



**PRIVATAKADEMIE FÜR
PRAKTISCHE PSYCHOLOGIE**

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

ЧАСТЬ 1

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 слухам

**ПСИХИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА И ИХ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ
В ПСИХИАТРИИ И ПСИХОТЕРАПИИ.
ПРАВА И ОГРАНИЧЕНИЯ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА.**

1. Выбор профессии психолога – случайность?

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Неизвестно

2. Понятие „Helfer“ подразумевает:

- о А) Корыстное побуждение манипулировать
- о Б) Потребность помогать другим
- о В) Помощь другим против своей воли¹
- о Г) Эгоизм, ожидание помощи

3. «Партнёр-заменитель», это:

- о А) Внебрачный партнёр
- о Б) Ребенок, с которым один или оба родителя делятся проблемами в браке²
- о В) Партнёр одного и того же пола
- о Г) Условное понятие, не применимое к людям

4. Цель психологического консультирования:

- о А) Престиж
- о Б) Деньги
- о В) Желание помочь
- о Г) Желание манипулировать членами семьи

5. Вы хороший консультант, если:

- о А) В состоянии как можно быстрее дать совет
- о Б) Можете руководить клиентом
- о В) В точности применяете психоанализ З.Фрейда³
- о Г) Можете определить, в чём проблема и в состоянии помочь.

6. Принцип консультирования заключается в:

- о А) Неуклонном следовании требованиям специальных книг по психологии
- о Б) Использовании научных методов, однако с некоторой осторожностью
- о В) Применять современные парадоксальные шок-методы⁴
- о Г) Придумывать и тут же применять методы по ходу консультации

¹ «Helfersyndrom» или синдром «Мать Тереза», развивающийся у старших детей, особенно в сельской местности и у «партнера-заменителя».

² Возникает в семьях с недостатком коммуникации, с родителями алкоголиками или одиночками.

³ Психоаналитик З.Фрейд основоположник мирового психоанализа и все психологи обязаны придерживаться его концепции одипуса.

⁴ Актуальные приёмы психотерапии в виде парадоксальных интервенций

7. МКБ 10 или ICD-10 это:

- о А) Международная классификация болезней вообще
- о Б) Классификация психических расстройств
- о В) Уголовный кодекс для психически больных
- о Г) Устаревшие классификации психических болезней

8. Психические расстройства - это:

- о А) Симулирование и отказ от трудовой деятельности
- о Б) Расстройства, обязательно вызванные проблемами в детстве
- о В) Расстройства, обязательно вызванные неправильным питанием⁵
- о Г) Расстройства, имеющие несколько причин

9. Невротические расстройства - это:

- о А) Психические проблемы, берущие начало с детства⁶
- о Б) Проявление неуправляемой агрессии против родственников
- о В) Слышание голосов
- о Г) Контакт со сверхъестественными силами

10. Невротическая депрессия - это:

- о А) Депрессия в связи с детством
- о Б) Неизвестная до сих пор форма депрессии
- о В) Депрессия на почве злоупотребления алкоголем
- о Г) Органическая форма депрессии

11. Приступ паники проявляется в:

- о А) Агрессивном поведении
- о Б) Аутоагрессивном поведении
- о В) Интенсивном приступе страха⁷
- о Г) Галлюцинациях

12. Диссоциация⁸ - это:

- о А) Разновидность шизофрении
- о Б) Боязнь будущего
- о В) Психологическая защита
- о Г) Страх перед смертью

⁵ Специальное голодание, разработанное Малаховым и подтвержденное министерством здравоохранения, в таких случаях необходимо и имеет 92 % успеха.

⁶ Психоаналитики убеждены, что в основном детство играет ключевую роль

⁷ Длится от нескольких минут до максимально 30 минут и отличается от общих страхов интенсивностью и продолжительностью.

⁸ Находящиеся под действием этого механизма испытывают отчуждение от себя, от других и от ситуации. Они «видят себя со стороны, сверху и т.д. «Как будто не со мной это происходило»

13. Навязчивый невроз выражается в:

- о А) Убеждении других в своей правоте
- о Б) Мыслях
- о В) Действиях
- о Г) Импульсах

14. Навязчивые действия - это:

- о А) Мытьё рук
- о Б) Перепроверка закрыта ли дверь
- о В) Болезненный контроль
- о Г) Раскладывание предметов по порядку

15. Навязчивый импульс — это, когда:

- о А) Мать хочет причинить вред ребёнку
- о Б) Человек хочет причинить себе вред
- о В) Человек обязательно сделает то, что хотел
- о Г) Человек агрессивно себя ведёт

16. Содержание навязчивых мыслей:

- о А) Агрессия
- о Б) Нецензура
- о В) Вина
- о Г) Прокручивание «шарманки»

17. Фобия⁹ - это:

- о А) Страх всего, что окружает
- о Б) Страх чего-либо конкретного
- о В) Неизвестное психическое расстройство
- о Г) Самое тяжёлое эмоциональное расстройство

18. Диффузные страхи - это:

- о А) Страхи, длящиеся больше 12 месяцев
- о Б) Страхи закрытых помещений
- о В) Психотические страхи
- о Г) Потеря реальности

19. За зависимостями часто кроется:

- о А) Неуверенность в себе и дискомфорт
- о Б) Желание уйти от проблем
- о В) Подсознательная потребность вредить себе
- о Г) Другие психические расстройства

⁹ Аэрофобия, клаустрофобия, агорафобия, ксенофобия, социофобия, зоофобия, демонофобия и т.д.

20. Вы скажете, что зависимый должен:

- о А) «Взять себя в руки»
- о Б) Перестать быть ребёнком
- о В) Пожалеть своих родителей
- о Г) Понять, почему он зависимый

21. Разновидности зависимостей:

- о А) Наркотическая
- о Б) Компьютерная
- о В) Трудоголизм
- о Г) Кофе, шоколад
- о Д) Покупки, развлечения

22. Rentenneurose¹⁰ - это:

- о А) Невроз после выхода на пенсию
- о Б) Желание возмещения непомерного убытка
- о В) Разновидность старческого психоза
- о Г) Когда чиновники отказывают в пенсии

23. Психосоматические расстройства - это:

- о А) Необратимые изменения личности
- о Б) Аутоагрессия
- о В) Функциональные расстройства
- о Г) Причина телесных недомоганий в эмоциональном состоянии

24. Головные боли - это:

- о А) Всегда на нервной почве
- о Б) Может быть в виде символического решения проблем, «ломание головы»
- о В) Признак любого заболевания
- о Г) Обязательный признак шизофрении

25. Астма¹¹ имеет следующие причины:

- о А) Психическое состояние
- о Б) Аллергия
- о В) неподходящий климат
- о Г) Наследственность

26. Причины Гипертонии:

- о А) Преизбыточный вес
- о Б) Неправильное питание
- о В) 99% психически обусловлено
- о Г) Органические причины

¹⁰ Это заболевание легко спутать с психосоматическим расстройством, поэтому не отъемлем дифференциальный диагноз.

¹¹ Астма - опасное заболевание. Консультант обязан знать, что делать в случае приступа и учесть, что его интервенции могут вызвать или обострить этот приступ.

27. Хроническое воспаление толстой кишки:

- о А) Это психосоматическое расстройство
- о Б) Может вызвать рак
- о В) Обычно у пассивно-зависимых клиентов
- о Г) Активируется актуальными конфликтами

28. Neurodermitis проявляется в:

- о А) Второстепенной инфекции
- о Б) Симбиотических отношениях
- о В) Повреждении кожи в области суставов, шеи
- о Г) Полной убеждённости, что кожу съедают паразиты

29. Ипохондрия - это:

- о А) Тяжёлая форма шизофрении
- о Б) Отказ самому себе в развитии
- о В) Поиск болезней у себя
- о Г) 100% вера в наличие смертельного заболевания

30. Больному ипохондрией Вы посоветуете:

- о А) Взять себя в руки
- о Б) Думать положительно
- о В) Больше узнать о нетрадиционной медицине
- о Г) Подумать о том, что его беспокоит на самом деле

31. Аффективные расстройства - это:

- о А) Неизвестные психические расстройства
- о Б) Расстройства чувств
- о В) Группа Ф 99, необозначенные расстройства¹²

32. Биполярное расстройство¹³ - это:

- о А) Гомосексуальность
- о Б) Периоды мании и депрессии
- о В) Заболевание, лечаемое в основном медикаментозно
- о Г) Болезнь эмигрантов

33. Атипичная депрессия - это:

- о А) Желание клиента манипулировать консультантом
- о Б) Скрытая форма фобии
- о В) Навязчивые импульсы
- о Г) Парадоксально-положительное настроение

¹² Согласно МКБ-10

¹³ Фазы депрессии преобладают над фазами мании. Обычно на месяц мании приходится 11 месяцев депрессии. Хотя бывают и исключительно маниакальные фазы.

34. Меланхолическая депрессия

- о А) Классическая депрессия с потерей интереса к жизни
- о Б) Психоз
- о В) Навязчивые идеи
- о Г) Клиент хочет привлечь к себе внимание

35. Признак психотических расстройств - это:

- о А) Бредовые идеи
- о Б) Галлюцинации
- о В) Потеря реальности

36. Посттравматический стресс - это:

- о А) Шизофрения
- о Б) Черепно-мозговая травма
- о В) Стресс после напряжённого рабочего дня
- о Г) Неправильно построенные отношения с родителями, в возрасте между 3 и 5 годами
- о Д) Тяжёлое психическое расстройство после травмирующих событий¹⁴

37. Нарушения контроля импульса¹⁵ - это:

- о А) Воровство без цели наживы
- о Б) Неспособность радоваться
- о В) Неуважительное отношение к родителям
- о Г) Отсутствие аппетита

38. Разница между психотерапевтом и консультантом заключается в том, что:

- о А) Консультант выписывает только антидепрессанты
- о Б) Психотерапевт не имеет права на консультирование
- о В) К психотерапевту можно попасть только по предварительной договорённости
- о Г) Консультант консультирует, а психотерапевт лечит психические расстройства

39. Анорекия¹⁶ проявляется в:

- о А) Отсутствии аппетита
- о Б) Вызывании рвоты и опорожнении желудка искусственным методом
- о В) Неправильном взгляде на самого себя
- о Г) Патологической структуре семьи

40. Булимия - это:

- о А) Приём большого количества пищи для эмоциональной разрядки
- о Б) Вызывание рвоты
- о В) Вызывание рвоты и опорожнение желудка искусственным методом

¹⁴ Типичный пример - ветераны Афганистана

¹⁵ Подростки убегают из дома, поджигание, kleptomania, игры, трудоголизм.

¹⁶ Опасная болезнь. Лечится в клинике (искусственное питание) или в психиатрической практике.

41. «Borderline» характеризуется:

- о А) Критичным отношением к себе и другим
- о Б) Аутоагрессией
- о В) Импульсивностью в отношениях
- о Г) Самоповреждением

42. Синдром Дауна - это:

- о А) Разновидность шизофрении
- о Б) Признак глубокой депрессии
- о В) Наличие лишней 47 хромосомы в клетке¹⁷

43. Одарённые дети - это:

- о А) Дети, обязательно способные на сверхъестественные вещи
- о Б) Дети, необязательно отличники
- о В) Дети, из родителей с высшим образованием
- о Г) Послушные дети

44. Психотерапия - это

- о А) Медикаментозное лечение психических болезней
- о Б) Оперативное вмешательство для устранения Гиппокампа¹⁸
- о В) Например, психоанализ или разговорная психотерапия

45. Медикаментозное лечение психических расстройств:

- о А) Необходимо всегда
- о Б) В основном делает зависимым от антидепрессантов
- о В) Рекомендуются для поддержки психотерапии
- о Г) Единственный метод лечения некоторых психических расстройств.

46. Сотрудничество с врачами и психотерапевтами необходимо:

- о А) Если только этого желает клиент
- о Б) Если у вас мало опыта
- о В) Чтобы иметь хорошую репутацию
- о Г) В согласии с немецким законодательством

47. Удовлетворение основных потребностей значит:

- о А) Делать всё, что хочется
- о Б) Определить, что необходимо на самом деле
- о В) Уделить время себе самому

¹⁷ Дополнительная копия хромосомы в 21 паре.

¹⁸ Гиппокамп и миндалевидное тело ответственны за такие эмоции, как страх, осторожность, агрессия. Нередко у эмоционально больных наблюдается повышенная функция этих частей головного мозга.

48. Мнение других должно быть важным для клиента:

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Относительно

49. Озабоченность мнением других приводит к:

- о А) Успеху
- о Б) Недовольству тем, что делаешь
- о В) Неуверенности в себе
- о Г) Эмоциональным расстройствам

50. Чрезмерная значимость мнения общественности возникает:

- о А) Если родители говорят: «Что подумают о нас люди»
- о Б) Передается от родителей (особенно касается старших поколений)
- о В) В результате максимализма

51. Зависимая структура характера выражается в:

- о А) Потребности работать под контролем со стороны
- о Б) Подчинении доминантным личностям
- о В) Отсутствии своего мнения
- о Г) Необоснованном чувстве вины

52. Неуверенность в себе содействует развитию:

- о А) Шизофрении
- о Б) Депрессии
- о В) Страхов
- о Г) Успеха в работе

53. Неуверенность в себе развивается, если:

- о А) Родители страдают нарциссизмом
- о Б) Родители сами неуверенны в себе
- о В) Присутствует конкуренция с братьями и сёстрами
- о Г) Ребёнка обязательно перехвалили

54. Причина психических расстройств в:

- о А) Кармических законах
- о Б) «Согрешении» родителей
- о В) Воспитании
- о Г) Органических заболеваниях

55. Лучшее средство от депрессии — это:

- о А) «Иван-чай»
- о Б) «Зверобой»
- о В) Психотерапия
- о Г) Работа с экстрасенсом

56. Психически больные опасны для общества:

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) При определенных обстоятельствах
- о Г) Точно неизвестно

57. Нарциссизм - это:

- о А) Религиозное движение
- о Б) Политическая ориентация
- о В) Структура характера с потребностью в признании
- о Г) Диссоциативное расстройство

58. Прокрастинация - это:

- о А) Постоянная потребность в работе
- о Б) Откладывание на потом
- о В) Агрессия по отношению к семье
- о Г) Возможно, скрытый психологический или физиологический недуг

59. «Второстепенная выгода» - это:

- о А) Когда клиент готов платить двойную сумму
- о Б) Когда вы работаете с двумя клиентами одновременно
- о В) Когда симптомы клиента ему что-то дают
- о Г) Когда консультант «выигрывает время»

60. Области консультирования:

- о А) Семья
- о Б) Здоровье
- о В) Работа
- о Г) Бизнес

ИНСТРУМЕНТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ.

61. Опытный консультант:

- о А) Даст тут же совет, чтобы не было сомнений по поводу его компетентности
- о Б) Сначала выслушает
- о В) Помогает клиенту самому принять решение
- о Г) Заверит клиента, что перечитал много книг по психологии и поэтому в состоянии помочь в любой ситуации

62. Отношения с клиентом подразумевают:

- о А) Полное подчинение клиента
- о Б) Романтические отношения с последующим их использованием для работы
- о В) Доверительные отношения
- о Г) Консультант ни в коем случае не должен противоречить клиенту

63. Делать записи во время консультаций:

- о А) Правильно
- о Б) Неправильно
- о В) Можно с согласия клиента

64. Если клиент придирается к вам, вы:

- о А) Напомните о том, кто консультант
- о Б) Примените ваши знания психологии, чтобы поставить его в тупик
- о В) Не будете бурно реагировать
- о Г) В следующий раз, если уместно, поговорите об этом

65. Особенно вначале консультанту необходимо:

- о А) Быть уверенным, что он знает все о работе психолога-консультанта
- о Б) Приобретать дополнительную информацию
- о В) Советоваться с коллегами

66. Консультант должен:

- о А) Как можно быстрее сделать вывод, что поможет клиенту
- о Б) Приобрести сначала полную информацию о клиенте
- о В) Сразу же сказать, что обязательно поможет

67. Когда вы поймёте, что с клиентом, вы:

- о А) Скажете ему о его диагнозе, например, нарциссизме или шизофрении
- о Б) Учтёте это для дальнейшей работы
- о В) Скажете, что ему уже вряд ли кто-то поможет

68. Один из инструментов консультанта, это:

- о А) Призвать клиента «взять себя в руки»
- о Б) Сочувствие
- о В) Объяснить, что если клиент ничего не будет делать, то попадёт на всю жизнь в психиатрическую лечебницу

69. Консультант постарается:

- о А) Пользоваться своим авторитетом
- о Б) Безусловно, уважать и ценить клиента
- о В) Не обращать внимания на клиента, чтобы тот понял, что кроме него есть и другие люди

70. Вы эффективно консультируете, если:

- о А) Держите клиента как можно дальше от себя
- о Б) Держите клиента как можно ближе к себе
- о В) Устанавливаете оптимальную дистанцию

71. Консультанту может мешать:

- о А) Эмоциональный барьер
- о Б) Страх «заразиться» от клиента
- о В) Желание помочь

72. Функция «зеркало» означает:

- о А) Вы призываете клиента наконец-то взглянуть на себя со стороны
- о Б) Отражение мыслей и чувств клиента
- о В) Клиент не хочет посмотреть на себя со стороны

73. Основное правило консультирования:

- о А) «Преломление» прежнего мышления и внушение нового
- о Б) Развитие и укрепление чувства собственного достоинства
- о В) Обращение внимания на ошибки клиента

74. Психоанализ Фрейда основан на:

- о А) Отношении родителей к ребёнку в детстве
- о Б) На отношении ребёнка к родителям
- о В) Шок-приёмах
- о Г) Электрошок терапии

75. Методы Роджерса основаны на:

- о А) Развитии ребёнка до 3 лет
- о Б) Генетике
- о В) Сочувствии
- о Г) Разговоре

76. Поведенческие приёмы основаны на:

- о А) Конкретных практических действиях
- о Б) Медикаментозном лечении
- о В) Физиотерапии

77. Самостоятельная работа психолога необходима для:

- о А) Поиска эффективных инструментов
- о Б) Ориентировки на психологическом рынке
- о В) Открытия новых методов
- о Г) Того, чтобы прославиться

78. Повышение квалификации - это:

- о А) Дело вкуса
- о Б) Необходимость
- о В) Пустая трата времени и денег

79. Супервизия рекомендуется:

- о А) Всегда
- о Б) В начале
- о Г) Через 5 лет после начала деятельности

80. Синдром внутреннего выгорания - это:

- о А) Когда нет больше сил
- о Б) Не хочется никого видеть
- о В) Наступила профессиональная деформация

МЕТОДЫ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ И ПСИХОТЕРАПИИ

81. Чтобы помочь клиенту посмотреть на вещи широкимасштабнее, вы:

- о А) Скажете клиенту, что другим намного хуже бывает
- о Б) Расскажите о своих собственных проблемах
- о В) Побудите его читать статистику болезней в стране

82. Если клиент настроен критично по отношению к вам, вы:

- о А) «Поставите его на своё место»
- о Б) Скажете ему, что у него нарциссизм
- о В) Учтёте это для дальнейшей работы

83. Клиент просит вас помочь ему обрести уверенность в себе и поддержать его в осуществлении его планов оставить семью и вступить в новые отношения. Ваши действия:

- о А) Безусловно, поддержите его, по принципу «кто платит, тот заказывает музыку»
- о Б) Тактично обратите внимание клиента на повторяющиеся образцы его поведения и объясните, что новые отношения построятся, скорее всего, также как и прежние
- о В) Будете, несмотря на собственное мнение, нейтральны

84. При консультировании вы оказываете:

- о А) Дружескую поддержку
- о Б) Профессиональную помощь
- о В) Интимные услуги

85. Консультирование необходимо:

- о А) Клиенту
- о Б) Семье клиента
- о В) Работодателю клиента

86. Цель консультирования:

- о А) Помочь клиенту найти выход из затруднительной ситуации¹⁹
- о Б) Перенять ответственность за клиента на себя
- о В) Обратит внимание на безысходность ситуации

87. Цель консультирования:

- о А) Помочь клиенту найти ответы на возникшие серьёзные жизненные вопросы
- о Б) Развить в клиенте чувство вины, которое побудит его изменяться²⁰
- о В) Определяется индивидуально

88. Предмет консультаций:

- о А) Межличностные отношения
- о Б) Работа/Бизнес
- о В) Здоровье
- о Г) Развитие у клиента связи со сверхъестественными силами

89. В процессе консультирования вы:

- о А) Обращаетесь с клиентом «построже», чтобы сделать его более ответственным
- о Б) Проявляете активное сочувствие
- о В) Не обращаете внимания на жалобы клиента, ведь он «должен взять себя в руки»

90. Консультант помогает клиенту:

- о А) Отвлечься и не думать о проблеме²¹
- о Б) Сформулировать проблему, описать её словами, чтобы понять, что же его беспокоит на самом деле
- о В) Уйти от реальности в мир фантазии

91. В результате работы вы поможете клиенту:

- о А) Найти выход из сложной ситуации
- о Б) Изменить своё отношение к ситуации, если её невозможно изменить
- о В) Выплеснуть свои эмоции на окружающих

92. Вы научите клиента как:

- о А) Противостоять стрессу
- о Б) Доминировать над другими
- о В) Бросить всё и просто уехать в другую страну

¹⁹ Кризис начинается, когда клиент не видит выхода и нет надежды на улучшение ситуации.

