PRIVATAKADEMIE FÜR
PRAKTISCHE PSYCHOLOGIE

Программа «Автодидакт» для психологов-консультантов
Предназначена для самостоятельных занятий

ЧАСТЬ 2

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Autors Oleg Haak reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

ПРАВИЛА РАБОТЫ С ПРОГРАММОЙ „АВТОДИДАКТ»

Всё очень просто!
Сначала читайте вопросы и размышляйте над ними, стараясь выбрать правильные варианты ответа (которых может быть несколько), которые были бы оптимальными на практике. Используйте для получения информации дополнительный материал.
Смотрите правильные ответы только после того, как приложили достаточно усилий самостоятельно проанализировать все варианты.
Делайте заметки на полях и в конце тетради или на дополнительных листах бумаги. Занимайтесь, по возможности, в спокойной, гармоничной атмосфере.
Не заучивайте ничего наизусть. Программа сама сформирует в вас логическое мышление и профессиональное отношение к клиенту, необходимое для психолога, что более ценно, чем заучивание информации.
В программе используются три обозначения для специалистов (психолог, психотерапевт и психиатр), которые не следует понимать как равнозначные.
Под словом психолог подразумевается психолог-консультант.
В программе всегда говорится о клиенте в мужском роде, но имеются в виду как мужчины так и женщины.

Осторожно!
Обращайте внимание на ваши ощущения!
Программа может пробудить в вас давно забывшиеся психологические конфликты или активировать актуальные. Это происходит потому, что вы начинаете лучше понимать себя и происходящее вокруг или, наоборот, стали ещё более субъективны.
В тоже самое время, эта информация может вызвать у вас и другие психические расстройства, при условии, если они у вас уже были, как это нередко бывает у интересующихся психологией.
В таком случае немедленно свяжитесь с нами или обратитесь за психологической помощью по месту жительства!

* не верьте всем сноскам

1. Качества, которые должны быть у психолога:

- а) Доминантность[1]
- б) Общительность
- в) Гибкость

2. Общительность психолога подразумевает:

- а) Что он много говорит
- б) Он умеет слушать[2]
- в) Наблюдает за поведением клиента

3. Если клиент плачет, тогда я:

- а) Постараюсь поскорее успокоить его
- б) Дам ему возможность проявить эмоции
- в) Скажу, что он не ребёнок и должен серьёзнее относиться к жизни

4. Клиенты бывают добрые и злые - это:

- а) Правильно
- б) Неправильно
- в) Упрощённое представление, которым не должен руководствоваться профессиональный психолог

5. Психолог должен уметь:

- а) Придерживаться при необходимости на протяжении определённого времени темы, релевантной для консультации
- б) Подавлять неуместные эмоции клиента
- в) Вовремя закончить консультацию

6. Если бесцельно следовать за мыслями и чувствами клиента, это:

- а) Приведёт к успешному решению проблемы клиента
- б) Заведёт и клиента и психолога в тупик
- в) Будет непрофессионально

7. Если психолог проявляет гибкость, он:

- а) Лекго меняет тему
- б) Всегда настаивает на своём мнении
- в) Находит выход из трудных ситуаций

8. Деликатность в работе психолога означает, что психолог:

- а) Понимает проблему клиента лучше, чем сам клиент
- б) Уважает мнение клиента
- в) Даёт прямые советы

[1]Психолог должен быть доминантным, чтобы вызывать доверие клиента.
[2]Это неотъемлемая часть работы психолога.

9. Если клиент не хочет говорить на определённые темы, нужно:

о а) Настаивать с самого начала на обсуждении этих тем
о б) Ждать, пока клиент сам захочет об этом говорить[3]
о в) Сначала установить с ним доверительные отношения

10. Психологу желательно быть осведомлённым в области:

о в) Спиритизма
о б) Классической и современной литературы
о в) Знания, как манипулировать клиентами

11. Девиз профессионального психолога:

о а) «Действуй как можно быстрее!»
о б) «Сначала думай, потом делай!»
о в) «Не причини вреда клиенту»

12. Психологическое консультирование, как и психотерапия, может усугубить проблемы клиента. Это:

о а) Правильно
о б) Неправильно
о в) Неизвестно

13. Психолог может навредить, если:

о а) Проявляет понимание
о б) Сочувствует клиенту
о в) Даёт поспешные рекомендации[4]

14. Неправильное консультирование может навредить:

о а) Клиенту
о б) Семье клиента
о в) Окружению клиента

15. Психолог может навредить клиенту, если:

о а) Советуется с супервизором
о б) Применяет сомнительные методы
о в) Искренне хочет помочь

16. Психолог имеет право в исключительных случаях передать информацию о клиенте дальше. Это:

о а) Правильно
о б) Неправильно
о в) Зависит от законодательства страны

[3]Если клиент не хочет вообще или на данный момент говорить на определённые темы, психолог не должен настаивать на этом.

[4]Поспешные рекомендации приводят к возникновению недопонимания между психологом и клиентом.

17. Психолог имеет право передать информацию о клиенте, если:

о а) Об этом просят родственники
о б) Он узнаёт о серьёзном правонарушении
о в) Если это тербуют правоохранительные органы[5]

18. Если психолог даёт много советов - это:

о а) Хорошо
о б) Плохо
о в) Помогает неуверенным клиентам принимать решения

19. Если психолог даёт прямой совет - это:

о а) Действует
о б) Не действует
о в) Действует иногда

20. Если психолог даёт прямой совет, тогда:

о а) Клиент обязательно ему последует
о б) Клиент может обидеться на совет
о в) Это редко помогает

21. О чём говорит то, что клиент ругает предыдущего психолога?

о а) Психолог возможно был плохой
о б) Возможно, вскоре он будет ругать и вас
о в) Клиент склонен к обесцениванию других

22. Если клиент хвалит вас, тогда он:

о а) Обязательно искренен
о б) Может скрывать за этим недовольство
о в) Может тут же начать вас критиковать

23. Работа психолога должна быть научно обоснованна.

о а) Да
о б) Нет
о в) Иногда

24. Непонимание психологом психических процессов приводит к:

о а) Улучшению симптоматики клиента
о б) Усугублению состояния клиента
о в) Успешной работе с клиентом, ведь психолог учитывает лишь то, что непосредственно нужно для работы и не обременяет ни себя, ни клиента ненужной теоретической информацией

[5]Если информацию требуют правоохранительные органы, психолог освобождается от обязанности не разглашать конфиденциальную информацию о клиенте.

25. Психолог должен стараться:

о а) Постоянно повышать квалификацию
о б) Работать консервативно
о в) Быть в курсе новейших методов консультирования

26. Цель консультирования:

о а) Манипулировать клиентом[6]
о б) Помочь клиенту быть самим собой
о в) Сделать клиента доминантным

27. Чтобы решить свои проблемы, клиент должен:

о а) Слушать во всём психолога
о б) Взять ответственность за свою жизнь на себя
о в) Принимать медикаменты

28. Причиной психологических конфликтов могут быть:

о а) Строгое воспитание
о б) Неуверенность в себе
о в) Способность прощать

29. Кабинет психолога лучше всего оформить как:

о а) Служебное помещение, деловой офис[7]
о б) Кабинет экстрасенса с элементами мистики, свечами и так далее.
о в) Уютное помещение с расслабляющей обстановкой

30. В кабинете психолога должно быть много всяких вещей. Это:

о а) Правильно
о б) Неправильно
о в) Дело вкуса

31. Кабинет психолога лучше всего окрасить в яркие цвета, как, например, красный или оранжевый.

о а) Да
о б) Нет
о в) По желанию

32. В кабинете психолога лучше всего сидеть:

о а) На стульях
о б) На полу
о в) В кресле

[6]Если психолог умело манипулирует клиентом, это приводит к продуктивному консультированию

[7]Если кабинет психолога оформлен в деловом вкусе и «построже», это побудит клиента «взять себя в руки» и решать свои проблемы.

33. Между психологом и клиентом должен быть большой письменный стол. Это:

o а) Создаст профессиональную атмосферу[8]
o б) Отдалит клиента от вас
o в) Рекомендуется всем психологам

34. Главное в консультировании:

o а) Изменить характер клиента
o б) Создать доверительные отношения
o в) Руководить клиентом

35. Зачем развивать доверительные отношения с клиентом?

o а) Чтобы манипулировать клиентом
o б) Чтобы клиент прислушался к мнению психолога
o в) Чтобы клиент продолжил консультации

36.Сознательное доверие клиента к психологу означает, что:

o а) Клиент понимает, почему доверяет этому психологу
o б) Клиент не понимает, почему он доверяет этому психологу
o в) Клиент доверяет всем авторитетным личностям

37. Подсознательное доверие к психологу выражается в том, что:

o а) Клиент не понимает, почему он доверяет этому психологу
o б) Клиент вообще сам по себе доверчивый
o в) Клиент понимает, почему доверяет психологу

38. В основном клиенты доверяют психологу подсознательно

o а) Нет
o б) Да
o в) Неизвестно

39. Чтобы вызвать доверие клиента к вам, вы будете подражать его позе и манере говорить. Это:

o а) Правильно
o б) Неправильно
o в) Можно делать, но осторожно, чтобы клиент не заметил этого

40. Чтобы консультация проходила эффективно, вы будете:

o а) Делать паузу после ваших слов и слов клиента
o б) Быстро задавать клиенту вопросы, один за другим[9]
o в) Давать понять клиенту вашим видом, что вы не согласны с его словами

[8]Клиент должен помнить, куда он пришёл и не нарушать дистанцию
[9]Если быстро задавать вопросы, это побудит клиента говорить о том, что он думает на самом деле

41. Консультирование - это обычная повседневная беседа.

о а) Да
о б) Нет
о в) Иногда

42. С чего начинается психологическое консультирование?

о а) С диагностической беседы
о б) С вашего рассказа о том, как вы уже помогли другим
о в) С напоминаний о том, что клиент должен во всём придерживаться рекомендаций психолога

43. В диагностической беседе вы узнаете:

о а) Что беспокоит клиента
о б) Психическое состояние клиента
о в) Как клиент относится к своим родителям

44. Тема консультаций - это:

о а) То, что интересует клиента
о б) Всегда то, о чём хочет говорить психолог
о в) То, о чём готовы говорить и клиент и психолог

45. Когда клиент рассказывает, психолог:

о а) Делает вид, что слушает
о б) Наблюдает за тем, как рассказывает клиент и на что он делает ударение
о в) Составляет в уме план дальнейших действий

46. Если клиент жалуется на плохое настроение, вы:

о а) Расскажете, как вы справляетесь с подобными проблемами
о б) Предложите клиенту выпивать на выходные, чтобы расслабиться
о в) Уточните, в чём причина плохого настроения

47. За плохим настроением клиента могут скрываться:

о а) Проблемы на работе
о б) Ссоры в семье
о в) Финансовая нестабильность

48. Первую консультацию можно начать словами:

о а) «Что привело вас ко мне?»
о б) «Вы сами виноваты в ваших проблемах[10]»
о в) «Слушаю вас внимательно»

[10]Это парадоксальный метод, разработанный в США и актуальный для Германии

49. Если клиент скептически спросит, можете ли вы ему помочь, вы:

о а) Дадите 100% гарантию, ведь иначе вы потеряете этого клиента
о б) Станете доказывать, что вы хороший специалист
о в) Скажете, что попробуете ему помочь

50. Опишите, на что может жаловаться клиент:

51. Если психолог предлагает определённое решение проблемы, то это:

о а) Обязательно правильное решение
о б) Может вызвать у клиента несогласие
о в) Может не подходить клиенту

52. Опишите высказывание клиента, если он с вами не согласен:

53. У одной и той же проблемы клиента могут быть разные варианты решений. Это:

о а) Неправильно
о б) Правильно
о в) Неизвестно

54. Что вы скажете клиенту, если он скажет, что вы его не понимаете? Опишите:

55. Что должен сделать клиент, чтобы решить свои проблемы? Опишите:

56. Как клиент может реагировать, если вы скажете, что ему необходимо изменить свой взгляд на себя? Опишите:

57. Если клиент не захочет менять свой взгляд на себя, вы:

о а) Пристыдите его
о б) Скажете, что тогда он сам во всём виноват
о в) Постараетесь мягко привести аргументы в пользу этого[11]

58. В каких областях клиенту часто нужно изменить свой взгляд на себя? Опишите:

59. Если вы посоветуете клиенту изменить его взгляд на окружающих, тогда он:

о а) Охотно согласится
о б) Может не согласиться
о в) Может не понять, что вы имеете ввиду

60. В каком смысле клиент, возможно, должен изменить свой взгляд на других? Опишите:

61. Проблемы клиента могут быть вызваны:

о а) Объективными происшествиями
о б) Субъективным восприятием происходящего[12]
о в) Способностью думать логически

62. Каким образом клиент может субъективно воспринимать события? Опишите:

[11]Давление на клиента ни к чему не приведёт, даже если мнение психолога верное
[12]Клиент может субъективно воспринимать происходящее и задача психолога состоит в том, чтобы помочь быть ему более объективным.

63. В конце консультации вы:

о а) Подведёте итоги и напомните, к какому выводу пришёл клиент
о б) Скажете, что если клиент не будет применять то, что вы совместно наметили, он может больше не приходить к вам
о в) Ободрите клиента вашей уверенностью в том, что он обязательно справится с его проблемами

64. Что вы можете сказать клиенту в конце консультации. Опишите:

65. Из-за каких проблем приходят к психологу? Опишите:

66. Клиенту, который испытывает стресс на работе, вы посоветуете:

о а) Уволиться с работы и получать социальную помощь
о б) Определить, в чём причины стресса и придумать стратегии его преодоления
о в) Предложите подумать о смене места работы, если это реально

67. Что может вызывать у клиента стресс на работе? Опишите:

68. Если перфекционизм клиента мешает ему работать, я предложу ему:

о а) Делать его работу более небрежно
о б) Стараться делать его работу лучше, чем коллеги
о в) Избавиться от желания быть лучше других и делать всё на 100%

69. Перфекционизм — это: .... Опишите:

70. Клиенту с фобиями вы порекомендуете:

о а) Принимать витамины[13]
о б) Понять, что стоит за его страхами
о в) Заниматься экстремальными видами спорта

71. Какие разновидности фобий вы знаете? Опишите:

72. Лечить фобии может:

о а) Психотерапевт
о б) Психолог-консультант
о в) Психиатр

73. Каковы общие симптомы фобий? Опишите:

74.Отметьте соответствующие симптомы фобий:

Вид фобии	Боязнь закрытого пространства	Страх большого скопления людей	Боязнь незнакомых людей	Страх площадей
Клаустрофобия				
Агорафобия				
Ксенофобия				

75. Фобии лечатся:

о а) Психотерапией[14]
о б) Медикаментами
о в) «Космической энергией»

76. Каковы черты характера, страдающих фобиями? Опишите:

[13]Исследование Смита и Брауна (2015) доказывают эффективность лечения витаминами при фобиях
[14]Хотя фобии лечат также и медикаментозно, основным методом лечения является психотерапия

77. Что включают в себя семейные проблемы. Опишите:

78. Если ваш клиент жалуется на партнёра, вы:

о а) Согласитесь с ним и научите, как манипулировать партнёром
о б) Предложите раздельное жительство
о в) Предложите посмотреть на ситуацию глазами партнёра

79. Предложите возможные решения проблем между партнёрами:

80. Каковы основные причины проблем в браке? Отметьте:

Вид проблем	Часто	Редко	У молодожёнов	У пожилых
Недопонимание				
Обиды				
Деньги				

81. Что вы порекомендуете клиенту, который не может простить своего партнёра? Опишите:

82. Тест на выявление психических проблем для самого психолога, а также и для клиентов.

