**Вопросы для проведения промежуточной аттестации**

**в форме зачета**

**по дисциплине «Клинико-психологические аспекты адаптации»**

**специальность «37.05.01 Клиническая психология»**

***Модуль 1. Адаптация, стресс и психическое здоровье:***

1. Понятие адаптации. Общий адаптационный синдром (стресс).
2. Соотношение понятий «стрессовая ситуация», «чрезвычайная ситуация», «экстремальная ситуация» и «кризисная ситуация».
3. Факторы, определяющие экстремальность ситуации (Everstine, Everstine, 1993).
4. Реакции на тяжелый стресс и нарушения адаптации в МКБ-10.
5. Острая реакция на стресс (F43.0).
6. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) (F43.1). Диагностические критерии ПТСР в МКБ-10.
7. Расстройство приспособительных реакций (F43.2).
8. Диагностические критерии ПТСР в DSM-IV. Типы течения ПТСР.
9. Стадии формирования постстрессовых нарушений (Ромек и др., 2004).
10. Стадии динамики состояния людей после психотравмирующих ситуаций (Решетников и др., 1989).

***Модуль 2. Психодиагностика, психокоррекция и психопрофилактика стрессовых расстройств и расстройств адаптации:***

1. Классификация методов диагностики стресса, стрессовых расстройств и стрессоустойчивости.
2. Консультирование лиц с признаками нарушенной адаптации.
3. Техники психологической коррекции дезадаптивного реагирования.
4. Техника «Взмах».
5. Техника «Шестишаговый рефрейминг».
6. Техника «Визуально-кинестетическая диссоциация».
7. Принципы оказания помощи людям, перенесшим психологическую травму в результате влияния экстремальных ситуаций.
8. Базовые функции службы экстренной психологической помощи. Отличия работы психолога в экстремальных условиях от обычной терапевтической ситуации (Ловелле, Малимонова, 2003).
9. Цель и задачи экстренной психологической помощи. Направления проведения психотерапии и психопрофилактики при экстремальных ситуациях.
10. «Информационная» терапия жертв экстремальной ситуации, находящихся в полной изоляции от окружающего мира (вследствие землетрясения, разрушения жилищ, аварий, взрывов и т.д.).
11. Правила первой помощи для психологов, работающих в экстремальной ситуации.
12. Техники экстренной психологической помощи при острой реакции на стресс.
13. Техники экстренной психологической помощи при бреде и галлюцинациях.
14. Техники экстренной психологической помощи при апатии.
15. Техники экстренной психологической помощи при ступоре.
16. Техники экстренной психологической помощи при двигательном возбуждении.
17. Техники экстренной психологической помощи при агрессии.
18. Техники экстренной психологической помощи при страхе.
19. Техники экстренной психологической помощи при истерике.
20. Техники экстренной психологической помощи при нервной дрожи.
21. Техники экстренной психологической помощи при плаче.
22. Техники экстренной психологической помощи при экстремальных ситуациях (насилие), связанные с угрозой для жизни.
23. Техники экстренной психологической помощи жертвам сексуального насилия.
24. Психологический дебрифинг.
25. Психологическая картина нормального горя.
26. Стадии переживания утраты.
27. Четыре задачи горя (В. Ворден).
28. Патологическое горе.
29. Тактика оказания психологической помощи при переживании утраты.
30. Нарративная терапия при переживании утраты. Снова сказать «Здравствуй!» (Майкл Уайт).
31. Факторы адаптации и стрессоустойчивости.
32. Понятие ассертивности. Развитие навыков ассертивного поведения.
33. Тайм-менеджмент как система знаний об эффективном управлении временем. Техники тайм-менеджмента.
34. Экспресс-методы снятия стресса и управления трудными психологическими состояниями.