²⁰ Новейший метод парадоксальных интервенций

²¹ Желательно, как можно чаще повторять слова типа «думай положительно!», «жизнь прекрасна!» и т.д.

93. В рамках консультирования вы:

- о А) Будете всячески содействовать развитию объективности клиента
- о Б) Посоветуете принимать крепкое снотворное
- о В) Будете « снимать порчу» с клиента

94. Вы будете стараться:

- о А) Руководить клиентом
- о Б) Развить у клиента внутренние ресурсы
- о В) Сравнить клиента с другими и говорить ему об этом

95. Индивидуальная консультация длится:

- о А) 30 мин
- о Б) 1 час
- о В) 2 часа

96. Групповая консультация длится:

- о А) 1 час
- о Б) 1 час 30 мин
- о В) 3 часа

97. Продолжительность консультаций:

- о А) От 1 до 6²²
- о Б) От 6 до 20
- о В) От 20 до 50

98. Психологическое консультирование может использоваться одновременно со следующими вариантами:

- о А) Работой экстрасенса
- о Б) Медикаментозным лечением
- о В) Наблюдением у психиатра

99. Консультирование можно проводить на расстоянии:

- о А) Нет
- о Б) По телефону
- о В) Через интернет
- о Г) Письменно

100. Гипноз - это:

- о А) Лучшее средство от всех проблем
- о Б) Метод, хотя и популярный, но опасный и делающий клиента зависимым
- о В) Метод, которым лучше не пользоваться

²² Большая продолжительность консультаций подразумевает психотерапию, хотя иногда консультирование может длиться и до 15 встреч, в основном консультации ограничиваются 5-6.

101. Когда клиент войдёт в ваш кабинет, вы:

- о А) Будете сидеть в кресле в расслабленном положении и укажете рукой на место, где должен сесть клиент
- о Б) Подумаете заранее, где именно встретить клиента, чтобы смотреть ему в лицо и проводить до его места
- о В) Не будете обращать на него внимания до непосредственного начала работы, чтобы вызвать у него ожидание

102. Когда клиент войдёт в кабинет:

- о А) Лучше всего, если там будет как можно больше работников и клиентов, чтобы создать впечатление успешного праксиса
- о Б) Желательно, чтобы там был лишь консультант и, если необходимо, его помощник или практикант
- о В) Вы попросите его выйти на улицу и подождать

103. Вы дадите клиенту возможность сесть на его место первым, чтобы:

- о А) Следовать правилам этикета
- о Б) Дать ему понять, что он самая важная личность в кабинете
- о В) Понаблюдать и извлечь ценную информацию о нём, как он занимает место, поза и т. д.

104. Обсуждение проблемы вы начнёте:

- о А) Уже по пути к месту, где вы и клиент будете сидеть
- о Б) Только после того, как вы оба уже займёте места
- о В) Неважно когда

105. В кабинете должно быть:

- о А) Как можно больше мебели, компьютеров и т.д.
- о Б) Как можно меньше лишних предметов
- о В) Приятно находиться²³

106. Если в кабинете есть записывающие устройства:

- о А) Нужно сказать, что в его случае вы их не будете использовать
- о Б) Спросить разрешения на использование
- о В) Вы имеете право использовать их без разрешения клиента

107. Лучшая одежда консультанта, это:

- о А) Праздничная, яркая одежда²⁴
- о Б) Повседневная одежда
- о В) Скромная, но со вкусом
- о Г) Постоянный стиль, позволяющий привыкать к консультанту

²³ Обстановка выбирается на вкус консультанта, но с учётом её воздействия на клиента. Интерьер сам по себе может выполнять терапевтическую функцию - располагать к психологической работе, а не, наоборот, мешать ей.

²⁴ Свидетельствует, возможно, о собственных проблемах консультанта.

108. Если вы используете белый халат:

- о А) Это внушит доверие к вам
- о Б) Это оттолкнёт клиента
- о В) Клиенты реагируют по-разному

109. Перед началом первой консультации вы:

- о А) Коротко представитесь и познакомитесь с клиентом
- о Б) Будете вести себя «построже», чтобы подчеркнуть ваш профессионализм
- о В) Дружелюбно улыбнётесь

110. Вначале вы спросите клиента:

- о А) Знает ли он, что будет, если он вовремя не заплатит вам гонорар
- о Б) «Что вас ко мне привело?» «Какие проблемы вас волнуют?»
- о В) Осознаёт ли он всю серьёзность своего положения

111. Если клиент не знает, как начать разговор на консультации или, начав, прерывается, волнуется и т.д., вы:

- о А) Тут же поможете ему
- о Б) Зададите другие вопросы
- о В) Дадите ему время и будете дружелюбно и приветливо ждать

112. Если клиент слишком долго ничего не говорит, вы:

- о А) Скажете ему, что внимательно его слушаете и это важно для вас
- о Б) Зададите простые, наводящие вопросы
- о В) Повысите на него голос и призовёте его «взять себя в руки»
- о Г) Пригласите войти тех, кто пришёл вместе с ним
- о Д) Попросите удалиться других ваших сотрудников

113. Благоприятному началу и протеканию разговора содействуют:

- о А) Доминатность консультанта
- о Б) Спокойствие и уверенность консультанта²⁵
- о В) Частое перебивание вами клиента

114. Для успокоения и предрасположения к работе вы:

- о А) Оставьте клиента на пару минут одного, включив приятную, нейтральную музыку
- о Б) Воспользуетесь парадоксальной интервенцией и скажете, что клиент сам во всём виноват
- о В) Не будете обращать никакого внимания на клиента

²⁵ Консультанту самому необходимо регулярно быть в супервизии с целью работы над своими собственными проблемами. Это поможет ему не волноваться при работе с клиентом, и тогда нервное состояние консультанта «не перейдёт» на клиента.

115. Ваша цель:

- о А) Побудить клиента высказываться искренне, эмоционально рассказывая о своей проблеме, ситуации, прошлом и т.д.
- о Б) Чтобы клиент говорил то, что нужно вам
- о В) Впечатлить клиента своими знаниями

116. Чтобы создать благоприятную психологическую атмосферу для работы, вы:

- о А) Не будете спорить с клиентом
- о Б) Побудите его охотно высказываться
- о В) Будете постоянно напоминать, какими знаниями вы обладаете по сравнению с клиентом

117. Если клиент говорит то, с чем вы не согласны, настаивает на своём и обязательно хочет поговорить об этом, вы:

- о А) Не будете обращать на это внимания и продолжите разговор
- о Б) Скажете, что, конечно, можете об этом поговорить, однако это отвлечёт от основной проблемы клиента и не поможет ему её решить, а ведь он именно за этим и пришёл
- о В) Можете предложить обсудить это после консультации или в другой раз

118. Если вы не согласны с клиентом, то:

- о А) Сразу же скажете ему об этом
- о Б) Учтёте его мнение для дальнейшей работы
- о В) Опираясь на свой авторитет, переубедите и исправите его

119. «Зеркализация» подразумевает:

- о А) Отражение чувств и слов клиента через повторение его высказываний, жестов, мимики, вздохов и т.д.
- о Б) Что клиенту не надо говорить о том, что вы отражаете его состояние
- о В) Призвать клиента «посмотреть на себя»

120. «Перифраза» - это:

- о А) Укор в адрес клиента
- о Б) Повторение слов клиента - дословно или своими словами - во время пауз, и ожидание реакции клиента, подтверждающей или отрицающей.
- о В) Взывание к «совести» клиента

121. Перед перифразой можно спросить:

- о А) «Я правильно вас понял»...
- о Б) «Вы сказали, что»....
- о В) «Я уверен, что вы не правы»....

122. «Обобщение» - это:

- о А) Намёк, что проблемы клиента несерьёзные
- о Б) Замечание, что клиент не в состоянии правильно сформулировать свои высказывания
- о В) Пересказ своими словами того, что рассказал клиент, вводя или заключая словами типа «Если кратко обобщить, то»....

123. Эмоциональная поддержка клиента заключается в том, что вы:

- о А) Говорите, что у вас такие же проблемы
- о Б) Сочувствуете ему, особенно когда клиент смотрит на вас
- о В) Выражаете положительные эмоции, если клиент с удовлетворением рассказывает о чём-либо

124. Если вы хотите лучше понять клиента или, чтобы он сам лучше понял себя, вы:

- о А) Скажете ему, чтобы он «не вилял» и «не прикидывался», а говорил «как есть»
- о Б) Зададите вопросы типа: Почему? Зачем? Когда? Как? Что? и т.п.
- о В) Скажете ему, что если он не будет сотрудничать с вами, вы направите его в «психушку»

125. Овладение языковыми особенностями клиента подразумевает:

- о А) Передразнивание клиента
- о Б) Незаметное, умеренное подражание его манере говорить²⁶
- о В) Выучить родной язык клиента

126. Если вы хотите оказывать профессиональную помощь, тогда:

- о А) Делайте выводы как можно быстрее
- о Б) Ни в коем случае не торопитесь с выводами, сделайте, если можно, паузу, предложите, например, чай и затем продолжайте работу
- о В) Напоминайте, что вы специалист в области консультаций

127. Чтобы ваши выводы не оказались противоречивыми, необходимо:

- о А) Узнать у клиента все факты, относящиеся к делу, переспросив его, нет ли чего-нибудь ещё, о чём вы не поговорили.
- о Б) Вы будете ссылаться на ведущих психологов и ваш опыт
- о В) Переубедите клиента, если он с вами не согласен

128. Чтобы действительно помочь клиенту, вы:

- о А) Будете руководствоваться одной теорией возникновения и протекания кризисов
- о Б) Учтёте несколько различных теорий
- о В) Будете действовать интуитивно

²⁶ В результате этого приёма у клиента возникает чувство, что вы его понимаете и вам можно доверять. Однако осторожно! Клиент может подумать, что вы передразниваете его.

129. Вы скажете клиенту о своих предположениях по поводу его ситуации:

- о А) Однозначно утверждая, что ваш вывод единственно правильный
- о Б) Обратив внимание на разные варианты решения проблемы с учётом его способностей и обстоятельств
- о В) Что он должен во всём слушать вас

130. Чтобы ваши рекомендации помогли клиенту, вы:

- о А) Процитируете известных психологов
- о Б) Просто и доступно, без психологических и других терминов объясните способы реализации различных вариантов, их преимущества, недостатки и конечный результат.
- о В) Вы скажете, что он может во всём доверять вам

131. Чтобы избежать непрофессионального, однозначного подхода, вы:

- о А) Присоединитесь к популярному течению
- о Б) Обратите внимание на различные теории, уже на стадии обучения
- о В) Критически отнесётесь к любому вашему заключению, обдумав несколько вариантов
- о Г) Будете регулярно посещать супервизора, углублять свои знания и повышать квалификацию

132. Для эффективной работы:

- о А) Клиент сам, в конечном счете, должен принять решение
- о Б) Можно на время поменяться ролями, чтобы клиент объяснил вам, почему он думает, что выбранное им решение будет действовать
- о В) Пригласить более опытного коллегу, чтобы он помог вам

133. Чтобы клиент мог самостоятельно решать свои проблемы, вы поможете ему:

- о А) Не обращать на них внимания и просто заниматься другими делами
- о Б) Научите его тактике самоконтроля и контроля ситуаций, с помощью которых он будет в состоянии заранее распознать проблемы, избегать их или же успешно находить решение уже возникшей ситуации
- о В) Уходить в мир фантазии

134. Чтобы клиент был в состоянии самостоятельно применять методы, разработанные вами совместно в кабинете, желательно:

- о А) Не отвечать на звонки клиента с просьбой о дальнейшей помощи при возникновении непредвиденных заранее результатов от применения разработанных методов
- о Б) Вы, безусловно, останетесь с ним в контакте и в экстренных ситуациях поддержите его даже в нерабочее время²⁷
- о В) Передать клиента коллеге

²⁷ Стоит научиться различать между тем, когда на самом деле требуется помощь и манипуляцией со стороны клиента, не желанием принимать собственные решения и т.д. Иначе 24 часовое общение с клиентом может привести к внутреннему выгоранию и другим психическим расстройствам у психолога.

135. Перед завершением консультации рекомендуется:

- о А) Переспросить клиента, всё ли он понял и убедительно ли это для него
- о Б) Сказать, что если что-то не получится, клиент сам виноват
- о В) Попросить пересказать его план действий, включая описание конкретных действий, сроков их выполнения и др.

136. Для реализации совместных разработок:

- о А) Каждый раз интересуйтесь результатами
- о Б) Напоминайте клиенту о страшных последствиях, если он не будет этого делать
- о В) Как можно дольше не спрашивайте о результатах, стимулируя, таким образом, самостоятельность клиента

МЕДИЦИНСКИЕ СПОСОБЫ ЛЕЧЕНИЯ ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ.

137. Somatothérapie - это:

- о А) Собирательное выражение, описывающее методы биологического воздействия на центральную нервную систему
- о Б) Расслабление всего организма
- о В) Редко используемая форма психотерапии

138. У всех психически больных, нарушения в работе нейромедиаторов и взаимодействия отдельных частей головного мозга:

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Неизвестно

139. Основной метод биологического воздействия при лечении:

- о А) Релаксация
- о Б) Медикаменты
- о В) Расслабление

140. Медикаментозное лечение необходимо для того, чтобы:

- о А) Сделать пациента восприимчивым к психотерапии/консультациям
- о Б) Уменьшить симптомы
- о В) Лечить отдельные психические болезни, которые поддаются только медикаментам.

141. Что стало возможным благодаря медикаментам?

- о А) Можно манипулировать пациентом
- о Б) Многие пациенты, даже с шизофренией, способны самостоятельно жить без изоляции в психиатрии
- о В) Ничего, лишь один вред

142. Antidementiva - это группа медикаментов для лечения :

- о А) Шизофрении
- о Б) Эпилепсии
- о В) Разных видов деменции

143. Antipsychotika (Neuroleptika) - это группа медикаментов для лечения :

- о А) Депрессии
- о Б) Шизофрении
- о В) Навязчивых мыслей

144. Antidepressiva (Thymoleptika) - это группа медикаментов для лечения :

- о А) Депрессии, а также иногда страхов и навязчивостей
- о Б) Гипертонии
- о В) Подагры

145. Все медикаменты вызывают зависимость, это:

- о А) Правильно
- о Б) Неправильно
- о В) Зависит от медикамента²⁸

146. Вы как консультант будете говорить клиенту, что:

- о А) Медикаменты обязательно нужны
- о Б) Медикаменты ни в коем случае не надо принимать
- о В) Медикаменты могут помочь успокоиться и найти решение проблемы
- о Г) В некоторых случаях без медикаментов не обойтись

147. Вы как консультант имеете право:

- о А) Рекомендовать определенные медикаменты для самолечения клиента, которые он может взять сам в аптеке или найти через интернет
- о Б) Рекомендовать психиатра, если это уместно
- о В) Лечить медикаментами, приобретёнными за границей, поскольку на них не распространяются немецкие законы

²⁸ Клиенты, их родственники и даже некоторые консультанты считают, что все медикаменты делают зависимыми. Это далеко не правда. На самом деле лишь некоторые из них вызывают зависимость.

Например, антидепрессанты никогда не вызывают зависимости, поскольку нацелены на улучшение работы химических и электрических сигналов головного мозга, что не ведёт к зависимости. Антидепрессанты не обладают опиатами и другим субстанциями, ведущими к зависимости.

Ваша задача передать клиенту и его окружению точную информацию, отражающую научную точку зрения, а не народный фольклор.

148. Schlafentzug (Wachtherapie) заключается в следующем:

- о А) Пациент получает снотворное
- о Б) Пациенту в клинике не дают спать
- о В) У пациента бессонница

149. Lichttherapie - это:

- о А) Самостоятельное лечение, с помощью аппаратов инфракрасного света и субстанциями, ведущими к зависимости.
- о Б) Терапия, при которой пациент получает искусственный свет²⁹
- о В) Неприменимый в Германии метод

150. Elektrokrampfbehandlung подразумевает:

- о А) Подачу высоковольтного напряжения, для отключения части головного мозга ответственной за эмоциональные расстройства³⁰
- о Б) Подачу через электроды тока (800-900 мА, 60-130 вольт) для стимулирования мозга
- о В) Лечение психически больных преступников³¹
- о Г) Необратимый распад головного мозга

151. Magnetstimulation (r-MTS) - это:

- о А) Неприемлемый, опасный метод лечения
- о Б) Метод лечения психических болезней (в основном депрессии) через воздействие магнитного поля на фронтальную часть мозга, с целью стимулирования нейронов
- о В) Устаревший метод лечения

152. Bioenergetik имеет цель:

- о А) «Вступить в связь со сверхъестественными силами»
- о Б) Лечение «биополя»
- о В) Тренировка восприятия собственного организма

153. Physiotherapie в психиатрии применяется для:

- о А) Уменьшения побочного действия медикаментов
- о Б) Повышения чувства собственного достоинства
- о В) Лечение психических расстройств с проявлением телесной и неврологической симптоматики

²⁹ Особенно для лечения «зимней депрессии», обусловленной частично недостатком солнца.

³⁰ Напряжение от 220 до 380 вольт при частоте тока 50 Герц.

³¹ В таком случае врачи не несут ответственности за свои действия. У преступников нет права выбора.

154. Bewegungstherapie подразумевает:

- о А) Улучшение вегетативных³² нагрузок и кровообращения
- о Б) Уменьшение страха общения и страха быть в центре внимания
- о В) Максимальную телесную нагрузку против воли пациента

155. Психотерапия - это:

- о А) Лечение психических расстройств с помощью испытанных и научно обоснованных различных психологических методов
- о Б) Медикаментозное лечение шизофрении
- о В) Опасный метод лечения психически больных

ПСИХИАТРИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ

156. Как вы можете воспользоваться ICD-10³³?

- о А) Буду ставить диагнозы
- о Б) Буду говорить клиенту о его диагнозе
- о В) Возможность читать письма от врачей с диагнозом клиента

157. Дифференциальный диагноз – это:

- о А) Самый тяжёлый диагноз
- о Б) Альтернативный диагноз
- о В) Неизвестный диагноз

158. Как знание о важности дифференциального диагноза повлияет на вашу работу?

- о А) Никак
- о Б) Постараюсь найти альтернативу того, что еще могло бы происходить с клиентом
- о В) Приму во внимание, что диагноз, который ему поставили может быть ошибочным³⁴

159. Органические психические расстройства – это:

- о А) Психические расстройства из-за органических³⁵ заболеваний
- о Б) Непонятные психические расстройства
- о В) Шизофрения

³² Почти всегда у психически больных имеет место вегетативная симптоматика (повышенное потоотделение, учащенное сердцебиение, тошнота, головокружение и т.д.)

³³ Международная классификация болезней, включающая в себя под буквой F и психические расстройства.

³⁴ Например, врачи нередко путают эпилепсию с псевдоэпилепсией на эмоциональной почве.

³⁵ Например, нарушение работы щитовидной железы, заболевания печени, рак и пр.

160. Как вы отличите органические психические расстройства от психических расстройств по другим причинам?

- о А) Расспрошу клиента о его отношениях с матерью
- о Б) Отправляю его на обследование
- о В) Посоветую клиенту пить зверобой в течение двух недель

161. Какая обязанность лежит на вас в отношении органических психических расстройств?

- о А) Направить клиента к логопеду
- о Б) Направить клиента к психиатру
- о В) Посоветовать клиенту съездить в отпуск

162. В отношении психических расстройств правильно:

- о А) Они коморбидны³⁶
- о Б) Они неизлечимы
- о В) Они неизбежно приведут к самоубийству

НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА

163. Во что со временем могут превратиться невротические расстройства?

- о А) Психосоматику
- о Б) В другие эмоциональные расстройства
- о В) В приступы панической атаки

164. В чём причина неврозов с точки зрения глубинной психологии?

- о А) Недоедание
- о Б) Органические расстройства
- о В) Отношения в семье и детстве

165. Что является «благоприятной» почвой для неврозов?

- о А) Повседневные проблемы, безработица
- о Б) Семейные ссоры
- о В) Эмиграция

166. С чем рука об руку идут невротические расстройства?

- о А) Самоубийство
- о Б) Наркомания, алкоголизм
- о В) Семейные проблемы

167. Какая опасность всегда присутствует у психически больных?

- о А) Самоубийство
- о Б) Уход от реальности
- о В) Нездоровый образ жизни и, как следствие, развитие других заболеваний

³⁶ Коморбидность – это наличие одновременно нескольких психических расстройств.

НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ДЕПРЕССИЯ

168. Опишите депрессию на невротическом фоне.