о да о нет Я часто плачу без причины

о да о нет Меня ничего не радует

о да о нет Я часто чувствую себя без причины виноватым/ой

о да о нет Я никогда недоволен тем, что делаю

о да о нет Меня никто не понимает
о да о нет Я плохо сплю

о да о нет У меня всё болит

о да о нет У меня плохой аппетит

о да о нет У меня часто болит голова

о да о нет Я часто обижаюсь на других

о да о нет Я считаю, что жизнь несправедлива ко мне

о да о нет Со мной часто поступают несправедливо

о да о нет У меня нет хобби

о да о нет Я редко хожу в гости

о да о нет Моя жизнь бессмысленна

о да о нет Я плохой отец, плохая мать

о да о нет Мне всегда не везёт

о да о нет Я не верю, что всё будет хорошо

83. Метод свободных ассоциаций - это:

о а) Метод поведенческой терапии
о б) Запрещённый в Германии метод психотерапии
о в) Метод психоанализа для психотерапии и консультирования.

84. Опишите метод свободных ассоциаций:

85. Анализ переноса - это метод:

о а) Неприемлемый для психолога-консультанта
о б) Психоаналитический
о в) Который нужно использовать осторожно[15]

86. Опишите метод анализа переноса:

[15]Как в психотерапии, так и в консультировании метод анализа переноса требует большого профессионального умения психолога. В противном случае это может сделать клиента ещё более уязвимым.

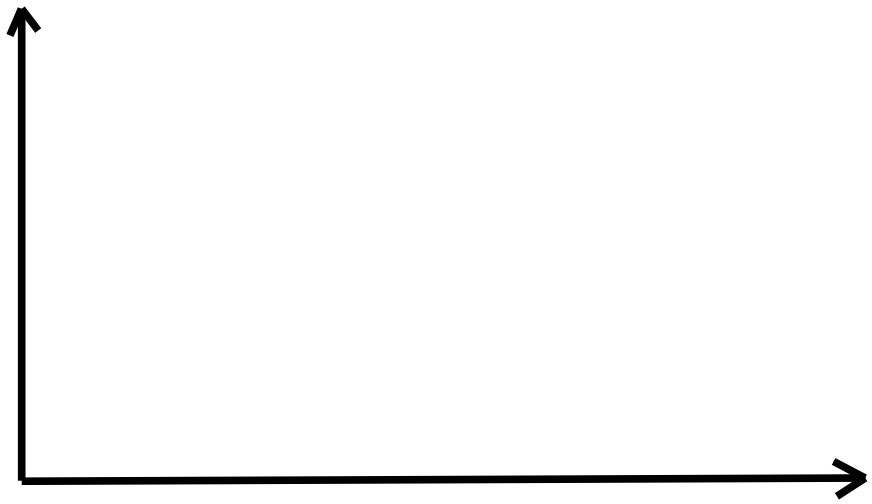
87. Как психолог может воспользоваться анализом переноса в рамках консультирования? Опишите:

88. Отметьте недостатки и преимущества анализа переноса:

Анализ переноса	Раскрытие неосознанных эмоций клиента	Опасность усугубления проблемы	Выход ситуации из под контроля
Плюсы			
Минусы			

89. Опишите, в чём выражаются приступы паники:

90.Нарисуйте график приступа паники:



91. Если клиент панически (диагноз фобия) боится пауков, то я:

о а) Принесу с собой на консультацию большого паука и предложу клиенту погладить его
о б) Направлю его к психотерапевту
о в) Предоставлю информацию о фобиях

92. Интерпретация - это понятие, взятое из:

о а) Психоанализа
о б) Логотерапии
о в) Поведенческой психотерапии

93. Как работает интерпретация? Что вы будете делать, если вы пользуетесь интерпретацией в работе с клиентом? Опишите:

94. Интерпретация подразумевает, что психолог:

о а) Мягко и с разрешения клиента интерпретирует его скрытые чувства и поведение
о б) Неожиданно и резко укажет на негативные стороны личности клиента[16]
о в) Хорошо владеет этим методом

95. Интерпретация используется чаще всего при:

о а) Психотерапии (Психоанализ)
о б) Консультировании
о в) Шизофрении

96. Отметьте соответствующие методы психотерапии:

Вид психотерапии	Сочувствие	Интерпретация	Связь между мышлением и эмоциями
Психоанализ			
Поведенческая терапия			
Терапия по Роджерсу			

97. Какова может быть реакция клиента на интепретацию?

о а) Он может обидеться
о б) Ему может стать ещё хуже
о в) Это может активировать скрытые психологические конфликты и привести к психическому заболеванию

[16]Это парадоксальная интервенция. Применяется для выявления истинного мнения клиента.

98. Логотерапию основал:

о а) В.Франкл
о б) З.Фрейд
о в) К.Роджерс

99. Логотерапия подразумевает, что:

о а) Человек не может быть счастлив и психически здоров, если у него нет цели и смысла жизни
о б) За мотивами клиента скрыты сексуальные влечения
о в) Человек сам должен определить, что для него важно в жизни

100. Логотерапия предлагает искать смысл жизни в:

о а) Деньгах
о б) Эмоциях
о в) Смирении

101. Один из методов логотерапии (дерефлексия) подразумевает, что:

о а) Психолог должен помочь клиенту перестать чрезмерно «копаться в себе»
о б) Клиент не должен общаться с теми, кто его не поддерживает
о в) Клиент должен поменять свою сексуальную ориентацию

102. Объясните, почему это неэффективно чрезмерно «копаться в себе»?

103. Метод логотерапии, кроме прочего, подразумевает следующее:

о а) Клиент должен научиться выплёскивать свою агрессию на тех, кто пытается им манипулировать
о б) Клиент должен делать то, что его пугает, что он не хочет[17]
о в) Задействуя юмор, делать то, чего боишься

104. Логотерапия задаётся целью:

о а) Найти индивидуальный смысл в жизни
о б) Сделать клиента доминантным
о в) Обязательно пересмотреть свою сексуальную ориентацию

[17]Например,если он боится тесных помещений, он должен там подольше находиться. Метод известный в поведенческой терапии как «десенсибилизация».

105. Опишите некоторые варинаты смысла жизни:

106. Проекция - это:

о а) Развитие у себя положительных эмоций
о б) Перенос своих негативных качеств на других[18]
о в) Склонность к суициду

107. Как может реагировать клиент, если вы объясните ему, что он пользуется проекцией?

о а) Обязательно будет благодарен
о б) Может не согласиться
о в) Может обидеться

108. Какие свои качества и эмоции клиент может проецировать на других? Опишите:

109. Тест на выявление навязчивых мыслей и действий. Для психолога и клиента:

о да о нет Я часто прокручиваю в уме события дня

о да о нет Иногда я возвращаюсь домой, чтобы перепроверить, выключены ли электроприборы

о да о нет Мои мысли не дают мне уснуть

о да о нет Я часто представляю, что будет, если я забыл выключить электроприборы, свет, газ и т.д.

о да о нет После того, как я выключу электроприборы, свет, газ и т.д., я обязательно это несколько раз перепроверю

о да о нет Иногда я с испугом думаю о том, что забыл закрыть квартиру, машину, офис и т.д.

о да о нет Я часто в уме прокручиваю какую-либо мелодию и не могу от этого избавиться

о да о нет У меня большая потребность в контроле всего, что меня окружает

[18]Клиент отрицает в себе отрицательные качества и эмоции, но ясно видит их в других

о да о нет Если я не проконтролирую что-либо, это вызывает у меня беспокойство

о да о нет Если я поднимаюсь по лестнице, то часто считаю ступеньки

110. Опишите навязчивые действия:

111. Опишите содержание навязчивых мыслей:

112. Клиент говорит что каждый день около 30 минут тратит на контроль электроприборов. Ваши действия:

о а) Предложу не беспокоиться и думать положительно
о б) Порекомендую обратиться к психотерапевту
о в) Скажу, что это признак шизофрении

113. Клиенту с навязчивыми мыслями/действиями я порекомендую:

о а) Понять, что за этим стоит
о б) Снотворное
о в) Электрошоковую терапию

114. Причины навязчивых мыслей/действий:

о а) Могут быть органические
о б) Положительный взгляд на жизнь
о в) Страхи, беспокойства, вина

115. Опишите, чего боится клиент с навязчивыми действиями, контролирующий электроприборы:

116. Опишите, чего боится клиент с навязчивыми действиями, слишком долго и часто моющий руки:

117. Вы, как психолог, имеете право:

o а) Лечить навязчивые мысли/действия
o б) Консультировать страдающих навязчивыми мыслями/действиями
o в) Выписать российские медикаменты, которые можно купить через интернет

118. Навязчивые мысли/действия лечатся:

o а) Медикаментами
o б) Психотерапией
o в) Метадоном[19]

119. Навязчивые мысли/действия лучше всего лечатся медикаментами. Это:

o а) Верно
o б) Неверно
o в) Неизвестно

120. Навязчивые мысли:

o а) Неизлечимы
o б) Это продромальный синдром при шизофрении[20]
o в) Поддаются лечению психотерапией

121. Страдающему навязчивыми мыслями/действиями вы порекомендуете:

o а) Успокоительное
o б) Подсоединиться к «энергии космоса»
o в) Приобрести больше информации об этом заболевании

122. Отметьте соответствующее в таблице:

Навязчивые	Мытьё рук	Беспокойства	Контроль электроприборов	Сильное желание броситься с моста
Действия				
Мысли				
Импульсы				

[19]Используется, начиная с 2013 года, в Германии.
[20]Продромальный синдром - симптомы болезни, которая вскоре проявится в полной мере.

123. Если у клиента навязчивые импульсы, то он обязательно их реализует. Это:

о а) Неверно
о б) Верно
о в) Неизвестно

124. Клиенту с сильными агрессивными навязчивыми импульсами вы скажете, что:

о а) Он в этом не виноват
о б) Он, наверное, агрессивный от природы и должен менять свой характер
о в) Он, наоборот, неагрессивный, добрый человек и именно поэтому и появились эти импульсы[21]

125. Клиенту, страдающему агрессивными навязчивыми импульсами, вы посоветуете:

126. Опишите симптомы депрессии:

127. Нарисуйте график протекания депрессии:

[21]Навязчивыми импульсами страдают, как правило, добрые, от природы склонные к гармонии, люди.

128. Имеете ли вы право поставить клиенту диагноз «депрессия»?

о а) Да
о б) Нет
о в) Если клиент этого желает

129. Депрессия - это неизлечимое заболевание.

о а) Правильно
о б) Неправильно
о в) Неизвестно

130. Тест на депрессию. Применим как для психолога, так и для клиента.

о да о нет Меня уже давно ничего не радует

о да о нет Я часто чувствую уныние

о да о нет Я сам виноват в своих проблемах

о да о нет Я плохой сын/плохая дочь

о да о нет Мне уже ничего не поможет

о да о нет Всё будет только ещё хуже

о да о нет Временами у меня возникают мысли о самоубийстве

о да о нет Я быстро обижаюсь

о да о нет Другие несправедливы ко мне

о да о нет У меня «такая судьба»

о да о нет Я часто хожу по врачам, но они мне не могут помочь

о да о нет В моей жизни нет смысла

о да о нет Меня никто не любит

о да о нет Я часто плохо сплю

131. Если клиент скажет, что у него депрессия, я:

о а) Скажу, что у него «плохая энергетика»
о б) Предложу рассказать, что конкретно его беспокоит
о в) Предложу подумать о медикаментозном лечении

132. Если клиент скажет, что его ничего не радует, я:

о а) Расскажу смешной анекдот[22]
о б) Приведу примеры других клиентов, которым намного хуже
о в) Проявлю понимание

133. Опишите причины возникновения депрессии с точки зрения глубинной психологии:

134. Депрессия лечится:

о а) Медикаментами
о б) Психотерапией
о в) «Биоэнергией»

135. Больному депрессией вы порекомендуете:

о а) Думать положительно
о б) Не беспокоиться и радоваться жизни
о в) Укреплять самооценку

136. При депрессии помогает следующее: (опишите)

137. Отметьте соответствующее в таблице:

Вид депрессии	Голоса	Апатия	Позитивное настроение
Меланхолическая			
Атипичная			
Психотическая			

[22]Метод смехотерапии

138. У детей и подростков депрессии не бывает. Это:

о а) Правильно
о б) Неправильно
о в) Неизвестно

139. Депрессивный человек:

о а) Всегда в плохом настроении
о б) Не любит себя
о в) Не работоспособен

140. Если депрессию не вылечить, то она через 10 лет перейдёт в шизофрению. Это:

о а) Неверно
о б) Верно
о в) Неизвестно

141. Как вы будете консультировать страдающего депрессией? Опишите:

142. Как должны относиться родственники к страдающему депрессией? Опишите:

143.Техника «Будь лучшим другом для себя» подразумевает, что:

о а) Клиент должен «взять себя в руки» и идти вперёд
о б) Клиент должен любить себя
о в) Депрессивный человек должен научиться заботиться о себе

144. Отметьте, что должен делать клиент, страдающий тем или иным расстройством:

Расстройства:	Любить себя	Меньше контролировать	Понять, что стоит за страхами
Депрессия			
Навязчивые действия			
Фобии			

145. Что страдающий депрессией думает о самом себе? Опишите:

146. Если клиент-мужчина будет плакать, вы:

о а) Скажете, что он же мужчина, а не ребёнок
о б) Не будете обращать на это внимание
о в) Проявите понимание и скажете, что при депрессии это нормально[23]

147. Больного депрессией можно спросить, есть ли у него мысли о самоубийстве. Это:

о а) Верно
о б) Неверно
о в) Неизвестно

148. Больному депрессией вы порекомендуете:

о а) Подумать о его близких и не создавать им проблем
о б) Писать дневник
о в) Принимать антипсихотические медикаменты

149. Плакать при депрессии это:

о а) Вредно
о б) Полезно[24]
о в) Признак ухудшения болезни

[23]Клиент должен научиться принимать себя со всеми своими эмоциями, особенно теми, которых он стесняется, и психолог, принимая клиента таким, какой он есть, помогает ему в этом.

