

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой: <https://studservis.ru/otvety-na-bilety/402876>

Тип работы: Ответы на билеты

Предмет: Психотерапия

1. Понятие психотерапии. Специфика психотерапии как вида психологической практики. 3
2. Цели и методы психотерапии. 4
3. Психотерапевтическое вмешательство. Клинико-психологическое вмешательство. 8
4. Показания к психотерапии. Оценка эффективности психотерапии. 9
5. Модели психотерапии. 10
6. Основные принципы психотерапевтической деятельности. 11
7. Взаимосвязь психотерапии, психологического консультирования и психокоррекции. 13
8. Профессиональные требования к специалисту и его деятельности. Квалифицированный и неквалифицированный специалист. 14
9. Личностные предпосылки и профессионально-значимые качества психотерапевта. 17
10. Этические, моральные, нравственные нормы личности психотерапевта. Деонтологические аспекты поведения 19
11. Эффективность психотерапии. Объективные и субъективные показатели эффективности. Причины недостаточной результативности психотерапии. 20
12. Особенности создания терапевтической среды. Факторы, определяющие качество терапевтического контакта: терапевтический климат, вербальные и невербальные навыки специалиста. 22
13. Этапы психотерапевтического процесса. Содержание деятельности специалиста на каждом этапе. 26
14. Механизмы психологического воздействия: заражение, внушение, убеждение, подражание. 29
15. Динамическое направление в психотерапии. Теории личности З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера. 31
16. Основные понятия психоаналитической теории З. Фрейда. 33
17. Аналитическая психотерапия Юнга, индивидуальная психотерапия Адлера. 34
18. Поведенческое направление. Бихевиоральная психотерапия. 37
19. Диалектическая поведенческая психотерапия (DBT). 39
20. Терапия принятия и ответственности (АСТ). 42
21. Когнитивная психотерапия А. Бека. 47
22. Рационально-эмотивная психотерапия А. Эллиса. 54
23. Когнитивная психотерапия депрессивных и тревожных расстройств. 57
24. Экзистенциально-гуманистическое направление. Гуманистическая психотерапия А. Маслоу. 62
25. Экзистенциально-гуманистическое направление. Клиент-центрированная психотерапия К. Роджерса. 67
26. Экзистенциально-гуманистическое направление. Экзистенциальная психотерапия. 71
27. Классификация и краткая характеристика отечественных подходов в психотерапии. 75
28. Групповая и индивидуальная форма работы. 83
29. Групповая динамика: основные понятия, содержание. 87
30. Правила группы. Способы поддержки или неодобрения. Приемы социометрии в психотерапии. 91
31. Психотерапия детей и подростков 98

1. Понятие психотерапии. Специфика психотерапии как вида психологической практики.

Психотерапия – система лечебного воздействия на психику, а через психику – на весь организм и поведение больного. Это комплексное лечебное воздействие на эмоции, суждения, самосознание человека при многих психических, нервных и психосоматических расстройствах и заболеваниях.

Условно различают клинически ориентированную психотерапию, направленную преимущественно на смягчение или ликвидацию имеющейся симптоматики, и личностно ориентированную психотерапию, которая стремится помочь человеку изменить свое отношение к социальному окружению и собственной личности.

Психотерапия как вид психологической практики:

□ особый вид межличностного взаимодействия, при котором пациентам оказывается профессиональная помощь психологическими средствами при решении возникающих у них проблем и затруднений психологического характера;

- средство, использующее вербальные методики и межличностные взаимоотношения с целью помочь человеку в модификации отношений и поведения, которые интеллектуально, социально или эмоционально являются негативными;
- длительное межличностное взаимодействие между двумя или более людьми, один из которых специализировался на коррекции человеческих взаимоотношений;
- персонализированная техника, которая представляет собой нечто среднее между техникой планируемых изменений отношений, чувств и поведения человека, и познавательным процессом, который, в отличие от любого другого, ставит человека лицом к лицу с его внутренними конфликтами и противоречиями.

2. Цели и методы психотерапии.

Цель психотерапии – помощь при психических и личностных расстройствах легкой и средней степени тяжести, содействие в разрешении проблем и преодолении психологических затруднений, в актуализации резервов личностного роста. Психотерапия бывает краткосрочной и длительной, групповой или индивидуальной, религиозно окрашенной или внеконфессиональной. Точкой приложения усилий психотерапевта могут быть бессознательная сфера психики (все виды глубинной, аналитической психотерапии), мышление и сознание (когнитивная психотерапия, гештальт-терапия), эмоции и чувства, процесс сопереживания (роджерсианство), итоги восприятия – сенсорно-перцептивный опыт и его словесное воплощение (нейролингвистическое программирование), человеческое тело и процессы в нем (телесно-ориентированные подходы).

Наиболее часто используемые методы психотерапии.