- о А) Депрессия с элементами шизофрении³⁷
- о Б) Депрессия вызвана, в основном, проблемами, идущими с детства
- о В) Характеризуется актуальными тяжёлыми отношениями с родителями

169. Чем депрессия на невротическом фоне отличается от органической депрессии?

- о А) При неврозах клиент физически относительно здоров
- о Б) Речь идёт, в основном, о детстве клиента и его актуальной ситуации
- о В) Нет разницы

170. В чём одна из причин неврозов с точки зрения глубинной психологии?

- о А) Родители с нарцисстическим типом характера
- о Б) Конкуренция с братьями и сёстрами
- о В) Неправильное питание

171. Опишите симптомы невротической депрессии.

- о А) Нарушение сна
- о Б) Навязчивые мысли о проблемах, обидах, неудачах
- о В) Вегетативные симптомы³⁸

172. Что вы попытаетесь определить?

- о А) Наличие депрессии у клиента
- о Б) Опасность самоубийства
- о В) Сможете ли вы доминировать над клиентом

173. Что происходит с клиентом, если невроз не проходит?

- о А) Невроз становится хроническим
- о Б) Вызывает функциональные расстройства³⁹
- о В) Ничего

НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ПАНИКА

174. Опишите симптомы паники.

- о А) Слышание голосов
- о Б) Интенсивный, кратковременный страх
- о В) Сильная вегетативная симптоматика⁴⁰

³⁷ Психотическая депрессия.

³⁸ Например, тахикардия, гипертония, астма и т.д. Вегетативная нервная система ответственна за бессознательные функции организма, такие как дыхание, кровообращение, потоотделение и т. д.

³⁹ Функциональные расстройства – сбои в работе органов и систем без патологических (болезненных) изменений.

⁴⁰ Смотрите индекс терминов

175. В результате чего происходят приступы паники?

- о А) Страх не получить вовремя помощь и умереть
- о Б) Страх в метро, при «толкучке»
- о В) Постоянное ожидание, что что-то должно произойти

176. Какую роль у больных паническим расстройством играет прошлое?

- о А) Эти люди уже с детства неуверенны в себе
- о Б) У них, нередко, неуверенные или доминантные родители
- о В) Никакую

177. Чего боятся клиенты с паническим расстройством?

- о А) Сойти с ума
- о Б) Внезапно умереть
- о В) Неизвестно

178. Какие медикаменты помогают при паническом расстройстве?

- о А) Нейролептики⁴¹
- о Б) Антипсихотикум⁴²
- о В) Антидепрессанты

179. Как консультант, вы можете помочь клиенту, если:

- о А) Посоветуете психотерапию
- о Б) Используете парадоксально-шокирующий метод⁴³
- о В) Поможете в решении повседневных, актуальных проблем в семье, на работе, месте учёбы и т.д.

180. Какая склонность присутствует у клиентов с паническим расстройством?

- о А) Наркотики, алкоголь (в виде самолечения)
- о Б) Суицид
- о В) Склонность быть самостоятельным, жизнерадостным

НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. НАВЯЗЧИВЫЙ НЕВРОЗ (МЫСЛИ, ДЕЙСТВИЯ, ИМПУЛЬСЫ)

181. Содержание навязчивых мыслей включает:

- о А) Приятные воспоминания
- о Б) Заботы, беспокойства, страх, обиды
- о В) Неизвестно

⁴¹ Нейролептики назначаются при психотических расстройствах, например, шизофрении.

⁴² Назначается для лечения продуктивной психотической симптоматики, при шизофрении и психотической депрессии.

⁴³ Эти методы подразумевают вызывание и усиление чувства страха у пациента.

182. К чему могут побуждать навязчивые импульсы?

- о А) Радоваться жизни
- о Б) Причинить себе вред, например, выброситься из окна, порезать себя и т.п.
- о В) Навредить другим (например, видя ножницы, мать испытывает навязчивый импульс ткнуть ими ребёнка)

183. Как вы поможете человеку с навязчивыми импульсами?

- о А) Посоветую обратиться к психиатру и дам его визитную карточку, в тоже время, предложу дальнейшее консультирование
- о Б) Объясню, что человек практически никогда на самом деле не реализует возникающие импульсы
- о В) Маме, у которой возникает импульс причинить вред ребёнку, объясню, что подобные импульсы возникают у очень добросовестных матерей, чем нередко этот импульс и вызван⁴⁴

184. Маме, у которой навязчивый импульс причинить вред ребёнку, вы поможете:

- о А) Решить актуальные конфликты в семье и на работе, которые, как правило, усиливают импульс
- о Б) Постараетесь укрепить её чувство собственного достоинства⁴⁵
- о В) Поможете избавляться от неуместного чувства вины

185. Что испытывает клиент, если пытается избавиться от навязчивостей?

- о А) Страх
- о Б) Усиление симптомов
- о В) Приятные эмоции

186. В чём причина навязчивости (мыслей, действий, импульсов) с точки зрения глубинной психологии?

- о А) Подсознательная концентрация на желаниях
- о Б) «Магическая»⁴⁶ борьба с опасностью и страхом
- о В) Неизвестно

187. Что вы порекомендуете клиенту?

- о А) Креативные занятия для расслабления, где клиент может делать много ошибок (например, рисование, работа с глиной и т.д.)
- о Б) Помогу клиенту понять то, что ошибки – естественный процесс обучения и помогают в будущем поступать более проникательно
- о В) Быть «построже» к себе и «взять себя в руки»

⁴⁴ Такое объяснение поможет матери не испытывать чувство вины, что, в свою очередь, редуцирует силу импульса.

⁴⁵ Практически, у всех людей с психическими расстройствами страдает чувство собственного достоинства.

⁴⁶ Например, следя за тем, чтобы предметы предельно точно располагались на столе, клиент символически контролирует свои мысли, а также символизирует попытки избежать опасности в реальной жизни, предотвратить ошибки.

188. Поддаются ли навязчивые неврозы медикаментозному лечению?

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Неизвестно

189. Какие черты характера свойственны этим клиентам?

- о А) Добросовестность
- о Б) Склонность к максимализму
- о В) Чувство вины

190. Как вы будете действовать?

- о А) Укреплю самооценку клиента
- о Б) Помогу избавиться от преувеличенного чувства вины
- о В) Предложу сходить к гадалке

191. Каков прогноз навязчивых неврозов?

- о А) Полное выздоровление – 15%
- о Б) Несмотря на склонность к хроническому протеканию, улучшение возможно
- о В) Иногда полная изоляция (клиент занят весь день тем, что, например, контролирует электроприборы, раскладывает предметы по порядку – на это может уходить большая часть дня)

192. Навязчивые мысли можно сравнить с:

- о А) Приятными воспоминаниями
- о Б) «Прокручиванием шарманки»
- о В) «Хождением по кругу»

193. Систематическая десенсибилизация⁴⁷ – это:

- о А) Метод, который вы, как консультант, можете применить
- о Б) Метод, который имеют право применять только психотерапевты
- о В) Метод, применимый только в России

194. Пациентка(55) с навязчивым страхом заразиться, уже не в состоянии вести нормальный образ жизни. Психотерапевт применяет к ней метод систематической десенсибилизации. Действия терапевта, к примеру:

- о А) Пациентка должна сначала сидеть на грязном полу, а потом на своей кровати
- о Б) Трогать унитаз руками, и затем не мыть их
- о В) Побуждает её содержать квартиру и дальше в особой чистоте

⁴⁷ Метод подразумевает лечение по принципу «клин клином вышибают», например, если клиент боится животных, то в процессе психотерапии он должен контактировать с животными.

195. Клиентка с навязчивым страхом заразиться делает покупки. Её поведение:

- о А) Уверенно кладёт товары в корзину
- о Б) Берёт только тот товар, до которого не дотрагивались другие
- о В) Выбрасывает товар, если до него кто-нибудь дотронулся.

196. Как большинство людей относятся к клиенту с навязчивым неврозом?

- о А) С насмешками, упрёками
- о Б) Пониманием
- о В) Стараются помочь

197. Клиентка(35) с навязчивыми действиями постоянного контроля. Действия выражаются в:

- о А) Постоянная перепроверка, закрыты ли двери, автомобиля, квартиры и т.д.
- о Б) Том, что она довольна жизнью, расслаблена
- о В) Том, что она по несколько раз переспрашивает о чём-либо

НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ФОБИИ

198. Каковы симптомы фобии?

- о А) Галлюцинации
- о Б) Страх чего-то конкретного
- о В) Клиент слышит голоса

199. Какой дифференциальный диагноз фобии?

- о А) Диффузные страхи⁴⁸
- о Б) Паника
- о В) Шизофрения

200. В чём отличие фобии от общих страхов?

- о А) Ни в чём
- о Б) Фобия – это страх чего-либо конкретного
- о В) Неизвестно

201. Какие методы психотерапии фобий вам известны?

- о А) Систематическая десенсибилизация
- о Б) Психоанализ
- о В) Оперативное вмешательство

⁴⁸ Неопределённые, постоянные страхи.

202. Каковы недостатки систематической десенсибилизации?

- о А) Нет недостатков
- о Б) Ухудшение симптоматики⁴⁹
- о В) Клиент закрыт для последующей работы

203. Каков общий прогноз фобии?

- о А) При подходящей терапии – благоприятный прогноз
- о Б) Благоприятный, если сразу начать психотерапию
- о В) Через три года обязательно перейдет в тяжёлую форму шизофрении

204. Причины возникновения фобии с точки зрения глубинной психологии:

- о А) Смещение и перенос страха. Клиент на самом деле боится чего-то другого
- о Б) Клиент не уверен в себе
- о В) Недоедание.

205. Как вы будете помогать клиенту с фобией?

- о А) Использую систематическую десенсибилизацию
- о Б) Помогу ему быть более уверенным в себе
- о В) Помогу ему решить актуальные проблемы, усугубляющие симптоматику

206. Опишите протекание приступа страха у клиента:

- о А) Страх нарастает, достигая пиковой точки (в этой точке клиент испытывает особенно невыносимый, всевозможный страх, чаще страх смерти), затем начиная спадать
- о Б) Страх будет нарастать, пока клиента не парализует
- о В) Обязательно перерастёт в психоз⁵⁰

207. Назовите некоторые причины приступа фобии.

- о А) Страшная смерть, например, при аэрофобии
- о Б) Большая потребность в контроле
- о В) Замкнутое пространство

208. Как вы поможете клиенту с фобией?

- о А) Посоветую психотерапевта
- о Б) Помогу ему осознать его потребность в контроле, как одну из важных причин фобии
- о В) Объясню, что намного легче жить и без того, чтобы контролировать «всех и вся»
- о Г) Скажу клиенту, что он сам виноват в своих проблемах

⁴⁹ Обычно, если конфронтация начинается слишком рано, например, уже при второй встрече с клиентом, который боится пауков, психотерапевт покажет ему паука-птицееда и предложит потрогать его.

⁵⁰ Собирательное понятие различных видов шизофрении.

НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ДИФFUЗНЫЕ (ОБЩИЕ) СТРАХИ

209. Что такое диффузные (общие) страхи?

- о А) Страхи при шизофрении
- о Б) Страхи чего-либо конкретного
- о В) Неопределённые, постоянные страхи

210. Что такое флотирующие страхи?

- о А) Самая тяжелая форма страха
- о Б) Неизвестная форма страха
- о В) Постоянно изменяющаяся форма страха

211. Имеете ли вы право лечить страхи?

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Под руководством врача

212. Что вы будете делать, если к вам обратится клиент с диффузными или флотирующими страхами?

- о А) Помогу ему быть более самостоятельным и уверенным в себе
- о Б) Помогу ему повысить его самооценку и объясню, что это может быть корень проблемы
- о В) Скажу, что ему уже ничего не поможет

213. Имеете ли вы право работать с родственниками клиента, у которого страхи?

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Только по рекомендации врача

214. Работа с родственниками клиента поможет в том, чтобы:

- о А) Они поняли клиента и не давили на него
- о Б) Заручиться их помощью, чтобы клиент наконец-то начал решать свои проблемы
- о В) Они содействовали выздоровлению клиента и не оказывали на него психологическое давление.

215. Объясните возникновение страхов с точки зрения глубинной психологии.

- о А) Страх расставания (симбиотические⁵¹ отношения, например, с мамой)
- о Б) Недостаток или переизбыток родительской заботы
- о В) Черепно-мозговая травма

⁵¹ Слишком тесные отношения. Зависимость от родителей. Чрезмерная забота родителей.

216. Как вы будете консультировать клиента со страхами?

- о А) Укреплю его чувство собственного достоинства, ведь проблемы в этом отношении ведут к страхам
- о Б) Объясню клиенту, что важно делать то, что он хочет. Для этого он должен бросить семью и уехать за границу
- о В) Объясню роль вегетативной симптоматики⁵²
- о Г) Посоветую ему больше времени уделять себе и приятным занятиям⁵³

217. Опишите симптомы страха:

- о А) Вегетативные симптомы (головокружение, повышение давления, учащённое сердцебиение, напряжение мышц, общие боли, проблемы с дыханием)
- о Б) Двухсторонний паралич
- о В) Галлюцинации
- о Г) Деперсонализация и дереализация⁵⁴

218. Какую роль в возникновении/протекании психических расстройств, в частности страха, играет мнение окружающих?

- о А) Мнение окружающих абсолютно неважно для клиента
- о Б) Мнение окружающих чрезмерно важно для клиента, что объясняется его воспитанием. Частое: «Что подумают о нас соседи?!»
- о В) Неизвестно

219. Какое чувство испытывает пациент, страдающий от страхов?

- о А) Беспомощность (от меня ничего не зависит, «звёзды против меня»)
- о Б) Самоуверенность
- о В) Радость

НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. RENTNERNEUROSE

220. Как вы понимаете выражение «Rentnerneurose?»

- о А) Одна из форм шизофрении в старческом возрасте
- о Б) Непомерное желание возмещения убытка
- о В) Заболевание, известное лишь в США

221. В чём причина заболевания «Rentnerneurose?»

- о А) Реальные события сильно преувеличены (например, после лёгкой аварии пострадавший требует пожизненной пенсии и других неуместных льгот)
- о Б) Неизвестно
- о В) Желание «восстановить справедливость»

⁵² Вегетативная нервная система ответственна за бессознательные процессы организма, такие как дыхание, пищеварение, кровообращение.

⁵³ Ненавязчивая рекомендация психолога. Психолог должен помочь клиенту самому прийти к такому выводу.

⁵⁴ Деперсонализация – ощущение отчуждения от себя. Дерееализация – окружение кажется чужим, пугающим.

222. Опишите характер клиента

- о А) Быстро обижается, злопамятный
- о Б) «Борец за справедливость»
- о В) Очень дружелюбный и уступчивый

223. В чём проявляется «Rentnerneurose?»

- о А) В довольствии тем, что есть, непривередливости
- о Б) Изоляция
- о В) Преувеличенная демонстрация тяжёлых симптомов (интенсивное хромание, болезненное выражение лица и т. д.)

224. Чем усиливаются симптомы при „Rentnerneurose“?

- о А) Недовольство своим положением в обществе
- о Б) Ипохондрические⁵⁵ жалобы
- о В) Социальной обеспеченностью

НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ИПОХОНДРИЯ

225. Что такое ипохондрия?

- о А) Редкая форма шизофрении
- о Б) Тяжёлая форма депрессии
- о В) Поиск у себя болезней

226. В чём проявляется ипохондрия?

- о А) Неправильное толкование безобидных болей и функциональных нарушений в работе организма
- о Б) Бесперывное хождение по врачам, самолечение
- о В) Чрезмерное беспокойство о состоянии своего здоровья
- о Г) Прекрасном самочувствии

227. Теория возникновения ипохондрии:

- о А) Болезнь или смерть кого-то из окружения клиента
- о Б) Чрезмерная родительская забота
- о В) После реальных болезней⁵⁶

228. К чему приводит, если вовремя не распознать ипохондрию?

- о А) Вред от самолечения
- о Б) Вред от разных методов лечения отдельных врачей (каждый врач лечит отдельные симптомы, на которые жалуется клиент)
- о В) Полному и быстрому выздоровлению.

⁵⁵ Ипохондрия – поиск у себя болезней, неправильное толкование безобидных процессов организма.

⁵⁶ Например, клиент перенёс в прошлом какое-либо серьёзное заболевание, скажем рак, а в настоящем безобидное функциональное расстройство желудка рассматривается им как смертельное заболевание.

229. Как вы поможете клиенту с ипохондрией?

- о А) Обращу его внимание на связь ипохондрических жалоб и актуальных событий из жизни клиента
- о Б) Посоветую занятия спортом для правильной трактовки функций своего организма⁵⁷
- о В) Посоветую народного целителя, опытного знахаря или профессиональную гадалку

230. Каков прогноз ипохондрии?

- о А) Непредсказуемый
- о Б) Если не лечить – хроническое протекание (хождение по врачам)
- о В) 99% спонтанных ремиссий

231. Дифференциальный диагноз ипохондрии:

- о А) Шизофрения (полная убежденность в наличии болезни)
- о Б) Реальные органические заболевания (не убеждать клиента, что «все болезни от нервов»)
- о В) Диагноз невозможен

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА

232. Что такое психосоматика?

- о А) Неизвестное до сих пор психическое расстройство
- о Б) Эмоциональное состояние влияет на организм, вызывая функциональные⁵⁸ и патологические⁵⁹ изменения
- о В) Депрессия

233. Объясните возникновение психосоматики с точки зрения глубинной психологии:

- о А) Вытеснение неприятных эмоций в подсознание
- о Б) Максимализм (желание сделать всё на 150%)
- о В) Родители требуют от ребёнка слишком многого и мало его хвалят
- о Г) Недовольство собой, заниженная самооценка

⁵⁷ В результате занятий спортом клиент научится правильно воспринимать свой организм. Например, он видит, что учащённое сердцебиение и отдышка не указывают на смертельное заболевание, а всего лишь естественные функции организма

⁵⁸ Изменения в работе организма без наличия патологии

⁵⁹ Патология – серьёзные изменения в структуре и работе организма, требующие отдельного внимания и лечения. Например, если какое-то время наблюдались функциональные проблемы с желудком, то впоследствии заболевание может перерасти в язву желудка (патология) и требует отдельного лечения, независимо от психического состояния клиента.

234. Сколько процентов пациентов у «Hausarzt» страдают от психосоматики?

- о А) 1%
- о Б) 15%
- о В) 30%

235. В чём выражается психосоматика?

- о А) Общем недомогании
- о Б) Функциональном расстройстве
- о В) Психотической депрессии⁶⁰

236. Каков характер клиента?

- о А) Расслаблен, креативен, жизнерадостен
- о Б) Склонен к максимализму и чувству вины
- о В) Неуверен в себе, желает контролировать происходящее вокруг

237. Что препятствует выздоровлению?

- о А) Характер клиента
- о Б) Ситуация клиента
- о В) Второстепенная выгода⁶¹

238. Как вы будете работать?

- о А) Призову клиента «думать позитивно»
- о Б) Обращу внимание клиента на то, что другим людям бывает намного хуже
- о В) Попытаюсь узнать больше о ситуации клиента, его прошлом и настоящем

239. Что вы сделаете, чтобы редуцировать симптомы?

- о А) Помогу клиенту понять, как его характер может влиять на возникновение/протекание психосоматики
- о Б) Посоветую новые медикаменты, которые можно купить в интернете без рецепта
- о В) Буду внимательно выслушивать всё, что клиент скажет

240. Как помочь при психосоматике?

- о А) Не обращать внимания на жалобы клиента;
- о Б) Научить клиента расслабляться и заниматься креативными вещами, доставляющими ему удовольствие;
- о В) Научить клиента не быть слишком строгим к себе, ведь наши ошибки – естественный процесс обучения

⁶⁰ Тяжёлая форма депрессии с элементами шизофрении.

⁶¹ Клиент имеет что-то благодаря своим симптомам, например, сочувствие со стороны окружения, социальная помощь и т.д.

241. Что такое психосоматические боли?

- о А) Боли неизвестного происхождения
- о Б) Боли психогенного⁶² характера
- о В) Боли у больных шизофренией

242. Что усиливает психосоматические боли?

- о А) Эмоциональные конфликты (самонаказание)
- о Б) Страх, заботы, неопределённость
- о В) Хорошие жизненные условия

243. Что подразумевается под символическим выбором органа?

- о А) Например, головные боли, так сказать «ломание головы» - символическое решение проблем
- о Б) Психосоматика обязательно перейдёт в рак печени
- о В) Неизвестно

244. К чему склонен клиент?

- о А) Ходить по врачам, целителям и т.д.
- о Б) Самолечению (алкоголь, наркотики, медикаменты)
- о В) Решению эмоциональных конфликтов

245. Что помогает клиенту выздороветь?

- о А) То, что он видит связь между эмоциональными проблемами, актуальными конфликтами и его болями
- о Б) Как можно больше медикаментов
- о В) Изоляция от общества

246. К чему может привести отсутствие своевременного правильного диагноза?