[24]Вопреки расспространённому мнению, если время от времени плакать, это приносит облегчение. Это верно и для мужчин!

150. Если клиент, страдающий депрессией скажет, что больше не хочет жить, вы:

о а) Скажете, что жизнь так прекрасна, и приведёте несколько примеров
о б) Проявите понимание и скажете, что при депрессии это нормально
о в) Приведёте примеры из жизни других ваших клиентов, как они справляются с такими чувствами

151. Что вы посоветуете родственникам больного депрессией?

о а) «Быть с ним построже, не нянчиться»
о б) Требовать от него больше обычного
о в) Постараться его понять

152. Каковы симптомы тревожного расстройства?

о а) Беспокойство
о б) Положительный настрой
о в) Страхи

153. Тест на определение тревожного расстройства. Для психологов и клиентов:

о да о нет Я постоянно чего-то боюсь

о да о нет Я боюсь, но сам не знаю чего

о да о нет Я боюсь, что заболею серьёзной болезнью

о да о нет Я беспокоюсь, что с моими близкими может что-то случиться

о да о нет Я боюсь высоты

о да о нет Я боюсь летать на самолёте из-за возможной катастрофы

о да о нет От страха у меня кружится голова

о да о нет Если я чего-то боюсь, у меня учащается сердцебиение

о да о нет Часто я ожидаю чего-то страшного

о да о нет Я уже всегда имел/а те или иные страхи

о да о нет Я боюсь ездить на машине/поезде/автобусе и тд.

154. Распределите соотвествующие симптомы:

Расстройства:	Наличие бредовых идей	Страх чего-то конкретного	Боязнь чего-то неопределённого
Тревожное			
Фобия			
Шизофрения			

155. Тревожное расстройство лечится:

о а) Психотерапией
о б) Медикаментами
о в) Электрошоком[25]

156. Как психолог-консультант вы можете:

о а) Лечить тревожное расстройство
о б) Консультировать страдающих тревожным расстройством
о в) Рекомендовать медикаменты, которые можно приобрести в Голландии

157. Страдающему тревожным расстройством вы:

о а) Сделаете гипноз
о б) Предоставите информацию о тревожном расстройстве
о в) Скажете, что это неизлечимо

158. Тревожное расстройство неизлечимо. Это:

о а) Верно
о б) Неверно
о в) Неизвестно

159. Опишите симптомы тревожного расстройства:

160. Опишите, в чём разница между фобией и тревожным расстройством:

161. Как вы будете помогать страдающему тревожным расстройством? Опишите:

[25]Электрошок - лучшее средство при тревожном расстройстве

162. Отметьте соответствующее:

Страхи:	Полная убеждённость в угрозе со стороны других	Страх, что что-то должно произойти	Боязнь закрытых помещений
Невротические			
Психотические			

163. В чём разница психотических и невротических страхов? Опишите:

164. Больному тревожным расстройством я порекомендую:

о а) Не обращать внимания на его страхи
о б) Записать его страхи на бумаге[26]
о в) «Взять себя в руки»

165. Опишите симптомы шизофрении:

166. В чём разница ипохондрии и ипохондрического бреда? Опишите:

167. В чём убеждён клиент, страдающий параноидальной шизофренией?

о а) Что его любят
о б) Что его преследуют
о б) Что он неизлечимо болен

168. Шизофрения лечится:

о а) Гипнозом
о б) Медикаментами
о в) Психоанализом

[26]Ввиду этого страхи и беспокойства примут более конкретные очертания и с ними можно будет поработать.

169. Что обязательно должно присутствовать при шизофрении?

о а) Голоса
о б) Галлюцинации
о в) Нарушение восприятия

170.Шизофрения лечится:

о а) Антипсихотическими медикаментами
о б) Антидепрессантами
о в) Гипнозом

171. Апатоабулический синдром при шизофрении - это:

о а) Агрессия
о б) Парадоксально-позитивное настроение[27]
о в) Безволие

172. При шизофрении у клиента психологу рекомендуется:

о а) Обратить внимание клиента на подсознательные конфликты и обиду на родителей
о б) Не применять психоаналитические приемы
о в) Применять парадоксальные методы

173. Если больной шизофренией говорит, что его хотят убить, психолог должен:

о а) Переубедить его
о б) Сказать, что принимает его мнение, но имеет по этому поводу своё
о в) Сказать, что это типичный бред

174. Одна из причин психических проблем, это:

о а) Уравновешенность
о б) Заниженная самооценка
о в) Жизнерадостность

175. Опишите признаки заниженной самооценки:

176. Опишите причины заниженной самооценки:

[27]Типично для Гебефрении (разновидность шизофрении)

177. Как заниженная самооценка влияет на протекание депрессии?

о а) Депрессия не пройдёт, пока человек не стабилизирует самооценку[28]
о б) Заниженная самооценка побуждает к действию и борьбе с депрессией
о в) Никак не влияет

178. Отметьте соответствующее в рамке:

Самооценка:	Уравновешенность	Самокритика	Нарциссизм
Заниженная			
Стабильная			
Завышенная			

179. Как ведёт себя на консультации клиент с заниженной самооценкой?

о а) Уверен в том, что он говорит
о б) Смотрит в пол
о в) Часто извиняется

180. Клиенту с заниженной самооценкой вы скажете, что:

о а) Он должен стать доминантным
о б) Это теперь не исправить
о в) Ему необходимо ценить себя

181. Может ли самооценка быть одновременно и заниженной и завышенной?

о а) Да
о б) Нет
о в) Неизвестно

182. Что приводит к одновременно и завышенной и заниженной самооценке? Объясните:

183. Как помочь клиенту с заниженной самооценкой?

о а) Рассказать, как вы сами повышаете вашу самооценку
о б) Научить его видеть в себе ценные качества и способности
о в) Сказать, что люди с заниженной самооценкой слабохарактерны и никто же из нас не хочет быть таким.

[28]Многие специалисты считают самооценку решающим фактором в борьбе с депрессией

184. Клиент с заниженной самооценкой должен:

o а) Во всём слушаться психолога
o б) Быть для себя хорошим другом[29]
o в) Иметь хобби

185. Чтобы повысить свою самооценку, клиенту необходимо:

o а) Стараться делать, что ему нравится
o б) Говорить своё мнение
o в) Получить высшее образование

186. Где можно зарегистрировать праксис по консультированию?

o а) Gewerbeamt
o б) Finanzamt
o в) Gesundheitsamt

187. Если вы регистрируете ваш праксис в Gewerbeamt, тогда:

o а) Вы должны платить Gewerbesteuer[30]
o б) Вы должны вести Doppeltebuchführung[31]
o в) Свободны от налогов

188. Если вы регистрируете ваш праксис только в Finanzamt:

o а) Не платите никаких налогов
o б) Вы освобождены от Gewerbesteuer
o в) Вы «Freiberufler"

189. Kleinunternehmerregelung подразумевает, что:

o а) Вы освобождены от всех налогов
o б) Вы освобождены от уплаты от Umsatzsteuer (НДС)
o в) Зарабатываете в год не более 17.500 €

190. Чтобы получить статус „Kleinunternehmer" необходимо:

o а) Подать заявление
o б) Отметить пункт в документах Steuerliche Erfassung „Ich mache gebrauch von der Kleinunternehmerregelung"
o в) Скрыть свой настоящий заработок

191. Вы имеете право консультировать страдающих зависимостями:

o а) Это неверно
o б) Это нельзя в Германии
o в) Это верно

[29]Эта техника из поведенческой психотерапии подразумевает, что необходимо обращаться с собой так же, как мы обращаемся с нашим лучшим другом.
[30]Платится, ели вы заработали более 25.000 в год
[31]Необходимо узнать в Finanzamt

192. Нематериальные зависимости — это, например:

о а) Игромания
о б) Наркомания
о в) Компьютерная зависимость

193. Если зависимый клиент попросит одолжить ему денег, психолог:

о а) Должен помочь, это входит в его обязанности. Иначе клиент обидится и больше не придёт
о б) Может сказать, что, к сожалению, это противоречит работе с зависимыми
о в) Должен сразу же сообщить об этом в полицию

194. Чтобы консультирование зависимого принесло пользу:

о а) Родители должны заставить зависимого приходить на консультации
о б) Зависимый сам должен хотеть, чтобы ему помогли
о в) Психолог должен проявлять доминантность[32]

195. Какие нематериальные зависимости вы знаете? Опишите:

196. Какие материальные зависимости вы знаете? Опишите:

197. Опишите тип характера зависимого клиента:

198. Распределите следующие виды зависимостей:

Зависимости:	Материальная	Нематериальная
Алкоголь		
Марихуана		
Компьютер		

199. Зависимости неизлечимы. Это:

о а) Верно
о б) Неизвестно
о в) Неверно

[32]Рекомендуется в обращении с зависимым.

200. Зависимому необходимо:

о а) Сменить круг общения
о б) Стать эмоционально взрослым
о в) Зарабатывать больше денег, чтобы хотя бы самостоятельно финансировать свою зависимость

201. Если мужчина попросит вас «поработать» с его женой, вы:

о а) Обязательно это сделаете, ведь вам за это платят
о б) Скажете, что работаете только с теми, кто самостоятельно к вам обращается
о в) Объясните, почему это неэффективно

202. Каковы особенности работы с парами? Опишите:

203. Как долго длится консультация пары?

о а) 90 минут
о б) 2 часа
о в) 3 часа

204. Чему должен научиться клиент, имеющий трудности в общении?

о а) Быть доминантным
о б) В разговоре перебивать других
о в) Брать ответственность на себя за свои трудности в общении

205. Принцип из Библии «Люби своего ближнего, как самого себя» означает, что:

о а) Нужно любить других
о б) Нужно любить себя
о в) Неизвестно

206. Если ваш клиент верующий человек, вы:

о а) Скажете, что его проблема в том, что его вера мешает ему «радоваться жизни» и делать всё, что он хочет
о б) Учтёте это для дальнейшей работы
о в) Не станете с ним работать, ведь вы — атеист

207. Как относятся к себе большинство клиентов?

о а) Самокритично
о б) Любят себя
о в) Чрезмерно требовательно

208. Почему клиенты могут быть недовольны собой?

о а) Если любят себя
о б) Если хотят все сделать лучше
о в) Если страдают перфекционизмом

209. Отметьте соответствующее в рамке:

Клиент:	Ругает себя	Собой недоволен	Хвалит себя
Любит себя			
Требователен к себе			

210. Опишите характер клиента, недовольного собой:

211. Что вы будете делать, если клиент недоволен собой? Опишите:

212. Что должен сделать клиент, чтобы быть довольным собой и тем, что он делает?

о а) Быть с собой «построже»
о б) Принять себя таким, какой он есть
о в) Видеть в себе хорошее

213. Опишите из-за чего клиент может быть недоволен собой:

214. Что лежит в основе недовольства собой? Опишите:

215. Как клиент относится к самокритике?

о а) Считает это справедливым
о б) Думает, что это помогает ему улучшаться
о в) Иногда хочет избавиться, но ему не хватает решимости

216. Каковы последствия самокритики?

о а) Напряжение
о б) Радость
о в) Эмоциональное истощение

217. Кого клиент, недовольный собой, винит в этом?

о а) Себя
о б) Других
о в) Никого

218. Как некоторые знания психологии могут навредить клиенту? Опишите:

219. Что говорит себе клиент, недовольный собой, который делает ошибку?

о а) «Как я только мог такое сделать?»
о б) «Это типично для меня»
о в) Ничего страшного

220. Как самокритичный клиент должен научиться относиться к себе, если он делает ошибку?

о а) Не винить себя чрезмерно
о б) Не считать себя из-за этого неудачником
о в) Стараться изо всех сил исправить ошибку

221. Каковы недостатки того, если клиент делает свою самооценку зависимой от денег, работы и личных успехов? Объясните:

222. Что вы порекомендуете клиенту, всегда недовольному собой?

о а) Стремиться к совершенству
о б) Работать над собой
о в) Перестать критиковать себя

223. Для клиента, который недоволен собой, было бы хорошо:

о а) Наслаждаться моментом и тем, что он делает
о б) Постоянно улучшаться
о в) Как можно чаще ставить себе новые цели

224. Клиент, недовольный собой, должен научиться:

о а) Достигать своих целей
о б) Не ставить нереальных целей
о в) Регулярно отдыхать и время от времени просто ничего не делать

225. Чтобы долгосрочно повысить самооценку, рекомендуется:

о а) Больше зарабатывать
о б) Делать что-то необычное
о в) Быть довольным тем, что делаешь

226. Какие вопросы можно задать клиенту, чтобы выяснить, как он к себе относится?

227. Отметьте соответствующее в рамке:

Клиент:	Напряжён	Радуется жизни	Критикует себя
Доволен собой			
Недоволен собой			

228. Отметьте высказывание самокритичного клиента:

о а) «Дурак! Как я только мог»....
о б) «Отлично получилось!»
о в) «Я никогда это не смогу»

229. Какие «излюбленные темы» для самокритики?

о а) Настоящие или мнимые ошибки
о б) Прошлый опыт
о в) Качества характера

230. В чём вы, как психолог, могли бы в личной жизни критиковать себя? Опишите:

231. Как многие относятся к самокритичному голосу в них?

о а) Считают его своим другом
о б) Считают его правдивым и справедливым
о в) Отлично понимают, что это неправда и хотят избавиться от него

232. Опишите, что приводит к возникновению чрезмерной самокритики:

233. Почему клиент верит голосу самокритики?

о а) Этот голос звучит уже с детства
о б) Считает это признаком ума
о в) Из-за уравновешенности

234. Почему клиент может быть недоволен собой?

о а) Считает, что имеет отрицательные качества, от которых он должен избавиться
о б) Он любит всё делать на 100%
о в) Он постоянно хочет что-то улучшить

235. К чему приводит желание клиента постоянно улучшаться?

о а) Радости в жизни
о б) Чувству вины, если не достиг намеченные цели
о в) Он не может быть самим собой

236. Если постоянно работать над собой и иметь цели, тогда уже вскоре внутренний критик успокоится и перестанет беспокоить. Это:

о а) Правильно
о б) Неправильно
о в) Неизвестно

237. Если человек не доволен собой, он:

о а) Не учитывает пределы своих возможностей
о б) Не заботится о своих потребностях
о в) Делает то, что не хочет

238. Что нужно для того, чтобы поставить диагноз?

