#### 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. |