- о А) Вред от несоответствующих заболеванию методов лечения
- о Б) Зависимостям (наркотики, алкоголь, медикаменты и т.д.)
- о В) Выздоровлению клиента

247. Каков прогноз психосоматических болей?

- о А) Без подходящей своевременной терапии – хроническое протекание болезни
- о Б) Через 3 года смертельный исход
- о В) Иногда спонтанные ремиссии⁶³

⁶² Боли из-за психических проблем.

⁶³ Полное или частичное выздоровление по неизвестным причинам. Наблюдается при любых заболеваниях, как психических, так и физических.

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. АСТМА

248. Опишите симптомы астмы:

- о А) Приступы удушья
- о Б) Распад личности
- о В) Навязчивые мысли

249. Теория возникновения астмы:

- о А) Наследственность
- о Б) Аллергия
- о В) Психические проблемы

250. Теория возникновения астмы с точки зрения глубинной психологии?

- о А) Симбиотические⁶⁴ отношения с окружением
- о Б) Нарушение дистанции, недоверие
- о В) Неправильное питание

251. Опишите характер клиента, страдающего астмой:

- о А) Самоуверен
- о Б) Жизнерадостен
- о В) Не уверен в себе, склонен к максимализму, самобичеванию, недовольству всем, что делает

252. Насколько опасна астма и что поэтому необходимо?

- о А) Вообще не опасна, пройдет сама собой
- о Б) Жизненно опасна. Клиент должен быть под наблюдением врача, а вы должны знать, что делать, если у него будет приступ
- о В) Неизвестно

253. Каков прогноз астмы?

- о А) Иногда со смертельным исходом
- о Б) Благоприятный при подходящем, своевременном лечении
- о В) Обязательно перейдет в рак лёгких

254. Как вы поможете клиенту, у которого есть диагноз астма?

- о А) Помогу клиенту быть более самостоятельным и избавиться от неуместного, постоянного чувства вины
- о Б) Помогу клиенту развивать доверительные отношения с другими
- о В) Если случится приступ удушья, воспользуюсь этим и обращу внимание, что во всём виновата мать клиента

⁶⁴ Слишком тесные отношения, часто клиент слишком зависит от выбора других, не может делать выбор в вопросах вкуса, чувство вины.

255. К чему склонен клиент?

- о А) Радоваться жизни
- о Б) Преуменьшать симптомы и не предавать им значения
- о В) Галлюцинациям

256. Как вы будете работать:

- о А) Попробую помочь ему решить актуальные конфликты, которые вызывают/поддерживают болезнь
- о Б) Скажу клиенту, что не нужно «распускать нюни»
- о В) Если уместно, приглашу его близких, ведь нередко болезнь вызвана/поддерживается конфликтами с ними

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ГИПЕРТОНΙΑ

257. Что такое гипертония?

- о А) Заболевание опорно-двигательного аппарата
- о Б) Повышенное давление
- о В) Артрит

258. Как часто причиной гипертонии является психосоматика?

- о А) 1%
- о Б) 30%
- о В) 99%

259. Теория возникновения гипертонии?

- о А) Наследственность
- о Б) Питание
- о В) Вредные привычки
- о Г) Психологические конфликты

260. Опишите характер клиента, страдающего гипертонией:

- о А) Вспыльчивый, обидчивый, злопамятный
- о Б) Склонен к чувству вины и максимализму
- о В) Должен или доминировать или подчиняться, не может строить отношения на равных

261. Каков прогноз для клиента с гипертонией?

- о А) Благоприятный при своевременном, подходящем лечении
- о Б) Иногда со смертельным исходом
- о В) Со временем приводит к патологическому изменению артерий и становится отдельным заболеванием, не зависящим от психического состояния клиента

262. Как вы будете работать с клиентом, страдающим гипертонией?

- о А) Помогу увидеть связь между болезнью и актуальными конфликтами (например, приступ гипертонии в период развода дочери)
- о Б) Дам клиенту успокоительную настойку из корня валерианы
- о В) Буду побуждать клиента не обращаться к врачу, поскольку «все болезни от нервов»

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ХРОНИЧЕСКОЕ ВОСПАЛЕНИЕ ТОЛСТОЙ КИШКИ (COLITIS ULCEROSA)

263. Что такое colitis ulcerosa?

- о А) Рак желудка
- о Б) Неизвестное заболевание
- о В) Хроническое воспаление толстой кишки

264. Теория возникновения с точки зрения глубинной психологии:

- о А) Слабое чувство собственного достоинства в результате слишком тесных взаимоотношений с родителями
- о Б) Отравление медикаментами
- о В) Злоупотребление алкоголем

265. В чём проявляется colitis ulcerosa?

- о А) Потеря веса, кровотечение;
- о Б) Приступообразных болях в животе;
- о В) Прекрасном самочувствии.

266. Опишите характер клиента:

- о А) Самоуверенный, упрямый
- о Б) Пассивно-зависимый
- о В) Обидчивый, неуверенный в себе

267. Какое лечение необходимо?

- о А) Медикаментозное
- о Б) Калорийное питание
- о В) Психотерапия
- о Г) Не поддаётся никакому лечению

268. Каков прогноз?

- о А) Непредсказуемый
- о Б) У детей – неблагоприятный
- о В) 91% выздоровления

269. Что вы порекомендуете?

- о А) Решение актуальных конфликтов
- о Б) Психотерапию
- о В) Правильное отношение к обидам
- о Г) Обратиться к врачу

270. Как вы будете работать с клиентом, у которого диагноз colitis ulcerosa?

- о А) Помогу клиенту быть более расслабленным, уделять время себе, и заниматься теми вещами, которые ему нравятся
- о Б) Посоветую «бесполезные» занятия, хобби и т.д. без какой-либо практической пользы
- о В) Помогу клиенту быть более самостоятельным

271. Вы обратите внимание клиента на:

- о А) Укрепление его самооценки
- о Б) То, как актуальные проблемы могут активировать болезнь
- о В) Его ошибки с целью мотивации к изменению

272. Как консультант я:

- о А) Посоветую клиенту больше прислушиваться к другим и делать то, что они говорят
- о Б) Помогу клиенту научиться справляться с обидами, потерями и т.д.
- о В) Дам клиенту настойку «мать-и-мачехи», ведь принято считать, что это лучшее средство народной медицины

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. НЕЙРОДЕРМИТ

273. Что такое нейродермит?

- о А) Хроническая форма экземы «без причины»
- о Б) Рак кожи
- о В) Проблемы с кожей после сильного загара

274. Каковы причины возникновения с точки зрения глубинной психологии?

- о А) Противоречивое отношение к взрослению, отрицание взросления и своих потребностей
- о Б) Недостаток тепла и внимания в детстве
- о В) Злоупотребление марихуаной

275. Опишите характер такого клиента:

- о А) Неуверенный в себе
- о Б) Жизнерадостный
- о В) Зависимый от других

276. Что вызывает ухудшение болезни?

- о А) Кризисы зрелости
- о Б) Расставания
- о В) Успешная сепарация⁶⁵

⁶⁵ Естественный процесс отделения от родителей, автономия.

277. Вторичная проблема заболевания:

- о А) Инфекция из-за царапания и чесания места поражения
- о Б) Шизофрения
- о В) Наркомания

278. Основная локализация нейродермита:

- о А) Шея, суставы, локти
- о Б) Лицо
- о В) Ступни ног

279. Выберите дифференциальный диагноз:

- о А) Ипохондрия⁶⁶
- о Б) Шизофрения⁶⁷
- о В) Подагра

280. Как вы поможете клиенту с диагнозом нейродермит?

- о А) Помогу повысить самооценку
- о Б) Помогу в процессе сепарации
- о В) Посоветую слушать приятную, спокойную музыку перед сном
- о Г) Посоветую не разговаривать с теми, кто его обижает

281. Ваши действия как консультанта:

- о А) Обращу внимание на связь обострения болезни с актуальными конфликтами
- о Б) Сделаю домашнюю мазь по рецепту Елены Малышевой и дам её клиенту
- о В) Помогу клиенту быть более самостоятельным, перерабатывать обиды и потери

282. Каков прогноз?

- о А) Если долго не проходит, возникают проблемы с кожей
- о Б) Хроническое протекание болезни активизируется актуальными конфликтами, потерями, обидами, кризисами зрелости
- о В) Неизвестно

АФФЕКТИВНЫЕ РАССТРОЙСТВА

283. Что представляют собой аффективные расстройства?

- о А) Расстройства в сфере эмоций
- о Б) Органические расстройства
- о В) Невротические расстройства

⁶⁶ Поиск у себя болезней.

⁶⁷ Dermatozoenwahn - 100%-ая убежденность, что кожу съедают паразиты или по коже что-то ползает.

284. Что такое биполярное расстройство?

- о А) Шизофрения
- о Б) Зависимость от двух видов наркотиков
- о В) Расстройство, выражающееся в периодах мании и депрессии

285. Какие ответы правильные в отношении биполярного расстройства?

- о А) Только эпизоды мании – 5%
- о Б) Только эпизоды депрессии – 65%
- о В) Обе фазы – 30%

286. Депрессивная фаза длится:

- о А) От нескольких секунд до нескольких минут
- о Б) От нескольких недель до нескольких месяцев
- о В) Неизвестно

287. Биполярное расстройство лечится в основном:

- о А) Медикаментами
- о Б) Психотерапией
- о В) Диетами

288. Как вы поможете?

- о А) Направляю клиента к психиатру
- о Б) Направляю клиента к психотерапевту
- о В) Укреплю его чувство собственного достоинства

289. Клиническая депрессия – это:

- о А) Тяжёлая форма депрессии
- о Б) Консультация при депрессии в клинике
- о В) Депрессия с минимум одним периодом заболевания в прошлом

290. К аффективным расстройствам относятся:

- о А) Послеродовая, малая и сезонная депрессия
- о Б) Атипичная, меланхолическая и психотическая депрессия
- о В) Наркомания

ПСИХОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ШИЗОФРЕНИЯ

291. Что такое шизофрения?

- о А) Невротическое расстройство
- о Б) Расстройство восприятия и мышления
- о В) неизлечимое расстройство

292. Каковы причины возникновения?

- о А) Несколько причин: наследственность, органические заболевания, психогенные причины⁶⁸
- о Б) «Космическая карма»
- о В) «Порча и сглаз»

293. Как лечили шизофрению до 1955 года?

- о А) Медикаментами
- о Б) Психотерапией
- о В) Смирительными рубашками, изоляцией

294. Каковы симптомы шизофрении?

- о А) Голоса, галлюцинации
- о Б) Депрессия, страх
- о В) Распад личности

295. Опишите шизофрению Тип – 1:

- о А) Позитивные симптомы (галлюцинации, бред, нарушение мышления), протекает благоприятно с последующим возможным выздоровлением
- о Б) Негативные симптомы - изоляция
- о В) Тенденция к хронифицированию

296. Каков процент спонтанных ремиссий при шизофрении Тип-1?

- о А) 1%
- о Б) 5%
- о В) 30%

297. Выборочные темы бреда:

- о А) Вина, неполноценность, любовный бред
- о Б) Мания преследования, мания величия
- о В) Ипохондрический бред

298. Как вы будете работать с больным шизофренией?

- о А) Поговорю с клиентом о его взаимоотношениях с родителями, в полной мере применю психоанализ
- о Б) Направлю клиента к психиатру
- о В) Посоветую сильно действующие медикаменты

299. Шизофрения неизлечима:

- о А) Да
- о Б) Неизвестно
- о В) 30% больных выздоравливают без всякого лечения

⁶⁸ Эмоционального характера.

300. У больных шизофренией наблюдаются:

- о А) Бессонница
- о Б) Плохое зрение в ночное время
- о В) Слышание голосов

301. Пациент говорит, что слышит голоса, это:

- о А) Навязчивые мысли
- о Б) Обсессивно-компульсивное расстройство
- о В) Шизофрения

302. Как вы отличите шизофрению от навязчивых мыслей?

- о А) Спрошу пациента, что именно говорят голоса
- о Б) Узнаю его уровень гемоглобина в крови
- о В) Проверю наличие бредовых идей

303. Пациент убеждён, что его жена хочет отравить его. Это признак:

- о А) Фобии
- о Б) Психоза
- о В) Диффузных страхов

304. В отношении психотических пациентов правильно следующее:

- о А) У них могут быть галлюцинации
- о Б) У них могут быть бредовые идеи
- о В) Они очень хорошие работники

305. Шизофрения — это:

- о А) Неспособность радоваться
- о Б) Потеря реальности
- о В) Глубокое депрессивное состояние

306. В отношении психотических пациентов правильно следующее:

- о А) Мужчины заболевают раньше чем женщины, между 15 и 25 годами
- о Б) Женщины заболевают позже, между 25 и 35 годами
- о В) Разницы между мужчинами и женщинами нет

307. Сколько процентов населения страдают шизофренией?

- о А) 1%
- о Б) 10%
- о В) 14%

308. Причины шизофрении:

- о А) Точно не известны
- о Б) Генетические
- о В) Частично – воспитание
- о Г) Частично - социальная среда и актуальные ситуации
- о Д) Иногда из-за травм или отравления

309. Медикаментозное лечение шизофрении подразумевает лечение:

- о А) Neuroleptikum
- о Б) Antipsychotikum
- о В) Opium

310. В качестве психотерапии при шизофрении рекомендуются:

- о А) Тренировка памяти
- о Б) Тренировка восприятия
- о В) Шок-терапия с применением гипноза и психоанализа

311. Если нет надежды на скорое выздоровление при шизофрении, рекомендуются:

- о А) Эрготерапия и Рабочая терапия
- о Б) Срочная изоляция
- о В) Оперативное вмешательство

312. В чём разница между шизофренией и невротическими расстройствами?

- о А) Больные шизофренией всегда в хорошем настроении
- о Б) При невротических расстройствах нет аппетита
- о В) У больных шизофренией потеря реальности (бредовые идеи)

313. Кто имеет право лечить медикаментами?

- о А) Все, кто работает с психически больными
- о Б) Врач-психиатр
- о В) Психолог

СТРУКТУРЫ ЛИЧНОСТИ. НАРЦИССИЗМ

314. В чём проявляется нарциссизм?

- о А) Клиент ищет постоянного признания и восторга со стороны других
- о Б) Уравновешенность и дружелюбие
- о В) Агрессивное, воинственное поведение

315. Если вы работаете с клиентом-нарциссом, он вызывает у вас следующие ассоциации:

- о А) Холод, отражение, пустота
- о Б) Теплота
- о В) Трудно сказать

316. Вы как консультант попытаетесь:

- о А) Определить нарциссизм у клиента
- о Б) Определить нарциссизм у себя
- о В) Подробно ознакомитесь с темой нарциссизм

317. Нарцисстический тип характера развивается:

- о А) В мягкой обстановке (родители не кричат, но постоянно вежливо напоминают ребёнку, что бегать и отвлекать взрослых не красиво, а лучше с пользой тратить время на домашние задания)
- о Б) В семьях, где один из родителей – нарцисс
- о В) Когда на ребёнка не обращают внимания

318. В отношении нарцисса правильно:

- о А) Он доволен собой
- о Б) Его «я» - в зачатом, неразвитом состоянии
- о В) Он дружелюбен

319. У нарцисса:

- о А) Стыд несоответствия
- о Б) Зависть к другим
- о В) Уравновешенная самооценка

320. Нарцисстические защиты – это:

- о А) Интерес к людям
- о Б) Идеализация
- о В) Обесценивание

321. Идеализация означает:

- о А) Клиент идеализирует кого-либо или что-либо
- о Б) Клиент делает всегда всё правильно
- о В) 100%-ая потеря реальности

322. Обесценивание – это:

- о А) Поиск ошибок с целью «обличения»
- о Б) Механизм, важный для нарцисса
- о В) Когда вы не цените клиента

323. Взгляд нарцисса на себя:

- о А) Нестабильный: сегодня я могу всё, завтра – ничего
- о Б) Постоянный галоп: грандиозность-ничтожество
- о В) Однозначный, постоянный

324. Нарцисс нуждается:

- о А) В постоянном источнике энергии, он получает её за счёт унижения других
- о Б) Нуждается в совете, который он охотно применяет
- о В) Восхищение со стороны других

325. Клиент-нарцисс убежден:

- о А) В своей уникальности и превосходстве над остальными
- о Б) В своих талантах, достижениях
- о В) В неуместности сравнения себя с другими

326. Клиент-нарцисс ожидает:

- о А) Беспрекословного подчинения, последнее слово должно быть всегда за ним
- о Б) Безусловно, хорошего отношения к себе
- о В) Что на него не будут обращать внимания

327. Нарцисс поглощён фантазиями о том, что:

- о А) Все ему завидуют
- о Б) Он свободен от каких-либо правил и влияний
- о В) Он такой же как и все

328. Нарцисс не может:

- о А) Спорить с другими
- о Б) Соглашаться с другими
- о В) Проявлять сочувствие

329. Основное «правило» для развития нарциссизма у ребёнка – это:

- о А) Ребёнка перехваливали
- о Б) Родители не видят «я» ребёнка, отрицают его индивидуальность, он – их собственность
- о В) Уравновешенное отношение к ребёнку

330. Ребёнок вырастает нарциссом, если:

- о А) Родители хотят, чтобы ребёнок достиг в жизни то, чего не смогли достичь в жизни они (карьера, деньги, известность, семья)
- о Б) Ребёнок вынужден жить не своей жизнью, а жизнью родителей, их страхами, мечтами, ценностями и т.д.
- о В) Хвалить и, если уместно, наказывать ребёнка

331. Понятие «нарцисстический придаток» подразумевает:

- о А) Дети выполняют некую функцию, в которой нуждаются родители (например, для восторга со стороны окружающих, по поводу хорошо воспитанного, успешного ребёнка)
- о Б) У ребёнка нет своего «я»
- о В) Мания величия

332. Нарцисс охотно:

- о А) Сдерживает свои эмоции
- о Б) Выплёскивает агрессию на других
- о В) Остаётся спокойным и дружелюбным

333. Нарциссы обычно:

- о А) Преуспевающие люди, с хорошим образованием, интеллектуалы и т.д.
- о Б) Не стремятся к видному положению
- о В) Заботятся о других, сочувствуют им

334. Кризис у нарцисса наступает, если:

- о А) Возникают трудности на работе, в семье и т.д.
- о Б) Если всё идёт хорошо и дела продвигаются
- о В) Нарцисс неожиданно, например, в процессе консультации/психотерапии понимает тип своего характера

335. Нарцисс тщательно скрывает от других:

- о А) Свой успех
- о Б) Свои слабости, неуверенность в себе, недовольство всем, что он делает
- о В) Своё мнение

336. Клиент - нарцисс хочет, чтобы вы ему помогли:

- о А) Избавиться от нарциссизма
- о Б) Манипулировать другими
- о В) Чтобы вы ему помогли так, как он этого хочет и в том, что он хочет

337. Клиенту – нарциссу очень тяжело:

- о А) Признавать свой тип характера (он готов пойти на любой диагноз, даже шизофрению, только не на нарциссизм, а если всё-таки и согласится, то его нарциссизм, депрессия, конечно же, лучше и важнее, чем у других!)
- о Б) Говорить о себе и своих успехах
- о В) Соглашаться с мнением других

338. Нарциссу желательно научиться:

- о А) Доминировать над другими
- о Б) Принимать людей, не осуждая их, быть с ними на равных
- о В) Не идеализировать с последующим неизбежным обесцениванием (касается всех человеческих отношений: семья, работа, дружба, терапия)

339. Вы поможете клиенту-нарциссу понять, что:

- о А) Выражать свои подлинные чувства без стыда – хорошо
- о Б) Он должен руководить другими
- о В) Он лишь выиграет, если будет самим собой

340. Консультанту необходимо:

- о А) Знать о своём собственном нарциссизме
- о Б) Делать вид, что он всегда всё делает правильно
- о В) Как можно больше рассказывать о себе

341. Если консультант не подозревает о собственном нарциссизме – это:

- о А) Очень хорошо для работы
- о Б) Приведёт к доминированию над более слабыми клиентами и подчинению более сильным
- о В) Это неважно

342. Чтобы консультант знал о своём нарциссизме и мог его контролировать, он должен:

- о А) Спросить мнение друзей о себе
- о Б) Обратиться к супервизору (регулярное посещение опытного психолога)
- о В) Делать то, что кажется правильным

343. Если консультант отрицает собственный нарциссизм:

- о А) Это поможет ему эффективно работать
- о Б) Приведёт к неизбежной подсознательной конкуренции с клиентом, что будет для клиента продолжением деструктивных отношений с его родителями и окружением
- о В) Особенно не влияет на работу

344. У консультанта/терапевта признаки нарциссизма, если:

- о А) Он спорит с клиентом
- о Б) Не уважает и не ценит клиента
- о В) Он сочувствует клиенту

345. Неуправляемый нарциссизм консультанта побудит его:

- о А) Добиваться восхищения от клиента, что навредит последнему
- о Б) Обращать внимание на ошибки клиента
- о В) Работать над собой

346. Чтобы уметь управлять своим нарциссизмом, консультант должен:

- о А) Хорошо ознакомиться с тем, что такое нарциссизм
- о Б) Регулярно повышать квалификацию и находиться в супервизии
- о В) Не обращать на это внимания

ПРОКРАСТИНАЦИЯ

347. Прокрастинация может выражаться в:

- о А) Самоограничении
- о Б) Желании добиться успеха
- о В) Желании угодить другим

348. Прокрастинация развивается:

- о А) У неуверенных в себе людей, тех, кто боится мнения других
- о Б) Интеллигентных людей (болезнь студентов и профессоров)
- о В) Уравновешенных, по жизни радостных людей

349. При прокрастинации клиент:

- о А) Зависает на деталях, напрочь забывая о каркасе и времени
- о Б) Работает с удовольствием и поэтапно
- о В) Убеждён, что лучше всего работает под давлением («в последнюю ночь»)

350. Если у клиента Прокрастинация, он:

- о А) Занимается ерундой, вместо того, чтобы делать то, что нужно (например, вместо написания дипломной работы, играет в компьютерные игры)
- о Б) Испытывает чувство вины, стресса
- о В) Радуетя жизни

351. «Расслабленная» Прокрастинация – это, когда:

- о А) Клиент делает то, что ему нравится
- о Б) Клиент испытывает давление по мере приближения срока сдачи работы
- о В) Клиент очень напряжен и выполняет много работы

352. Если у клиента «напряжённая» прокрастинация, тогда он:

- о А) Делает кучу работы, но не ту, что надо
- о Б) Испытывает вину, стресс, раздражение, беспомощность
- о В) Страдает более тяжёлой формой прокрастинации с общей перегрузкой

353. Прокрастинация может быть вызвана:

- о А) Психическим или физическим недугом
- о Б) Неясными жизненными целями
- о В) Неуверенностью в себе, страхом не справиться с какой-либо задачей и получить за это осуждение

354. «Прокрастинатор» может думать, что он:

- о А) Свободен от всяких правил (что делает его рабом идеи, на доказательство которой другим уходит уйма времени и сил)
- о Б) Доволен жизнью и успешен
- о В) Делает работу лучше других

355. Некоторым «прокрастинаторам» легче работать, если:

- о А) Работа, которую необходимо сделать, совпадает с их интересами и нравится им
- о Б) Предмет работы им хорошо знаком, но лично их не интересует
- о В) Если предоставить им достаточно времени

СУИЦИД

356. Опасность самоубийства присутствует:

- о А) У больных шизофренией
- о Б) У всех эмоционально больных
- о В) У тех, кто находится в закрытой психиатрии

357. Ваша задача в отношении суицидальных пациентов заключается в том, чтобы:

- о А) Давать им как можно больше информации о тех, кто совершил суицид
- о Б) Ни в коем случае не говорить об опасности суицида
- о В) Обязательно узнать, если такая опасность
- о Г) Убедить пациента выбросить негативные мысли из головы и думать положительно

358. Если пациент говорит о суициде, то он:

- о А) Никогда этого на самом деле не сделает
- о Б) Лишь пугает других с целью контролировать их
- о В) Он может совершить суицид

359. Суицид заранее предвидеть невозможно:

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Существуют признаки развития опасности суицида, которые описаны в профессиональной литературе

360. Вопросы для выяснения опасности суицида могут быть:

- о А) «Вы гневаетесь на кого-то или сдерживаетесь, и считаете, что сами виноваты во всём?»
- о Б) «Вы уже подумали о ваших близких, что с ними будет?»
- о В) «Вы понимаете, что суицид не решит проблем?»

361. Вопросы для выяснения опасности суицида могут быть:

- о А) «Вы не любите вашу семью?»
- о Б) «Сузился ли ваш круг общения и интересов?»
- о В) «Вы сознательно думаете об этом, или мысли «сами лезут» в голову?»
- о Г) «Вы хотите обратить на себя внимание?»

362. Вопросы для выяснения опасности суицида могут быть:

- о А) «У вас есть конкретные планы?»
- о Б) «Вы составили завещание?»
- о В) «Вы думали, как именно хотите это сделать?»
- о Г) «Вы уже с кем-то говорили об этом?»

363. О наличии опасности суицида свидетельствуют:

- о А) Аутоагрессия
- о Б) Уединение, утрата интереса к прежним занятиям
- о В) Конкретные мысли, планы и действия
- о Г) Навязчивые мысли о суициде

364. Если мысль о суициде становится навязчивой, пациент может сделать это автоматически:

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Неизвестно

365. Принудительное определение в психиатрию (по StGB§ 63) возможно, если:

- о А) Анонимно кто-то сообщил об опасности суицида
- о Б) Вред себе или другим можно предотвратить через вмешательство властей, местную полицию
- о В) Это рекомендует врач
- о Г) Есть решение суда

366. В чём разница между шизофренией и невротическими расстройствами?

- о А) Больные шизофренией всегда в хорошем настроении
- о Б) При невротических расстройствах нет аппетита
- о В) У больных шизофренией потеря реальности (бредовые идеи)

367. Кто имеет право лечить медикаментами?

- о А) Все кто работает с психически больными
- о Б) Врач-психиатр
- о В) Психолог

368. Если клиент говорит о самоубийстве (конкретные планы), тогда вы:

- о А) Призовёте его «взять себя в руки»
- о Б) Сообщите в полицию
- о В) Поговорите о его взаимоотношениях с родителями (доминантность матери)

369. Клиент говорит, что по его телу что-то ползает. Это симптомы:

- о А) Невроза
- о Б) Психоза
- о В) Клиент хочет ввести вас в заблуждение

370. В чём разница между шизофренией и психотическими расстройствами?

- о А) Шизофрения относится к психотическим расстройствам
- о Б) Трудно отличить, где что конкретно
- о В) Нет разницы

371. Навязчивые мысли — это:

- о А) Страх остаться одному в старости
- о Б) Слышание голосов
- о В) Мысли, которые возникают вопреки желанию

372. Фобия — это:

- о А) Агрессивное поведение
- о Б) Страх чего-либо конкретного
- о В) Неумение выражать свои мысли

373. Если родители просят помощи для несовершеннолетних детей, нужно:

- о А) Чтобы родители всегда присутствовали
 - о Б) Работать только с детьми
 - о В) Поговорить с родителями об их влиянии на детей
374. С кем вы как консультант имеете право работать?

- о А) Со всеми, кто обратится ко мне за помощью
- о Б) Лишь с больными депрессией
- о В) С людьми, которые находятся в разных жизненных ситуациях

375. Общие страхи — это:

- о А) Страхи без видимых причин
- о Б) Детские страхи
- о В) Видоизменяющиеся, флотирующие, диффузные страхи

376. Как консультант вы назовете ваш Праксис:

- о А) Praxis für Psychologische Beratung
- о Б) Praxis für Psychotherapie
- о В) Psychotherapeutische Praxis

377. Имеете ли вы как консультант право выписывать больничный?

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) При определенных обстоятельствах

378. Есть ли у вас доступ к больничным кассам?

- о А) Нет
- о Б) Да
- о В) Только к частным

379. Врачебную тайну (Schweigepflicht) можно нарушить, если:

- о А) Вам нужен совет коллеги
- о Б) Если нет письменного соглашения с пациентом
- о В) Вы узнаете о серьезных правонарушениях клиента

380. Пограничное расстройство личности — это:

- о А) Тяжёлая форма депрессии
- о Б) Страх перед смертью
- о В) Неспособность к нормальным взаимоотношениям

381. Симптомы Анорексии — это:

- о А) Излишний вес
- о Б) Недостаточный вес
- о В) Боязнь закрытого пространства

382. Симптомы Булимии — это:

- о А) Излишний вес
- о Б) Недостаточный вес
- о В) Зависание в прошлом

383. Страдающие Анорексией:

- о А) Принимают пищи много и охотно
- о Б) Слабо питаются
- о В) Агрессивны

384. К вам приходит пациентка с Анорексией, ей 25 лет, рост 168 см, её вес 30 кг. Вы:

- о А) Начинаете длительные консультации, минимум 10 встреч
- о Б) Рекомендуете поехать в отпуск
- о В) Рекомендуете обратиться к психиатру и, возможно, стационарное лечение в клинике

385. Пациент уверяет вас, что члены его семьи хотят его отравить. Вы:

- о А) Говорите с ним о его детстве
- о Б) Пытаетесь убедить его, что это не так
- о В) Рекомендуете местного психиатра и даёте его визитную карточку

386. Пациент говорит, что у него внутри черви. Это признак:

- о А) Психотического расстройства
- о Б) Невротического расстройства
- о В) Мании величия

387. В рекламе вашего праксиса вы можете указать, что:

- о А) Поможете в любом случае и что успех гарантирован
- о Б) Вы - дипломированный психолог
- о В) Будете делать всё, что в ваших силах, чтобы помочь клиенту

388. Лучший метод работы — это:

- о А) Гипноз
- о Б) Психоанализ
- о В) Тот метод, которым вы хорошо владеете

389. Чтобы иметь право лечить психотерапией, вам нужно:

- о А) Хорошо владеть методами коммуникации
- о Б) Работать под руководством психолога или психотерапевта
- о В) Разрешение немецких Органов Здравоохранения

ЗАКОНЫ

390. StGB §63 — это:

- о А) Пенсия по инвалидности из-за психического состояния здоровья
- о Б) Принудительное определение в психиатрию
- о В) Заявление в полицию на психически больного соседа

391. StGB §20 — это:

- о А) Врачебная тайна
- о Б) Специально для эмигрантов
- о В) Неспособность отвечать за свои действия

392. StGB §21 — это:

- о А) Отправка на родину агрессивных психически больных эмигрантов
- о Б) Относительная ответственность за свои действия
- о В) Штраф за правонарушения в общественных местах

393. StGB §20 и StGB §21 — это:

- о А) Интернациональные законы
- о Б) Немецкие законы
- о В) Законы, действующие в отношении психически больных, сексуальных извращений и действий в состоянии аффекта

МЕДИКАМЕНТЫ

394. Что означает термин «Антидепрессанты»?

- о А) Медикаменты, делающие зависимым
- о Б) Медикаменты для повышения настроения и редуцирования страха
- о В) Медикаменты для лечения различных психических заболеваний

395. В каких случаях назначают антидепрессанты?

- о А) При депрессии
- о Б) Шизофрении на определённых стадиях, например, при наличии страха
- о В) При различных страхах

396. Как действуют антидепрессанты?

- о А) Влияют на передачу сигналов в мозге
- о Б) Влияют на серотонин и норадреналин
- о В) Делают человека «ненормальным»

397. Один из факторов возникновения депрессии – это:

- о А) Нет защиты от «порчи»
- о Б) Нарушение работы веществ, «передающих» сигналы в мозге
- о В) Влияние инопланетян

398. Антидепрессанты помогают благодаря:

- о А) Улучшению работы серотонина и норадреналина
- о Б) «Зомбированию» пациента»
- о В) Отключению мыслительных способностей пациента

399. Как распознать, помогают ли антидепрессанты?

- о А) Клиент больше не узнаёт своих родственников
- о Б) Врач пользуется анкетой и тестом
- о В) Врач наблюдает позитивные изменения в поведении и мышлении пациента

400. Признаки положительного эффекта антидепрессантов:

- о А) Печаль и безысходность у лечащегося
- о Б) Возвращение интереса к себе, окружению, хобби
- о В) Галлюцинации

401. Когда начинают действовать медикаменты?

- о А) По-разному. Как правило, от 2 недель до 2 месяцев
- о Б) Зависит от тяжести заболевания, возраста, предыдущего лечения, дозировки, регулярности приёма
- о В) Зависит от социальных условий жизни клиента, понимания и поддержки его родственников, друзей

402. Как долго необходимо принимать антидепрессанты?

- о А) В некоторых случаях постоянно
- о Б) От нескольких месяцев до нескольких лет, в зависимости от состояния пациента
- о В) 2 недели

403. Что значит «новые антидепрессанты»?

- о А) Медикаменты с более слабыми побочными действиями и более эффективные
- о Б) До сих пор непроверенные американские медикаменты
- о В) Опасные медикаменты

404. Как определить правильную дозу?

- о А) Самостоятельно, через интернет
- о Б) Спросить тех, кто уже принимал такие медикаменты
- о В) Врач сделает это с учётом состояния пациента

405. Побочные действия медикаментов, описанные в инструкции:

- о А) Возникают не всегда и не все сразу
- о Б) Возникнут обязательно и все вместе
- о В) Возникают при особенно тяжёлых заболеваниях

406. Бессонница и сексуальные проблемы пациента – это:

- о А) Обязательно воздействие медикаментов
- о Б) Проявление самой болезни
- о В) Может быть и сама болезнь и побочные действия медикаментов

407. Если возникают побочные действия медикаментов, пациент должен:

- о А) Не обращать на это внимания
- о Б) Сказать об этом лечащему врачу
- о В) Выпивать каждый вечер 0,5л красного вина

408. Может ли пациент сам регулировать дозу медикаментов?

- о А) Да. Врач не сможет определить правильную дозу, если пациент не опишет своё самочувствие после принятия медикаментов
- о Б) Да, даже без совета врача
- о В) Да. В интернете другие больные дают много советов

409. Почему так много разных антидепрессантов?

- о А) Это просто продукт разных фирм
- о Б) Они отличаются по воздействию, эффективности, побочным действиям
- о В) Врач прописывает «заграничные», непроверенные препараты

410. Имеет ли пациент право на лечение с помощью современных антидепрессантов?

- о А) Если доплатить 50% стоимости лекарства
- о Б) В некоторых случаях
- о В) Да. Врачи обязаны использовать самые эффективные медикаменты

411. Как прекратить принимать антидепрессанты:

- о А) Резко
- о Б) Постепенно
- о В) После консультации с врачом

412. Если необходимо начинать принимать другие антидепрессанты, нужно:

- о А) Во избежание «перекрестного» эффекта, подождать 1 неделю
- о Б) Начинать как можно быстрее
- о В) Принять вначале как можно большую дозу

413. Можно ли вылечиться антидепрессантами?

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Неизвестно

414. Какие побочные эффекты могут возникнуть?

- о А) Тошнота
- о Б) Бессонница, головные боли
- о В) Никаких
- о Г) Сухость во рту

415. Имеют ли антидепрессанты «далеко идущие» последствия⁶⁹?

- о А) Нет
- о Б) Да
- о В) Неизвестно

416. Если вы принимаете антидепрессанты, то другие медикаменты недопустимы:

- о А) Правильно
- о Б) Неправильно
- о В) Неизвестно

417. В отношении антидепрессантов верно:

- о А) Лучше принимать несколько сразу
- о Б) Лучше принимать один медикамент
- о В) Они делают зависимым

418. Можно ли принимать антидепрессанты и водить машину?

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Да, если дозировка правильно установлена

419. Мешают ли антидепрессанты сексуальной жизни?

- о А) Да
- о Б) Нет. Сексуальные проблемы – проявление болезни самой по себе
- о В) Да. Вызывают импотенцию

420. Какие медикаменты обычно назначает психиатр?

- о А) Антидепрессанты
- о Б) Опиаты
- о В) Антипсихотикум

⁶⁹ В отличие от нейролептиков, антидепрессанты не оставляют таких последствий

ПРИМЕРЫ ИЗ ПРАКТИКИ

421. На консультацию приходит женщина(40) с дочерью(15). Мама жалуется на «лень и упрямство» дочери и просит вас о помощи. Ваши действия:

- о А) Скажу девочке, что ей «должно быть стыдно», ведь мама хочет ей «лишь добра»
- о Б) Узнаю, в чём проблема
- о В) Расскажу о вреде наркотиков, поскольку у девочки налицо признаки злоупотребления марихуаной

422. Клиент убеждает вас, что у него «связь с космосом». В то же самое время вы замечаете, что в приёмной он разговаривает сам с собой и делает странные знаки, обращаясь к собеседнику, которого, однако, нет. Ваши действия:

- о А) Спрошу, с кем он разговаривал
- о Б) Поговорю подробно о его матери
- о В) Приму во внимание, как признак серьёзного расстройства, возможно, шизофрении, и тактично дам клиенту визитку психиатра, порекомендовав сходить на приём

423. Во время консультации клиент говорит о том, как ему «всё надоело» и он решил «освободиться от всего этого». Ваши действия:

- о А) Не буду обращать внимания, чтобы он не концентрировался на проблеме
- о Б) Узнаю, что он конкретно имеет в виду и присутствует ли опасность суицида
- о В) Скажу, что мужчина не должен вести себя «как барышня»

424. Женщина (35) просит вас о помощи при разводе. Она «устала от брака, хочет реализовать свои возможности и жить полной жизнью». Ваши действия:

- о А) Помогу ей, ведь в моей жизни было то же самое. После развода я - счастливый человек.
- о Б) Помогу ей более глубоко посмотреть на ситуацию, чтобы не добавит старые проблемы к новым отношениям.
- о В) Как профессионал, я не буду позволять своей личной жизни влиять на работу

425. Клиент (25) просит о помощи. Ему нужна справка о его тяжёлом состоянии и ему срочно требуется лекарство «метадон». Он просит вас помочь и занять ему денег до следующей консультации. Ваши действия:

- о А) Обязательно помогу, ведь молодой человек на самом деле выглядит очень больным.
- о Б) Предложу ему всегда обращаться за помощью, когда ему будет плохо
- о В) Приму во внимание странное состояние клиента и возможную наркотическую зависимость

426. Родители хотят, чтобы вы помогли их семилетней девочке. По их словам, она стала в «последнее время очень капризной», вскрикивает ночью и не хочет оставаться одна с папой. Ваши действия:

- о А) Узнаю, что происходит в «последнее время» в жизни семьи и объясню, что часто проблемы детей - это проблемы родителей
- о Б) Стану тут же «интенсивно работать» с девочкой
- о В) Пригрожу девочке, что поставлю её в угол, если она будет «капризничать»

427. Бизнесмен просит вас помочь ему «справиться» со своей женой и 3 детьми, которые мешают ему работать и не выполняют его указания. Ваши действия:

- о А) Помогу, ведь клиент и, особенно бизнесмен, хорошо заплатит
- о Б) Научу его незаметно и эффективно манипулировать семьёй
- о В) Помогу ему понять его, свойственную бизнесменам, тенденцию к постоянному контролю и ожиданию беспрекословного подчинения.

428. Мама и бабушка 19-летнего молодого человека просят вас помочь ему при выборе профессии. По их словам, «время бежит», а у него ещё нет места для обучения. Ваши действия:

- о А) Приглашу молодого человека вместе с мамой и бабушкой и объясню ему, как это некрасиво расстраивать любимых людей, тем более что у бабушки жизненноопасное повышенное давление.
- о Б) Напомню, что если он не найдёт подходящую профессию, то будет «улицы подметать»
- о В) Поговорю с ним наедине и постараюсь определить корень «проблемы», и помочь ему самостоятельно найти выход.

429. Ваш клиент говорит, что его соседи перешёптываются, хотят его отравить. Ваши действия:

- о А) Будете убеждать его, что это не так
- о Б) Посоветуете обратиться в полицию
- о В) Узнаете у него, принимает ли он какие-либо медикаменты
- о Г) Учтёте возможное наличие психотического расстройства и направите клиента к психиатру

430. Одинокая женщина (55) у которой двое взрослых детей (живут отдельно), жалуется на бессонницу. Ваши действия:

- о А) Посоветуете крепкое снотворное
- о Б) Поможете ей обратить внимание на то, о чём она думает «на ночь глядя»
- о В) Призовете её «думать положительно» и спать спокойно

431. Мужчина (45), хорошо обеспеченный, успешный на вид, жалуется на боязнь сделать ошибки на работе, а также несправедливое отношение со стороны работодателя и коллег. Ваши действия:

- о А) Посоветую ему поменять место работы
- о Б) Узнаю, каких ошибок и почему он боится. Расспрошу, в чём проявляется «несправедливость»
- о В) Объясню механизм моббинга по принципу «ключ-замок»

432. Мама (50) с сыном (30) просят помочь, чтобы сын мог найти себе хорошую невесту. Ваши действия:

- о А) Тут же свяжусь с бюро знакомств
- о Б) Посоветую ему одну из своих знакомых
- о В) Подумаю о том, почему клиент (30) пришёл не один, а с мамой

433. Мужчина (30), женат, двое детей, музыкант с нестабильным заработком обращается к вам по причине онемения некоторых частей тела, свистом в ушах и интенсивной печалью. Ваши действия:

- о А) Внимательно выслушаю его и обращаю внимание особенно на телесные симптомы, как на признак физического или психического расстройства.
- о Б) Посоветую регулярно читать гороскоп, поскольку я по дате его рождения определил/а его знак зодиака
- о В) Посоветую настойку зверобоя

434. Супружеская пара обращается по поводу массивных проблем у детей (5 и 7 лет). Дети постоянно кричат, не в состоянии выговаривать даже простые слова и ссорятся друг с другом. Ваши действия:

- о А) Узнаю, чем дети питаются, и порекомендую голодание по Брегу
- о Б) Узнаю о взаимоотношениях родителей и их отношении к детям.
- о В) Скажу, что родители сами во всём виноваты, ругаются на виду у детей, поэтому лучше всего поскорее развестись

435. Женщина (35), замужем, ребёнок (10) разочарована в браке и жизнью за границей. Она хочет «найти себя» и познакомиться с человеком, который будет её ценить, и с которым она будет счастлива. Ваши действия:

- о А) Безусловно, поддержу клиентку, ведь она платит за консультации
- о Б) Посоветую ей «прислушиваться к своему сердцу»
- о В) Скажу ей, что за таким решением может скрываться неудовлетворённость собой и неуверенность в себе. И предложу ей разобраться в своих чувствах

436. Клиент (25) просит помощи. Время от времени в группе людей он становится как немой, парализованный. Он не может говорить, появляется сильный страх и ощущение, что все на него смотрят, поэтому он часто предпочитает остаться один, что его также тяготит. Клиент сразу говорит, что не хочет вспоминать своё прошлое, отношения с родителями и т.д. Ваши действия:

- о А) Сразу же начну с детства и родителей, поскольку «всё налицо»
- о Б) Отнесусь к клиенту и его ситуации очень осторожно. Учту тяжесть симптомов и приведу во внимание такие расстройства, как фобия и шизофрения
- о В) Воспользуюсь парадоксальным методом. Буду как можно дольше молчать, чтобы вызвать похожую ситуацию, которую боится клиент, и потом неожиданно громко закричу на него, чтобы активировать защитные механизмы.