о а) Достаточно первого впечатления, которое произвёл клиент
о б) Нужна точная информация. С помощью прямых вопросов психолог может получить такую информацию
о в) Наблюдать за клиентом

239. Что подразумевает понятие «дифференциальный диагноз»

о а) Клиенту нельзя говорить о его настоящем диагнозе
о б) Это альтернатива поставленному в начале диагнозу
о в) Это диагноз, который может поставить только врач-психиатр

240. Хотя вы официально не имеете права ставить диагноз, что всё-таки рекомендуется?

о а) Определить для себя диагноз клиента
о б) Знать симптомы основных психических расстройств
о в) Направить клиента к психотерапевту или психиатру, если есть такая необходимость

241. Каковы недостатки поспешной постановки диагноза? Опишите:

242. Что нужно учесть, чтобы диагноз был правильным? Опишите:

243. Чтобы приобрести достаточно информации для постановки диагноза[33], необходимо следующее:

o а) Диагностическая беседа должна протекать по строго обозначенным психологом правилам
o б) Беседа должна протекать в непринуждённой атмосфере
o в) Психолог не должен чрезмерно направлять беседу

244. Для постановки диагноза желательно, чтобы:

o а) Клиент высказывался свободно, не чувствуя давления времени
o б) Клиент чувствовал, что его высказывания могут повлиять на постановку диагноза
o в) Клиент ощущал давление психолога

245. Если клиент замкнутый и неразговорчивый, психолог должен:

o а) Оказать давление
o б) Быть настойчивым
o в) Быть спокойным и приветливым, не оказывая давление

246. Что может помешать постановке объективного диагноза?

o а) Терпение психолога
o б) Субъективность психолога
o в) Неопытность психолога

247. Отметьте соответствующее в рамке:

Методы диагностики	Вес, состояние печени и др.	Наводящие вопросы	Наблюдение за мимикой, жестами, поведением и т.д.
Беседа			
Наблюдение			
Телесное обследование[34]			

248. Что необходимо для избежания постановки субъективного диагноза?

[33]Психолог-консультант не имеет права официально ставить диагноз и говорить об этом клиенту. Но для себя психолог должен обязательно уметь поставить диагноз, чтобы определить, как дальше работать с клиентом и нужно ли его направить к психотерапевту или психиатру.

[34]Имеет право делать лишь врач-психиатр

249. Предметом диагностической беседы может быть следующее:

о а) Напоминание клиенту, что перед тем как что-то рассказать о себе, он должен сначала это хорошо обдумать
о б) Когда и как возникла проблема?
о в) Как долго существует проблема?

250. Цель диагностической беседы:

о а) Как можно быстрее определить диагноз
о б) Приобрести полную картину проблемы и, возможно, симптомов клиента
о в) Дать понять клиенту, что у него психическое расстройство

251. В процессе диагностической беседы рекомендуется:

о а) Узнать об отношениях с родителями и то, какими методами они воспитывали
о б) Узнать об отношениях с партнёром
о в) Часто говорить, что клиент не должен обманывать психолога

252. Опишите недостаток того, что психолог задаёт только интересующие его вопросы и не обращает внимание на высказывания клиента:

253. Physiognomie — это:

о а) Ярковыраженные черты лица[35] (например, лоб с морщинами и сдвинутые брови), обусловленные психическими проблемами
о б) Разновидность атипичной депрессии
о в) Псевдоэпилепсия

254. Physiognomie никогда не допускает ошибок. Это:

о а) Правильно
о б) Неправильно
о в) Неизвестно

255. Phonik- это:

о а) То, как клиент говорит
о б) Разновидность депрессии
о в) То, с какой громкостью и каким тоном говорит клиент, на что делает ударение и т. д.

256. Отметьте соответствующее в рамке:

[35]Если человек, например, морщит лоб, это может говорить о склонности к беспокойствам и страхам.

Phonik	Шизофрения	Напряжение при депрессии	Биполярное расстройство
Заикание			
Молчание (Логофобия)			
Словесный поток			

257. Каковы особенности речи (phonik) больного депрессией? Опишите:

258. Чем может отличаться речь (phonik) больного шизофренией? Опишите:

259. Что в отношении речи (phonik) характерно для больного биполярным расстройством[36] в фазе мании? Опишите:

260. По жестам клиента можно определить его психическое состояние. Это:

о а) Верно
о б) Неверно
о в) Неизвестно

261. Жесты безошибочно выдают психическое состояние клиента. Это:

о а) Верно
о б) Неверно
о В) Неизвестно

[36]Раньше это расстройство было известно как маниакально-депрессивный психоз

262. Опишите, как может выглядеть поза депрессивного клиента:

263. На что нужно обратить внимание, чтобы приобрести общее впечатление, которое производит клиент?

o а) Как клиент одет
o б) Как клиент ухаживает за своей внешностью
o в) Как клиент ведёт себя на консультации

264. Что такое семейный анамнез?

o а) Когда на консультации присутствуют члены семьи
o б) Приобретение информации о заболеваниях родственников
o в) Когда психолог говорит родственникам, как им нужно относиться к его клиенту.

265. Что можно узнать из семейного анамнеза?

o а) Психические расстройства и причины смерти родственников
o б) Страдал ли кто-нибудь из родственников шизофренией, депрессией и т.д.
o в) Зависимости[37] родственников

266. Что подразумевает биографический анамнез?

o а) История болезни
o б) Ситуации из жизни клиента, которые могли бы повлиять на возникновение и протекание болезни
o в) Жизнь клиента с самого детства

267. Какие вопросы может включать в себя биографический анамнез? Опишите:

268. Специальный анамнез подразумевает:

o а) Подробную историю психической болезни
o б) Описание факторов, повлиявших на развитие и протекание симптомов
o в) Что психолог применяет психоанализ

[37]Наркотики, алкоголь и т.д.

269. Какую роль при анамнезе играют родственники? Опишите:

270. На что психолог может обратить внимание во время анамнеза? Отметьте соответствующие пункты в таблице:

Функции:	Монотонность	Замкнутость	Неряшливость	Рассеяность
Внешний вид				
Концентрация				
Контакт				
Речь				

271. Клиент быстро меняет тему для разговора, мысли следуют одна за другой без всякой связи. Это может быть признаком:

o а) Депрессии
o б) Биполярного расстройства
o в) Навязчивых мыслей

272. Клиент говорит, что он может читать мысли других, а другие читают его мысли. Это признак:

o а) Телепатии
o б) Шизофрении
o в) Фобии

273. Каких органов чувств могут касаться галлюцинации? Опишите:

274. Отметьте соответствующее в таблице:

Формы бреда:	Убеждённость в совершении непростительного греха	Убеждённость в ответной любви	Убеждённость, что меня преследуют	Убеждённость в своём величии
Verfolgungswahn				
Liebeswahn				
Größenwahn				
Schuldwahn				

275. Для навязчивых мыслей характерно следующее:

о а) Бредовые идеи
о б) Голоса
о в) Человек понимает, что это бессмысленно, но не может ничего сделать

276. Если консультации не помогают клиенту, это значит, что:

о а) В этом всегда виноват психолог
о б) Психолог не применил методы психоанализа
о в) Клиент, возможно, был недостаточно мотивирован к изменениям

277. Если консультации не принесут пользы клиенту, вы:

о а) Скажете, что он сам в этом виноват
о б) Проанализируете ваши методы работы с этим клиентом
о в) Обратитесь к супервизору

278. Что такое супервизия? Опишите:

279. Для чего нужна супервизия?

о а) Чтобы супервизор научил, как манипулировать клиентом
о б) Для обсуждения случаев из практики консультаций
о в) Для обсуждения методов работы психолога

280. Как часто желательно иметь контакт с супервизором?

о а) Один раз в месяц
о б) Один раз в год
о в) Неизвестно

281. В чём может помочь супервизия?

о а) Улучшить методы консультирования
о б) Освободить психолога от чувства вины перед клиентами, которым консультации не помогли
о в) Сделает психолога доминантным

282. Почему супервизия оправдает себя материально?

о а) Это помогает психологу быть более успешным и, соответственно, к нему будут больше обращаться
о б) Психолог будет в хорошей психологической форме, что содействует успеху
о в) На супервизии можно обговорить стратегии приобретения большего количества клиентов

283. Что такое перфекционизм? Опишите:

284. Что характерно для перфекциониста?

o а) Он доволен жизнью
o б) Он не может расслабиться
o в) Чувствует себя виноватым, если не делает что-то полезное

285. Как перфекционист относится к принятию решений?

o а) Ему трудно принимать решения, ведь он не может определить, что лучше
o б) Он легко принимает решения, так как всегда знает, что лучше
o в) Не любит принимать решения

286. Что происходит с перфекционистом, если что-то не так, как он хотел? Опишите:

287. К чему склонен перфекционист?

o а) Наслаждаться жизнью
o б) Беспокоиться
o в) Слишком много думать

288. Как перфекционист относится к своей работе?

o а) Хочет сделать всё оптимально
o б) Постоянно хочет что-то улучшить
o в) Равнодушно

289. В чём выражается перфекционизм?

o а) Клиент не способен к долгосрочным отношениям, потому что ищет идеального партнёра
o б) Клиент доволен тем, что он делает
o в) Клиент работает слишком много, во вред себе

290. Почему перфекционист откладывает некоторые задания?

- о а) Радуется своей работе и поэтому не спешит
- о б) Боится сделать ошибку
- о в) Хочет сделать всё на 100%

291. Отметьте соответствующее в отношении перфекциониста:

Области:	Недоволен партнёром	Трудоголик	Не может расслабиться	Придирчивый
Работа				
Партнёрство				
Отдых				
Характер				

292. Из-за чего человек становится перфекционистом? Опишите:

293. Что вы посоветуете перфекционисту?

- о а) Быть «построже» к себе
- о б) Любить себя
- о в) Стараться делать всё как можно лучше

294. Какие задания вы дадите перфекционисту?

- о а) Заниматься хобби
- о б) Неважные дела делать вполсилы и быть довольным результатом
- о в) В совершенстве овладеть иностранным языком или музыкальным инструментом

295. От чего зависит самооценка клиента? Опишите:

296. Что формирует самооценку?

- о а) Родители[38]
- о б) Школа, друзья, братья и сёстры
- о в) Успехи или неудачи

[38]Все психологические направления сходятся во мнении, что именно родители оказывают решающее влияние на самооценку детей.

297. Как себя чувствует клиент с заниженной самооценкой? Опишите:

298. Как вы определите, что у клиента заниженная самооценка?

o а) Буду наблюдать за его осанкой и манерой говорить
o б) Спрошу, доволен ли он собой
o в) Скажу, что во всём виноваты его родители и буду наблюдать за его реакцией

299. Как вы поможете клиенту с заниженной самооценкой? Опишите:

300. Как клиент с заниженной самооценкой может относиться к психологу?

o а) Уравновешенно, ведь это его основная черта характера
o б) Может обижаться на психолога
o в) С чрезмерным послушанием

301. Если у клиента заниженная самооценка, то он:

o а) Осознаёт свой потенциал и то, что он мог бы ещё сделать
o б) Имеет конкретные цели и идёт к ним
o в) Не осознаёт свои способности и возможности

302. Что рекомендуется делать человеку с заниженной самооценкой?

o а) Не сравнивать себя с другими
o б) Сравнивать себя с другими, чтобы быть лучше на их фоне
o в) Быть упрямым

303. Вы порекомендуете тому, у кого заниженная самооценка:

o а) Порицать себя за ошибки, чтобы больше не повторять их
o б) Быть с собой «построже», чтобы сохранять дисциплину
o в) Не ругать себя и не высказываться в унизительной форме о себе, своих достижениях и т.д.

304. Как клиенту с заниженной самооценкой нужно реагировать на похвалу?

o а) Просто сказать «спасибо»
o б) Проявить скромность и сказать «ничего особенного»
o в) Промолчать

305. Как можно использовать аффирмации, чтобы повысить самооценку?

o а) Применять парадоксальный метод и, глядя в зеркало, говорить себе «Ты неудачник», чтобы таким образом пробудились противоположные положительные чувства
o б) Говорить себе: «Я люблю и принимаю себя»
o в) Записать на листе бумаги: «Я намного лучше других» и носить его всегда с собой

306. Чтобы повысить самооценку, можно:

o а) Смотреть телесериалы
o б) Читать книги по саморазвитию
o в) Регулярно прослушивать последние новости

307. Чтобы повысить самооценку, психологи рекомендуют следующее:

o а) Рассматривать свои неудачи, как процесс обучения
o б) Спорить с другими и переубеждать их, чтобы всегда быть правым
o в) Записывать свои, пусть даже небольшие, достижения и регулярно перечитывать этот список

308. Клиенту с заниженной самооценкой вы порекомендуете:

o а) Общаться с негативно настроенными людьми, чтобы на их фоне быть лучше
o б) Общаться с позитивно настроенными людьми, чтобы «зарядиться» позитивными эмоциями
o в) Поменьше общаться и чаще быть одному, чтобы размышлять о жизни

309. Что может сделать клиент, чтобы поднять свою самооценку?

o а) Записать свои положительные качества и перечитывать этот список каждый день
o б) Конкурировать с другими
o в) Помнить о своём скрытом потенциале

310. Чтобы повысить самооценку, нужно:

o а) Думать только о себе
o б) Делать что-то для других
o в) Быть уравновешенным

311. Как можно повысить самооценку?

о а) Делать то, что не нравится, чтобы побороть негативные чувства и преодолеть себя
о б) Делать то, что нравится
о в) Работать сверхурочно

312. Чтобы повысить самооценку, нужно:

о а) Принимать решения на основании мнения людей, опытных более вас (друзья, родственники и т.д.)
о б) Принимать собственные решения
о в) Вести жизнь так, как считаешь нужным

313. Человеку с заниженной самооценкой нужно:

о а) Действовать, не боясь неудачи и мнения других
о б) Быть более осторожным
о в) Прислушиваться к своим опасениям

314. Отметьте соответствующее в рамке:

Самооценка	Если любить себя	Хвалить себя	Самокритика	Родители, школа, окружение
Как поднять?				
Что занижает?				
Почему заниженная?				
Как формируется в положительную сторону?				

315. Что такое мотивация? Опишите:

316. Что вы посоветуете клиенту, чтобы мотивировать его?

