника "Исследование выгод и издержек" (работа с побуждающими компонентами автоматической мысли, осознание и контроль над ошибочными умозаключениями для достижения заметных поведенческих изменений) – описание техники и показания к применению.
* Техника "Управление силой верования", (правдоподобность автоматических мыслей и избегание негативных переживаний) – описание техники и показания к применению.
* Создание шкал – измерительного прибора, позволяющего контролировать субъективную величину выраженности реакций. Существующие шкалы и способы их применения
* Техника "Реатрибуция", (изменение способа считывания ситуации) – описание техники и показания к применению.
* Техника "Погружение в роль" (поиск альтернативных точек зрения на ситуацию с использованием ресурсного персонажа) – описание техники и показания к применению.
* Техника "Поведенческий эксперимент" – изменение хода мышления через искусственно воспроизводимые поведенческие паттерны – описание техники и показания к применению.
* Вспомогательные техники в КПП (когнитивная репетиция, техника “СТОП”, моделирование деятельности)
* Положительное и отрицательное подкрепление. Режимы подкреплений.
* Классическое и оперантное обусловливания. Основные принципы.
 |
| **Коррекция когнитивных стратегий, стилей и схем** |
| * Теория и практические упражнения по коррекции стратегий:
* Стратегия "Чтение мыслей" – описание стратегии и способы её выявления и коррекции.
* Стратегия "Гадание" – описание стратегии и способы её выявления и коррекции.
* Стратегия "Катастрофизация" и способы её выявления и коррекции.
* Стратегия "Использование ярлыков" и способы её выявления и коррекции.
* Стратегия "Обесценивание" – описание стратегии и способы её выявления и коррекции.
* Стратегия "Негативный фильтр" и способы её выявления и коррекции.
* Стратегия "Сверхобобщение" и способы её выявления и коррекции.
 |