437. Клиент(55) парализован и может передвигаться только в коляске. Его жена имеет хорошую работу и в то же самое время заботиться о нём. Клиента, однако не покидают тревожные мысли. Он ревнует свою жену, поскольку по состоянию его здоровья они не могут иметь половых отношений. Он думает о самоубийстве, чтобы «освободиться» самому и «освободить» от бремени жену. Во время разговора вы узнаете о непростом прошлом клиента. Его отец жил одновременно с женой и другой женщиной. Он заботился о сыне материально, но всегда повторял, что он не очень способный и не оправдал надежд отца. Ваши действия:

- о А) Постараюсь узнать, есть ли у клиента комплекс неполноценности в результате отвержения отцом и, как следствие, актуальное чувство отверженности и чувство, что он - бремя, мешает и т.д.
- о Б) Посоветую заказать через интернет, разрешённые в Голландии, препараты для „Sterbehilfe“ и достойно уйти из жизни
- о В) Посоветую проявить агрессию и заставить жену отчитываться, где она была

438. Женщина(40) хочет помощи для своей гиперактивной девочки(12). Родители клиентки оба алкоголики, отец уже умер, а мать живёт с ними в одном доме.
Ваши действия:

- о А) Посоветую как можно скорее получить медикаменты для девочки и начать лечение гиперактивности, поскольку это лечится только медикаментами
- о Б) Попробую понять ситуацию в семье, принимая её во внимание как возможную причину развития или поддержания гиперактивности девочки
- о В) Постараюсь к следующей встрече как можно больше приобрести точной информации об этой проблеме и посоветуюсь с коллегой-психологом

439. Женщина (65), аккуратно одета, ведёт себя уважительно, говорит заметно тихо, приходит в ваш кабинет. У неё постоянное сильное жужжание в ушах, боли в желудке (повышенная кислотность), газы в кишечнике. Она не может спать, раздражена и испытывает постоянное беспричинное чувство вины. Её мать, а теперь и брат (успешный музыкант), постоянно унижают её. Ваши действия:

- о А) Приму во внимание психосоматику, доминантность матери и брата. Уделю первостепенное внимание чувству собственного достоинства, ведь именно оно страдает, подавляясь доминантным окружением, вызывая как психические так и физические нарушения
- о Б) Одновременно направлю клиента к врачу из-за психосоматических проблем
- о В) Приглашу на следующую встречу мать и брата и скажу, чтобы они оставили клиентку в покое, иначе вы, совместно с ней, пожалуетесь в полицию

ПРОФОРИЕНТАЦИЯ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

440. Юноша (16) не знает, кем он хочет работать и на кого соответственно учиться.
Ваши действия:

- о А) Буду убеждать его выбрать то, что советуют родители
- о Б) Спрошу, уверен ли он, что сможет получить профессию и впоследствии работать
- о В) Спрошу, что мешает ему определиться
- о Г) Узнаю, что ему нравится делать, его хобби и т. д.

441. Девушка (17) прошла практику в бюро архитектора. Папа (инженер - строитель) настаивает на профессии архитектора. Мама (педагог) тоже «за», но считает, что педагогическое образование подошло бы лучше. Ваши действия:

- о А) Узнаю, что она сама хотела бы
- о Б) Объясню девушке, что главное в жизни – это престижная профессия, и что со временем она поймёт это
- о В) Предложу девушке выбрать одну из этих профессий

442. Девушка (18) начала профессиональное образование, но недовольна им. На работе её никто не понимает и поступают с ней несправедливо. Ваши действия:

- о А) Посоветую поменять место обучения
- о Б) Посоветую поменять профессию
- о В) Попробую помочь ей понять, в чём проблема и как можно найти выход

443. Юноша начал получать образование как специалист по налогообложению. Он не в состоянии запоминать цифры, а отчёты, законы и подобные вещи уже всегда вызывали у него сильное раздражение. Родители обеспокоены и просят вас помочь. Ваши действия:

- о А) Спрошу, нравится ли ему эта профессия
- о Б) Спрошу, почему он стал обучаться
- о В) Помогу ему прийти к собственному решению, стоит ли продолжать обучение.

444. Вам звонит бабушка, обеспокоенная тем, что её внучка (15 лет) не хочет последовать семейной традиции получить музыкальное образование. Ваши действия:

- о А) Объясню бабушке, что девушке всего 15 лет и обращу внимание, что это дело родителей заботиться о ребенке, причём девочке желательно самой выбирать профессию, которая ей нравится
- о Б) Обязательно поддержу бабушку, чтобы девочка последовала семейной традиции (расскажу пару случаев, как другие настаивали всё же на своём)
- о В) Поговорю с девочкой, призову её прислушаться к бабушке

МЕТОДЫ РОДЖЕРСА

445. Карл Роджерс основал:

- о А) Поведенческую терапию
- о Б) Глубинную психотерапию
- о В) Разговорную психотерапию

446. Основатель психоанализа это:

- о А) Павлов
- о Б) Фрейд
- о В) Маркс

447. Если вы «безусловно» принимаете клиента, тогда:

- о А) он вам нравится, вы его лучше понимаете и соответственно, можете построить доверительные отношения
- о Б) это балует клиента, он становится наглым
- о В) это вредит консультации

448. «Безусловно» принимать клиента – это значит:

- о А) не ставить условие клиенту, чтобы он быстро решил свою проблему
- о Б) клиент нравится вам, вы принимаете его, несмотря на его поведение и ситуацию, положительное или негативное отношение к ней
- о В) соглашаться во всём с клиентом

449. Если вы «принимаете» клиента, то:

- о А) это усугубляет проблему клиента
- о Б) он становится самим собой
- о В) он становится с вами «развязным»

450. «Безусловное» принятие даёт клиенту:

- о А) чувство безопасности и защищённости
- о Б) чувство беспомощности
- о В) возможность принять самого себя

451. «Безусловное» принятие клиента – это:

- о А) важная часть «помогающих» отношений
- о Б) метод, который редко действует
- о В) неэффективный метод, желательно вести себя с клиентом официально

452. Если клиент говорит о том, что его беспокоит, консультант должен:

- о А) переубедить его, ведь это негативные мысли
- о Б) понять мысли и чувства клиента
- о В) обязательно дать понять клиенту, что он понимает его мысли и чувства

453. Если вы понимаете клиента, то это:

- о А) мешает работать, лишает дистанции
- о Б) развивает у клиента чувство свободы в отношении самопознания и принятия самого себя
- о В) помогает ему понять себя и свою проблему

454. Свобода в общении с клиентом подразумевает:

- о А) не давать моральных или диагностических оценок чувствам и поведению клиента
- о Б) говорить клиенту всё, что вы думаете
- о В) что клиент чувствует себя с вами свободно

455. Если вы даёте оценку клиенту:

- о А) такая оценка содержит в себе угрозу для личности клиента
- о Б) вы помогаете ему понять его проблему
- о В) это поможет ему посмотреть на проблему со стороны

456. Если вы не даёте каких-либо оценок клиенту, то это:

- о А) делает работу неэффективной
- о Б) отражает ваши подлинные чувства; клиент видит это, и его чувство доверия к вам растёт
- о В) делает клиента недовольным, он не видит никаких результатов

457. Ваша задача, как консультанта:

- о А) сопровождать клиента в пугающем поиске самого себя
- о Б) давать ему конкретные советы и говорить, что, когда и как делать
- о В) «надавить» на клиента, чтобы он поскорее решал свои проблемы

458. Если клиент начинает принимать самого себя, тогда:

- о А) это делает его слабым и беспомощным
- о Б) он может вначале чувствовать себя неуверенным
- о В) это делает клиента агрессивным

459. Заложённая в каждом человеке способность идти к зрелости и развиваться:

- о А) помогает клиенту в понимании самого себя и проблем, которые мешают ему быть довольным жизнью
- о Б) мешает клиенту, заставляет его «ходить по кругу»
- о В) делает клиента невосприимчивым к вашим рекомендациям

460. Способностям развиваться и самосовершенствоваться может мешать:

- о А) отжившие своё механизмы психологической защиты
- о Б) то, что клиент обращается за помощью к консультанту
- о В) то, что клиент старается приобрести больше информации по своей проблеме

461. Мотивация у клиента появляется в результате:

- о А) Если на клиента «надавить»
- о Б) Если построить с ним доверительные отношения⁷⁰
- о В) Если как можно чаще обращать внимание на его ошибки

462. Что будет раскрывать способности клиента?

- о А) Если он будет подавлять свои чувства и «возьмёт себя в руки»
- о Б) Хорошая психологическая атмосфера в практике
- о В) Полное подчинение работодателю

⁷⁰ Роджерс выделяет доверительные отношения, как один из важных инструментов консультирования.

463. Вы сделали хорошую работу, если клиент стал:

- о А) Более агрессивным и замкнутым
- о Б) Более открытым, дружелюбным, меньше отрицает и спорит
- о В) Видит себя более похожим на других людей

464. Цель консультирования в следующем:

- о А) Развить в клиенте как можно больше эгоизма
- о Б) Изменить взгляд клиента на самого себя
- о В) Развить в клиенте целостность
- о Г) Клиент должен стать таким, каким хотел бы себя видеть

465. Успешное консультирование подразумевает:

- о А) Глубинные изменения в личности клиента
- о Б) Уменьшить степень эмоциональных проблем
- о В) Что клиент научится отрицать и подавлять свои чувства
- о Г) Клиент учится принимать и акцептировать других

466. Вы постараетесь помочь клиенту:

- о А) Лучше справляться со стрессом
- о Б) Всегда доказывать свою правоту и говорить последнее слово
- о В) Чтобы его поведение было более зрелым

467. Клиенту пойдёт на пользу, если:

- о А) У него будет меньше защитных реакций
- о Б) Он будет принимать сильное снотворное
- о В) Он будет стараться сделать все свои дела с полной отдачей, на 100%

468. Вы поможете клиенту:

- о А) Более творчески подходить к ситуациям/проблемам
- о Б) Чувствовать себя виноватым, и это поможет выйти из кризисной ситуации и измениться
- о В) Больше обращать внимание на мнение других

469. Залог разрешения проблем клиента в:

- о А) Построении отношения с окружением по-новому, доверительно, творчески, с чувством собственного достоинства
- о Б) Его изоляции от окружения, упрямстве, самоуверенности
- о В) Стремлении к максимализму

470. Положительные изменения в терапевтических и любых других человеческих отношениях происходят, если:

- о А) Доминировать и манипулировать другими
- о Б) Создавать здоровую психологическую атмосферу
- о В) Иметь много финансовых средств

471. Вы успешный консультант, если:

- о А) Руководите клиентом
- о Б) Строите с клиентом доверительные отношения, как с человеком
- о В) Не спешите что-либо советовать и стараетесь его понять, несмотря на кажущуюся бессмыслицу его высказываний
- о Г) Манипулируете клиентом

472. В ходе исследования (Уайтхорн и Бец) выяснилось, что больные шизофренией быстрее выздоравливают, если:

- о А) Интерпретировать их слова
- о Б) Относиться к ним по-человечески, строя хорошие межличностные отношения
- о В) Оказывать максимальное давление

473. В ходе исследования (Хайне) пациенты указали, что больше всего им помогало, если:

- о А) Психотерапевт пытался их понять, не осуждал, и ему можно было доверять
- о Б) Психотерапевт выполнял функцию учителя
- о В) Психотерапевт оставлял им свободу выбора

474. Один из эффективных методов психотерапии – это:

- о А) Говорить о тех чувствах клиента, к которым он приближается неуверенно и без полной ясности
- о Б) Раздражение клиента и вызывание у него агрессии
- о В) Взывание к совести клиента

475. Качества, которые мешают консультанту:

- о А) Чрезмерная симпатия к клиенту
- о Б) Отсутствие интереса к клиенту
- о В) Сочувствие

476. Консультации неэффективны, если вы:

- о А) Слишком дистанцируетесь от клиента
- о Б) Даёте прямой совет
- о В) Цените и уважаете клиента

477. Клиенту поможет, если вы:

- о А) Будете постоянно напоминать ему о прошлом
- о Б) Сконцентрируетесь на актуальных проблемах
- о В) Не будете обращать на него внимания
- о Г) Не обращаете внимания на его высказывания, действуя по своему плану

478. Навязчивые советы консультанта:

- о А) Не действуют совсем
- о Б) Действуют наполовину
- о В) Неизвестно

479. Опытные консультанты различных направлений имеют много общего:

- о А) Да
- о Б) Нет
- о В) Неизвестно

ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ КОНСУЛЬТАНТА/ПСИХОТЕРАПЕВТА

480. Типичная ошибка в начале работы – это:

- о А) Консультирование родственников и друзей
- о Б) Роль Гуру-учителя
- о В) Уравновешенное сочувствие к клиенту

481. Для консультанта не желательно:

- о А) Работать дома
- о Б) Работать с тяжело психически больными
- о В) Искать помощи у опытного психолога/супервизора

482. Если клиент спросит вас о вашем образовании, вы скажете ему, что вы:

- о А) Дипломированный психолог
- о Б) Психолог
- о В) Психолог-консультант
- о Г) Не будете отвечать на такие личные вопросы, это не его дело

483. Если клиент спросит, сможете ли вы ему помочь, ведь вы еще молоды, тогда вы ответите:

- о А) Психология, как и другие науки, развиваются очень быстро и молодые специалисты, как правило, работают самыми актуальными методами
- о Б) Те, кто получили образование еще в Советском Союзе и в серьезном возрасте, зачастую мыслят по «наезженной колее»
- о В) Что вы не отвечаете на такие провокационные вопросы

484. Клиент убежден, что вы поможете ему, хотя никто из других специалистов этого не смог сделать.

- о А) Это хороший признак
- о Б) Доказательство, что вы – прекрасный специалист
- о В) Означает, что в ближайшем будущем клиент разочаруется и в вас

485. Особенно вначале консультант склонен:

- о А) Болезненно реагировать на критику
- о Б) Винить себя, если проблемы клиента не разрешаются
- о В) Вести уравновешенную работу

486. К распространённым ошибкам в начале относятся:

- о А) Уход в работу с головой (профессиональная деформация)
- о Б) Концентрация на чтении психологической литературы, разговоры лишь с коллегами и только о психологии
- о В) Осознание важности супервизии

СИНДРОМ ВНУТРЕННЕГО ВЫГОРАНИЯ

487. Что такое синдром внутреннего выгорания?

- о А) Быстрый личностный рост
- о Б) Профессионализм
- о В) Состояние, когда нет сил, вы раздражены, дистанцируетесь от клиента, становитесь циничными

488. Кто особенно подвержен?

- о А) Представители социальных, «помогающих» профессий
- о Б) Жизнерадостные люди
- о В) Те, кто склонны к максимализму и чувству вины
- о Г) Старшие дети в семье

489. Что вы, как консультант, можете сделать, чтобы защитить себя от синдрома внутреннего выгорания?

- о А) Не буду ни на что обращать внимания и просто работать дальше
- о Б) Буду находиться в регулярной супервизии
- о В) Не буду пренебрегать правильным питанием, отдыхом и отпуском

ПСИХИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА И ИХ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ В ПСИХИАТРИИ И ПСИХОТЕРАПИИ.

ПРАВА И ОГРАНИЧЕНИЯ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА. ОТВЕТЫ:

1. Б.

Как правило, выбор профессии психолога не случаен.

Это и попытка помочь членам семьи и самому себе, это и несчастные случаи в окружении.

Этим объясняется высокий уровень психических расстройств среди представителей социальных профессий.

2. Б, В.

Смотрите сноску.

Манипуляция и эгоизм - неуместные побуждения, хотя иногда и проявляемые. «Я помогаю, чтобы меня ценили».

3. Б.

Смотрите сноску.

Приводит к перегрузке ребёнка.

Приводит к пожизненному чувству вины и беспомощности.

4. Б, В.

Конечно, не первостепенно деньги, а желание помогать.

Однако сплошной альтруизм вредит нам и нашим близким.

Тенденция к внутреннему выгоранию.

Тяга престижа мешает хорошей работе. Вы думаете только о себе, и развивается нарцисстический тип характера, не дающий покоя ни себе ни другим. «Я всегда прав, я лучше всех» и т. д.

5. Г.

Нельзя торопиться, даже если поторапливает клиент.

Вместо того, чтобы руководить клиентом, мы должны сделать его более самостоятельным и независимым. Праксис для этого как полигон. Если это не происходит здесь, этого не будет тем более в более суровых условиях, например, дома.

Вы можете работать с любыми методами.

Главное - определить, в чём проблема и быть в состоянии помочь

6. Б.

Вы свободны в выборе методов.

Не все популярные методы хороши и не всё из предлагаемого применимо.

Желательно обдумывать заранее методы и знать к чему может привести их исполнение.

7. А.

Классификацию можно приобрести в печатном или электронном виде на любом языке.

Для психических расстройств используется буква «Ф», например, Ф 20.1 (список от 0 до 99).

8. Г.

«Г» - это серьёзный подход.

Всё остальное - народный фольклор, хотя и популярный даже среди специалистов в области психотерапии

9. А.

Голоса указывают на шизофрению или депрессию с элементами шизофрении.

Не отрицая действия сверхъестественных сил, подчеркнём именно вариант «А».

10. А.

Неврозы с детства. Депрессия на почве злоупотребления алкоголем подпадает под категорию психических расстройств органического характера.

Например, основное заболевание - цирроз печени. А второстепенное, как следствие первого, - депрессия.

11. В.

Паника длится, как правило, от нескольких до максимально 30 минут.

Паника отличается от общих страхов продолжительностью и интенсивностью.

Галлюцинации - признак шизофрении или депрессии с элементами шизофрении.

12. В.

Смотрите сноску к вопросу.

Прекрасный повод для всякого рода варварства и суеверий.

13. Б, В, Г.

Убеждать других в своей правоте они, конечно, тоже могут, но это не клинические симптомы.

14. А, Б, В, Г.

Список можно продолжать бесконечно.

15. А, Б.

Представьте себе, как чувствует себя мать, у которой возникают такие мысли и импульсы (импульсы намного сильнее и интенсивнее мыслей). Примечательно, что почти всегда это очень добросовестные мамы, они, скорее всего, никогда не реализуют это. Скажите им об этом, чтобы хотя бы избавить их от чувства вины и страха.

16. А, Б, В, Г.

Клиента пугают эти мысли, картины и их содержание.

Темы: обиды, неприятности, беспокойства, насилие, авария и т.д.

Проявляется в стрессовых ситуациях и, особенно, «на ночь глядя», до обеда, утром.

Навязчивые мысли легко спутать с шизофренией, что часто и делают как сам клиент так и его окружение, и даже неподготовленные психологи.

17. Б.

Страх чего-то конкретного, в отличие от общих страхов.

18. Все неправильные.

Страх закрытых помещений – это фобия.

Психотические страхи и потеря реальности - у больных шизофренией.

19. А, Б, В, Г.

Потому любому зависимому (неважно от чего: интернета или кокаина) нужно с помощью психолога разобраться, почему он стал зависимым, и изменить своё мировоззрение, характер, условия и т.д. Иначе, это лишь вопрос времени, когда зависимость заявит о себе, возможно, совершенно в неожиданно видоизмененной форме.

Есть уйма книг на эту тему.

20. Г.

Остальными вариантами активно пользуется его окружение, но безрезультатно. Скорее, это ещё усугубляет проблему.

21. Все правильные

Список бесконечный. Зависимости стремительно набирают темп во всём мире.

22. Б.

После незначительного ущерба.

Осторожно! Не приписывайте это преждевременно кому-либо!