Рациональная психотерапия. Это воздействие на больного с помощью логически аргументированных разъяснений. Осуществляется путем объяснения, сообщения пациенту того, что он не знает и не понимает и что может поколебать его ложные убеждения.

Суггестивная психотерапия. Суггестия — воздействие на психику путем внушения, принимаемое больным без логической переработки и критического осмысления.

Первым суггестивным методом является гипноз -внушение, проводимое в состоянии гипнотического транса. Под влияние внушения пациенты погружаются в особое состояние сна, при этом врач сохраняет с ними речевой контакт. Выделяют 3 стадии гипнотического транса, но для достижения лечебного эффекта не всегда необходимо введение в глубокое гипнотическое состояние. После введения в транс больному даются формулы внушения, затем пациент выводится из состояния сна. В группе гипнабельность (внушаемость) усиливается путем взаимной индукции и подражания.

Аутогенная тренировка — метод внушения самому себе каких-либо представлений, мыслей, чувств, имеющих целью устранить болезненные явления, укрепить волю и уверенность в выздоровлении. Методом самовнушения достигается релаксация пациента, а затем повторяются лечебные формулы.

Психоаналитическая психотерапия. Психоанализ более 100 лет назад и до сих пор остается одним наиболее проработанных методов психотерапевтического воздействия. Психоанализ позволяет исследовать бессознательные мотивы, приводящие к психическим расстройствам, корректировать их негативное влияние на психическое здоровье, эмоциональный фон и повседневную жизнь человека.

Пациент исследует бессознательное путём вербализации (проговаривания) мыслей, снов и фантазий, свободных ассоциаций, страхов и навязчивых идей; психоаналитик интерпретирует и анализирует их для пациента, делает заключение о бессознательных конфликтах, являющихся причинами симптомов и проблем характера пациента, помогает выявить скрытые страхи и желания пациента. Психоаналитик помогает пациенту проработать бессознательные конфликты, помочь пациенту освободиться от них, перенастроить привычные психические реакции.

Групповые методы психотерапии. Сеансы проводятся в группе больных и предусматривают не только воздействие врача на больных, но и членов группы друг на друга. Большое значение имеет создание в группе атмосферы откровенности, взаимного доверия, заинтересованности в выздоровлении. Группы могут быть однородными и разнородными по возрасту, интеллектуальному уровню, нозологии. Группы включают в себя от 6-8 до 30 человек.

Гештальт-терапия. Основатель гештальт-терапии - Ф. Перлз. Гештальт понимается как единица анализа сознания и психики. Он обозначает цельные, несводимые к сумме своих частей, образования сознания. Терапевт помогает пациенту осознать целостность вербальных и телесных проявлений. Процесс осознания строится таким образом, чтобы помочь организации чувств, поведения и телесных ощущений и восстановить нарушенную в динамике жизненного цикла целостную активность. Гештальт-терапия не обращается к поиску в прошлом опыте травмирующих событий, а разворачивается в настоящем (принцип «здесь-и-теперь») - прошлый опыт актуален настолько, насколько он представлен в настоящем; повторное

его переживание и проигрывание, завершение гештальта ведут к осознанию и реорганизации. Гештальт-терапия проводится в основном в групповом формате с фокусом не на групповых отношениях и динамике, а на каждом участнике. Группа создает безопасную среду, служит своего рода "зеркалом" и моделью социальных отношений. Показания включают в себя широкий круг невротических и личностных нарушений. Психодрама. Классическая психодрама — это групповой терапевтический процесс, в котором используется инструмент драматической импровизации для изучения внутренних конфликтов человека.

Классическая психодраматическая сессия заключается в проигрывании психотравмирующих ситуаций в группе под руководством ведущего-психотерапевта. Пациент «проживает» свои проблемы посредством театрализации, ролевой игры, драматического самовыражения. Через сценическое разыгрывание эпизодов своей жизни, собственных страхов и фантазий, человек получает возможность войти в контакт с самим собой, своими эмоциями, благодаря участию других членов группы – увидеть ситуацию с разных точек зрения, и не только выявить дисфункциональные аспекты своего поведения, но и выработать, натренировать функциональную реакцию на события. При благополучном протекании сеанса дисфункциональные роли преобразуются в функциональные.

Телесно-ориентированная психотерапия. Вильгельм Райх полагал, что индивидуальный характер выражается в характерных картинах мышечной ригидности, блокирующей основные биологические возбуждения (тревога, гнев, сексуальность) и отражающей функционирование специфической биологической энергии. Согласно В. Райху мышечный панцирь как телесное выражение психологических блоков организуется в семь основных защитных сегментов (глаз, рта, шеи, груди, диафрагмы, живота и таза). Терапия по Райху состоит в ослаблении и ликвидации мышечного панциря в каждом сегменте с использованием специальных техник (дыхания, контактных методов, выражения эмоций и т. д.).

Когнитивно-поведенческая психотерапия (она же когнитивно-бихевиоральная психотерапия). Это современный метод лечения психических и эмоциональных расстройств, причинами которых являются дисфункциональные (разрушительные для психики), глубоко укоренившиеся убеждения и установки. Применяется уникальная схема лечения для каждого вида психотерапевтических расстройств и психологических расстройств с учетом индивидуальных качеств пациента. Один из самых эффективных методов в современной психотерапии.

Нейролингвистическое программирование (НЛП). НЛП не является отдельной психотерапевтической методикой. В НЛП сконцентрированы те инструментальные моменты, которые присутствуют в любой психотерапии. Психотерапия с использованием принципов и навыков НЛП рекомендуется, главным образом, людям, имеющим сложности в межличностных отношениях. НЛП применяется для развития коммуникативных навыков, совершенствования навыков управления, способствует личностному развитию: способности правильно понимать и управлять собственными эмоциональными состояниями и мотивацией, разносторонне воспринимать окружающий мир, достигать гибкости в поведении. Психотерапевт (НЛП-тренер) индивидуально подбирает модели и техники НЛП, эффективные для пациента методы саморазвития, дает необходимые знания и обучает пациента применять их на практике. Работа с психотерапевтом (НЛП-тренером) может проходить как индивидуально, так и в форме коллективных тренингов.

3. Психотерапевтическое вмешательство. Клинико-психологическое вмешательство.

Психотерапевтическое вмешательство, или психотерапевтическая интервенция – это вид психотерапевтического воздействия, который характеризуется определенными целями и соответствующим этим целям выбором средств воздействия, т.е. методов (Б. Д. Карвасарский). Термин психотерапевтическое вмешательство может обозначать конкретный психотерапевтический прием, например, разъяснение, уточнение, стимуляция, вербализация, интерпретация, конфронтация, научение, тренинг, советы и пр., а также более общую стратегию поведения психотерапевта, которая тесным образом связана с теоретической ориентацией (прежде всего, с пониманием природы того или иного расстройства и целями, и задачами психотерапии).

Психология и медицина применяют различные виды вмешательств (интервенций). М. Перре и М. Бауманн подразделяют все виды интервенций, используемые в медицине, на четыре группы: медикаментозные (фармакотерапия), хирургические, физикальные (физиотерапия) и психологические (психотерапия). Психологические интервенции, или клинико-психологические интервенции и составляют сущность психотерапевтического вмешательства. С точки зрения указанных авторов, клинико-психологические интервенции характеризуются: 1) выбором средств (методов); 2) функциями (развитие, профилактика, лечение, реабилитация); 3) целевой ориентацией процесса на достижение изменений; 4) теоретической базой (теоретическая психология); 5) эмпирической проверкой; 6) профессиональными действиями.

Рассмотрим основные характеристики клинико-психологических интервенций.

Методы клинико-психологических интервенций – это психологические средства, которые выбирает психотерапевт. Они могут быть вербальными или невербальными, ориентированными в большей степени либо на когнитивные, либо на эмоциональные, либо на поведенческие аспекты и реализуются в контексте взаимоотношений и взаимодействий между пациентом или пациентами (теми, кто нуждается в помощи) и психотерапевтом (тем, кто эту помощь оказывает). Типичными психологическими средствами являются беседа, тренировка (упражнения) или межличностные взаимоотношения как фактор влияния и воздействия.

4. Показания к психотерапии. Оценка эффективности психотерапии.

Показания к психотерапии определяются ролью психологического фактора в этиопатогенезе заболевания, а также возможными последствиями перенесенного ранее или текущего заболевания.

Комплексный подход в лечении различных заболеваний, учитывающий наличие в этиопатогенезе трех факторов (биологического, психологического и социального), обуславливает необходимость корректирующих воздействий, направленных на каждый фактор, соответствующий его природе. Это означает, что психотерапия как основной или дополнительный вид терапии может применяться в комплексной системе лечения пациентов с самыми разнообразными заболеваниями.

Наиболее существенным показанием к психотерапевтической работе с конкретным пациентом является роль психологического фактора в возникновении и течении болезни. Чем более выражена психогенная природа заболевания (то есть чем более выражена психологически понятная связь между ситуацией, личностью и болезнью), тем более адекватным и необходимым становится применение психотерапевтических методов.

Оценивая эффективность психотерапии?

На объективные показатели. К ним относятся различные психологические тестовые методики и шкалы.

Клиент заполняет анкету в начале курса психотерапии и в конце курса, затем сравниваются результаты и получают данные об эффективности данного курса психотерапии для данного человека. Этот подход используется не всегда, но его выводы более научно обоснованы и доказательны.

На субъективные показатели. В большинстве случаев психотерапевт и клиент для оценки эффективности психотерапии ориентируются именно на эти показатели. К ним относятся уменьшение выраженности или полное устранение беспокоящих клиента симптомов, снижение внутреннего напряжения, стабилизация эмоционального состояния, изменение неадаптивного поведения на адаптивное, нормализация социального взаимодействия в межличностных отношениях, в семье, на работе, понимание и осознание человеком причин, сути и механизмов формирования данного проблемного состояния. Человек начинает более ясно видеть себя, окружающих людей, начинает понимать, что «свет-то всё время горел в комнате, я просто смотрел в другую сторону и не видел его».

5. Модели психотерапии.

Основными моделями в современной психотерапии являются: медицинская и психологическая.

Медицинская модель психотерапии — это метод лечения (в том числе и лекарственными препаратами).

Основной упор делается на клиническую картину расстройств, то есть ваша проблема рассматривается с точки зрения соматоза, невроза или психоза. Предполагается, что в основе трудностей человека лежат болезни, болезненные состояния или болезненное развитие личности. Соответственно и усилия специалистов направлены на излечение этой болезни, последующую реабилитацию, и адаптацию здоровых членов семьи к особенностям больных членов семьи.

Психологическая (психотерапевтическая) модель — это скорее способ взаимодействия, сосуществование, внутреннее постижение, нежели лечение в его классическом понимании; это процессуальная работа: процесс осознания клиентом своих чувств, состояний, переживаний, изменений и т.д. В психологической модели понятие «психотерапия» вернее перевести как «служение душой (личностью)» психотерапевта, поскольку предполагает проникновение оно в суть проблемы, для чего нужен более тонкий и глубокий анализ.

В данной модели проблема человека рассматривается как нарушения личностного развития и роста (зачастую обусловленные другими людьми), которые привели к неудачной адаптации (и социализации) в жизни. Если человек обретает экологичные способы адаптации, то проблема (необходимость в ее проявлении) отпадает.

Психологическая модель используется в работе психологов и психиатров. В медицинской модели работают

в основном врачи-психотерапевты и врачи-психиатры.

Существуют и другие модели психотерапии, например:

Диагностическая модель предполагает оказание помощи в виде выявления психологического диагноза и даче соответствующих рекомендаций.

Педагогическая модель используется чаще всего педагогами-психологами и социальными работниками, поскольку предполагает оказание помощи родителям в воспитании детей.

Социальная модель базируется на предположении, что трудности, возникшие в жизни человека — это результат неблагоприятных обстоятельств. Помощь оказывается в виде анализа жизненной ситуации и дачи соответствующих рекомендаций, а также предполагается непосредственное вмешательство в жизнь человека. Такую модель можно встретить в центрах социальной помощи населению и в службах знакомств.

6. Основные принципы психотерапевтической деятельности.

Для успешной практики психотерапии необходимо соблюдать ряд принципов, обеспечивающих безопасность, доверие и эффективность.

1. Конфиденциальность: Психолог обязан соблюдать строгую тайну относительно всей информации, полученной в ходе сессии. Это способствует созданию доверительных отношений и позволяет клиенту чувствовать себя комфортно в выражении своих мыслей и чувств.
 2. Профессионализм: Психологи должны иметь высокий уровень профессионализма, основанный на глубоких знаниях и навыках. Понимание психологических теорий, методов психотерапии и этических норм.
 3. Этический кодекс: стандарты, включающие в себя уважение к правам и достоинству клиентов, отсутствие дискриминации.
 4. Эмпатия и понимание: Психологи обладают развитыми навыками понимания и эмпатии к клиенту. Это помогает создать психологически безопасное окружение, в котором клиенты могут открыто выразить свои мысли и эмоции.
 5. Индивидуальный подход: Психологи адаптируют свои методы к индивидуальным потребностям и характеристикам клиента.
 6. Самоопределение клиента: Психологи поддерживают право клиентов на самоопределение и принятие решений относительно своей жизни и процесса психотерапии.
 7. Нет предвзятости: Психологи избегают субъективных суждений и предвзятости. Они стараются сохранять нейтральную позицию, чтобы помочь клиентам рассмотреть свои проблемы с разных точек зрения.
 8. Контроль за безопасностью: Психологи следят за психологической и эмоциональной безопасностью клиентов, избегая потенциально вредных или травмирующих методов.
 9. Непрерывное обучение: Психотерапия – это постоянно развивающаяся область, и специалисты стремятся к непрерывному профессиональному обучению и самосовершенствованию.
 10. Исследование эффективности: Психологи оценивают эффективность своей практики и готовы адаптировать свои методы в соответствии с новыми исследованиями и научными достижениями.
- Все эти принципы взаимосвязаны и обеспечивают основу для эффективной психотерапевтической работы.

-

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой: <https://stuservis.ru/otvety-na-bilety/402876>