о а) Описывать подробно своё будущее[39]
о б) Взять кредит и купить себе то, что хочешь
о в) Вспоминать прошлое, чтобы увидеть разницу и то, чего он добился

317. Следующее помогает мотивировать себя:

о а) Строить большие планы на будущее
о б) Не переставать учиться
о в) Напоминать себе о своих неудачах

[39]Психологи рекомендуют представлять хорошие условия жизни, успех и т.д.

318. Не переставать учиться - значит:

о а) Читать книги
о б) Посещать семинары
о в) Обмениваться опытом

319. Чтобы мотивировать себя, нужно:

о а) Быть организованным и поддерживать порядок
о б) Спонтанно отказывать встречи
о в) Записать свои цели и регулярно заглядывать в этот список

320. Для собственной мотивации можно:

о а) Мотивировать других
о б) Заниматься благотворительностью
о в) Помнить о своих ошибках

321. Клиент может мотивировать себя тем, что:

о а) Найдёт себе пример для подражания
о б) Вступит в контакт с единомышленниками
о в) Будет больше один и строить планы на будущее

322. Чтобы мотивировать себя, можно:

о а) Читать биографии успешных людей
о б) Смотреть мотивирующие художественные фильмы
о в) Читать мотивирующие высказывания и цитаты

323. Что нужно, чтобы достичь своей цели?

о а) Записать конкретную цель
о б) Разбить цель на маленькие этапы
о в) Не думать о цели

324. Чтобы достичь цели, нужно:

о а) Установить дату начала работы над целью
о б) Установить дату достижения цели
о в) Как можно больше работать

325. Как избавиться от депрессии? Опишите:

326. Как вы поможете клиенту, страдающему депрессией? Опишите:

327. Если клиент говорит, что у него депрессия, значит он:

о а) Хочет вызвать у вас жалость. На самом деле ему не так уж и плохо
о б) На самом деле себя плохо чувствует
о в) Не хочет работать

328. Клиенту с депрессией вы посоветуете:

о а) Думать только о себе
о б) Определить, что его беспокоит
о в) Ни на кого не обращать внимание

329. Как психолог вы:

о а) Будете безусловно принимать клиента таким, какой он есть
о б) Демонстративно покажете клиенту, что не согласны с его мнением и поведением[40]
о в) Будете делать разницу между отношением к клиенту, как к личности, и к его поступкам

330. Почему клиенту может быть трудно поменять своё мышление и поведение? Опишите:

331. Как психолог может смотреть на действия клиента?

о а) Они могут казаться ему деструктивными и неуместными
о б) Он может видеть за ними субъективный смысл
о в) Он может видеть в этом симптомы болезни

[40]Рекомендуется сделать, чтобы клиент осознал свою неправоту

332. Зачем клиенту, на первый взгляд, деструктивное поведение?

о а) Так он пытается сохранить психическое равновесие
о б) Он видит в этом субъективный смысл
о в) Он намерено или неосознанно вредит самому себе

333. Кто лучше всего знает, что беспокоит клиента?

о а) Клиент сам
о б) Психолог
о в) Родственники клиента

334. Если клиенту трудно принимать решения, рекомендуется:

о а) Чтобы психолог принял решения за него
о б) Чтобы психолог помог клиенту принимать собственные решения
о в) Чтобы решения за клиента принимал партнёр

335. Люди всегда действуют с определённой целью, даже если это непонятно другим. Это:

о а) Верно
о б) Неверно
о в) Неизвестно

336. Клиент будет охотнее работать над поставленными целями, если эти цели поставлены:

о а) Психологом
о б) Партнёром
о в) Самим клиентом

337. Первая фаза консультирования заключается в том, чтобы:

о а) Психолог предложил конкретное решение проблемы
о б) Определить, в чём проблема клиента
о в) Установить доверительные отношения

338. Чего может бояться клиент?

о а) Что его не поймут
о б) Что над ним будут смеяться
о в) Что его будут осуждать

339. Кто сформировал понятие «принятие клиента»?

о а) Фрейд
о б) Юнг
о в) Роджерс

340. «Принимать клиента» означает:

о а) Психолог помогает клиенту измениться и затем принимает его усовершенствованную личность
о б) Принимать его как есть, со всеми недостатками и ошибками
о в) Дружеские отношения с клиентом

341. Если вы «принимаете клиента», то он:

о а) Будет этим мотивирован
о б) Замыкается в себе
о в) Захочет изменяться

342. Что подразумевает Роджерс под «пониманием»?

о а) Взгляд на ситуацию клиента его глазами
о б) Учёт всех обстоятельств, влияющих на клиента
о в) Убеждённость психолога в том, что он понимает ситуацию клиента лучше его самого[41]

343. Как влияет на клиента понимание психолога? Опишите:

344. Чтобы консультации были успешными, необходимо следующее:

о а) Давление со стороны психолога
о б) Ясные цели консультации
о в) Поддержка клиента в побуждении его искать решение проблемы

345. Если недостаточно мотивировать клиента к поиску решения, он:

о а) Будет вам за это благодарен
о б) Будет чувствовать, что вы не можете ему помочь
о в) Перестанет приходить на приём

346. Что содействует развитию доверия между психологом и клиентом? Опишите:

[41]Разумеется, что руководствуясь знаниями писхологии, психолог понимает клиента лучше, чем он сам.

347. Как психологу нужно вести себя, если клиент проявляет агрессию?

о а) «Поставить клиента на место»
о б) Проявить понимание
о в) Всё равно принимать клиента, какой он есть

348. Что можно сказать об эмоциональной близости/дистанции психолога и клиента?

о а) Психолог должен сохранять дистанцию и не идентифицироваться с клиентом
о б) Психолог должен как можно ближе быть к клиенту, не скрывать все свои эмоции и наладить дружеские отношения
о в) Психолог должен следить за попытками клиента нарушения дистанции и регулировать этот процесс

349. Какие вопросы о клиенте психолог должен задавать себе? Опишите:

350. О чём психолог должен помнить?

о а) Есть ли темы, которые клиент избегает или не замечает?
о б) Заметна ли в консультировании отдельного клиента конкретная тема?
о в) Что он должен доминировать в беседе

351. О чём психолог должен спрашивать себя в каждом отдельном случае?

о а) Что я знаю о мыслях, эмоциях клиента?
о б) Чего я не знаю о клиенте?
о в) Как манипулировать клиентом?

352. Что психолог должен узнать о клиенте?

о а) Скрывает ли клиент свои настоящие эмоции
о б) Какие системы поддержки имеет клиент и что было бы для него трудным
о в) Что клиент думает о себе, других и жизни

353. Психолог должен узнать о клиенте следующее:

o а) Сильные стороны клиента и его потенциал
o б) Слабые стороны клиента и его недостатки
o в) Кем был клиент в «прошлой жизни[42]»

354. Какие ошибки психолог может допускать?

o а) Слишком быстро и интенсивно начать обсуждение темы, к которой клиент, возможно, не готов
o б) Слишком большая дистанция к клиенту и чрезмерная сдержанность в словах
o в) Стремление понимать клиента

355. Что может быть предметом супервизии?

o а) Как психолог поддерживает или тормозит клиента
o б) Как заставить клиента делать то, что хочет психолог
o в) Как правильно определить темп консультации

356. Что клиенты отвечают в основном на вопрос, в чём их проблема? Опишите:

357. Что можно сделать, чтобы выяснить в чём проблема клиента? Опишите:

358. Что делать, если клиент «прыгает» с темы на тему? Опишите:

[42]Рекомендуется в рамках реинкарнационной терапии

359. Как клиент часто относится к своей проблеме?

о а) Уходит от неё
о б) Не понимает суть до конца
о в) Подробно анализирует, делает выводы и ищет решение

360. Что, если клиент не хочет говорить о какой-то теме?

о а) Возможно, это то, что беспокоит его больше всего[43]
о б) Можно мягко спросить «почему»
о в) Нужно заставить клиента говорить на эту тему

361. Что нужно сделать, чтобы клиент изменил своё мышление/поведение?

о а) Он должен осознать, что то, что он делал до сих пор, - неэффективно или даже вредно
о б) Психолог должен заставить клиента измениться
о в) Нужно сказать клиенту, что если он не изменится, то у него разовьётся шизофрения

362. Что нужно учесть, если вы хотите помочь клиенту?

о а) В каких условиях он живёт
о б) Мнение самого клиента о его ситуации
о в) Готов ли клиент что-то менять

363. В чём часто заключаются проблемы во взаимоотношениях с родителями?

364. Что вы посоветуете клиенту, у которого доминантные родители?

о а) Не общаться с родителями
о б) Открыто и спокойно поговорить с родителями и попросить их признать самостоятельность клиента
о в) Обращать внимание на ошибки родителей и говорить им об этом

365. Какие вопросы психолог и клиент могут обсудить, чтобы выбрать основные темы для обсуждения? Опишите:

[43]Возможно, клиент ещё не готов к этому разговору, но «созреет» в процессе консультирования

366. Для успешного консультирования нужно прежде всего:

о а) Психологу доминировать в беседе
о б) Установить доверительные отношения с клиентом
о в) Определить в чём настоящая[44] проблема клиента

367. Что нужно сделать, чтобы клиент почувствовал, что вы цените и понимаете его? Опишите:

368. С какими ожиданиями клиенты приходят к психологу? Опишите:

369. Какие надежды могут быть у клиента?

о а) Что психолог выслушает и будет сочувствовать
о б) Что этот психолог - его единственная надежда
о в) Что психолог поймёт проблему[45]

370. Какие ожидания могут быть у психолога? Опишите:

371. Как фантазии и представления психолога о клиенте могут влиять на консультирование?

о а) Это будет помогать психологу оценить клиента
о б) Это поможет быстро определить психическое состояние клиента
о в) Это будет негативно влиять на работу, ведь мнение психолога может быть неверным

[44]Нередко клиент имеет намного более глубоко идущую проблему, которая скрывается за поверхностными жалобами
[45]Клиента часто не понимают другие и он имеет поэтому острую потребность в понимании со стороны других

372. Какие вопросы можно задать клиенту во время первой консультации? Опишите:

373. Как можно начать первую консультацию после предварительного телефонного разговора?

о а) «Вы упомянули по телефону, что.... Могли бы вы описать подробно, как вы смотрите на эту ситуацию?
о б) «Я уверен, что мы решим вашу проблему»
о в) «Если вы во всем будете придерживаться моих советов, это решит вашу проблему»

374. Психолог может начать первую консультацию следующими словами:

о а) «О чём бы вы хотели сегодня поговорить?»
о б) «О чём вы думали перед тем, как шли на эту встречу?»
о в) «Предупреждаю вас, что вы должны говорить только правду!»

375. Если клиент спросит психолога о его методах работы, тогда психолог может:

о а) Сказать, что это клиента не касается, ведь главное, чтобы ему помогли
о б) Подробно объяснить методы работы, используя как можно больше профессиональных терминов[46]
о в) Просто, ясно и коротко объяснить, как протекают консультации

376. Что делать, чтобы клиент не боялся негативной оценки психолога?

о а) Сказать, что вы не даёте никаких оценок, а помогаете решить проблему
о б) Сказать, что вы обязаны оценить клиента, и это часть работы психолога
о в) Сказать, что клиент должен меняться, чтобы не быть негативно оцененным

377. Какие вопросы после консультации может задать себе психолог? Опишите:

[46]Для того чтобы клиент убедился в компетентности психолога

378. Что может включать в себя договор о консультировании?

o а) Клиент обязан во всём придерживаться рекомендаций психолога
o б) Продолжительность консультации
o в) Совместные цели и методы работы

379. Что должен сделать психолог, чтобы помочь клиенту?

o а) Принимать решения за клиента, если клиент отказывается брать на себя ответственность
o б) Помочь клиенту ясно понять в чём его проблема
o в) Обозначить конкретные цели для работы

380. Как можно закончить первую консультацию? Опишите:

381. Чтобы закончить консультацию, психолог может:

o а) Повторить главные мысли консультации
o б) Спросить, о чём клиент хотел бы поговорить в следующий раз
o в) Напомнить, что клиент сам виноват в своих проблемах и поэтому должен интенсивно работать над собой

382. На что должен обращать внимание психолог?

o а) Как он сидит
o б) Какое у него выражение лица
o в) Поддерживает ли он зрительный контакт

383. Если клиент молчит, тогда психолог:

o а) Может тоже некоторое время молчать
o б) Должен как можно скорее прервать молчание
o в) Может рассказать шутку для поднятия настроения

384. Активно слушать подразумевает:

o а) Как можно больше задавать вопросов
o б) По возможности не перебивать клиента
o в) Показывать жестами и мимикой, что вы следите за ходом мыслей клиента

385. Что мешает психологу внимательно слушать? Опишите:

386. Какую функцию выполняет «фильтр», когда психолог слушает клиента?

о а) Психолог слышит только то, что подтверждает его мнение о клиенте и его ситуации
о б) Психолог принимает лишь то, что созвучно его нормам и представлениям
о в) Психолог в состоянии на 100% воспринимать информацию

387. Чтобы показать клиенту, что вы его поняли, вы можете:

о а) Повторить то, что он сказал
о б) Перефразировать то, что он сказал
о в) Громко сказать: «Я понял вас, можете не продолжать!»

388. Как психолог может показать клиенту, что понимает его, повторяя сказанное клиентом?

о а) Клиент: «Меня никто не понимает». Психолог: «Вас никто не понимает»
о б) Клиент: «Я никому не нужен, даже своей семье». Психолог: «Вы не правы. Вашей семье вы нужны!»
о в) Клиент: «Я не понимаю, что со мной». Психолог: «Не понимаю, что со мной»

389. Перефразировать высказывания клиента, значит:

о а) Передразнивать его
о б) Повторить сказанное клиентом своими словами
о в) Не принимать его за психически здорового человека

390. Как перефразирование действует на клиента?

о а) Клиент чувствует, что его понимают
о б) Клиент видит, что его слушают
о в) Некоторые клиенты могут обижаться

391. Как психолог мог бы интерпретировать высказывания клиента?

о а) Клиент: «Мой старший брат всегда пользовался поддержкой родителей. Мне же нужно было всё достигать самому!» Психолог: «Вы считаете несправедливым, что ваши родители уделяли вашему брату больше внимания»
о б) Клиент: «Мой старший брат всегда пользовался поддержкой родителей. Мне же нужно было всё достигать самому!» Психолог: «Вы обвиняете своего брата и родителей!»
о в) Клиент: «Мой старший брат всегда пользовался поддержкой родителей. Мне же нужно было всё достигать самому!» Психолог: «Вам нужно простить вашего брата и родителей!»

392. Что нужно учесть, если вы повторяете или перефразируете высказывания клиента?

о а) Не делать это часто
о б) Делать это без иронии или сарказма
о в) Следить, как это воспринимает клиент

393. Обобщение высказываний клиента может выглядеть так:

о а) «Вы должны стараться работать над собой, иначе вы не будете иметь успеха»
о б) «Вы сказали, что ваш брат пользовался большей поддержкой родителей, чем вы»
о в) «Если я вас правильно понял, вы считаете, что другие обращаются с вами несправедливо»

394. Обобщение высказываний клиента помогает:

о а) Манипулировать клиентом
о б) В устранении недопониманий между клиентом и психологом
о в) Дополнить упущенное

395. Обобщение высказываний клиента можно использовать, чтобы:

о а) Закончить консультацию
о б) Начать консультацию
о в) Вывести клиента из себя, показать ему его настоящий характер[47]

396. Что должен делать клиент, чтобы полюбить себя?

о а) Больше работать над собой
о б) Быть требовательнее к себе
о в) Любить себя и принимать таким как есть

397. Что вы посоветуете клиенту, чтобы он научился любить себя?

о а) Быть доминантным, чтобы повысить самооценку
о б) Всегда оставлять за собой последнее слово
о в) Уделять регулярно время себе, для приятных занятий и отдыха

398. Что мешает клиенту любить себя?

о а) Перфекционизм
о б) Недовольство собой и своими действиями
о в) Если он знает свои сильные стороны

399. Что бы клиент полюбил себя, ему необходимо:

о а) Ставить под вопрос своё мнение о себе
о б) Как можно чаще соглашаться с другими
о в) Любой ценой избегать конфликтов

[47]Относится к парадоксальным методам.

400. Опишите характер и мышление клиента, который не любит себя:

401. О чём может говорить то, что психолог не хочет работать с определёнными клиентами? Опишите:

402. О чём может говорить то, что психолог не хочет работать с клиентами, у которых мысли о самоубийстве?

о а) Психолог сам имеет такие мысли и не может с этим ничего сделать
о б) Среди родственников психолога были случаи самоубийства, которые он не переработал
о в) Психолог боится сделать ошибку и быть виноватым в смерти клиента

403. Почему психолог возможно не хочет работать с пожилыми женщинами?

о а) Потому что они напоминают ему его отношения с матерью
о б) Он вынужден подчиняться и позволяет руководить собой
о в) У него скрытая агрессия на мать

404. Почему психологу могут не нравиться клиенты, которые критикуют его? Опишите:

405. Почему психолог может не любить доминантных клиентов? Опишите:

406. Если клиент рассказывает о своих проблемах, то психолог может быть склонен:

o а) Жалеть клиента
o б) Дистанцироваться от клиента и быть циничным[48]
o в) Брать ответственность за жизнь клиента на себя

407. Какие ошибки психологи совершают особенно в начале своей деятельности?

o а) Дают прямой совет
o б) Принимают решения за клиента
o в) Принимают проблемы клиента близко к сердцу

408. Если клиент просит дать ему совет как поступить, психолог должен:

o а) Дать такой совет, ведь иначе клиент больше не придёт на консультацию
o б) Сказать, что не может принимать решения за клиента
o в) Помочь клиенту самому найти решение проблемы, например, с помощью наводящих вопросов

409. Что могло бы подтолкнуть психолога принимать решения за клиента?

o а) Если клиент неуверен в себе
o б) Если клиент об этом просит
o в) Если психолог доминантный

410. Что может делать психолог для того, чтобы он сам не заболел психически? Опишите:

411. Почему психологу необходимо самому находиться в регулярной супервизии?

o а) Чтобы не заболеть самому психически
o б) Чтобы доминировать над клиентом
o в) Чтобы повышать квалификацию

412. Супервизию лучше делать на родном языке. Это:

o а) Правильно
o б) Неправильно
o в) Неизвестно

[48]При внутреннем выгорании психолог может быть ценичным и дистанцироваться от клиента

413. Что необходимо делать психологу, чтобы не заболеть психически?

о а) Понимать, что интерес к работе психолога вызван у многих желанием разобраться в своих собственных психологических конфликтах
о б) Анализировать и решать свои психологические конфликты
о в) Не считать себя «сверхчеловеком»

414. Опишите, как психолог мог бы неосознанно выстраивать отношения с клиентом по приобретённым в детстве образцам поведения?

415. К чему может привести то, что психолог имеет нарцистический тип характера?

416. Как может повлиять на работу психолога то, что у психолога есть склонность к навязчивому мышлению?

о а) Психолог будет эффективно работать
о б) Психолог будет, например, часто переспрашивать клиента
о в) Психолог будет задавать одни и те же вопросы

417. Как может отразиться на его работе то, что психолог имеет склонность к различным страхам?

о а) Он будет бояться спрашивать у клиента, есть ли у него мысли о суициде
о б) Он будет избегать «тяжёлых» тем
о в) Он будет неуверен в себе

418. Если у психолога внутренее выгорание (Burnout), это:

о а) Может сделать психолога циничным
о б) Может сделать психолога дистанцированным
о в) Никак не повлияет на его работу

419. Если у психолога депрессия, как это может повлиять на его работу? Опишите:

420. Если у психолога тенденция к пограничному расстройству личности (Borderline) в чём это может выражаться?

о а) Он может спорить с клиентом
о б) Он может придираться к клиенту
о в) Ни в чём

421. Как может отразиться на работе психолога то, что он любит всё новое?

о а) Никак
о б) Он может быть невнимателен к высказываниям клиента
о в) Его могут раздражать однообразные высказывание клиентов

422. Что делать психологу, чтобы эффективно работать?

о а) Повышать квалификацию
о б) Находиться в супервизии
о в) Ничего

423. Что важно при выборе супервизора?

о а) Он должен быть достаточно опытным и иметь психотерапевтический опыт не менее 10 лет в своём праксисе
о б) Желательно, чтобы он говорил на родном языке психолога
о в) Желательно, чтобы супервизор мог назначить быстро термин, если это необходимо психологу

424. Женщина (30 лет) жалуется на конфликты со свекровью. Ваши действия:

425. Мужчина (50 лет) не может «найти себя» в жизни. Ваши действия:

426. Что вы будете делать, если клиент будет просить вас поставить ему диагноз?

о а) Поставлю диагноз, ведь клиент сам этого хочет
о б) Скажу клиенту, что не имею права ставить диагнозы
о в) Скажу, что важнее диагноза понять суть проблемы и искать решение

427. Почему даже психотерапевту нужно осторожно работать с постановкой диагноза?

о а) Диагноз может испугать пациента
о б) Пациент будет склонен неосознанно воспроизводить[49] симптомы поставленного ему диагноза
о в) Диагноз может занизить самооценку

428. Чтобы консультации были эффективными, психолог должен:

о а) Ясно показать клиенту кто главный в разговоре
о б) Общаться с клиентом на равных
о в) Внимательно слушать клиента

429. Почему некоторые клиенты боятся близких отношений?

о а) Они боятся, что их используют
о б) Они не могут доверять другим из-за негативного опыта
о в) Они боятся, что их будут осуждать

430. Что может сделать психолог, если чувствует, что клиенту тяжело доверять другим?

о а) Сказать, что это признак слабохарактерности
о б) Постараться наладить с клиентом доверительные отношения
о в) Сказать, что клиент может не бояться осуждения, ведь психолог обязан принимать клиента таким как есть со всеми его недостатками и проблемами

431. Что может сделать психолог, чтобы дать понять клиенту, что он его не осуждает?

о а) Это должно быть видно по выражению лица психолога
о б) Сказать, что то, что испытывает клиент вполне естественно
о в) Сказать, что он понимает о чём речь и поэтому дальше рассказывать клиенту не нужно

432. Что делать психологу, если он не согласен с мнением клиента?

о а) Как можно быстрее исправить мнение клиента
о б) Сказать клиенту, что он заблуждается
о в) Сказать, что у него другое мнение, но он уважает мнение клиента

[49]Действует по принципу „selbst erfüllende Prophezeiung“

433. Как психолог, если необходимо, может корректировать мнение клиента?

о а) Сказать, что клиент рассуждает, как ребёнок
о б) Задать наводящий вопрос, чтобы клиент подумал об альтернативе
о в) Сказать, что мнение клиента сделает его психически больным

434. В конце консультации можно:

о а) Спросить клиента о его ощущениях после консультации
о б) Сказать, что клиент должен обязательно следовать вашим рекомендациям
о в) Вызвать у клиента чувство вины, чтобы он хотел изменяться

435. Если вы захотите похвалить клиента, как это сделать лучше всего?

о а) Как можно чаще буду говорить «молодец!»
о б) Буду хвалить за что-то конкретное
о в) Скажете, что он лучше чем его жена/родственник и т.д.

436. Если психолог считает, что консультация прошла успешно, то такого же мнения будет и клиент. Это:

о а) Правильно
о б) Неправильно
о в) Неизвестно

437. Как психолог может узнать мнение клиента о консультации?

о а) Можно предложить клиенту заполнить опросник
о б) Психолог может выразить уверенность, что консультация наверняка понравилась клиенту
о в) Спросить клиента, какие у него ощущения после консультации

438. Как реагировать психологу, если клиент скажет, что консультация ему не понравилась? Опишите:

439. Чтобы консультирование было продуктивным, психолог должен:

о а) Не показывать клиенту, как он к нему относится на самом деле
о б) Дать понять клиенту, что он ценит его
о в) Вести себя холодно по отношению к клиенту

440. Если психолог сделал ошибку, то он должен:

о а) Ни в коем случае не признать ошибку перед клиентом и не извиняться, ведь это повредило бы его авторитету
о б) Признать ошибку
о в) Признать ошибку и если нужно извиниться

441. Со всеми клиентами нужно действовать по одной и той же схеме. Это:

о а) Правильно
о б) Неправильно
о в) Неизвестно

442. Психолог может чему-то учиться у клиента. Это:

о а) Правильно
о б) Неправильно
о в) Неизвестно

443. Зачем нужна супервизия? Опишите:

444. Как вы понимаете высказывание: «У психолога много клиентов, но у клиента только один психолог? Опишите:

445. Что психолог может делать с чувствами, которые возникают у него по отношению к клиенту?

о а) Не обращать внимания на такие чувства
о б) Использовать это как материал для консультирования
о в) Обязательно сказать клиенту об этом

446. Как психолог может использовать свои эмоции по отношению к клиенту в работе? Опишите:

447. Какие чувства могут пробуждаться у психолога по отношению к клиенту?

о а) Сексуальные
о б) Скука
о в) Раздражение

448. Какими должны быть комментарии психолога?

о а) Резкими, чтобы «растормошить» клиента
о б) Мягкими
о в) Хорошо упакованными

449. На первой консультации можно спросить клиента следующее:

о а) Что он ожидает от психолога
о б) Был ли он уже у психолога
о в) Готов ли он во всём слушаться вас

450. Как вы будете реагировать, если клиент только через несколько консультаций расскажет вам о том, что беспокоит его на самом деле?

о а) Скажу, что это очень плохо, что он только сейчас об этом рассказал
о б) Поблагодарю клиента за доверие
о в) Скажу, что теперь уже не смогу ему помочь

451. Уместно ли спросить клиента, как ему понравилась консультация?

о а) Да
о б) Нет
о в) Неизвестно

452. Что необходимо сделать, чтобы клиент принял слова психолога?

о а) Психолог должен сказать свои комментарии неожиданно, чтобы у клиента не было времени подумать и найти контраргументы
о б) Психолог должен сначала постепенно приготовить клиента
о в) Сказать свои комментарии как можно более резко[50]

453. Если клиент раздражён, тогда лучше всего:

о а) Сразу же поговорить об этом
о б) Поговорить об этом в следующий раз
о в) Не обращать на это внимание

454. Если клиент упоминает желание умереть, я:

о а) Скажу, что он должен думать положительно
о б) Поскорее уйду от этой темы
о в) Дам ему возможность поговорить на эту тему

[50]Метод пародоксальных интервенций

455. Если клиент не уверен в себе, психолог должен:

о а) Принимать решения за клиента
о б) Помочь клиенту научиться брать ответственность на себя
о в) Вызвать у клиента чувство вины и так побудить его принимать решения

456. Если клиент скажет, что у него такая судьба быть несчастным, тогда вы:

о а) Скажете ему, что на самом деле судьба решает всё
о б) Скажете, что он сам во всём виноват
о в) Поможете клиенту понять, что всё в его руках

457. У клиента, который не берёт ответственность за свою жизнь на себя, вы спросите:

о а) Какую пользу он имеет от того, что не решается взять всё в свои руки?
о б) Почему ему трудно сделать это?
о в) Как он может позволять так командовать собой и при этом чувствовать себя человеком?

458. Почему клиенту может быть тяжело принимать решения? Опишите:

459. Чтобы записи консультаций приносили пользу, нужно:

о а) Зачитывать их клиенту в конце консультации
о б) Перечитывать их перед следующей консультацией
о в) Чтобы они были краткими и разборчивыми

460. Что делать психологу, если клиент плачет? Опишите:

461. Между консультациями разных клиентов желательно:

о а) Делать небольшие паузы
о б) Читать побольше профессиональной литературы
о в) Сделать вывод, о чём говорить с клиентом в следующий раз и приготовиться к следующему клиенту

462. Как вы приготовитесь к принятию следующего клиента? Опишите:

463. Если клиент слишком много говорит, но не об основной проблеме, вы можете сказать:

о а) «Я устал вас слушать, давайте поговорим о главном»
о б) «Вас интересно слушать. Однако давайте вернёмся к основной проблеме»
о в) «Если вы будете ходить вокруг да около, мы ни к чему не придём!»

464. О чём нужно помнить если вы проводите консультацию у клиента дома? Опишите:

465. Что может сделать психолог, чтобы клиент извлёк пользу из консультаций?

о а) Репетировать с клиентом возможные варианты поведения для повседневной жизни
о б) Быть с клиентом «построже»
о в) Как можно больше цитировать из психологической литературы

466. Сексуальные отношения с клиентом - это:

о а) Личное решение психолога
о б) Запрещено по закону
о в) Возможно с позволения клиента

467. Как клиент может относиться к консультациям?

о а) Стесняться, что пришлось идти к психологу
о б) Чувствовать себя униженным, что сам не может решить свои проблемы
о в) Радоваться, что получает помощь

468. Как помочь клиенту не бояться консультаций и чувствовать себя свободно? Опишите:

469. Если вы заметите, что клиент чего-то боится, вы:

о а) Скажете, что значит он что-то скрывает и должен об этом рассказать
о б) Скажете, что заметили некоторое беспокойство клиента и хотели бы знать в чём дело
о в) Скажете, что если клиент не будет всего рассказывать, то попадёт в «психушку»

470. Чтобы вызвать доверие клиента, вы:

о а) Будете цитировать известных психологов
о б) Скажете, что находитесь в супервизии у опытного психотерапевта
о в) Скажете, что не будете ни при каких обстоятельствах осуждать клиента

471. Что подразумевает метод свободного ассоциирования[51]?

о а) Психолог говорит всё, что ему придёт в голову
о б) Клиент говорит всё, что придёт ему в голову, не фильтруя высказывания
о в) Психолог и клиент держатся за руки и смотрят друг другу в глаза

472. Как можно использовать свободные ассоциации в консультировании? Опишите:

473. Если клиент влюблён, но безответно и страдает от этого, вы:

о а) Скажете, что он может найти кого-то другого
о б) Узнаете о недостатках объекта влюблённости и будете его критиковать, чтобы клиент тоже ясно увидел эти недостатки
о в) Поможете ему разобраться в своих чувствах

[51]Основатель метода З.Фрейд

474. Если клиент будет просить вас научить его как завоевать любовь его избранника, вы:

о а) Несомненно, научите его этому, ведь клиент этого сам желает
о б) Займёте нейтральную позицию
о в) Поможете клиенту любить самого себя и не пытаться любой ценой завоевать любовь объекта, который к нему равнодушен

475. Чтобы определить, в чём проблема клиента, вы:

о а) Скажете, что он обязан говорить вам правду
о б) Подробно расспросите о проблеме
о в) Учтёте, что клиент может что-то скрывать

476. Какую информацию о клиенте психолог должен приобрести?

о а) Отношения клиента с родителями
о б) Хобби клиента и отдых
о в) Где клиент работает и каковы условия работы

477. Почему нужно узнать, был ли клиент уже у психолога? Опишите:

478. Если клиент будет осуждать себя за что-то плохое, вы:

о а) Присоединитесь к нему в этом
о б) Скажете, что все мы склонны к плохому
о в) Расскажете притчу о том, как предосудительно быть плохим человеком

479. Можно ли использовать сны клиента в консультировании?

о а) Да
о б) Нет
о в) Неизвестно

480. Как вы будете работать со снами клиента?

о а) Разгадаю сон при помощи сонника
о б) Скажу, что этот сон обязательно сбудется
о в) Проанализирую сон на предмет его индивидуального значения для клиента

Правильные варианты ответов:

1. б, в
2. б, в
3. б
4. в
5. а, в
6. б, в
7. а, в
8. б
9. б, в
10. б
11. б, в
12. а
13. в
14. а, б, в
15. б
16. а, в
17. б, в
18. б
19. в
20. б, в
21. а, б, в
22. б, в
23. а
24. б
25. а, в
26. б

27.б

28.а, б

29.в

30.б

31.б

32.в

33.б

34.б

35.б, в

36.а

37.а

38.б

39.а, в

40.а

41.б

42.а

43.а, б, в

44.а, в

45.б

46.в

47.а, б, в

48.а, в

49.в

50.На партнёра, на детей, на себя самого

51.б, в

52.«Я с вами не согласен». «Вы меня не понимаете»

53.б

54. «Мне жаль, что я не понял вас. Давайте разберёмся. Скажите, пожалуйста, в чём именно я вас не понял?»

55. Изменить свой взгляд на себя, окружающий мир

56. Скажет, что уже пытался и не получилось. Скажет, что в этом нет необходимости

57. в

58. Самооценка, чувство собственного достоинства. Не быть слишком строгим с самим собой, любить себя

59. б, в

60. Не жаловаться на других, видеть в других хорошее, не считать, что его хотят намеренно обидеть

61. а, б

62. Считает, что ему всегда не везёт, что он ни на что не способен. Так сложилась «судьба» и тут ничего не изменить

63. а, в

64. «Я уверен, что вы сможете решить эту проблему» и т.д.

65. Проблемы в семье, на работе, с родственниками, депрессивные состояния, страхи и т.д.

66. б, в

67. Моббинг, хронически недовольный шеф, перфекционизм, желание делать всё на 100%

68. в

69. Желание во всем быть лучше других. Неспособность радоваться своим результатам. Недовольство своей работой. Заниженная самооценка и т.д.

70. б

71. Социальная фобия, агорафобия, клаустрофобия, ксенофобия, фобофобия и т.д.

72. а, в

73. Повышенное потоотделение, интенсивный страх, головокружение, тошнота, дрожат колени, покраснение лица

74.

Вид фобии	Боязнь закрытого пространства	Страх большого скопления людей	Боязнь незнакомых людей	Страх площадей
Клаустрофобия	х	х		
Агорафобия				х
Ксенофобия			х	

75.а, б

76.Боязливость, мнительность, неуверенность в себе, склонность к ипохондрии, негативное мышление и т.д.

77.Недоразумения между партнёрами, обиды и т.д.

78.в

79.Поставить себя на место партнёра. Прощение, открытая коммуникация, выслушивание

80.

Вид проблем	Часто	Редко	У молодожёнов	У пожилых
Недопонимание	х		х	х
Обиды	х		х	х
Деньги	х		х	

81.Помнить о своих собственных недостатках. Не вспоминать постоянно прошлое. Видеть сильные стороны партнёра

82.Если вы ответили более чем на три вопроса утвердительно, возможно, вам необходимо обратиться к психологу. Этот тест не заменяет консультацию психолога. Его может использовать психолог для себя, а так же и для клиентов.

83.в

84.Клиент рассказывает, что он ассоциирует со своими переживаниями и проблемами

85.б, в

86.Клиент переносит на психолога его ранее пережитые и актуальные чувства по отношению к его окружению (часто по отношению к родителям)

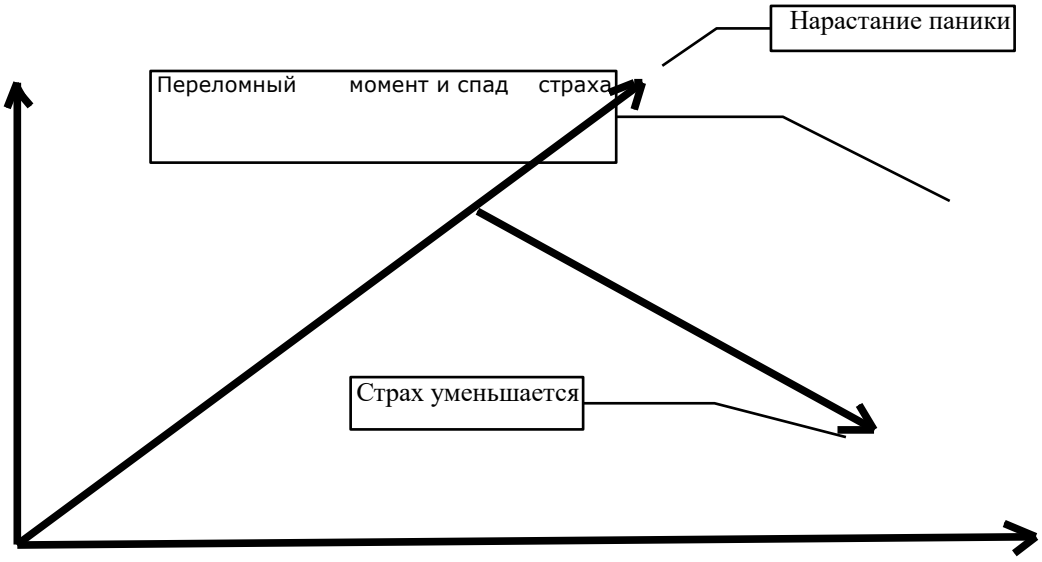
87.Психолог может осторожно обратить внимание клиента на процесс переноса. То есть, что клиент относится к психологу также как, например, к своей матери. Это можно тематизировать и использовать для консультирования. Например, если клиент обижается на вас, возможно, он обижается и на своих родителей и также и на некоторых из своего окружения. Значит, обидчивость в этом случае может стать предметом консультирования

88.

Анализ переноса	Раскрытие неосознанных эмоций клиента	Опасность усугубления проблемы	Выход ситуации из под контроля
Плюсы	x		
Минусы		x	x

89.Помутнение в глазах, тошнота, головокружение, учащённое сердцебиение и потовыделение.

90.



91.б, в

92.а

93.Консультант осторожно объяснит скрытые для клиента мотивы, побуждения, манеру поведения, скрытые чувства и т.д.

94.а, в

95.а

96.

Вид психотерапии	Сочувствие	Интерпретация	Связь между мышлением и эмоциями
Психоанализ		x	
Поведенческая терапия			x
Терапия по Роджерсу	x		

97.а, б, в

98.а

99.а, в

100. б, в

101. а

102. Безрезультатное хождение по кругу. Самобичевание, развитие навязчивого желания постоянно анализировать себя

103. б, в

104. а

105. Помогать другим, семья, творчество, религия

106. б

107. б, в

108. Агрессия, гнев, обида, эгоизм, жадность, упрямство и т.д.

109. Если вы ответили более чем на три вопроса утвердительно, у вас есть склонность к навязчивым мыслям и действиям

110. Мытьё рук, проверка электроприборов, контроль закрыты ли двери и т.д.

111. Житейские заботы, агрессия, нецензура, вина

112. б

113. а

114. а, в

115. Если он забыл выключить электроприборы, то будет пожар и он будет в этом виноват.

116. Если он не помоет руки, то он заразится серьёзной болезнью, то есть будет вред его здоровью

117. б

118. а, б

119. б

120. в

121. в

122.

Навязчивые:	Мытьё рук	Беспокойства	Контроль электроприборов	Сильное желание броситься с моста
Действия	x		x	
Мысли		x		
Импульсы				x

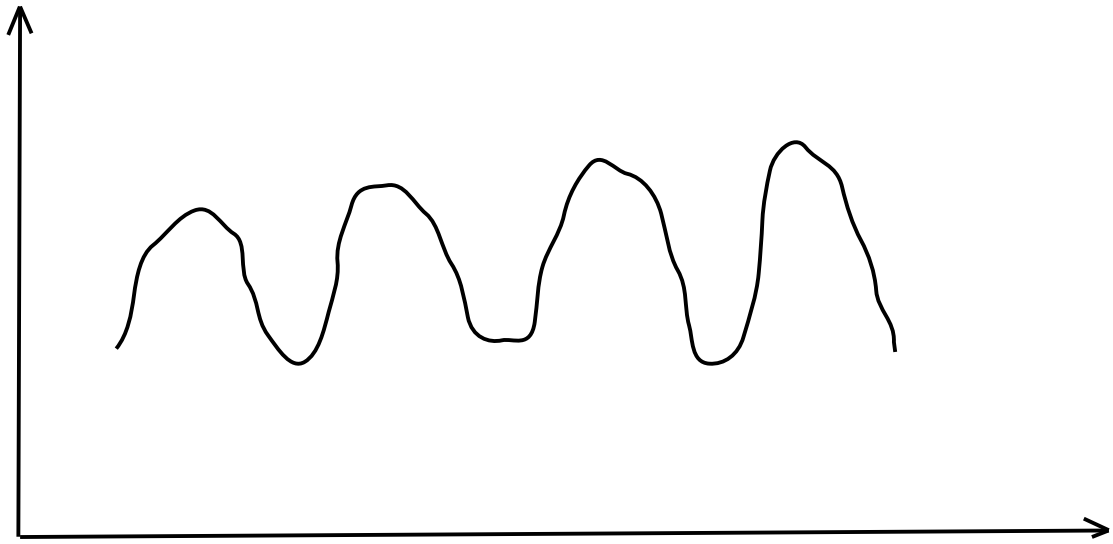
123. а

124. а, в

125. Не винить себя. Быть себе хорошим другом, любить себя

126. Чувство вины и безысходности. Нет радости, психосоматика, негативное мышление, «всё плохо и будет ещё хуже».

127.



128. б

129. б

130. Если вы ответили более чем на три вопроса утвердительно, вы склонны к депрессии

131. б, в

132. в

133. Доминантные родители. Симбиотические отношения с родителями. Один или оба родителя имеют психические проблемы

134. а, б

135. в

136. Отдых, развлечения, хобби, медикаменты, психотерапия

137.

Вид депрессии	Голоса	Апатия	Позитивное настроение
Меланхолическая		x	
Атипичная			x
Психотическая	x		

138. б

139. б

140. а

141. Помогу видеть в себе положительные качества. Помогу повысить самооценку. Скажу, что клиент должен любить себя и заботиться о себе

142. Проявлять понимание, не обвинять, не перегружать

143. б, в

144.

Расстройства:	Любить себя	Меньше контролировать	Понять, что стоит за страхами
Депрессия	x		
Навязчивые действия		x	x
Фобии			x

145. Меня никто не любит, у меня ничего не получается, я неудачник, у меня такая судьба, я ничего не могу изменить, я сам во всём виноват и т.д.

146. в

147. а

148. б

149. б

150. б

151. в

152. а, в

153. Если вы ответили более чем на три вопроса утвердительно, вы склонны к тревожному расстройству (ICD F 41.1)

154.

Расстройства:	Наличие бредовых идей	Страх чего-то конкретного	Боязнь чего-то неопределённого
Тревожное			x
Фобия		x	
Шизофрения	x		

155. а, б

156. б

157. б

158. б

159. Страх чего-то неопределённого. Ощущение тревоги, испуга.

160. Фобия - это страх чего-то конкретного, а тревожное расстройство - это страх неопределённого

161. Предоставлю информацию об этой болезни. Предложу критически дистанцироваться от ощущения страха.

162.

Страхи:	Полная убеждённость в угрозе со стороны других	Страх, что что-то должно произойти	Боязнь закрытых помещений
Невротические		x	x
Психотические	x		

163. Психотические страхи не поддаются коррекции. Человек полностью убеждён в своих выводах и ощущениях. При невротических страхах человек способен идти на дистанцию к своим страхам и готов к лечению.

164. б

165. Голоса, бредовые идеи, нарушения восприятия, апатоабулический синдром (безволие)

166. Симптомы все одинаковые (поиск болезней у себя), но при бреде человек полностью убеждён в наличии у него какого-либо заболевания. Это убеждение не поддается коррекции и является симптомом шизофрении или психотической депрессии.

167. б

168. б

169. в

170. а

171. в

172. б

173. б

174. б

175. Неуверенность в себе, перфекционизм, чувство вины. Не согласен с похвалой

176. Доминантные родители, слишком тесные (симбиотические) отношения с родителями. Моббинг со стороны старших братьев и сестёр, давление в школе со стороны учеников и учителей. Родители с низкой самооценкой и т.д.

177. а

178.

Самооценка:	Уравновешенность	Самокритика	Нарциссизм
Заниженная		x	
Стабильная	x		
Завышенная			x

179. б, в

180. в

181. а

182. Человеку неприятно состояние низкой самооценки и он ищет пути решения этой проблемы. В результате он начинает искать у себя положительные качества и способности (в противовес низкой самооценке) и в результате переоценивает себя и свои возможности. Поэтому завышенная сомооценка нередко результат борьбы с заниженной самооценкой.

183. б

184. б, в

185. а, б

186. а, б

187. а, б

188. б, в

189. б, в

190. б

191. в

192. а, в

193. б

194. б

195. Игромания, клептомания (воровсто без цели наживы, как форма зависимости), компьютерная зависимость, зависимость от покупок

196. Наркомания, алкоголизм, токсикомания

197. Неуверенность в себе, зависимость от мнения других, слабохарактерность.

198.

Зависимости:	Материальная	Нематериальная
Алкоголь	x	
Марихуана	x	
Компьютер		x

199. в

200. а, б

201. б, в

202. Не перетягивать время. Оставаться нейтральным, не занимать ничью сторону. Вовремя вмешаться в разговор, чтобы его направлять, не ходить за парой по кругу в их обвинениях друг друга.

203. а

204. в

205. а, б

206. б

207. а, в

208. б, в

209.

Клиент:	Ругает себя	Собой недоволен	Хвалит себя
Любит себя			x
Требователен к себе	x	x	

210. Недоволен всем, что делает, считает, что ни на что не способен. Не любит себя. Даже если внешне успешен, то в глубине души считает себя неудачником

211. Помогу ему увидеть в себе ценные качества. Буду хвалить его. Попрошу его вести дневник и записывть его качества и способности и чего он достиг в течение дня

212. б, в

213. Не нравится работа, не нравится своя внешность/вес. Считает себя застенчивым, недостаточно открытым/креативным, думает, что должен чаще посещать родителей и т.д.

214. Перфекционизм, желание делать всё как можно лучше.

215. а, б, в

216. а, в

217. а, б

218. Клиент будет ещё яснее видеть свои недостатки и ещё интенсивнее работать над ними. Таким образом ходя по кругу, вместо того, чтобы перестать обвинять себя и быть довольным собой

219. а, б

220. а, б

221. Если клиент потеряет работу, заболеет, будет иметь финансовые проблемы, его самооценка сильно пострадает

222. в

223. а

224. б, в

225. в

226. Можете ли вы принимать себя, несмотря на ваши ошибки или недостатки? Довольны ли вы своими качествами/ способностями или постоянно что-то хотите менять и стесняетесь своих недостатков?

227.

Клиент:	Напряжён	Радуется жизни	Критикует себя
Доволен собой		x	
Недоволен собой	x		x

228. а, в

229. а, б, в

230. Например: должен чаще посещать родителей, луше вести дела по дому, чаще видеться с друзьями, наконец-то прочитать книгу, которая уже давно ждёт и т.д.

231. а, б

232. Постоянные упрёки родителей, учителей. Насмешки в школе или дома от братьев и сестёр

233. а, б

234. а, б, в

235. б, в

236. б

237. а, б, в

238. б, в

239. б

240. а, б, в

241. Можно ошибиться. Консультации могут протекать не в том направлении

242. На протяжении какого времени существуют те или иные симптомы. Есть ли диагноз от других специалистов. Насколько ярко выражены симптомы

243. б, в

244. а

245. в

246. б, в

247.

Методы диагностики	Вес, состояние печени и др.	Наводящие вопросы	Наблюдение за мимикой, жестами поведением и т.д.
Беседа		x	
Наблюдение			x
Телесное обследование[52]	x		

248. Набираться опыта, находиться в супервизии, направить клиента к психотерапевту для постановки диагноза

249. б, в

250. б

251. а, б

252. Так психолог может упустить важную информацию о клиенте, его настоящей проблеме, которая кроется за поверхностными симптомами

253. а

254. б

255. а, в

256.

Phonik	Шизофрения	Напряжение при депрессии	Биполярное расстройство
Заикание		x	
Молчание	x		
Словесный поток			x

257. Возможно заикание, слабый дрожащий голос, в голосе чувствуется отчаяние, обида и тд.

258. Молчание, обрывистые фразы

259. Словесный поток

260. а

261. б

262. Сутулость, втянутые плечи, смотрит в пол.

[52]Имеет право делать лишь врач-психиатр

263. а, б, в

264. б

265. а, б, в

266. б, в

267. Детский сад, школа, друзья, братья и сёстры, экзамены, моббинг, развод, работа и др.

268. а, б

269. Родственники могут предоставить важную информацию, о которой не рассказал сам клиент

270. На что психолог может обратить внимание во время анамнеза? Отметьте соответсвующие пункты в таблице:

Функции:	Монотонность	Замкнутость	Неряшливость	Рассеянность
Внешний вид			x	
Концентрация				x
Контакт		x		
Речь	x			

271. б

272. б

273. Зрение, вкус, обоняние, осязание, слух

274.

Формы бреда:	Убеждённость в совершении непростительного греха	Убеждённость в ответной любви	Убеждённость, что меня преследуют	Убеждённость в своём величии
Verfolgungswahn			x	
Liebeswahn		x		
Größenwahn				x
Schuldwahn	x			

275. в

276. в

277. б, в

278. Психолог сам обращается к другому опытному психологу за помощью в решении своих психологических проблем и обсуждением случаев из практики консультирования

279. б, в

280. а

281. а, б

282. а, б, в

283. Желание всегда всё делать правильно и на 100%

284. б, в

285. а, в

286. Раздражается, не может радоваться

287. б, в

288. а, б

289. а, в

290. б, в

291.

Области:	Недоволен партнёром	Трудоголик	Не может расслабиться	Придирчивый
Работа		x		
Партнёрство	x			
Отдых			x	
Характер				x

292. Слишком требовательные родители. Часто родители-учителя или с высшим образованием. Неуверенность в себе. Если родители часто придираются и ругают за ошибки.

293. б

294. а, б

295. Мнения окружения, работы, здоровья, денег и имущества

296. а, б, в

297. Чувствует себя неудачником, виноватым. Видит будущее в чёрном свете.

298. а, б

299. Посоветую вести дневник для записей его достижений и положительных качеств. Посоветую быть для себя хорошим другом

300. б, в

301. в

302. а

303. в

304. а

305. б

306. б

307. а, в

308. б

309. а, в

310. б, в

311. б

312. б, в

313. а

314.

Самооценка	Если любить себя	Хвалить себя	Самокритика	Родители, школа, окружение
Как поднять?	х	х		
Что занижает?			х	х
Почему заниженная?			х	х
Как формируется в полжительную сторону?	х	х		

315. Человек использует разные способы, чтобы побудить себя мыслить положительно и достигать успеха.

316. а, в

317. а, б

318. а, б, в

319. а, в

320. а, б

321. а, б

322. а, б, в

323. а, б

324. а, б

325. Любить себя, заниматься хобби, гулять, расслабляться, заниматься любимым делом. Определить, что беспокоит и искать решение проблемы, прощать, не обижаться, смотреть вперёд, не жить постоянно в прошлом, писать дневник/книги.

326. Проявлю понимание, буду хвалить. Помогу определить, в чём проблема и помогу найти решение, побужу клиента искать в себе хорошие качества и записывать их и т.д.

327. б

328. б

329. а, в

330. Если в его окружении скептически относятся к новым идеям, если другим удобно, чтобы человек оставался таким[53], как прежде

331. а, б, в

332. а, б, в

333. а

334. б

335. а

336. в

337. б, в

338. а, б, в

339. в

[53]Родственники или партнёр могут осознанно или неосознанно желать сохранить ситуацию как есть и ничего не менять.

340. б

341. а, в

342. а, б

343. Клиент чувствует себя на равных с психологом и готов к сотрудничеству. Он благодарен психологу за такое отношение

344. б, в

345. б, в

346. Понимание, принятие клиента, постоянство эмоций со стороны психолога. Похвала. Если психолог видит положительные качества клиента

347. б, в

348. а, в

349. Нуждается ли клиент в помощи психотерапевта/психиатра. Что я знаю о том, как клиент проводит своё время. Говорит ли клиент о том, о чём он на самом деле хочет говорить

350. а, б

351. а, б

352. а, б, в

353. а, б

354. а, б

355. а, в

356. Не знаю, мне плохо, не могу понять в чём дело, стресс, депрессия

357. Задавать конкретные вопросы. Задавать наводящие вопросы. Спрашивать об отдельных областях жизни (работа, семья, здоровье)

358. Мягко, но серьёзно обратить внимание клиента на необходимость углубляться в ту или иную тему для понимания полной картины.

359. а, б

360. а, б

361. а

362. а, б, в

363. Родители не признают самостоятельность детей, хотят ими манипулировать

364. б

365. Какой вопрос беспокоит клиента больше всего. Обсуждение какого вопроса принесёт наибольшую пользу клиенту. Что обсудить в начале, а что потом.

366. б, в

367. Нужно говорить ему об этом. Это должно быть ясно видно в высказываниях и поведении психолога

368. Ожидают, что проблема быстро решится, что психолог решит проблему за них, что психолог даст конкретные советы

369. а, б, в

370. Что клиент будет содействовать или препятствовать процессу консультирования. Психолог на основании первого впечатления может делать поспешные выводы

371. в

372. Кто вас направил ко мне? О чём вы хотите поговорить? Вы уже были раньше у психолога/психотерапевта/психиатра?

373. а

374. а, б

375. в

376. а

377. На каких темах клиент заострял внимание? Каких тем клиент избегал? Кто ещё вовлечён в проблему клиента? Что клиент уже делал, чтобы решить проблему?

378. б, в

379. б, в

380. Похвалить клиента за то, что он рассказал о, возможно, тяжёлых для него вещах. Заверить клиента, что вы цените его и не считаете его плохим из-за его проблем

381. а, б

382. а, б, в

383. а

384. б, в

385. Если психолог думает, как ответить клиенту. Если клиент до этого критиковал психолога. Если психолог придумывает аргументы противоположные высказываниям клиента

386. а, б

387. а, б

388. а, в

389. б

390. а, б, в

391. а

392. а, б, в

393. б, в

394. б, в

395. а, б

396. в

397. в

398. а, б

399. а

400. Негативно высказывается о себе, ругает себя, не может простить себе своих ошибок, не видит в себе хороших качеств. Недоволен собой и тем, что делает, постоянно нуждается в похвале со стороны других

401. У психолога у самого проблемы в тех же областях, что и у клиентов, с которыми психолог не хочет работать.

402. а, б, в

403. а, б, в

404. Психолог не уверен в себе. Критика со стороны других активирует в нём самокритику и аутоагрессию.

405. Они на уровне подсознания напоминают ему о доминантных родителях, для которых он всё ещё ребёнок.

406. а, б, в

407. а, б, в

408. б, в

409. а, б, в

410. Регулярно отдыхать. Находиться в супервизии у психолога, которому он доверяет. Не думать постоянно о работе и клиентах.

411. а, в

412. а

413. а, б, в

414. Психолог мог бы принимать на себя роль ребёнка, родителя, брата/сестры и так далее.

415. Конкуренция с клиентом, обесценивание клиента, доминирование над клиентом, уверенность психолога в своей правоте, неспособность психолога признавать ошибки и менять подход.

416. б, в

417. а, б, в

418. а, б

419. Клиенты могут его раздражать. Психолог не видит, как помочь клиенту. Психолог сам негативно и пессимистически настроен и поэтому не способен помочь клиенту найти выход из его ситуации.

420. а, б

421. б, в

422. а, б

423. а, б, в

424. Предложу спокойно поговорить со свекровью и выяснить причины конфликтов.

425. Помогу понять, что ему нравится, какие у него интересы и хобби. Предложу строить жизнь так, чтобы ежедневно получать удовольствие от своей работы, неважно приносит это деньги или нет.

426. б, в

427. а, б, в

428. б, в

429. а, б, в

430. б, в

431. а, б

432. в

433. б

434. а

435. б

436. б

437. а, в

438. Спросить, что именно не понравилось и почему. Если необходимо, объяснить клиенту, что вы имели ввиду. Не критиковать клиента, не становиться агрессивным. Признать право клиента выражать своё мнение и сомнения.

439. б

440. б, в

441. б

442. а

443. Чтобы психолог мог выявить свои психологические конфликты и работать над ними. Чтобы определить, насколько эффективны методы работы психолога и как их воспринимают клиенты.

444. Это значит, что психологу может быть сложно уделять всё своё внимание во время консультации именно этому клиенту. Он может думать о других клиентах, которые ещё придут в течении дня или анализировать предыдущего клиента. У клиента может быть ощушение, что им не интересуются.

445. б

446. Если, например, клиент раздражает психолога, психолог может подумать, почему это так. Может быть, это беспомощность клиента, которая активирует беспомощность психолога. Или клиент напоминает психологу кого-то из его близких и поэтому раздражает и т.д. Тоже самое можно делать и с положительными эмоциями по отношению к клиенту.

447. а, б, в

448. б, в

449. а, б

450. б

451. а

452. б

453. б

454. в

455. б

456. в

457. а, б

458. Боязнь сделать ошибку и быть потом виноватым. Негативный опыт из прошлого. Неуверенность в себе.

459. б, в

460. Нужно дать клиенту возможность плакать. Нежелательно его преждевременно успокаивать, из-за этого он может расстроиться ещё сильнее и подумать, что его не понимают. Лучше не говорить, что нужно думать положительно, жизнь прекрасна и тд.

461. а, в

462. Настроюсь на нового клиента и не буду думать о предыдущем клиенте. Просмотрю записи с прошлого раза, если клиент пришёл повторно. Определю, какие эмоции вызвал у меня предыдущий клиент и постараюсь освободиться от этих эмоций, чтобы не перенести их на следующего клиента.

463. б

464. Вы можете чувствовать себя «в долгу» перед клиентом и это может негативно отразиться на консультации. Члены семьи могут осознанно или неосознанно мешать консультации.

465. а

466. б

467. а, б, в

468. Сказать, что всё сказанное на консультации останется в тайне. Сказать, что вы ни в коем случае не будете осуждать клиента, что вы на его стороне. Сказать, что вы не будете ставить диагноз и сообщать об этом кому-либо.

469. б

470. в

471. б

472. Клиент описывает мысли и образы, которые приходят ему в голову в процессе консультирования. Психолог анализирует их вместе с клиентом и старается использовать это для определения и решения проблемы клиента.

473. в

474. б, в

475. б, в

476. а, б, в

477. Клиент, возможно, сделал негативный опыт с другими психологами и может переносить его на вас. Клиент может иметь нарцистический склад характера и быть хронически всем недовольным, что может распространяться и на психолога.

478. б

479. а

480. в