Если всё-таки это так, то не давайте клиенту никаких справок и не ходите с ним ни по каким инстанциям.

23. В, Г.

Функциональные расстройства – нарушение работы органов при отсутствии патологических отклонений.

Прежде чем прийти к такому выводу, клиент должен пройти всестороннее обследование.

24. Б, В.

Никогда не списывайте всё на «нервы». Ясно, что часто так и есть, и общественность недооценивает Психосоматику. Но есть и органические причины, которые при поздно начатом лечении ведут к смерти!

25. Все правильные.

Осторожно! Жизненно опасное заболевание!

26. Все правильные.

Осторожно! Жизненно опасное заболевание!

Часто психически обусловлено. Это можно определить, установив параллели между проявлением болезни и тем, что происходило в жизни клиента (стресс, ссоры, обиды и т. д.)

27. Все правильные.

28. А, Б, В.

Полная убежденность в том, что кожу «съедают» паразиты – это признак шизофрении. Клиент должен лечиться у психиатра.

Не спутайте, однако, шизофрению с ипохондрией. В случае с ипохондрией - клиент не уверен на 100%.

29. В.

100% вера в наличие смертельного заболевания – шизофрения или психотическая депрессия.

30. Г.

Нередко, за одними страхами кроются совершенно другие. Их нужно распознать. «Возьмите себя в руки!», « Думайте о положительном!» - непрофессионально.

Больше узнать о нетрадиционной медицине – прекрасный повод найти у себя ещё 1000 смертельных заболеваний.

31. Б.

Расстройства чувств. Экстремальные перепады настроения.

Расстройства в основном в связи с эмоциями.

32. Б, В.

Лечится в основном медикаментами.

33. Г.

Парадоксально положительное настроение.

Никогда не подумаете, что у такого клиента депрессия!

34. А.

Классическая депрессия с потерей интереса к жизни.

Думать, что клиент - симулянт,- мешает работать.

35. А, Б, В.

Бредовые идеи, галлюцинации, потеря реальности.

Хотя эти симптомы неосновные и могут проявляться непостоянно.

При подозрении психоза (шизофрении) порекомендуйте клиенту психиатра.

Не говорите ему, однако, о вашем мнении.

Родственники больного шизофренией нуждаются в правилах, как себя вести.

От этого многое зависит!

36. Д.

Смотрите сноску к вопросу.

Вы должны быть очень осторожными, чтобы не вызвать ничего, что связано с травмирующими событиями. Ни в коем случае не предлагайте клиенту рассказать подробно о том, что его травмировало. Это область психотерапии и психиатрии.

Хотя консультации и возможны, они должны быть нацелены не на глубинную психологию, а на разрешения актуальных конфликтов.

37. А.

Клептомания - воровство без цели наживы. Должно расцениваться именно как расстройство и его нельзя путать с обыкновенным воровством.

38. Г

39. Все правильные.

Смотрите сноску к вопросу.

Обязательно обратите внимание на семью клиента!

Клиент должен, если это возможно, параллельно наблюдаться у психиатра.

Работать с таким клиентом тяжело.

Основные черты личности, вызывающие и сохраняющие симптоматику: максимализм, самокритика, агрессия, проблемы с авторитетом, слишком тесные и скоротечные отношения с другими, идеализация и обесценивание, другие механизмы нарциссизма.

40. Все правильные.

В отличие от Анорексии, они едят много и охотно. Во многом подобный характер, как и при Анорексии.

Обе болезни жизненно опасны и требуют специфического лечения, зачастую в клинике.

41. Все правильные.

Тема «Бордерлайн» - отдельная тема. Надеюсь, вам не придется много работать с таким диагнозом.

Основные проблемы: нарциссизм, чёрно-белое мышление, идеализация.

Приём наркотиков и алкоголизм тоже могут рассматриваться как аутоагрессия.

42. В.

Смотрите сноску к вопросу.

Приобретите точную информацию на эту тему. Некомпетентность в таких вопросах повредит как вам так и другим.

43. Б.

Вы удивлены и спрашиваете себя, в чём же тогда их талант?

Всё дело в методах обучения, учителях, обстановке дома и в школе.

Если бы эти критерии были благоприятными, то и способности проявились бы. Таких детей часто считают отсталыми (на самом деле способные!), ленивыми и непослушными.

44. В.

Уверен, вы не думаете, что удаление части головного мозга принесёт улучшение.

45. В, Г.

Постарайтесь приобрести и сохранить уравновешенность, в том числе и по отношению к медикаментам.

46. Г.

Это далеко не дело вкуса.

Вы обязаны учитывать мнение врачей и направлять клиента к ним, если необходимо.

47. Б, В.

Часто источник криза кроется в неспособности клиента быть самим собой, принимая собственные решения.

Понятно в тоже время, что если каждый будет делать всё, что ему захочется, - это до добра не доведёт.

48. В.

Чрезмерная и неоправданная доминантность других - корень многих эмоциональных проблем. Клиент должен наконец-то повзрослеть и самостоятельно принимать решения, а не поддаваться мнению других и потом винить их в своих неудачах.

49. Б, В, Г.

Всё кроме успеха. Большой вопрос, на самом деле, и заслуживает отдельного рассмотрения. Неплохо поразмышлять о последствиях зависимости от других и преимуществах независимости.

50. Все правильные.

Всё делается, как известно, из добрых побуждений, но нам это уже не поможет.

51. Все правильные.

С точки зрения глубины психологии речь идёт о передаче эстафеты доминантных или, наоборот, неуверенных родителей.

Родительский дом, отношения с родителями – образец для построения любых межличностных отношений, включая выбор партнёра, отношения с работодателем, коллегами и т. д.

52. А, Б, В.

53. А, Б, В.

Неуверенность вряд ли от того, что перехвалили.

Родители получают то, чего так боялись - ребёнка нарцисса, которого не перехвалили, а скорее, наоборот. Однако, если перехвалить или мало хвалить – результат один и тот же.

54. В, Г.

Друзья, давайте работать серьезно.

Вспомните средние века: «охоты на ведьм» и подобные вещи.

Как вы думаете, что этому содействовало? Да, именно страх перед «наведением порчи», контакта с дьяволом и т.д.

Кажется удивительным, что то же самое невежество, над которым мы смеялись и смеемся, буквально захлёстывает всё больше и больше людей.

Профессиональный консультант не имеет права быть шарлатаном.

55. В

Без слов.

56. В.

Развейте предрассудки. Психически больные люди опасны крайне редко.

57. В.

Нарциссизм - это отдельная тема. В двух словах: если у нас нарциссизм, то мы сами не живём и другим не даём. На вид мы гордые эгоисты, на самом деле чувство собственного достоинства экстремально занижено. Этим и объясняется постоянная потребность в соперничестве - помочь себе хоть как-то справиться с плохой самооценкой.

Если вы не можете управлять своим нарциссизмом, это вредит как вам так и клиенту. Например, тогда вы постоянно спорите с клиентом и ставите его «на место», особенно если клиент тоже «нарцисс», что неизбежно в большинстве случаев.

58. Б, Г.

Болезнь студентов, профессоров и всякого рода интеллектуалов.

Страшная вещь, если ничего не делать, вызывает массивные проблемы.

Боязнь неудачи, анархия. Вместо подготовки к экзаменам - весь день напролёт посидеть возле «ящика».

59. В.

Например, моя депрессия или страх заставляет других, наконец-то, пожалеть меня, не кричать на меня и т.д. Но какой ценой приобретается!

Не говорите клиенту об этом с упрёком. Однако можно объяснить недостаток выигрыша. Это всё равно, что купить бутылку лимонада за 1000 евро.

То есть, на самом деле, клиент только проигрывает.

60. Все правильные.

Вы можете консультировать практически в любой области.

Если же хотите углубиться во что-либо, то необходима дополнительная информация, обучение и т. д.

ИНСТРУМЕНТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

61. Б, В.

Не поддавайтесь давлению клиента, иначе, дав совет, вы разочаруетесь его реакцией.

У нас всех есть огромная потребность в понимании, признании и т.д.

А вот на деле это никто нам не даёт ни дома, ни на работе.

Итак, дайте клиенту то, в чём он нуждается – терпеливо выслушивайте его, причём не один раз, а всегда.

62. В.

Доминантность, манипулирование, интимные отношения – этим вещам не место в практике.

63. В.

Поставьте себя на место клиента.

64. В, Г.

Самообладание, противостояние собственным параноидальным тенденциям и управление своим нарциссизмом поможет вам.

65. Б, В.

Уверенность и самоуверенность – разные вещи. Если первое поможет, то последнее нанесёт ущерб.

За 3 месяца вы не станете «ходячей энциклопедией». Это только начало.

Супервизия (регулярная консультация у опытного психолога)

необходима для вас всегда.

66. Б.

Нужна полная картина.

Обещания исцеления — противозаконны.

67. Б.

Вы не имеете права ставить диагнозы и говорить о них клиенту, а также говорить, что уже ничто не поможет.

68. Б.

«Взять себя в руки!» Пожалуйста, забудьте это выражение, если хотите помочь клиенту.

Пугать «психушкой» тоже не очень. Оба эти варианта уже активно используются окружением клиента - без положительного результата - иначе он не пришёл бы к вам.

69. Б.

Чувствуете разницу между колхозной работой и хорошим консультированием?

70. В.

Правильное отношение к себе поможет вам правильно относиться и к клиенту.

71. Все правильные.

Если вы боитесь мыслей клиента - это плохо. Не смущайтесь, даже если он будет говорить об инопланетянах.

Как ни странно, желание помочь может слишком захлестнуть вас. Так, что вы броситесь спасать утопающего, не умеючи плавать. Это прекрасная предпосылка к внутреннему выгоранию.

72. Б.

Не надо грубить клиенту.

Мы не видим себя со стороны, хотя для других это пустяк.

Увидеть себя со стороны поможет клиенту получить новую информацию о себе и своей ситуации.

Причем, эту функцию должен выполнить профессионал, иначе будут недопонимания.

73. Б.

Вариант «А» устарел. Остальные варианты - часть народного фольклора.

Уверен, вы заметили, что, по большому счёту, нужно приобрести «всего лишь»

точную информацию, которая, как правило, сильно отличается от мнения большинства, которое никогда ещё не было правильным, несмотря на своё преобладание.

74. А, Б.

Забудьте последние два варианта и не вспоминайте о них.

75. В, Г.

Роджерс в начале работал как психоаналитик, но разочаровавшись в психоанализе, основал свой метод разговорной психотерапии.

76. А.

Например, если пациент боится животных, он должен научиться постепенно (со временем) приближаться к ним, гладить их и т. д.

77. А, Б, В.

Нарциссизму - бой!

А вот то, что поможет в работе – всегда пожалуйста!

78. Б.

79. А.

Велика опасность субъективности и даже склонности к параноидальности.

80. Все правильные.

Что бы этого не произошло, не уходите с головой в работу. Если вы читаете только о психологии, говорите только о психологии и выбираете таких же друзей, то вы - следующий кандидат для психиатрии.

Особенно подвержены опасности старшие дети, дети с чувством вины и ответственности. Выгорание происходит в результате работы гормонов стресса, которые постепенно отравляют весь организм.

МЕТОДЫ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ И ПСИХОТЕРАПИИ

81. Все варианты неправильные.

Ни в коем случае нельзя сравнивать клиента с другими. Это то, что делают те, кто его окружают, вызывая дополнительные проблемы, как например, усиление уничтожающего чувства вины.

Рассказы о себе будут иметь тот же самый эффект. Плюс к этому, клиент засомневается, что вы сможете ему помочь, будучи неспособными решить собственные проблемы.

82. В.

Конечно, критично настроенный клиент, это, скорее всего, нарцисс.

Однако, «поставив его на место», вы не сможете ему помочь избавиться от этой и других проблем, которые привели его к вам, а, наоборот, добавите ему серьёзную проблему. Ведь вы, как консультант, обладаете авторитетом профессионала.

Но, учитывая нарциссический характер клиента, вы сможете успешно с ним поработать.

83. Б, В.

Как специалист, вы обязаны заботиться о наивысшем благе клиента. Хотя это, в основном, будет в значительной мере противоречить представлениям самого

клиента о том, что ему необходимо.

Как правило, клиенты хотят менять партнёров, работу, обстоятельства; однако всеми силами противостоят изменению своего характера, поведения и взгляда на жизнь.

Безусловно, иногда проблема кроется в неудовлетворяющей работе, в других людях. И положительные изменения в этих областях приносят облегчение.

В большинстве случаев, однако, мы не можем изменить наши обстоятельства.

Основная проблема именно в нашем отношении к происходящему.

В то же самое время, вы не имеете права указывать клиенту, как ему жить. Он вправе сам выбирать свой жизненный путь и сам отвечает за это.

84. Б.

Смысл вашей работы, конечно же, в профессиональной помощи.

И хотя вы должны наладить доверительные отношения с клиентом - это не дружеские отношения, которые могут повредить вашей работе.

Принято считать, что консультирование знакомых малоуспешно и даже вредно для обеих сторон.

Немецкое законодательство (§ 174 §176) предусматривает за интимные отношения с клиентами (в случае несовершеннолетних) до 10 лет лишения свободы.

85. А, Б.

Работодатель вряд ли заинтересован в такой работе.

На это у него нет ни времени, ни желания. Ему проще уволить и принять на работу другого, менее «проблематичного» работника.

Естественно, всегда есть исключение из правил. Мы говорим о большинстве случаев.

86. А.

Конечно же, вы не имеете права (и это было бы вредно для обеих сторон) перенимать ответственность за жизнь клиента. Совсем наоборот, вы должны освободить его от чрезмерной зависимости от других, из-за которой у него и возникли проблемы - зависимость взрослого человека от мнения своих родителей, родственников, коллег и т.д.

И, само собой разумеется, клиента вряд ли утешит тонкий намёк, что ему уже никто не сможет помочь. Тем более что лечить психические расстройства вы не имеете права.

А выход он должен найти именно сам, с некоторой помощью с вашей стороны.

87. А, В.

Не нужно быть профессором, чтобы понять следующее: чувства вины у клиента, скорее всего, предостаточно и оно не нуждается в усилении!

Вызывать вину у клиента «строго настрого» запрещено!

Часто его проблема в этом и заключается и вам нужно, наоборот, избавить его от этого!

А если вы хотите быть профессиональным консультантом, то должны знать каких целей вы и ваш клиент будете совместно достигать.

88. А, Б, В.

Будем надеяться, что вы не отметили «Г».

Хотя такие вещи всё популярнее, опирайтесь в работе лучше на научные методы.

89. Б.

Несомненно, с одной стороны каждый человек нуждается в сочувствии, а с другой - не может его никак получить, как раз по причине активного применения окружением клиента средневеково-колхозной концепции «быть с ним построже» и с призывами «взять себя в руки», и т.д.

Конечно, в некоторых случаях полезно не обращать внимания на жалобы (например, при демонстративно-театральной симптоматике), в основном, всё же клиент обязательно нуждается в сочувствии.

90. Б.

В этом-то и смысл работы, чтобы клиент не просто ощущал себя плохо и всё хуже и хуже, а облёк свои чувства в слова и сообщил больше информации о том, чем «мне очень плохо», и что именно («ничего») не получается и т.п.

Он ни в коем случае не должен уходить от проблемы, и вы, тем более, не должны помогать ему в этом. Ему нужно осознать проблему и найти решение.

91. А, Б.

Хотя выплёскивание своих чувств на окружающих приобретает всё больше популярности (и такие советы поступают от уважаемых психологов и психотерапевтов) - это лишь усугубляет проблему. Это проверено эмпирическим (практическим) путём.

Лучше всего не давать развиваться таким чувствам вообще, нейтрализуя их на ранних этапах (речь идёт о, действительно, неуместном проявлении агрессии, обиды и т.д.)

Клиент должен с вашей помощью распознать проблему и найти выход, который зачастую заключается в изменении своего отношения к ситуации, поскольку сама ситуация не изменится в ближайшем будущем или вообще никогда (инвалидность, долги и пр.)

92. А.

Клиент как раз, наоборот, должен научиться строить правильные отношения с другими, а именно: на равных, не доминируя, но и не подстраиваясь под других. Типичное, неправильное решение проблем - уход от них (бросить семью, уехать за границу и т.д.)

Понятно, что клиент может быть далеко не в восторге от того, что, в принципе, поможет ему лучше всего и более долгосрочно, но это обязанность консультанта - делать всё во благо клиента.

93. А.

Можно положить руку в огонь, что за большинством проблем клиента кроется его субъективность. Ваша задача - развить в нём полностью противоположное - объективность.

Снотворное прописывает врач и его принимать лучше в самую последнюю очередь, когда уже ничто другое (психологическая работа) не помогает.

Ну, а снятием порчи занимается не консультант, а шарлатаны, имеющие «связь с космосом» и, которых временно отпустили из «психушки» с соответствующим диагнозом - „Religiosewahnvorstellungen“

Не обижайтесь, пожалуйста, хочется просто работать серьёзно и уберечь народ, которому и без того плохо, от ещё большего вреда.

94. Б.

Развитие внутренних ресурсов поможет более всего.

Клиент должен поверить в себя; принять себя таким, какой он есть; не

оправдываться и не чувствовать себя (когда надо и не надо) виноватым; извиняться за то, что он «народился на свет» и мешает другим, делая «всё неправильно», т.е. не то, что от него ожидают родители и окружение (клиент может сам быть уже не только родителем, но и дедушкой или бабушкой!). Руководя клиентом, вы делаете его зависимым от себя. Это то, что так и так делает его окружение. Ваш вклад в это дело будет особенно значимым, ведь вы обладаете авторитетом и для клиента являетесь последней инстанцией перед психиатрией или «самоликвидированием».

По поводу сравнения с другими, просто слов уже не хватает, догадайтесь, пожалуйста, сами; вы все-таки - будущие психологи.

95. Б.

Затянувшиеся консультации утомляют и мешают работе. Клиент всё чаще просит о совете, а вы, поддаваясь давлению, удивляетесь отрицательной реакции клиента на желаемый совет.

Более того, затянувшиеся консультации могут быть признаком доминирования клиента.

Некоторые клиенты специально опаздывают, чтобы манипулировать вами.

Это утверждение может вызывать у вас недоумение, но подождите и увидите всё сами.

96.Б.

97. А.

Классические консультации, именно, непродолжительные. В этом их отличие от психотерапии. Хотя количество консультаций может быть индивидуальным.

98. Б, В.

Надеюсь, у вас хватит профессионализма и тяги к научным знаниям, чтобы занять сторону серьёзных учёных, а не «специалиста дяди Вани», у которого эти самые «экстрасенсорные» способности развились после того, как он в нетрезвом виде залез в высоковольтный трансформатор.

Медикаментозное лечение психических расстройств - иногда единственный метод лечения. Хотя, в основном, можно обойтись без медикаментов; или принимать их на время (для поддержания психотерапии/консультаций), когда клиент должен распознать, в чём проблема и найти выход.

99. Б, В, Г.

Хотя всё ещё самое оптимальное - личный контакт - стремительно нарастает тенденция к дистанционному консультированию. Почему бы не идти в ногу со временем?

100. Б, В.

Если вы интересуетесь психологией и, тем более, имеете соответствующее образование, вы наверняка заметили популярность гипноза.

Причём, за гипноз ратуют все: от домохозяек до профессоров психологии.

Когда вы станете работать в своём праксисе то, скорее всего, одним из первых и самым распространённым будет вопрос: «Вы применяете гипноз? Я хочу обязательно, чтобы вы применили его ко мне».

Причём, побороться с помощью гипноза пытаются со всякой всячиной, начиная от бородавок и кончая шизофренией.

Конечно, вы вправе сами определять, как хотите работать. Хочется всего лишь обратить внимание на мнение, с которым, к счастью, согласно большинство специалистов в области психиатрии и психотерапии.

В Америке, например, запрещено применять к психотическим и многим другим пациентам не только гипноз, а даже психоанализ, который по сравнению с гипнозом просто детский лепет.

101. Б.

Первый, как и последующий контакт - очень важен.

Клиент часто склонен обижаться, поэтому-то он и оказался у вас.

Он хочет и заслуживает внимания с вашей стороны и со стороны ваших коллег и сотрудников, неважно, кто это - врачи или секретарь, подающая чай.

102. Б.

Поставьте себя на место клиента и вы поймете, что лучше.

103. А, В.

Доминантности клиента не место в практике. Хотя вопрос тонкий и заслуживает отдельного внимания, нельзя просто «поставить клиента на место» - это мешает работе.

Вы можете извлечь уйму информации, наблюдая за клиентом. Попробуйте сами! Понаблюдайте уже сейчас за своим окружением и увидите связь между тем, как они себя ведут, их характером, ситуацией и т.д.

Вы можете учитывать эти наблюдения для дальнейшей работы и, если уместно, обращать на это и внимание клиента.

104. Б.

Иначе это несерьезно и мешает клиенту сконцентрироваться.

105. Б, В.

Не забывайте, что обстановкой в вашем кабинете вы открываете многое о себе. И кое-что из этого может помешать работе.

106. А, Б.

Клиент очень чувствителен насчёт этого. Обязательно объясните, зачем вы будете вести запись, если вам это необходимо.

107. В, Г.

Посмотрите на себя глазами клиента.

108. Б.

В основном халат внушает клиенту мнение, что он серьёзно болен и сам уже не справится. Вы же хотите, наоборот, помочь ему смотреть на себя не как на больного, а помочь ему принять и любить себя несмотря ни на что.

109. А, В.

Про «построже» мы уже говорили. «Советские» методы работают не очень хорошо, не долгосрочно...

Представиться, однако, не значит рассказать всё о себе, даже если клиент настаивает на этом. Всё в меру. Короткое знакомство позволит расположить к психологической работе, лишняя личная информации вредит.

110. Б.

Ясно, что вы хотите расположить клиента к себе. Также ясно, что это не сделать с помощью угроз и негативных мыслей. А говорить о серьёзности его положения, о

котором вы ещё ничего не знаете – это точно несерьёзно.

111. В.

Не бойтесь, что клиент волнуется, отнеситесь к этому спокойно. Это ваша работа.

112. А, Б, Г, Д.

«Взять себя в руки»! Это просто «классика»! Это Моцарт... нет, пардон, Сальери! Хочется верить, что вы не любители «такой классики»!

У нас есть огромная потребность, чтобы к нам относились по-человечески.

Вот только делать это, готовы всё меньше и меньше людей.

Было бы очень досадно, если бы эта тенденция захлестнула и консультантов.

113. Б.

Консультант-нарцисс, склонный к доминированию, должен сначала, как обидно это не звучит, лечиться сам.

Или хотя бы знать о своём нарциссизме и работать над ним, чтобы не повышать статистику самоубийств среди клиентов.

Вы должны уметь внимательно слушать и ни в коем случае без надобности не перебивать клиента.

114. А.

Насчёт вины, пожалуй, всё ясно. Конечно, метод «прекрасный» и знакомый нам с детства.

«Ай-Ай-Ай! Какой нехороший мальчик!» - слышали мы, а теперь говорим это и сами.

Ну что ж, психиатрическим лечебницам тоже нужны клиенты, это понятно. И если мы хотим их поддержать, то нет ничего более «прекрасного», чем усиление и развитие чувства вины.

Это не значит, что любое чувство вины отрицательно.

Полностью избавиться от этого чувства пытались в некоторых диктаторских странах, как например, в своё время в Германии и мы знаем, к чему это привело.

Правило №1: Никакого усиления чувства вины! Ни под каким соусом!

115. А.

Если клиент высказывается, как описано в варианте «А», вы хорошо работаете. Так держать!

Делать клиента зависимым от себя, принимая только то, что вам нравится - это дрессировка не в пользу клиента. Она хороша, разве что, для консультанта-нарцисса, который никак лечиться не хочет. Ну да ладно.

116. А, Б.

Вариант «В» - наш «любимый» нарцисс.

Клиент должен для себя «открыть Америку» и построить отношения с его окружением впервые в жизни иначе, чем всегда: то есть нейтрально, не подчиняясь кому-либо и не доминируя над кем-либо.

Ваш кабинет - это площадка для тренировок и открытий.

Пусть он увидит, что вовсе не обязательно профессионально портить себе и другим настроение. В жизни есть более интересные занятия. Если затратить энергию, уходящую на постоянное желание сказать последнее слово, то можно утилизировать атомные электростанции и открыть новый источник энергии.

Ну, или просто начать радоваться жизни и заниматься любимыми делами.

117. Б, В.

118. Б.

Сказав сразу, вы вредите работе. Давить авторитетом – выше упомянутый «советский» приём.

А вот для дальнейшей работы несогласие клиента с вами - просто клад!

Если вы, конечно, понимаете, как им правильно воспользоваться.

Например, из таких противоречий вы можете определить, что клиент предрасположен конкурировать с вами.

Делать он это может по разным причинам:

а) Конкуренция с братьями и сёстрами

б) Желание выйти из-под контроля доминантных личностей (родители, работодатель и т.д.)

Есть и другие причины и о них вы тоже сможете узнать, анализируя поведение клиента.

119. А, Б.

Требуется хорошей подготовки и постоянного улучшения.

Осторожно! Клиент может это не правильно понять.

120. Б.

Я надеюсь, что вызвал у вас уже некую неприязнь к методу «малтипл чойс».

Создается впечатление «идиоттестаста», однако вы чувствуете, насколько быстро и эффективно действует этот метод!

Про «вызывание к совести» тоже всё понятно. Или?

121. А, Б.

Не настраивайте клиента против себя, постоянно поправляя его, чтобы не напоминать ему его маму-учительницу.

Переспрашивать важно, поскольку вы могли бы неправильно понять клиента.

Создать некое представление и план работы, которые основываются не на всех фактах, это не профессионально, нужна полная картина.

122. В.

Сделав это и обсудив затем совместно, вы и клиент сможете понять проблему и найти выход.

Всё, что происходит в жизни клиента стоит воспринимать серьёзно.

Упрёк, что он не может «связать два слова», тоже вряд ли поможет.

123. Б, В.

Говорить о себе вызывает у клиента две реакции: 1) Зачем он мне это рассказывает? Я хочу свои проблемы решить! 2) Сможет ли он мне помочь, ведь у него самой проблемы! Сочувствие необходимо всегда и всем, обращающимся за помощью. Выражая положительные эмоции одновременно с клиентом, вы внушаете ему доверие.

124. Б.

«Деревенские интервенции» не надо трогать, с ними работают достаточно «специалистов».

125. Б.

Надеясь что у вас хорошее чувство юмора.

126. Б.

Профессионализм виден на деле, а не на словах.

Никогда не торопитесь с выводами!

127. А.

Учтите, пожалуйста, что все ответы - кроме правильных - не только не точны, но одновременно ярко подчёркивают, чего ни в коем случае не надо делать.

128. Б, В.

Нельзя сказать, что «чем больше, тем лучше», но тем не менее несколько теорий помогут приблизиться к более полному пониманию клиента и его ситуации.

129. Б.

Для разных клиентов - разные варианты, и даже для одного и того же клиента один метод может оказаться лучше другого с учётом его ситуации.

Клиент, понятное дело, не обязан делать то, что вы ему говорите.

130. Б.

Терминология пугает, запутывает, отталкивает. Её используют те, кто неуверен в себе: для психологической защиты.

131. Б, В, Г.

Присоединиться к уважаемой школе - помогает обрести уверенность в себе, но мешает работе.

Ничто не должно помешать вам при необходимости пересматривать свои выводы и методы.

132. А, Б.

Клиент всегда сам принимает решение.

Поменяться ролями - поможет клиенту понять, что ему делать.

Если вы пригласите коллегу, то клиент подумает, что вы не справляетесь, и это вызовет у него беспокойство.

133. Б.

Необходимо дать клиенту конкретный инструмент для самостоятельной работы. В мир фантазии он прекрасно уходит и без вас, чем и могут объясняться его проблемы.

134. Б.

Здесь требуется проницательность. Смотрите сноску к вопросу.

135. А, В.

Для вас может быть всё очень просто, но понял ли это клиент?

Хорошего учителя определяют по результатам у его учеников, а не у него самого. Винить клиента никогда нельзя!

136. А.

Представьте себя медсестрой. Как часто вы будете делать перевязку больному?

МЕДИЦИНСКИЕ СПОСОБЫ ЛЕЧЕНИЯ ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ

137. А.

Подразумевает в основном медикаментозное лечение.

138. А.

Учёные расходятся во мнении. Или психологические проблемы вызывают

нарушения химического состава мозга и, как следствие,- психические проблемы. Или, наоборот, химический дисбаланс вызывает психические расстройства, а может, и то и другое вместе. Желательно не быть догматичным и принять во внимание как можно больше причин.

139. Б.

140. А, Б, В.

141. Б.

Пожалуйста, забудьте страшные истории о манипуляции пациентов. Хотя такие истории и прекрасный сюжет для Голливуда, они не имеют ничего общего с реальностью, а зачастую плод больного воображения пациентов, особенно больных шизофренией и психотической депрессией.

Думать, что от медикаментов один вред – значит находиться в глубоком средневековье. Хороший консультант не может позволить себе такой роскоши.

142. В.

Кроме прочего такие медикаменты улучшают кровоснабжение мозга и тем самым, хотя и не излечивают, но поддерживают основные функции.

143. Б

Часто название говорит само за себя.

«Анти» - отрицательная частица. «Психотика» - психоз или шизофрения. Психоз и есть шизофрения.

144. А.

Антидепрессанты не делают зависимыми и назначаются не только при депрессии, но и других психических расстройствах.

145. Б, В.

Про зависимость – предубеждение, не основанное на фактах.

Это всё равно, что утверждать о неизбежности автокатастрофы для всех жителей планеты. Хотя справедливости ради надо сказать, что по сей день есть и, скорее всего, будут и дальше такие препараты, которые на самом деле вызывают зависимость. Нужно просто спросить лечащего врача, какие препараты он намерен назначать и какова вероятность зависимости от них.

146. В, Г.

Догматичность всегда во вред. Принимать медикаменты или нет личное дело пациента. Отговаривать его тоже неправильно. Лучше просто сами приобретите точное и ясное понимание о роли медикаментов и объясните это клиенту, причём совершенно нейтрально. Для этого лучше всего рекомендуйте беседу с психиатром, который единственный вправе назначать такие лекарства.

147. Б.

Ваша цель - развить самостоятельное, логическое мышление. Невозможно перечислить всех возможных вариантов, но тоже здравомыслие подсказывает, что медикаментами вы, как консультант, не имеете права лечить. Откуда у вас медикаменты, понятно никакой роли не играет. Мы живём на территории Германии и подчиняемся местным законам, как впрочем, и законам любой другой страны, в которой мы живём.

Никогда не поощряйте и самолечение, особенно сильнодействующими медикаментами и не под наблюдением психиатра.

Если вы видите, что у клиента, скорее всего, серьёзное эмоциональное расстройство и консультирование такого клиента не в вашей компетенции, то тактично, без того, чтобы называть ему или кому-либо ещё диагноз, порекомендуйте ему подходящего психиатра или психолога-психотерапевта (Psychologischer Psychotherapeut).

Для этого заранее найдите через интернет/телефонную книгу специалистов в вашей местности, к которым клиент мог бы обратиться. Неплохо познакомиться с ними лично, под предлогом сотрудничества и выбрать из них толковых (некоторым психотерапевтам, нужно лечиться самим. Не говорите им об этом, но примите во внимание).

148. Б.

Делается только под наблюдением врача и не применимо ко всем пациентам.

149. Б.

Смотрите сноску к вопросу.

150. Б.

Действительно метод несколько неприятный и на какое-то время может привести к потере памяти и другим психическим сбоям. Его применяют, если другие методы не действуют, причём с довольно неплохим результатом.

Однако это не методы со времён второй мировой войны и уж, конечно, не эквивалент электрическому стулу. Я надеюсь, в процессе обучения вы уже обратили внимание на простой и эффективный метод сравнения.

151. Б.

Существенный результат достигается лишь при депрессии.

152. В.

153. А, Б, В.

Так или иначе, в большинстве случаев пациенты не в лучшем физическом состоянии, как правило, с физиологическими нарушениями, хотя и необязательно патологическими изменениями в органах и системах организма.

Чувство собственного достоинства тоже играет не безызвестную роль.

154. А, Б.

Смотрите сноску к вопросу.

Насчёт максимальной нагрузки, да ещё и против воли пациента, наверное, не стоит говорить дальше.

155. А.

Психотерапия, само собой разумеется, не только для больных шизофренией.

Шизофрения — это, судя по всему, единственный диагноз, с которым знакомы все.

Вам сняться кошмарные сны? Так чему вы удивляетесь, у вас же шизофрения в последней стадии!!!

На вас косо посмотрел сосед? Да понятное дело - шизофрения у обоих!

Пожалуйста, не присоединяйтесь к этому варварству, работайте серьёзно!

ПСИХИАТРИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ

156. В.

Как консультант вы не имеете права ставить диагнозы и говорить о них клиенту, хотя эти данные вы обязаны учесть в вашей работе.

157. Б.

158. Б, В.

159. А.

Лечится исключительно медикаментами.

160. Б.

Лечение травами – не ваша область.

161. Б.

Самое страшное, что вы можете сделать – списать всё «на нервы» и посоветовать клиенту «расслабиться».

162. А.

163. Все правильные.

164. В.

Глубинная психология - учение о влиянии окружения в раннем детстве.

165. Все правильные.

166. Все правильные.

167. Все правильные.

168. Б, В.

169. А, Б.

Очень важная разница!

170. А, Б.

171. Все правильные.

Объясните клиенту, что физическое недомогание может быть причиной эмоциональных проблем.

172. А, Б.

173. А, Б.

174. Б, В.

175. Все правильные.

176. А, Б.

177. А, Б.

178. В

179. А, В
Пожалуйста, никаких шокирующих методов!
180. А, Б
181. Б
182. Б, В
183. Все правильные
184. Все правильные
185. А, Б
186. А, Б
187. А, Б
188. А
189. Все правильные
190. А, Б
Ответ «В» пояснять не будем.
191. Все правильные
192. Б, В
В основном перед сном.
193. Б
194. А, Б
195. Б, В
196. А
«Мы во время Второй Мировой без головы воевали, а здесь что?!»
197. А, В
198. Б
Голоса и галлюцинации, в основном, признаки шизофрении.
199. Все правильные
200. Б
201. А, Б
202. Б, В
203. А, Б

204. А, Б

Если мы говорим о глубинной психологии, питание здесь не причём, хотя, понятно, питание может сильно влиять на самочувствие клиента.

205. Б, В

Если вы, как консультант, осознаёте важность самооценки в работе с клиентом, а так же для самого себя, вы поднимете на ноги любого клиента, только если причина его самочувствия не в органическом расстройстве.

206. А

Вариантов «Б» и «В» боится клиент.

207. Все правильные

208. А, Б, В

209. В

210. В

211. Б

212. А, Б

213. А

214. А, В

215. А, Б

216. А, В, Г

Клиент готов изменить всё, только не свой характер.

217. А, Г

218. Б

219. А

220. Б

221. А, В

У клиента «своя» справедливость.

222. А, Б

223. Б, В

224. А, Б

225. В

Работа с «ипохондриком» - неблагодарное занятие. Он уверен, что вы его не понимаете.

226. А, Б, В

227. Все правильные

228. А, Б

229. А, Б.

«Целителей» у него и без вас хватает.

230. А, Б

231. А, Б

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА

232. Б

233. Все правильные

234. В

235. А, Б

236. Б, В

237. Все правильные

238. В

Если вы говорите, что другим еще хуже бывает, тем самым вы усиливаете его чувство вины и усугубляете его симптоматику.

239. А, В

240. Б, В

Люди с психическими расстройствами в большинстве случаев склонны к максимализму.

241. Б

242. А, Б

243. А

244. А, Б

Всё, кроме «В»! По статистике, проходит от 7 до 10 лет, пока клиент обратится к специалисту!

245. А

246. А, Б

247. А, В

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. АСТМА

248. А

249. Все правильные

250. А, Б

251. В

252. Б

253. А, Б

254. А, Б

255. Б

256. А, В

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ГИПЕРТОНΙΑ

257. Б

258. В

Представляете, что это означает? У большинства клиентов с гипертонией – эмоциональные проблемы, которые и вызывают повышенное давление!

259. Все правильные

260. Все правильные

261. Все правильные

262. А

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ХРОНИЧЕСКОЕ ВОСПАЛЕНИЕ ТОЛСТОЙ КИШКИ (COLITIS ULCEROSA)

263. В

264. А

265. А, Б

266. Б, В

267. А, Б, В

268. А, Б

269. Все правильные.

270. Все правильные

271. А, Б

272. Б

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. НЕЙРОДЕРМИТ

273. А

274. А, Б

275. А, В

276. А, Б

277. А

278. А

279. А, Б

280. А, Б, В

281. А, В

282. А, Б

АФФЕКТИВНЫЕ РАССТРОЙСТВА

283. А

284. В

285. Все правильные

286. Б

287. А

288. Все правильные

289. А, В

290. А, Б

ПСИХОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА. ШИЗОФРЕНИЯ

291. Б

292. А

293. В

294. Все правильные

295. А

296. В

297. Все правильные

298. Б

299. В

300. А, В

301. В

Шизофрению легко спутать с навязчивыми мыслями. Разница однако огромная!

302. В

303. Б

304. А, Б

305. Б

306. А, Б

307. А

308. Все правильные

309. А, Б

310. А, Б

Если хотите, чтобы пациент сделал что-нибудь с собой или с вами, то, пожалуйста, применяйте гипноз и психоанализ по дедушке Фрейду.

311. А

312. В

313. Б

СТРУКТУРЫ ЛИЧНОСТИ. НАРЦИССИЗМ

314. А, В

315. А

316. Все правильные

317. Все правильные

318. Б

319. А, Б

320. Б, В

321. А

322. А, Б, В

323. А, Б

324. А, В

325. А, Б

326. А, Б

327. А, Б

328. Б, В.

329. Б

330. А, Б

331. А, Б

332. Б

333. А

334. А, В

335. Б

336. Б, В

337. А, В

338. Б, В

339. А, В

340. А

341. Б

342. Б

343. Б

344. А, Б

345. А, Б

346. А, Б

ПРОКРАСТИНАЦИЯ

347. А, В

348. А, Б

349. А, В

350. А, Б

351. А, Б

352. Все правильные

353. Все правильные

354. А

355. А

СУИЦИД

356. Все правильные

357. В

358. В

359. В

360. А

361. Б, В

362. Все правильные

363. Все правильные

364. А

365. Б, В, Г

366. В

367. Б

368. Б

369. А, Б

370. А

371. В

372. Б

373. В

374. А, В

375. А

376. А

377. Б

378. А

379. В

380. В

381. Б

382. А

383. Б

384. В

385. В

386. А

387. В

388. В

389. В

ЗАКОНЫ

390. Б

391. В

392. Б

393. Б, В

МЕДИКАМЕНТЫ

394. Б, В

395. Все правильные

396. А, Б

397. Б

398. А

399. Б, В

400. Б

401. Все правильные

402. А, Б

403. А

404. В

405. А

406. Б, В

407. Б

408. А

409. А, Б

410. В

411. Б, В

412. А

413. А

414. А, Б, Г

415. А

416. Б

417. Б

418. В

419. Б

420. А

ПРИМЕРЫ ИЗ ПРАКТИКИ

421. Б

422. В

423. Б

424. Б, В

- 425. В
- 426. А
- 427. В
- 428. В
- 429. В, Г
- 430. Б
- 431. Б, В
- 432. В
- 433. А
- 434. Б
- 435. В
- 436. Б
- 437. А
- 438. Б, В
- 439. А, Б

ПРОФОРИЕНТАЦИЯ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

- 440. В, Г
- 441. А
- 442. В
- 443. Все правильные
- 444. А

МЕТОДЫ РОДЖЕРСА

- 445. В
- 446. Б
- 447. А
- 448. А, Б
- 449. Б

450. A, B

451. A

452. Б, B

453. Б, B

454. A, B

455. A

456. Б

457. A

458. Б

459. A

460. A

461. Б

462. Б

463. Б, B

464. Б, B, Г

465. A, Б, Г

466. A, B

467. A

468. A

469. A

470. Б

471. Б, B

472. Б

473. A, B

474. A

475. A, Б

476. A, Б

477. Б

478. Б

479. А

ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ В НАЧАЛЕ РАБОТЫ

480. А, Б

481. А, Б

482. В

483. А, Б

484. В

485. А, Б

486. А, Б

СИНДРОМ ВНУТРЕННЕГО ВЫГОРАНИЯ

487. В

488. А, В, Г

489. Б, В

ГЛОССАРИЙ:

Амбивалентность - противоречивое отношение к чему-либо или к кому-либо

Вегетативная симптоматика – функциональные расстройства нервной вегетативной системы, которая ответственна за такие бессознательные функции, как дыхание, пищеварение и т. д.

Второстепенный выигрыш – человек имеет что-либо благодаря своей проблеме.

Деструктивные отношения – отношения вредящие человеку. Например, экстремальное подчинение взрослых, своим доминантным родителям

Дифференциальный диагноз – альтернативный, дополнительный диагноз, который может, заменить первоначальный

Профессиональная деформация – психический или физический вред в результате полного ухода в профессию

Патология – серьёзные изменения в органах и системах организма

Психогенные причины - эмоциональные причины психических расстройств

Сепарация – естественный процесс отделения, например, взросление

Спонтанные ремиссии – внезапное улучшение или полное выздоровление, без какого-либо лечения

Супервизия – сотрудничество с опытным психологом - супервизором.

Рекомендуется на протяжении всей работы в качестве психолога/психотерапевта

Функциональные расстройства – расстройства в работе отдельных органов и систем организма без серьёзного, в отличие от патологии, в них изменения.

ДЛЯ ЗАМЕТОК:

