Перечень тестовыхзаданий по специальности «Психотерапия»

(для сертификата)

Инструкция: выберите один правильный ответ.

Часть 1: Основы психотерапии и ключевые понятия

1. Что из перечисленного НЕ является основной целью психотерапии?

A) Облегчение эмоционального дистресса

B) Изменение дезадаптивных моделей поведения

C) Навязывание личных ценностей терапевта клиенту

D) Развитие самосознания и инсайта

2. Как называется терапевтический процесс, направленный на исследование бессознательных конфликтов и их влияния на текущее поведение?

A) Когнитивно-поведенческая терапия

B) Психоанализ

C) Гештальт-терапия

D) Клиент-центрированная терапия

3. Какой из этих терминов описывает безусловное принятие клиента терапевтом в гуманистической психотерапии?

A) Эмпатия

B) Конгруэнтность

C) Безусловное положительное отношение

D) Интерпретация

4. Назовите основной инструмент работы психотерапевта.

A) Медикаментозное лечение

B) Терапевтические отношения и диалог

C) Гипноз

D) Психологическое тестирование как единственный метод

5. Что такое «терапевтический альянс»?

A) Соглашение между клиентом и терапевтом о целях и задачах терапии, а также их взаимные обязательства.

B) Конкуренция между различными психотерапевтическими школами.

C) Группа поддержки для психотерапевтов.

D) Официальный контракт, регулирующий оплату сессий.

6. Перенос (трансфер) в психотерапии – это:

A) Перенос клиентом чувств, установок и ожиданий, изначально адресованных значимым фигурам из прошлого, на психотерапевта.

B) Физический переезд клиента в другой город во время терапии.

C) Передача терапевтом своих личных проблем клиенту.

D) Обмен подарками между клиентом и терапевтом.

7. Контрперенос – это:

A) Сознательная реакция клиента на интерпретации терапевта.

B) Эмоциональные реакции и проекции терапевта на клиента, часто связанные с собственным прошлым опытом терапевта.

C) Отказ клиента от продолжения терапии.

D) Способность терапевта понимать скрытые мотивы клиента.

8. Какая школа психотерапии уделяет основное внимание иррациональным убеждениям и их влиянию на эмоции и поведение?

A) Психоанализ

B) Рационально-эмотивно-поведенческая терапия (РЭПТ)

C) Экзистенциальная терапия

D) Системная семейная терапия

9. Что является ключевым принципом этики в психотерапии?

A) Гарантия полного излечения клиента.

B) Соблюдение конфиденциальности.

C) Предоставление советов по любым жизненным вопросам.

D) Использование только тех методов, которые предпочитает терапевт.

10. Какова роль эмпатии в терапевтическом процессе?

A) Вызывать у клиента чувство жалости.

B) Способность терапевта понимать и разделять чувства клиента, не теряя при этом объективности.

C) Соглашаться со всеми утверждениями клиента.

D) Демонстрировать клиенту свое превосходство в понимании его проблем.

11. Основная задача психотерапевта – это:

A) Давать конкретные советы и указания.

B) Помогать клиенту самостоятельно находить решения своих проблем.

C) Диагностировать психические расстройства и назначать лечение.

D) Дружить с клиентом.

12. Психотерапия фокусируется преимущественно на:

A) Изучении социальных тенденций.

B) Коррекции поведения и облегчении эмоциональных страданий индивида.

C) Фармакологическом лечении психических расстройств.

D) Проведении научных экспериментов.

13. Что НЕ относится к основным компонентам терапевтических отношений?

A) Доверие

B) Открытость

C) Взаимная симпатия на уровне личных предпочтений

D) Уважение

14. В каком подходе центральной идеей является то, что люди стремятся к самоактуализации?

A) Бихевиоризм

B) Гуманистическая психотерапия

C) Когнитивная терапия

D) Психодинамическая терапия

15. Здесь и сейчас» – это принцип, наиболее характерный для:

A) Психоанализа

B) Гештальт-терапии

C) Поведенческой терапии

D) Транзактного анализа

16. Что такое инсайт в контексте психотерапии?

A) Внезапное воспоминание о травматическом событии.

B) Глубокое понимание клиентом причин своих проблем и скрытых мотивов.

C) Способность предсказывать будущее.

D) Согласие клиента с интерпретацией терапевта без внутреннего принятия.

17. Какой из этих методов чаще всего используется в поведенческой терапии?

A) Анализ сновидений

B) Систематическая десенсибилизация

C) Исследование переноса

D) Работа с экзистенциальными данностями

18. Конфиденциальность в психотерапии означает, что:

A) Терапевт никогда и никому не рассказывает о клиенте.

B) Терапевт может обсуждать случай клиента с коллегами без его согласия.

C) Информация, полученная от клиента, не будет раскрыта третьим лицам без его явного согласия, за исключением случаев, предусмотренных законом.

D) Клиент не должен рассказывать о своей терапии другим людям.

19. Сопротивление в психотерапии – это:

A) Активное несогласие клиента с диагнозом.

B) Любые действия или высказывания клиента, препятствующие терапевтическому процессу и осознанию болезненных аспектов психики.

C) Отказ клиента платить за сессии.

D) Физическое сопротивление при попытке гипноза.

20. Какая терапия фокусируется на взаимодействии между членами семьи и рассматривает семью как систему?

A) Индивидуальная психоаналитическая терапия

B) Системная семейная терапия

C) Клиент-центрированная терапия

D) Юнгианский анализ

21. Целью психотерапии НЕ является:

A) Улучшение качества жизни клиента.

B) Повышение адаптационных способностей личности.

C) Полное изменение личности клиента в соответствии с идеалами терапевта.

D) Разрешение внутренних конфликтов.

22. Психодинамический подход берет свое начало в работах:

A) Карла Роджерса

B) Аарона Бека

C) Зигмунда Фрейда

D) Фрица Перлза

23. «Я-концепция» – это центральное понятие в:

A) Поведенческой терапии

B) Гуманистической терапии Карла Роджерса

C) Рационально-эмотивно-поведенческой терапии

D) Психоанализе

24. Что из перечисленного является этическим нарушением со стороны психотерапевта?

A) Установление четких границ в терапевтических отношениях.

B) Вступление в двойные отношения с клиентом (например, дружеские или деловые).

C) Направление клиента к другому специалисту, если тема выходит за рамки компетенции.

D) Регулярное повышение своей квалификации.

25. В когнитивной терапии основной мишенью для изменений являются:

A) Детские травмы

B) Автоматические мысли и дисфункциональные убеждения

C) Межличностные отношения в семье

D) Бессознательные влечения

26. Какова главная идея психотерапии, если выразить ее обобщенно?

A) Обучение клиента новым навыкам поведения.

B) Создание условий для позитивных личностных изменений через специальным образом организованное общение.

C) Устранение симптомов с помощью медикаментов.

D) Предоставление клиенту готовых решений его проблем.

27. Терапевтический контракт обычно включает в себя:

A) Описание личной жизни терапевта.

B) Частоту сессий, длительность, стоимость, правила отмены встреч, цели терапии.

C) Гарантию достижения конкретного результата в определенный срок.

D) Обязательство клиента выполнять все рекомендации терапевта без обсуждения.

28. Что характеризует эффективного психотерапевта?

A) Умение давать точные прогнозы относительно будущего клиента.

B) Наличие эмпатии, аутентичности и способности к рефлексии.

C) Способность манипулировать клиентом для его же блага.

D) Отсутствие собственных психологических проблем.

29. Свободные ассоциации – это метод, характерный для:

A) Гештальт-терапии

B) Психоанализа

C) Когнитивно-поведенческой терапии

D) Клиент-центрированной терапии

30. Что понимается под «сеттингом» в психотерапии?

A) Эмоциональное состояние клиента во время сессии.

B) Набор техник, используемых терапевтом.

C) Стабильные рамки и условия проведения терапии (место, время, частота, оплата).

D) Личные убеждения терапевта.

31. Какое утверждение о психотерапии является ВЕРНЫМ?

A) Психотерапия – это быстрый способ решения всех проблем.

B) Психотерапия подходит абсолютно всем людям.

C) Эффективность психотерапии зависит от множества факторов, включая мотивацию клиента и альянс с терапевтом.

D) Психотерапевт всегда знает лучше клиента, что ему нужно.

32. Фокус на осознавании текущего опыта и ответственности за свой выбор характерен для:

A) Психоаналитической терапии

B) Экзистенциально-гуманистической терапии

C) Поведенческой терапии

D) Когнитивной терапии

33. Что такое «рабочий альянс» в терапевтическом контексте?

A) Формальное соглашение об оплате услуг.

B) Сотрудничество между клиентом и терапевтом, основанное на доверии и совместной работе над целями терапии.

C) Группа терапевтов, работающих с одним клиентом.

D) Дружеские отношения, выходящие за рамки терапии.

34. Если терапевт испытывает сильные личные чувства по отношению к клиенту, которые мешают объективности, это пример:

A) Эмпатии

B) Контрпереноса

C) Переноса

D) Профессиональной интуиции

35. Ключевая цель гуманистического направления в психотерапии – это:

A) Устранение симптомов тревоги.

B) Коррекция иррациональных мыслей.

C) Содействие личностному росту и самоактуализации клиента.

D) Анализ бессознательных конфликтов из детства.

36. Изучение того, как мысли влияют на чувства и поведение, является центральным для:

A) Гештальт-терапии

B) Когнитивно-поведенческой терапии

C) Психоанализа

D) Клиент-центрированной терапии

37. В чем заключается принцип «безоценочного принятия» клиента?

A) В согласии со всеми действиями и мыслями клиента.

B) В воздержании терапевта от осуждения или критики личности и переживаний клиента.

C) В игнорировании негативных аспектов поведения клиента.

D) В поощрении любых проявлений клиента.

38. Какое из следующих утверждений НЕ соответствует этическим нормам психотерапевта?

A) Обсуждение случая клиента с супервизором с соблюдением анонимности.

B) Гарантирование клиенту полного и быстрого излечения.

C) Прекращение терапии, если она перестает быть полезной клиенту.

D) Уважение автономии и права клиента на собственный выбор.

39. «Сопротивлением» в психоаналитической традиции называют:

A) Нежелание клиента посещать сессии.

B) Бессознательные или сознательные действия клиента, направленные на избегание болезненных тем и инсайтов.

C) Критику клиентом методов терапевта.

D) Физическое недомогание клиента перед сессией.

40. Системный подход в психотерапии рассматривает проблему индивида как:

A) Исключительно результат его внутренних конфликтов.

B) Проявление дисфункции всей семейной или социальной системы, частью которой он является.

C) Следствие неправильного мышления.

D) Результат недостатка силы воли.

41. Основной фокус психотерапии, в отличие от простого дружеского разговора, заключается в:

A) Односторонней направленности на проблемы клиента и использовании специальных знаний и техник.

B) Обязательной оплате услуг.

C) Более длительном характере отношений.

D) Предоставлении советов на основе личного опыта терапевта.

42. Понятие «эмпатическое слушание» подразумевает:

A) Перебивание клиента для уточнения деталей.

B) Активное и внимательное выслушивание с попыткой понять чувства и мысли клиента с его точки зрения.

C) Оценку правильности суждений клиента.

D) Предоставление готовых интерпретаций услышанному.

43. Какой аспект НЕ является обязательным для установления эффективного терапевтического альянса?

A) Согласие по целям терапии.

B) Согласие по задачам и методам работы.

C) Личная симпатия и схожесть взглядов на жизнь между клиентом и терапевтом.

D) Эмоциональная связь и доверие.

44. Концепция «неосознаваемых психических процессов» является центральной для:

A) Поведенческой психотерапии.

B) Психодинамической психотерапии.

C) Когнитивной психотерапии.

D) Гуманистической психотерапии.

45. Что из перечисленного является примером открытого вопроса в психотерапии?

A) Вы чувствуете себя лучше сегодня?

B) Расскажите подробнее, что вы почувствовали в тот момент?

C) Вы согласны с этим?

D) Это вызывает у вас тревогу?

46. Роль терапевта в клиент-центрированной терапии Карла Роджерса характеризуется как:

A) Директивная и интерпретирующая.

B) Фасилитирующая, создающая условия для роста клиента.

C) Обучающая конкретным навыкам.

D) Анализирующая прошлое клиента.

47. Перенос чувств клиента на терапевта – это явление:

A) Которое следует избегать любой ценой.

B) Которое может быть важным материалом для анализа в некоторых видах терапии.

C) Указывающее на некомпетентность терапевта.

D) Характерное только для очень нарушенных клиентов.

48. Главная задача этического кодекса психотерапевта – это:

A) Защита интересов психотерапевта.

B) Защита благополучия и прав клиента.

C) Установление единых тарифов на услуги.

D) Продвижение определенной психотерапевтической школы.

49. Техника «пустого стула» часто используется в:

A) Психоанализе

B) Гештальт-терапии

C) Поведенческой терапии

D) Рационально-эмотивно-поведенческой терапии

50. Утверждение «проблемы человека возникают из-за его иррациональных убеждений» характерно для:

A) Экзистенциальной терапии

B) Когнитивной терапии (в частности, РЭПТ Альберта Эллиса)

C) Юнгианского анализа

D) Системной семейной терапии

Часть 2: Школы психотерапии, техники и этические аспекты

51.Какая из психотерапевтических школ делает акцент на детском опыте и его влиянии на формирование личности взрослого?

A) Когнитивно-поведенческая терапия

B) Психодинамическая терапия

C) Гештальт-терапия

D) Экзистенциальная терапия

52. «Конгруэнтность» или подлинность терапевта, согласно Карлу Роджерсу, означает:

A) Способность терапевта всегда соглашаться с клиентом.

B) Искренность терапевта и соответствие его внутренних переживаний внешнему поведению.

C) Умение терапевта скрывать свои истинные чувства.

D) Наличие у терапевта таких же проблем, как у клиента.

53. Основной вклад Аарона Бека в психотерапию связан с развитием:

A) Психоанализа

B) Когнитивной терапии, особенно для лечения депрессии

C) Системной семейной терапии

D) Транзактного анализа

54. Что НЕ является типичной техникой в классической поведенческой терапии?

A) Положительное подкрепление

B) Анализ сновидений

C) Угашение (экстинкция)

D) Моделирование

55. Если клиент неосознанно переносит на терапевта чувства, которые он испытывал к своему отцу, это называется:

A) Проекция

B) Перенос (трансфер)

C) Контрперенос

D) Идентификация

56. Какая из перечисленных ситуаций ОБЯЗАТЕЛЬНО требует нарушения конфиденциальности психотерапевтом?

A) Клиент признается в супружеской измене.

B) Клиент сообщает о намерении совершить самоубийство.

C) Клиент выражает недовольство работой своего начальника.

D) Клиент рассказывает о своих фантазиях.

57. Гуманистическое направление в психотерапии делает упор на:

A) Иррациональных мыслях.

B) Бессознательных влечениях.

C) Потенциале человека к росту, свободе выбора и ответственности.

D) Обусловливании и научении.

58. «Незавершенные дела» или «незаконченные гештальты» – это понятие, активно используемое в:

A) Рационально-эмотивно-поведенческой терапии

B) Гештальт-терапии

C) Психоанализе

D) Поведенческой терапии

59. Что такое «интерпретация» в психоаналитическом контексте?

A) Предоставление клиенту прямых советов.

B) Объяснение терапевтом возможных скрытых значений слов, снов или поведения клиента, связывая их с бессознательными конфликтами.

C) Повторение слов клиента для демонстрации понимания.

D) Выражение терапевтом личного мнения о ситуации клиента.

60. Какой из принципов НЕ относится к клиент-центрированной терапии Роджерса?

A) Эмпатия

B) Безусловное положительное отношение

C) Директивное руководство процессом терапии

D) Конгруэнтность терапевта

61. Специфическая цель терапии, направленной на изменение дисфункциональных мыслей, это:

A) Достижение катарсиса.

B) Реструктуризация когниций.

C) Анализ сопротивления.

D) Усиление эго-функций.

62. Терапевтический подход, который рассматривает симптомы одного члена семьи как отражение проблем во всей семейной системе, называется:

A) Индивидуальная гештальт-терапия

B) Семейная системная психотерапия

C) Классический психоанализ

D) Клиент-центрированная терапия

63. «Двойные отношения» в психотерапии считаются неэтичными, потому что они:

A) Всегда приводят к сексуальной эксплуатации.

B) Могут нарушить объективность терапевта и навредить клиенту из-за конфликта интересов.

C) Увеличивают стоимость терапии.

D) Требуют от терапевта дополнительных усилий.

64. В рамках какого подхода активно используется понятие «сценарий жизни»?

A) Экзистенциальная терапия

B) Транзактный анализ (Эрик Берн)

C) Когнитивная терапия

D) Психодрама

65. Если психотерапевт сам начинает испытывать к клиенту сильные эмоциональные реакции, основанные на собственном прошлом опыте, это явление известно, как:

A) Здоровый терапевтический альянс

B) Контрперенос

C) Эмпатическое отражение

D) Идентификация с клиентом

66. Основной фокус экзистенциальной психотерапии – это:

A) Прошлые травмы и их переработка.

B) Изменение конкретных поведенческих паттернов.

C) Исследование фундаментальных вопросов человеческого существования (свобода, ответственность, смерть, смысл).

D) Иррациональные убеждения.

67. Техника экспозиции, часто используемая при лечении фобий, относится к:

A) Психоанализу

B) Поведенческой терапии

C) Гуманистической терапии

D) Гештальт-терапии

68. Какое из утверждений о супервизии в психотерапии является ВЕРНЫМ?

A) Супервизия нужна только начинающим терапевтам.

B) Супервизия – это процесс консультаций с более опытным коллегой для обсуждения сложных случаев и профессионального развития.

C) Супервизия подразумевает, что супервизор принимает решения за терапевта.

D) Супервизия – это форма личной терапии для психотерапевта.

69. «Автоматические мысли» – это концепция, разработанная в рамках:

A) Психодинамической терапии

B) Когнитивной терапии Аарона Бека

C) Клиент-центрированной терапии

D) Логотерапии Виктора Франкла

70. Целью гештальт-терапии является:

A) Достижение полного отсутствия негативных эмоций.

B) Расширение осознавания клиентом себя, своих потребностей и способов взаимодействия с миром «здесь и сейчас».

C) Изменение генетической предрасположенности к психическим расстройствам.

D) Подчинение клиента воле терапевта.

71. Что не является прямым показанием для психотерапии?

A) Переживание острого горя.

B) Необходимость получения больничного листа.

C) Трудности в межличностных отношениях.

D) Повторяющиеся панические атаки.

72. Психоаналитический терапевт, в отличие от когнитивно-поведенческого, скорее всего, уделит больше внимания:

A) Домашним заданиям для клиента.

B) Сновидениям и свободным ассоциациям.

C) Обучению техникам релаксации.

D) Составлению списка иррациональных мыслей.

73. Соблюдение границ в терапевтических отношениях означает:

A) Что терапевт должен быть холодным и отстраненным.

B) Установление и поддержание ясных профессиональных рамок взаимодействия (время, место, оплата, недопустимость личных отношений).

C) Что клиент не может задавать терапевту личные вопросы.

D) Что терапия должна быть максимально короткой.

74. Какая школа психотерапии придает большое значение концепции «Эго-состояний» (Родитель, Взрослый, Ребенок)?

A) Психоанализ

B) Транзактный анализ

C) Гештальт-терапия

D) Поведенческая терапия

75. Если терапевт предлагает клиенту встретиться вне кабинета для дружеского общения, это:

A) Хороший способ укрепить терапевтический альянс.

B) Нарушение профессиональных границ.

C) Допустимо, если клиент сам этого хочет.

D) Стандартная практика в некоторых видах терапии.

76. Осознавание и принятие ответственности за свой выбор – ключевые моменты в:

A) Только в экзистенциальной терапии.

B) Во многих психотерапевтических подходах, но особенно подчеркиваются в экзистенциально-гуманистическом направлении и гештальт-терапии.

C) Только в поведенческой терапии.

D) Только в психоанализе.

77. Техника «домашних заданий» часто применяется в:

A) Классическом психоанализе.

B) Когнитивно-поведенческой терапии.

C) Юнгианском анализе.

D) Клиент-центрированной терапии.

78. Что является главной целью психотерапевта при работе с сопротивлением клиента?

A) Сломить сопротивление силой.

B) Игнорировать сопротивление.

C) Исследовать сопротивление как важный источник информации о внутреннем мире клиента и его защитных механизмах.

D) Немедленно прекратить терапию.

79. Логотерапия Виктора Франкла фокусируется на:

A) Анализе сексуальных влечений.

B) Поиске и реализации смысла жизни.

C) Устранении условных рефлексов.

D) Коррекции когнитивных искажений.

80. Что такое «сеттинг» в психотерапевтической практике (перефразированный вопрос)?

A) Эмоциональный фон сессии.

B) Совокупность правил и условий, организующих терапевтический процесс (например, регулярность встреч, их длительность, место проведения).

C) Личные качества терапевта.

D) Основные теоретические постулаты выбранного метода.

81. Безусловное позитивное внимание к клиенту, по Роджерсу, способствует:

A) Усилению зависимости клиента от терапевта.

B) Созданию безопасной атмосферы, в которой клиент может исследовать себя без страха осуждения.

C) Подавлению негативных чувств клиента.

D) Ускорению процесса выявления иррациональных убеждений.

82. Какой подход делает акцент на исследовании бессознательных мотивов и конфликтов, часто уходящих корнями в ранний детский опыт?

A) Когнитивная терапия

B) Поведенческая терапия

C) Психодинамическая терапия

D) Экзистенциальная терапия

83. Принцип конфиденциальности в работе психолога может быть нарушен, если:

A) Клиент рассказывает о своих нетрадиционных взглядах.

B) Существует непосредственная угроза жизни или здоровью клиента или других лиц.

C) Родители несовершеннолетнего клиента требуют полной информации (с оговорками и в зависимости от законодательства и возраста).

D) Б и С (с учетом специфики работы с несовершеннолетними).

84. Что из перечисленного НЕ является основной характеристикой эффективного психотерапевта?

A) Способность к эмпатии.

B) Наличие идентичных жизненных проблем с клиентом.

C) Аутентичность (конгруэнтность).

D) Умение устанавливать терапевтический альянс.

85. Работа с иррациональными установками и убеждениями – это ядро:

A) Психоанализа Фрейда.

B) Рационально-эмотивно-поведенческой терапии Альберта Эллиса.

C) Гештальт-терапии Фрица Перлза.

D) Клиент-центрированной терапии Карла Роджерса.

86. Основной «инструмент» в большинстве видов разговорной психотерапии – это:

A) Психофармакологические препараты.

B) Терапевтические отношения и вербальное взаимодействие.

C) Аппаратные методики (ЭЭГ, БОС-терапия).

D) Психологические тесты.

87. Что такое «катарсис» в психотерапевтическом контексте?

A) Сопротивление изменениям.

B) Процесс эмоциональной разрядки, освобождения от сильных подавленных чувств.

C) Интеллектуальное понимание проблемы.

D) Перенос чувств на терапевта.

88. Если психотерапевт начинает давать клиенту прямые советы, как поступить в жизненной ситуации, это может быть:

A) Проявлением высокой компетентности.

B) Отходом от принципов большинства психотерапевтических школ, которые поощряют самостоятельность клиента в принятии решений.

C) Обязательным элементом терапии.

D) Признаком особого доверия между клиентом и терапевтом.

89. «Здесь и теперь» («here and now») – это принцип, наиболее важный для:

A) Классического психоанализа

B) Гештальт-терапии и экзистенциальной терапии

C) Историко-культурного подхода

D) Когнитивной терапии, ориентированной на прошлое

90. Целью прекращения (терминации) психотерапии является:

A) Момент, когда клиент полностью избавлен от всех проблем.

B) Достижение поставленных в начале терапии целей и способность клиента функционировать самостоятельно, либо по взаимному согласию о завершении.

C) Когда у клиента заканчиваются деньги на оплату сессий.

D) Когда терапевт решает, что он сделал все возможное.

91. Психотерапия отличается от психологического консультирования:

A) Психотерапия всегда дольше.

B) Консультирование направлено на более конкретные, ситуативные проблемы, в то время как психотерапия часто затрагивает более глубокие личностные изменения.

C) Психотерапевты могут назначать лекарства, а консультанты – нет. (Не всегда верно, зависит от квалификации и страны).

D) Принципиальных отличий нет, это синонимы.

92. Что означает «аутентичность» психотерапевта (перефразированный вопрос)?

A) Наличие у терапевта престижного диплома.

B) Искренность и подлинность терапевта в проявлении своих чувств и реакций в терапевтическом процессе.

C) Способность терапевта точно цитировать классиков психотерапии.

D) Умение скрывать свои эмоции для поддержания профессионального имиджа.

93. Направление психотерапии, которое фокусируется на неосознаваемых процессах и прошлом опыте, это:

A) Поведенческая терапия.

B) Психодинамическое направление.

C) Когнитивная терапия.

D) Гуманистическая терапия.

94. Этическая дилемма возникает, когда:

A) Клиент не согласен с интерпретацией терапевта.

B) Терапевт должен выбрать между двумя или более этическими принципами, которые находятся в конфликте.

C) Клиент пропускает сессию без предупреждения.

D) Терапевт чувствует усталость.

95. В каком подходе особенно важна работа с телесными ощущениями и их осознаванием?

A) Рационально-эмотивно-поведенческая терапия

B) Гештальт-терапия и телесно-ориентированная психотерапия

C) Классический психоанализ

D) Транзактный анализ

96. «Терапевтический контракт» – это (перефразированный вопрос):

A) Неформальная договоренность о дружбе.

B) Соглашение (часто устное, иногда письменное) об условиях совместной работы, включая цели, методы, частоту встреч, оплату и правила конфиденциальности.

C) Обязательство клиента полностью измениться.

D) Список тем, запрещенных к обсуждению.

97. Какое из качеств НЕ является обязательным для гуманистического терапевта?

A) Эмпатия

B) Безусловное принятие

C) Директивность и наставничество

D) Конгруэнтность

98. Анализ сновидений как «королевской дороги к бессознательному» – это идея, принадлежащая:

A) Карлу Роджерсу

B) Аарону Беку

C) Зигмунду Фрейду

D) Фрицу Перлзу

99. Что такое «сопротивление» в психотерапевтическом процессе (перефразированный вопрос)?

A) Активное выражение клиентом несогласия с ходом терапии.

B) Поведение или внутренние процессы клиента, которые препятствуют прогрессу в терапии и осознанию сложных аспектов себя.

C) Отказ клиента выполнять домашние задания.

D) Негативная реакция клиента на повышение стоимости сессий.

100. Основная задача психотерапии, если говорить в общем, – это:

A) Решение за клиента его жизненных проблем.

B) Содействие клиенту в лучшем понимании себя, изменении дезадаптивных паттернов и улучшении качества жизни.

C) Постановка медицинского диагноза.

D) Убеждение клиента в правильности взглядов терапевта

Часть 3: Углубление в методы, процессы и специфические понятия психотерапии

101. «Экзистенциальный вакуум» – это понятие, введенное:

A) Зигмундом Фрейдом

B) Виктором Франклом

C) Карлом Юнгом

D) Альфредом Адлером

102. Что из перечисленного НЕ является защитным механизмом психики в психоаналитической теории?

A) Вытеснение

B) Проекция

C) Самоактуализация

D) Рационализация

103. Групповая психотерапия отличается от индивидуальной тем, что:

A) Она всегда менее эффективна.

B) Она использует динамику группы и взаимодействие между участниками как терапевтический фактор.

C) Конфиденциальность в ней не имеет значения.

D) Терапевт в группе играет пассивную роль.

104. Понятие «архетип» является центральным в:

A) Когнитивной терапии Аарона Бека

B) Аналитической психологии Карла Густава Юнга

C) Рационально-эмотивно-поведенческой терапии Альберта Эллиса

D) Поведенческой терапии Б.Ф. Скиннера

105. Если терапевт замечает, что клиент постоянно опаздывает на сессии или «забывает» о них, это может быть проявлением:

A) Высокой мотивации к изменениям.

B) Сопротивления терапевтическому процессу.

C) Особой формы пунктуальности.

D) Желания продлить терапию.

106. Какая терапевтическая модальность уделяет особое внимание «играм», в которые играют люди в межличностных отношениях?

A) Гештальт-терапия

B) Транзактный анализ

C) Психодрама

D) Экзистенциальная терапия

107. «Эмпатическое понимание» в контексте психотерапии означает (перефразированный вопрос):

A) Согласие терапевта с каждым словом клиента.

B) Способность терапевта глубоко прочувствовать и отразить переживания клиента, как если бы они были его собственными, но не теряя при этом «как если бы».

C) Анализ логических ошибок в суждениях клиента.

D) Предоставление клиенту советов, основанных на эмпатии.

108. Принцип «ответственности клиента» в психотерапии подразумевает, что:

A) Клиент несет ответственность за оплату сессий.

B) Клиент признается активным участником своей жизни и процесса изменений, а не пассивным получателем помощи.

C) Терапевт не несет никакой ответственности за процесс.

D) Клиент должен самостоятельно ставить себе диагноз.

109. Какая техника НЕ характерна для когнитивно-поведенческой терапии?

A) Ведение дневника мыслей.

B) Поведенческие эксперименты.

C) Исследование свободных ассоциаций и сновидений.

D) Оспаривание дисфункциональных убеждений.

110. «Рабочий альянс» (или терапевтический союз) включает в себя три компонента:

A) Симпатия, дружба, любовь.

B) Согласие по целям, согласие по задачам (методам) и эмоциональная связь (доверие, принятие).

C) Финансовая договоренность, расписание, место встреч.

D) Перенос, контрперенос, сопротивление.

111. Что из нижеперечисленного является ключевым аспектом завершения (терминации) психотерапии?

A) Внезапное прекращение встреч без обсуждения.

B) Обсуждение достигнутых результатов, прощание и планирование дальнейших шагов клиента (если необходимо).

C) Перевод клиента к другому специалисту без его согласия.

D) Гарантия, что у клиента больше никогда не возникнет проблем.

112. Психотерапевтический процесс, ориентированный на осознание клиентом своих чувств, телесных ощущений и незавершенных ситуаций в настоящем моменте, характерен для:

A) Психоанализа.

B) Гештальт-терапии.

C) Рационально-эмотивной терапии.

D) Системной семейной терапии.

113. Этическая норма, запрещающая психотерапевту вступать в сексуальные отношения с клиентом:

A) Является относительной и зависит от культуры.

B) Является абсолютной и фундаментальной для всех профессиональных кодексов.

C) Допустима, если клиент сам инициирует такие отношения.

D) Допустима после завершения терапии. (Спорно и в большинстве кодексов также не рекомендуется или запрещено на определенный срок).

114. «Коллективное бессознательное» – это понятие, введенное:

A) Зигмундом Фрейдом

B) Карлом Юнгом

C) Альфредом Адлером

D) Эриком Берном

115. Если клиент идеализирует терапевта, приписывая ему всемогущество, это может быть формой:

A) Здорового уважения.

B) Переноса.

C) Объективной оценки.

D) Контрпереноса.

116. Какая школа психотерапии рассматривает невроз как результат конфликта между «Я-реальным» и «Я-идеальным»?

A) Некоторые направления гуманистической психотерапии (например, идеи Карен Хорни, хотя она ближе к неопсихоанализу, но с гуманистическим уклоном).

B) Поведенческая терапия.

C) Строго когнитивная терапия.

D) Транзактный анализ.

117. Техника «систематической десенсибилизации», разработанная Джозефом Вольпе, используется для лечения:

A) Депрессии.

B) Расстройств пищевого поведения.

C) Фобий и тревожных расстройств.

D) Шизофрении.

118. Супервизия для психотерапевта – это (перефразированный вопрос):

A) Способ контроля его деятельности со стороны государства.

B) Процесс профессиональной поддержки и обучения, где терапевт обсуждает свою работу с более опытным коллегой для улучшения качества помощи клиентам и предотвращения выгорания.

C) Обязательное условие для получения лицензии, после чего она не нужна.

D) Личная терапия, которую терапевт проходит у своего начальника.

119. Концепция «долженствований» (например, «я должен всем нравиться») как источника психологических проблем активно критикуется в:

A) Психоанализе

B) Рационально-эмотивно-поведенческой терапии (РЭПТ)

C) Юнгианском анализе

D) Гештальт-терапии

120. Основной целью арт-терапии является:

A) Обучение клиента профессиональным навыкам рисования.

B) Диагностика психических заболеваний через рисунки.

C) Выражение и исследование эмоций, конфликтов и личностных особенностей через творческую деятельность.

D) Развлечение клиента во время сессий.

121. Что НЕ является признаком профессионального выгорания у психотерапевта?

A) Эмоциональное истощение.

B) Деперсонализация (циничное отношение к клиентам).

C) Редукция профессиональных достижений.

D) Повышенный интерес к новым методам психотерапии и обучению.

122. Психодрама, как метод психотерапии, была разработана:

A) Карлом Роджерсом

B) Якобом Морено

C) Фрицем Перлзом

D) Аароном Беком

123. «Информированное согласие» в психотерапии означает, что клиент:

A) Согласен на любые методы, которые предложит терапевт.

B) Получил достаточную информацию о процессе терапии, ее целях, методах, возможных рисках и альтернативах, условиях оплаты и конфиденциальности, и на основе этого дал свое согласие на терапию.

C) Подписывает документ, освобождающий терапевта от любой ответственности.

D) Просто согласен приходить на сессии.

124. Какой подход уделяет внимание циклам взаимодействия и коммуникативным паттернам в семье?

A) Индивидуальная экзистенциальная терапия.

B) Системная семейная психотерапия.

C) Классический психоанализ.

D) Клиент-центрированная терапия.

125. Понятие «тень» в аналитической психологии Юнга обозначает:

A) Подавленные, неосознаваемые, часто негативные аспекты личности.

B) Архетип мудрого старца.

C) Женскую часть мужской психики.

D) Социальную маску человека.

126. «Активное слушание» в психотерапии включает в себя:

A) Постоянное перебивание клиента с советами.

B) Молчаливое присутствие без какой-либо обратной связи.

C) Вербальные и невербальные сигналы, показывающие внимание, понимание и принятие (например, кивки, отражение чувств, уточняющие вопросы).

D) Оценку правильности мыслей клиента.

127. Краткосрочная психотерапия обычно фокусируется на:

A) Глубинной перестройке всей личности.

B) Решении конкретной, четко определенной проблемы или симптома.

C) Анализе всех детских воспоминаний.

D) Исследовании коллективного бессознательного.

128. Если терапевт испытывает трудности в работе с клиентом из-за собственных неразрешенных проблем, ему следует в первую очередь:

A) Прекратить терапию с этим клиентом.

B) Обсудить эти трудности с клиентом.

C) Обратиться за супервизией или личной терапией.

D) Игнорировать свои чувства и продолжать работать как обычно.

129. Метод свободных ассоциаций предполагает, что клиент:

A) Рассказывает о своих ассоциациях с предложенными картинками.

B) Говорит все, что приходит ему в голову, без цензуры и контроля.

C) Ассоциирует себя с различными животными.

D) Свободно выбирает тему для каждой сессии.

130. Какая из характеристик НЕ обязательна для здорового терапевтического альянса?

A) Взаимное уважение.

B) Доверие клиента к терапевту.

C) Полное совпадение жизненных ценностей клиента и терапевта.

D) Согласие относительно целей и методов терапии.

131. Подлинность или конгруэнтность психотерапевта – это (перефразированный вопрос):

A) Умение всегда показывать только позитивные эмоции.

B) Соответствие между внутренними переживаниями терапевта и тем, как он их выражает в общении с клиентом; искренность.

C) Наличие у терапевта ответов на все вопросы клиента.

D) Следование строгим инструкциям без проявления личных реакций.

132. Основной фокус внимания в поведенческой терапии направлен на:

A) Бессознательные конфликты.

B) Наблюдаемое поведение и условия, которые его поддерживают или изменяют.

C) Экзистенциальные данности.

D) Семейную историю.

133. В ситуации, когда клиент выражает суицидальные намерения, первоочередная задача терапевта:

A) Сохранить полную конфиденциальность.

B) Оценить степень риска и принять меры для обеспечения безопасности клиента, что может включать нарушение конфиденциальности.

C) Немедленно завершить терапию.

D) Переубедить клиента, используя логические аргументы.

134. «Когнитивное искажение» – это термин, обозначающий:

A) Врожденный дефект мышления.

B) Ошибочные или иррациональные паттерны мышления, которые приводят к негативным эмоциям и дезадаптивному поведению.

C) Способность мыслить творчески и нестандартно.

D) Умышленное искажение фактов клиентом.

135. Завершение психотерапии должно быть:

A) Внезапным, чтобы клиент не успел расстроиться.

B) Постепенным и заранее спланированным процессом, включающим обсуждение прогресса и чувств по поводу окончания.

C) Инициировано только терапевтом.

D) Оставлено на усмотрение клиента без участия терапевта.

136. «Перенос» (трансфер) в психотерапии – это когда клиент (перефразированный вопрос):

A) Переезжает в другой город.

B) Неосознанно проецирует на терапевта чувства и отношения, связанные со значимыми фигурами из своего прошлого.

C) Передает терапевту свои знания.

D) Забывает оплатить сессию.

137. Ключевая идея гуманистической психотерапии состоит в том, что:

A) Люди являются продуктом своих инстинктов.

B) Поведение определяется стимулами и реакциями.

C) В каждом человеке заложен потенциал к росту и самоактуализации.

D) Все проблемы коренятся в иррациональных мыслях.

138. Какой из этих вопросов НЕ является типичным для начальной стадии психотерапии?

A) Что привело вас на терапию?

B) Какие у вас ожидания от нашей совместной работы?

C) Готовы ли вы немедленно простить всех своих обидчиков?

D) Есть ли что-то, о чем вам особенно важно рассказать сегодня?

139. Основная задача при работе с «сопротивлением» клиента (перефразированный вопрос):

A) Заставить клиента подчиниться.

B) Понять причины и функции сопротивления, помочь клиенту осознать его.

C) Проигнорировать его, чтобы не усугублять.

D) Отправить клиента к другому специалисту.

140. Системная семейная терапия предполагает, что проблема одного члена семьи («идентифицированного пациента»):

A) Является исключительно его личной проблемой.

B) Часто является симптомом дисфункции всей семейной системы.

C) Вызвана только генетическими факторами.

D) Может быть решена без участия других членов семьи.

141. Что является нарушением этического принципа конфиденциальности?

A) Обсуждение случая клиента с супервизором без указания идентифицирующих данных.

B) Рассказ о деталях случая клиента друзьям или родственникам.

C) Предоставление информации правоохранительным органам при наличии судебного запроса.

D) Ведение записей сессий для служебного пользования.

142. Цель когнитивной реструктуризации в КПТ:

A) Полностью избавиться от негативных мыслей.

B) Выявить, оценить и изменить дисфункциональные (иррациональные, неадаптивные) мысли на более реалистичные и адаптивные.

C) Заменить все мысли позитивными аффирмациями.

D) Понять происхождение мыслей в раннем детстве.

143. «Аутентичность» терапевта, как ее понимал Карл Роджерс (перефразированный вопрос):

A) Терапевт должен быть абсолютно откровенен по поводу всех своих личных проблем.

B) Терапевт должен быть самим собой, искренним и открытым в терапевтических отношениях, не прячась за профессиональной ролью.

C) Терапевт должен идеально соответствовать ожиданиям клиента.

D) Терапевт должен демонстрировать только уверенность и спокойствие.

144. Кто является основателем логотерапии, метода, сосредоточенного на поиске смысла?

A) Зигмунд Фрейд

B) Карл Роджерс

C) Виктор Франкл

D) Альберт Эллис

145. «Недирективный» подход в консультировании и психотерапии означает, что терапевт:

A) Дает клиенту четкие инструкции и советы.

B) Активно направляет беседу и определяет темы для обсуждения.

C) Создает условия, в которых клиент сам исследует свои проблемы и находит решения, а терапевт выступает скорее как фасилитатор.

D) Не проявляет никакой инициативы в ходе сессии.

146. Что НЕ входит в компетенцию психотерапевта (если он не является также врачом-психиатром)?

A) Проведение психологической диагностики.

B) Назначение медикаментозного лечения.

C) Использование психотерапевтических техник.

D) Консультирование по вопросам межличностных отношений.

147. Понятие «эмпатия» в психотерапии означает (перефразированный вопрос):

A) Чувство жалости к клиенту.

B) Способность терапевта точно воспринимать и понимать эмоциональное состояние клиента, как бы входя в его внутренний мир.

C) Согласие со всеми мыслями и поступками клиента.

D) Предоставление эмоциональной поддержки путем рассказывания собственных историй.

148. Основная идея психоанализа заключается в том, что:

A) Поведение человека определяется его мыслями.

B) Многие психологические проблемы коренятся в бессознательных конфликтах и раннем детском опыте.

C) Люди стремятся к самоактуализации.

D) Проблемы возникают из-за неправильного научения.

149. Что такое «контрперенос» в психотерапии (перефразированный вопрос)?

A) Реакция клиента на слова терапевта.

B) Эмоциональный отклик терапевта на клиента, который может быть связан с личным опытом терапевта, а не только с актуальной ситуацией клиента.

C) Осознанный выбор терапевтом определенной стратегии поведения.

D) Способность терапевта контролировать свои эмоции.

150. «Терапевтический альянс» – это (перефразированный вопрос):

A) Дружеские отношения между клиентом и терапевтом.

B) Качество совместной работы и эмоциональной связи между клиентом и терапевтом, направленное на достижение целей терапии.

C) Формальное соглашение об оплате.

D) Соперничество между различными терапевтическими подходами.

Часть 4: Психотерапевтический процесс, этика и разнообразие подходов

151. Сократический диалог – это техника, часто используемая в когнитивной терапии для:

A) Прямого убеждения клиента в его неправоте.

B) Помощи клиенту самостоятельно исследовать и оспаривать свои дисфункциональные мысли через серию вопросов.

C) Сбора анамнеза о детстве клиента.

D) Установления эмоционального контакта.

152. Что является ОСНОВНЫМ фокусом внимания для терапевта, работающего в рамках поведенческого подхода?

A) Скрытые бессознательные желания клиента.

B) Конкретные наблюдаемые действия клиента и факторы среды, их подкрепляющие.

C) Экзистенциальные тревоги и поиск смысла жизни.

D) Структура семейных взаимоотношений.

153. Если клиент постоянно ищет одобрения у терапевта и боится высказывать собственное мнение, это может быть индикатором:

A) Высокой степени доверия.

B) Зависимых паттернов поведения или переноса.

C) Успешного хода терапии.

D) Полного отсутствия сопротивления.

154. Какое из утверждений об использовании юмора в психотерапии является наиболее корректным?

A) Юмор абсолютно недопустим в терапевтическом процессе.

B) Юмор может быть полезным инструментом, если используется уместно, тактично и в интересах клиента, способствуя альянсу и снижению напряжения.

C) Юмор должен использоваться только для развлечения клиента.

D) Чем больше юмора, тем эффективнее терапия.

155. «Инсайт» в психотерапии (перефразированный вопрос) – это:

A) Согласие клиента с любым утверждением терапевта.

B) Внезапное озарение, приводящее к новому пониманию своих проблем, их причин и связей.

C) Способность предвидеть будущее.

D) Простое накопление информации о себе без эмоционального отклика.

156. Какой вид терапии делает акцент на восстановлении способности клиента к целостному восприятию себя и мира, а также на завершении «незавершенных дел»?

A) Рационально-эмотивно-поведенческая терапия.

B) Гештальт-терапия.

C) Классический психоанализ.

D) Системная семейная терапия.

157. Этическая обязанность психотерапевта сохранять в тайне информацию, полученную от клиента, называется:

A) Супервизия.

B) Конфиденциальность.

C) Интерпретация.

D) Конфронтация.

158. Что из перечисленного НЕ является целью начального этапа психотерапии?

A) Установление терапевтического альянса.

B) Сбор информации (анамнеза) и формулирование запроса.

C) Немедленное и полное разрешение всех глубинных конфликтов клиента.

D) Обсуждение рамок терапии (сеттинга).

159. «Персона» в юнгианской психологии – это:

A) Истинное «Я» человека.

B) Социальная маска, которую человек предъявляет миру.

C) Подавленная, теневая сторона личности.

D) Архетип матери.

160. Если психотерапевт начинает регулярно задерживать начало сессий или сокращать их время без уважительной причины, это может рассматриваться как:

A) Проявление гибкости.

B) Непрофессиональное поведение и нарушение терапевтического контракта.

C) Способ проверить мотивацию клиента.

D) Незначительная деталь, не влияющая на процесс.

161. «Моделирование» как терапевтическая техника заключается в том, что:

A) Клиент создает модели своих проблем из глины.

B) Терапевт или другой человек демонстрирует желаемое поведение, которое клиент затем учится воспроизводить.

C) Терапевт строит теоретическую модель личности клиента.

D) Клиент моделирует ситуации из будущего.

162. Какая из школ психотерапии НЕ делает основной акцент на прошлом опыте клиента?

A) Психоанализ.

B) Некоторые формы краткосрочной терапии, ориентированной на решение (например, Solution-Focused Brief Therapy).

C) Психодинамическая терапия.

D) Юнгианский анализ.

163. Двойные отношения (например, терапевт является также другом или бизнес-партнером клиента) являются проблематичными, так как (перефразированный вопрос):

A) Это всегда приводит к улучшению терапевтического альянса.

B) Это может привести к конфликту интересов, эксплуатации клиента и потере объективности терапевта.

C) Это экономит время и деньги клиента.

D) Это стандартная практика в большинстве культур.

164. Основной принцип клиент-центрированной терапии Карла Роджерса – это создание терапевтом условий для:

A) Директивного научения клиента правильному поведению.

B) Самостоятельного роста и развития клиента через принятие, эмпатию и конгруэнтность.

C) Глубинного анализа бессознательных конфликтов.

D) Быстрого устранения симптомов с помощью техник.

165. «Свободно плавающее внимание» – это состояние, к которому стремится:

A) Клиент в гештальт-терапии.

B) Психоаналитик во время слушания свободных ассоциаций клиента.

C) Когнитивно-поведенческий терапевт при составлении плана сессии.

D) Клиент во время гипнотического транса.

166. Что такое «эмоциональное отреагирование» (катарсис) в психотерапевтическом процессе?

A) Интеллектуальное понимание сути проблемы.

B) Высвобождение и переживание ранее подавленных или заблокированных эмоций.

C) Отказ от выражения любых эмоций.

D) Согласие с интерпретациями терапевта.

167. Если терапевт обнаруживает, что его личные ценности сильно расходятся с ценностями клиента и это мешает работе, ему следует:

A) Убедить клиента принять его систему ценностей.

B) Прекратить терапию и, возможно, направить клиента к другому специалисту.

C) Игнорировать этот факт и продолжать работу.

D) Снизить стоимость сессий.

168. «Закон эффекта» Торндайка, лежащий в основе некоторых поведенческих техник, гласит, что:

A) Поведение, за которым следует вознаграждение, имеет тенденцию повторяться.

B) Все поведение обусловлено бессознательными влечениями.

C) Мысли определяют эмоции.

D) Люди стремятся к самоактуализации.

169. В транзактном анализе «поглаживания» (strokes) – это:

A) Физические прикосновения.

B) Единицы признания (вербальные или невербальные, позитивные или негативные).

C) Скрытые транзакции.

D) Жизненные сценарии.

170. Какой подход может использовать технику «шкалирования» (например, «оцените свое настроение по шкале от 1 до 10»)?

A) Классический психоанализ.

B) Когнитивно-поведенческая терапия и некоторые виды краткосрочной терапии.

C) Юнгианский анализ.

D) Экзистенциальная терапия.

171. Важнейшим условием эффективности психотерапии является (перефразированный вопрос):

A) Высокий интеллект клиента.

B) Активная вовлеченность клиента в процесс и его готовность к изменениям.

C) Использование терапевтом самых модных техник.

D) Длительность терапии не менее трех лет.

172. Фокус на осознании собственных потребностей и способов их удовлетворения в контакте со средой характерен для:

A) Психоанализа.

B) Гештальт-терапии.

C) Поведенческой терапии.

D) Рационально-эмотивной терапии.

173. Если клиент регулярно отменяет сессии в последний момент, терапевту следует:

A) Игнорировать это, чтобы не портить отношения.

B) Обсудить это с клиентом как возможное проявление сопротивления или других трудностей.

C) Всегда требовать полную оплату пропущенных сессий без обсуждения.

D) Немедленно прекратить терапию.

174. «Комплекс Электры» в психоанализе описывает:

A) Бессознательное влечение мальчика к матери и соперничество с отцом.

B) Бессознательное влечение девочки к отцу и соперничество с матерью.

C) Чувство неполноценности.

D) Стремление к власти.

175. Нарушение принципа «не навреди» (non-maleficence) в психотерапии может включать:

A) Использование техник, не соответствующих квалификации терапевта.

B) Установление четких границ.

C) Направление клиента к другому специалисту.

D) Сохранение конфиденциальности.

176. В каком психотерапевтическом подходе особенно важно понятие «здесь и сейчас»?

A) В историко-биографическом подходе.

B) В гештальт-терапии и экзистенциальной терапии.

C) В классическом психоанализе, фокусирующемся на прошлом.

D) В терапии, основанной на анализе письменных нарративов.

177. Основная цель терапии принятия и ответственности (ACT - Acceptance and Commitment Therapy):

A) Полностью устранить все негативные мысли и чувства.

B) Помочь клиенту принять свои внутренние переживания (мысли, чувства) и при этом совершать ценностно-ориентированные действия.

C) Раскрыть вытесненные детские травмы.

D) Изменить структуру личности клиента.

178. Что такое «эмпатия» со стороны терапевта (перефразированный вопрос)?

A) Давать клиенту советы, основанные на собственном опыте.

B) Испытывать те же эмоции, что и клиент, и полностью погружаться в них.

C) Способность понимать и разделять чувства клиента, глядя на мир его глазами, сохраняя при этом профессиональную позицию.

D) Демонстрировать клиенту свое сочувствие через жалость.

179. Психотерапия НЕ является:

A) Процессом, требующим активного участия клиента.

B) Способом получения готовых ответов и решений от терапевта.

C) Отношениями, основанными на доверии и конфиденциальности.

D) Методом, направленным на улучшение психологического благополучия.

180. «Терапевтический контракт» или соглашение обычно НЕ включает:

A) Частоту и длительность сессий.

B) Гарантию 100% успеха и полного излечения в конкретные сроки.

C) Правила оплаты и отмены сессий.

D) Принципы конфиденциальности.

181. Если терапевт чувствует сильное раздражение или скуку во время работы с определенным клиентом, это может быть сигналом:

A) Что клиент «неправильный» или «не терапевтичный».

B) О наличии контрпереносных реакций у терапевта, требующих осмысления (возможно, на супервизии).

C) Что терапевту нужно немедленно прекратить работу с этим клиентом.

D) Что терапия проходит успешно.

182. Какой из методов наиболее характерен для психоаналитической терапии?

A) Экспозиция in vivo.

B) Анализ переноса и контрпереноса.

C) Техника «пустого стула».

D) Обучение навыкам релаксации.

183. Принцип «безусловного положительного принятия» клиента (по Роджерсу) означает, что терапевт:

A) Должен одобрять все действия клиента.

B) Принимает клиента как личность со всеми его чувствами и переживаниями, не осуждая и не выставляя условий для своего принятия.

C) Должен испытывать к клиенту только положительные эмоции.

D) Игнорирует негативные стороны личности клиента.

184. Основная задача системной семейной психотерапии (перефразированный вопрос):

A) Найти «виноватого» в семейных проблемах.

B) Изменить дисфункциональные паттерны взаимодействия и коммуникации внутри семейной системы.

C) Провести индивидуальную терапию с каждым членом семьи по отдельности.

D) Дать семье готовые инструкции по правильному поведению.

185. Профессиональная этика психотерапевта требует:

A) Делиться подробностями своей личной жизни с клиентами для установления доверия.

B) Строго соблюдать конфиденциальность, за исключением законодательно оговоренных случаев.

C) Гарантировать клиенту достижение всех его целей.

D) Поддерживать дружеские отношения с клиентами после завершения терапии.

186. «Когнитивная ошибка», такая как «чтение мыслей» (предположение, что мы знаем, о чем думают другие), является мишенью для работы в:

A) Гештальт-терапии.

B) Когнитивно-поведенческой терапии.

C) Психоанализе.

D) Экзистенциальной терапии.

187. Цель использования техники «пустого стула» в гештальт-терапии:

A) Дать клиенту отдохнуть.

B) Помочь клиенту выразить и проработать чувства к значимому человеку или к различным частям своей личности через диалог с «воображаемым» собеседником.

C) Проверить актерские способности клиента.

D) Проанализировать сновидения клиента.

188. Что НЕ является компонентом эмпатического ответа терапевта?

A) Отражение чувств клиента.

B) Осуждение или критика переживаний клиента.

C) Попытка понять уникальный опыт клиента.

D) Демонстрация внимания и понимания.

189. «Сопротивление» клиента в процессе психотерапии (перефразированный вопрос):

A) Всегда является признаком того, что терапия неэффективна.

B) Может быть бессознательной защитой от болезненных переживаний или изменений, и его исследование важно для процесса.

C) Является исключительно сознательным нежеланием клиента сотрудничать.

D) Требует немедленного прекращения терапевтических отношений.

190. Ключевое отличие психотерапевтических отношений от дружеских заключается в:

A) Наличии оплаты.

B) Односторонней направленности на благополучие клиента, использовании специальных знаний и техник, четких границах и отсутствии взаимности в самораскрытии.

C) Возможности обсуждать любые темы.

D) Длительности отношений.

191. Понятие «самоактуализация» было введено и активно использовалось:

A) Зигмундом Фрейдом.

B) Абрахамом Маслоу и Карлом Роджерсом (в рамках гуманистической психологии).

C) Б.Ф. Скиннером.

D) Аароном Беком.

192. Если клиент рассказывает о совершенном им преступлении, о котором неизвестно властям, психотерапевт (в большинстве юрисдикций):

A) Обязан немедленно сообщить в полицию.

B) Должен сохранить конфиденциальность, если нет непосредственной угрозы другим лицам. (Правовые нормы могут варьироваться).

C) Должен убедить клиента сдаться властям.

D) Может использовать эту информацию для шантажа.

193. Основная идея экзистенциальной психотерапии заключается в том, что:

A) Проблемы человека вызваны иррациональными мыслями.

B) Человек сталкивается с фундаментальными данностями существования (смерть, свобода, изоляция, бессмысленность) и его реакции на них определяют его психологическое состояние.

C) Поведение формируется через научение.

D) Детские травмы являются причиной всех взрослых проблем.

194. «Рабочий альянс» в психотерапии – это (перефразированный вопрос):

A) Конкуренция между клиентом и терапевтом.

B) Сотрудничество и доверительные отношения между клиентом и терапевтом, направленные на достижение терапевтических целей.

C) Формальный договор об услугах, не включающий эмоциональный компонент.

D) Группа поддержки для терапевтов.

195. Что НЕ является показанием для обращения к психотерапевту?

A) Длительное чувство подавленности и апатии.

B) Желание получить совет по поводу выбора профессии от авторитетного лица.

C) Сложности в построении и поддержании близких отношений.

D) Навязчивые страхи, мешающие повседневной жизни.

196. В психоанализе особое внимание уделяется анализу:

A) Социальных навыков клиента.

B) Сновидений, свободных ассоциаций, переноса и сопротивления.

C) Уровня самооценки клиента по стандартным опросникам.

D) Автоматических мыслей и когнитивных искажений.

197. «Конгруэнтность» терапевта (по Роджерсу) означает, что терапевт (перефразированный вопрос):

A) Всегда соглашается с клиентом.

B) Является подлинным, искренним и открытым в своих проявлениях в терапевтическом контакте.

C) Обладает такими же проблемами, как и клиент.

D) Строго придерживается теоретических догм своего подхода.

198. Основная цель поведенческой терапии:

A) Достижение глубокого инсайта о детских травмах.

B) Изменение конкретных неадаптивных форм поведения и научение новым, более адаптивным.

C) Исследование экзистенциальных вопросов.

D) Гармонизация отношений в семейной системе.

199. Если во время сессии клиент начинает проявлять агрессию по отношению к терапевту, последнему следует:

A) Ответить агрессией на агрессию.

B) Немедленно прекратить сессию и отказаться от дальнейшей работы.

C) Постараться понять причину агрессии, сохранить спокойствие, обеспечить безопасность и обсудить произошедшее с клиентом (если это возможно и безопасно).

D) Игнорировать агрессию, как будто ничего не произошло.

200. Успешное завершение психотерапии характеризуется:

A) Полной зависимостью клиента от терапевта.

B) Достижением поставленных целей, улучшением функционирования клиента и его способности справляться с трудностями самостоятельно.

C) Тем, что клиент перестает испытывать какие-либо негативные эмоции.

D) Прохождением определенного количества сессий, независимо от результата.

Часть 5: Нюансы психотерапевтической практики и сравнение подходов

201. «Защитный механизм» в психоаналитической теории – это:

A) Сознательная стратегия поведения для достижения цели.

B) Бессознательный психический процесс, направленный на минимизацию негативных переживаний (например, тревоги, вины).

C) Признак слабости характера.

D) Способ манипулирования другими людьми.

202. Какое из утверждений наиболее точно описывает роль психотерапевта в большинстве гуманистических подходов?

A) Эксперт, ставящий диагноз и назначающий лечение.

B) Фасилитатор, создающий условия для самоисследования и личностного роста клиента.

C) Тренер, обучающий конкретным навыкам поведения.

D) Аналитик, интерпретирующий бессознательные конфликты.

203. Если клиент испытывает сильные чувства к терапевту, которые являются отражением его отношений со значимой фигурой из прошлого (например, матерью), это явление называется (перефразированный вопрос):

A) Эмпатия.

B) Перенос (трансфер).

C) Инсайт.

D) Конфронтация.

204. Ключевой задачей когнитивной терапии является:

A) Исследование детских воспоминаний.

B) Выявление и изменение дисфункциональных (неадаптивных) мыслей и убеждений.

C) Достижение катарсиса через выражение эмоций.

D) Анализ сновидений.

205. Что НЕ является этическим требованием к психотерапевту?

A) Постоянное профессиональное развитие и повышение квалификации.

B) Гарантия клиенту достижения конкретных результатов в определенные сроки.

C) Уважение автономии и права выбора клиента.

D) Соблюдение конфиденциальности.

206. В гештальт-терапии большое внимание уделяется:

A) Интерпретации символов из сновидений.

B) Осознанию текущего опыта («здесь и сейчас») и целостности личности.

C) Анализу жизненного сценария, написанного в детстве.

D) Обучению социальным навыкам через ролевые игры.

207. «Рационализация» как защитный механизм – это:

A) Способность мыслить логично и рационально.

B) Бессознательная попытка найти приемлемые (но не истинные) причины для своего поведения или чувств.

C) Отказ признавать реальность проблемы.

D) Перенаправление импульсов на более безопасный объект.

208. Какой из подходов в наибольшей степени фокусируется на бессознательных процессах?

A) Поведенческая терапия.

B) Психодинамическая терапия (включая психоанализ).

C) Когнитивная терапия.

D) Клиент-центрированная терапия.

209. Принцип «информированного согласия» означает, что клиент должен быть осведомлен о (перефразированный вопрос):

A) Личной жизни психотерапевта.

B) Методах, целях, возможных рисках, альтернативах терапии, условиях оплаты и конфиденциальности.

C) Статистике успешности данного терапевта.

D) Предпочтениях терапевта в выборе методов.

210. «Терапевтический сеттинг» (рамки терапии) важен потому, что:

A) Он создает ощущение безопасности, предсказуемости и стабильности, необходимых для терапевтической работы.

B) Он позволяет терапевту контролировать клиента.

C) Он является формальностью, не влияющей на процесс.

D) Он гарантирует быстрое достижение результата.

211. Если терапевт испытывает сильные неадекватные эмоциональные реакции на клиента, обусловленные собственным прошлым, это пример (перефразированный вопрос):

A) Адекватной эмпатии.

B) Контрпереноса.

C) Объективного анализа ситуации.

D) Профессиональной интуиции.

212. Основной вклад Карла Роджерса в психотерапию заключается в:

A) Разработке теории когнитивных искажений.

B) Описании стадий психосексуального развития.

C) Акцентировании важности терапевтических условий (эмпатии, безусловного принятия, конгруэнтности) для личностного роста клиента.

D) Создании техник для работы с сопротивлением.

213. Что из перечисленного НЕ является типичной задачей для системного семейного терапевта?

A) Исследование паттернов коммуникации в семье.

B) Поиск индивидуальных бессознательных конфликтов каждого члена семьи как основной причины проблем.

C) Изменение семейных правил и ролей.

D) Работа с семейной историей и межпоколенческими паттернами.

214. «Вытеснение» в психоанализе – это:

A) Сознательное усилие забыть что-то неприятное.

B) Бессознательный механизм удаления из сознания неприемлемых мыслей, чувств или воспоминаний.

C) Перенос своих чувств на другого человека.

D) Замещение одного желания другим.

215. Этика психотерапии запрещает двойные отношения, так как они (перефразированный вопрос):

A) Увеличивают эффективность терапии.

B) Могут привести к потере объективности, эксплуатации клиента и размыванию профессиональных границ.

C) Являются слишком дорогостоящими для клиента.

D) Требуют от терапевта чрезмерной эмоциональной вовлеченности.

216. В поведенческой терапии для устранения нежелательного поведения может использоваться:

A) Анализ сновидений.

B) Техники угашения или негативного подкрепления (реже и с осторожностью).

C) Интерпретация переноса.

D) Исследование экзистенциальных данностей.

217. Если клиент выражает желание прекратить терапию, психотерапевту следует:

A) Убедить клиента остаться любой ценой.

B) Обсудить с клиентом его решение, возможные причины, подвести итоги работы и уважать его выбор.

C) Игнорировать это заявление и продолжать как обычно.

D) Выразить свое разочарование и обиду.

218. Понятие «экзистенциальной тревоги» связано с:

A) Конкретными фобиями (например, боязнью пауков).

B) Тревогой, возникающей из-за столкновения с фундаментальными аспектами человеческого существования (смерть, свобода, одиночество, отсутствие смысла).

C) Социальной тревожностью.

D) Паническими атаками.

219. Супервизия для психотерапевта необходима для (перефразированный вопрос):

A) Получения указаний, как именно вести каждую сессию.

B) Обеспечения профессионального роста, анализа сложных случаев, предотвращения выгорания и получения поддержки от более опытного коллеги.

C) Отчета перед начальством о проделанной работе.

D) Прохождения личной терапии под видом консультации.

220. «Позитивное подкрепление» в бихевиоризме – это:

A) Наказание за нежелательное поведение.

B) Предъявление приятного стимула после совершения желаемого поведения, что увеличивает вероятность его повторения.

C) Игнорирование поведения.

D) Устранение неприятного стимула.

221. Целью транзактного анализа Эрика Берна является:

A) Достижение полной независимости от других людей.

B) Помощь клиенту в осознании его эго-состояний, сценариев жизни и игр, а также в достижении автономии.

C) Интерпретация архетипов.

D) Устранение всех негативных эмоций.

222. Психотерапевт, придерживающийся когнитивного подхода, скорее всего, задаст клиенту вопрос:

A) Что вы чувствовали в теле, когда это произошло?

B) Какие мысли пришли вам в голову в тот момент?

C) На кого из ваших родителей я сейчас похож(а) для вас?

D) Какой смысл вы видите в этом событии для вашей жизни в целом?

223. Что является наиболее важным фактором, влияющим на успешность психотерапии, согласно многим исследованиям?

A) Конкретный психотерапевтический метод.

B) Качество терапевтического альянса (отношений между клиентом и терапевтом).

C) Длительность терапии.

D) Возраст и пол терапевта.

224. «Сопротивление» как феномен психотерапии (перефразированный вопрос):

A) Всегда является сознательным саботажем со стороны клиента.

B) Это естественная часть процесса, отражающая сложность изменений и внутренние конфликты, и требует бережного исследования.

C) Должно быть немедленно «сломлено» терапевтом.

D) Указывает на некомпетентность терапевта.

225. В каком случае нарушение конфиденциальности психотерапевтом является оправданным и даже обязательным?

A) Если клиент рассказывает о своих сексуальных фантазиях.

B) Если клиент сообщает о непосредственной угрозе причинения вреда себе или другим конкретным лицам.

C) Если лучший друг клиента просит рассказать о его проблемах.

D) Если терапевт хочет обсудить интересный случай с коллегой в неформальной обстановке, упоминая имя клиента.

226. Основной инструмент психотерапевта в клиент-центрированной терапии – это:

A) Набор техник и упражнений.

B) Личность самого терапевта и его способность создавать эмпатическую, принимающую и конгруэнтную атмосферу.

C) Фармакологические препараты.

D) Интерпретация бессознательного.

227. Понятие «проекция» в психологии означает:

A) Планирование будущего.

B) Бессознательное приписывание собственных неприемлемых мыслей, чувств или мотивов другим людям.

C) Способность сопереживать другому.

D) Подавление нежелательных воспоминаний.

228. Какой из этих запросов НАИМЕНЕЕ подходит для краткосрочной психотерапии?

A) Помощь в преодолении страха публичных выступлений.

B) Поддержка при переживании недавней утраты.

C) Глубокая проработка множественных детских травм и полная перестройка личности.

D) Разрешение конкретного конфликта на работе.

229. «Аутентичность» (конгруэнтность) психотерапевта предполагает, что он (перефразированный вопрос):

A) Всегда говорит клиенту только то, что тот хочет услышать.

B) Искренен, его слова не расходятся с его внутренними переживаниями и поведением в терапевтическом контакте.

C) Является идеальным и лишенным недостатков человеком.

D) Строго следует протоколу сессии, не проявляя личных реакций.

230. Основное отличие психотерапии от бытовой психологической поддержки (например, разговора с другом) заключается в (перефразированный вопрос):

A) Платности услуг.

B) Профессиональной подготовке терапевта, использовании специальных методов, структурированности процесса, этических рамках и фокусе на клиенте.

C) Гарантии решения всех проблем.

D) Отсутствии эмоциональной вовлеченности со стороны терапевта.

231. Что такое «интернализация» в психологическом контексте?

A) Процесс вынесения внутренних конфликтов вовне.

B) Процесс усвоения внешних норм, ценностей, установок, превращения их во внутренние.

C) Сопротивление внешнему влиянию.

D) Потеря связи с реальностью.

232. Психотерапия НЕ ставит своей целью:

A) Улучшение самопонимания клиента.

B) Изменение личности клиента согласно идеалам терапевта или общества.

C) Развитие навыков совладания со стрессом.

D) Облегчение эмоционального дистресса.

233. «Перенос» (трансфер) является ключевым понятием для понимания и работы в:

A) Поведенческой терапии.

B) Психодинамической терапии.

C) Когнитивной терапии.

D) Рационально-эмотивной терапии.

234. Завершение (терминация) психотерапии должно включать:

A) Внезапное объявление терапевта об окончании.

B) Обсуждение достигнутого прогресса, чувств по поводу расставания, планов на будущее и предотвращение рецидивов.

C) Обещание клиента никогда больше не обращаться за помощью.

D) Передачу клиента другому специалисту без его согласия.

235. Этическая дилемма – это ситуация, когда:

A) Клиент не выполняет домашнее задание.

B) Психотерапевт должен выбрать между двумя или более противоречащими друг другу этическими принципами.

C) Терапевт устал.

D) Клиент выражает несогласие с интерпретацией.

236. Гуманистическая психология, в отличие от психоанализа, подчеркивает:

A) Роль бессознательных инстинктов.

B) Свободу воли, ответственность и стремление человека к самоактуализации.

C) Детерминированность поведения прошлым опытом.

D) Важность защитных механизмов.

237. Какая техника используется в поведенческой терапии для лечения фобий путем постепенного сближения с пугающим объектом или ситуацией?

A) Анализ сновидений.

B) Систематическая десенсибилизация или экспозиционная терапия.

C) Свободные ассоциации.

D) Техника «пустого стула».

238. «Рабочий альянс» – это сотрудничество между клиентом и терапевтом, основанное на (перефразированный вопрос):

A) Слепом подчинении клиента терапевту.

B) Доверии, взаимном уважении и согласии относительно целей и задач терапии.

C) Личной симпатии и дружеских чувствах.

D) Страхе клиента перед авторитетом терапевта.

239. Нарушением профессиональных границ НЕ является:

A) Принятие дорогих подарков от клиента.

B) Встречи с клиентом в неформальной обстановке (кафе, дом клиента).

C) Четкое соблюдение времени начала и окончания сессий.

D) Обсуждение с клиентом интимных подробностей личной жизни терапевта.

240. В когнитивной терапии дисфункциональные мысли считаются:

A) Неизменными чертами личности.

B) Привычными паттернами мышления, которые можно выявить и изменить.

C) Результатом исключительно химического дисбаланса в мозге.

D) Всегда полностью осознаваемыми клиентом.

241. «Ид», «Эго» и «Супер-Эго» – это компоненты структуры личности в теории:

A) Карла Роджерса.

B) Зигмунда Фрейда.

C) Аарона Бека.

D) Фрица Перлза.

242. Психотерапевт обязан хранить в тайне информацию о клиенте, за исключением случаев (перефразированный вопрос):

A) Когда клиент сам разрешил раскрыть информацию.

B) Когда существует непосредственная угроза жизни или здоровью клиента или других лиц.

C) Когда этого требует закон (например, судебное предписание).

D) Все вышеперечисленное.

243. Основная цель экзистенциальной психотерапии (перефразированный вопрос):

A) Научить клиента позитивно мыслить.

B) Помочь клиенту осознать и принять свою ответственность за выборы в жизни и найти собственный смысл существования перед лицом экзистенциальных данностей.

C) Избавить клиента от всех страданий.

D) Проанализировать его детские комплексы.

244. Качество эмпатии психотерапевта выражается в его способности (перефразированный вопрос):

A) Давать точные советы.

B) Глубоко понимать и отражать чувства и переживания клиента, как бы становясь на его место, но не сливаясь с ним.

C) Испытывать жалость к клиенту.

D) Рассказывать о собственном похожем опыте.

245. Гештальт-терапия придает особое значение:

A) Прошлому опыту как единственному определяющему фактору.

B) Осознаванию клиентом своих актуальных потребностей, чувств и телесных проявлений в контакте со средой «здесь и сейчас».

C) Интерпретации сновидений как символического выражения бессознательного.

D) Логическому анализу иррациональных убеждений.

246. Что НЕ является признаком здоровых терапевтических отношений?

A) Доверие и безопасность.

B) Зависимость клиента от терапевта, неспособность принимать решения без его одобрения.

C) Уважение к границам.

D) Сотрудничество в достижении целей.

247. «Интроекция» – это психологический процесс, при котором:

A) Человек проецирует свои качества на других.

B) Человек некритично усваивает чужие взгляды, убеждения или ценности, как если бы они были его собственными.

C) Человек вытесняет неприятные мысли.

D) Человек изолирует эмоции от мыслей.

248. Основной фокус системной семейной терапии (перефразированный вопрос):

A) Индивидуальные проблемы каждого члена семьи.

B) Паттерны взаимодействия, коммуникации и взаимоотношений внутри семьи как системы.

C) Генетическая предрасположенность к расстройствам.

D) Личные истории успеха терапевта.

249. Сопротивление клиента изменениям в терапии – это:

A) Признак того, что клиент не хочет улучшений.

B) Часто бессознательный процесс, связанный со страхом перед новым, с привычными паттернами или вторичными выгодами от проблемы.

C) Повод для немедленного прекращения терапии.

D) Результат неправильно выбранного терапевтом метода.

250. Психотерапия может быть эффективна для:

A) Решения всех жизненных проблем без усилий со стороны клиента.

B) Людей, готовых к самоисследованию и изменениям, при наличии мотивации и подходящего терапевтического альянса.

C) Только для людей с тяжелыми психическими расстройствами.

D) Только если терапевт обладает сверхъестественными способностями.

Часть 6: Интеграция, оценка и завершение психотерапии

251. Интегративный подход в психотерапии предполагает:

A) Использование исключительно одного теоретического подхода.

B) Сочетание техник и концепций из различных психотерапевтических школ в зависимости от потребностей клиента.

C) Отказ от всех известных теорий и создание совершенно новой.

D) Фокус только на медикаментозном лечении.

252. Что из перечисленного НЕ является признаком того, что клиенту может быть полезна психотерапия?

A) Постоянное чувство тревоги или подавленности.

B) Трудности в отношениях с окружающими.

C) Желание получить волшебное решение всех проблем без собственных усилий.

D) Переживание кризиса или травматического события.

253. «Альянс» или «рабочий союз» в психотерапии (перефразированный вопрос) – это:

A) Соглашение о неразглашении секретов.

B) Качество сотрудничества и взаимопонимания между клиентом и терапевтом, направленное на достижение терапевтических целей.

C) Личная дружба, выходящая за рамки сессий.

D) Группа специалистов, работающих с одним клиентом.

254. Какая из перечисленных техник направлена на изменение поведенческих реакций через постепенное предъявление стимула, вызывающего страх, в безопасной обстановке?

A) Свободные ассоциации.

B) Экспозиционная терапия (или систематическая десенсибилизация).

C) Анализ сновидений.

D) Техника «пустого стула».

255. Основной этический принцип, касающийся отношений психотерапевта и клиента, – это:

A) Поддержание дистанции и формальности любой ценой.

B) Запрет на любые формы эксплуатации клиента и поддержание четких профессиональных границ.

C) Обязательное установление дружеских отношений для лучшего контакта.

D) Предоставление клиенту советов по всем аспектам его жизни.

256. В гештальт-подходе «незавершенный гештальт» означает:

A) Полностью разрешенную ситуацию из прошлого.

B) Незавершенное дело, невыраженную эмоцию или неудовлетворенную потребность, которая продолжает влиять на настоящее.

C) Рисунок, который клиент не успел дорисовать.

D) Сознательное решение отложить проблему на потом.

257. «Конфронтация» в психотерапии, если она используется конструктивно, это:

A) Агрессивное обвинение клиента.

B) Деликатное указание клиенту на противоречия в его словах, поведении или чувствах с целью повышения его осознанности.

C) Отказ терапевта обсуждать определенные темы.

D) Соревнование между клиентом и терапевтом.

258. Для какого подхода характерно исследование «жизненного сценария» клиента?

A) Для поведенческой терапии.

B) Для транзактного анализа.

C) Для когнитивной терапии.

D) Для клиент-центрированной терапии.

259. «Информированное согласие» перед началом психотерапии (перефразированный вопрос) – это:

A) Формальность, не имеющая большого значения.

B) Процесс предоставления клиенту полной информации о терапии для принятия им осознанного решения об участии.

C) Обязательство клиента посещать все назначенные сессии.

D) Согласие клиента на использование его случая в научных публикациях без анонимности.

260. Если психотерапевт постоянно рассказывает о своих проблемах клиенту, это является:

A) Проявлением эмпатии и открытости.

B) Нарушением профессиональных границ и смещением фокуса с потребностей клиента.

C) Способом укрепить терапевтический альянс.

D) Стандартной практикой в большинстве подходов.

261. Понятие «бессознательное сопротивление» в психотерапии означает, что клиент (перефразированный вопрос):

A) Сознательно и намеренно мешает терапевту.

B) Неосознанно избегает болезненных тем или изменений, используя различные защитные маневры.

C) Просто ленив и немотивирован.

D) Не доверяет данному конкретному терапевту.

262. Какая характеристика НЕ является ключевой для роджерсианского (клиент-центрированного) терапевта?

A) Эмпатия.

B) Директивность и активное наставничество.

C) Безусловное положительное принятие.

D) Конгруэнтность (подлинность).

263. Основная цель психоаналитической терапии – это:

A) Быстрое устранение симптомов.

B) Достижение инсайта относительно бессознательных конфликтов и их проработка для структурных изменений личности.

C) Обучение новым поведенческим навыкам.

D) Коррекция иррациональных убеждений.

264. «Телесное осознавание» и работа с ощущениями в теле являются важным элементом в:

A) Рационально-эмотивно-поведенческой терапии.

B) Гештальт-терапии и телесно-ориентированной психотерапии.

C) Классическом психоанализе.

D) Когнитивной терапии Аарона Бека.

265. Соблюдение конфиденциальности означает, что психотерапевт (перефразированный вопрос):

A) Никогда и ни при каких обстоятельствах не может раскрывать информацию о клиенте.

B) Не будет раскрывать информацию о клиенте третьим лицам без его согласия, за исключением установленных законом случаев (угроза жизни и т.п.).

C) Может обсуждать случай клиента с кем угодно, если не называет его имени.

D) Обязан делиться информацией с родственниками клиента по их первому требованию.

266. «Самораскрытие» терапевта (рассказ о себе) в психотерапии:

A) Абсолютно запрещено во всех подходах.

B) Может быть уместным и полезным в некоторых случаях, если оно кратко, служит интересам клиента и укрепляет альянс, но требует большой осторожности.

C) Является основной техникой для установления доверия.

D) Должно быть максимально подробным, чтобы клиент лучше знал терапевта.

267. Цель экзистенциальной терапии – помочь клиенту:

A) Избавиться от всех негативных чувств.

B) Найти аутентичный способ бытия в мире, принимая на себя ответственность за свой выбор и находя смысл.

C) Адаптироваться к требованиям общества.

D) Изменить свои мысли на более позитивные.

268. В процессе завершения психотерапии (терминации) важно:

A) Избегать обсуждения чувств по поводу расставания, чтобы не расстраивать клиента.

B) Проанализировать достигнутые результаты, обсудить чувства, связанные с окончанием, и подготовить клиента к самостоятельной жизни.

C) Назначить как можно больше «прощальных» сессий.

D) Гарантировать, что клиент никогда больше не столкнется с проблемами.

269. «Вторичная выгода» от симптома – это:

A) Основная причина возникновения симптома.

B) Неосознаваемые преимущества или бонусы, которые клиент получает от наличия проблемы или симптома (например, внимание, избегание ответственности).

C) Сознательная симуляция болезни.

D) Удовольствие, получаемое от самого симптома.

270. Какой из подходов фокусируется на изменении дисфункциональных семейных паттернов и взаимодействий?

A) Индивидуальная психоаналитическая терапия.

B) Системная семейная психотерапия.

C) Клиент-центрированная терапия.

D) Юнгианский анализ.

271. Психотерапевт, который чувствует себя истощенным, циничным по отношению к работе и сомневается в своих профессиональных достижениях, скорее всего, испытывает:

A) Профессиональный рост.

B) Синдром профессионального выгорания.

C) Контрперенос.

D) Чрезмерную эмпатию.

272. Понятие «перенос» (трансфер) в психотерапии обозначает (перефразированный вопрос):

A) Физическое перемещение клиента.

B) Неосознанное проецирование клиентом на терапевта чувств, установок и ожиданий, относящихся к значимым фигурам из его прошлого.

C) Сознательное выражение клиентом своих чувств терапевту.

D) Объективное восприятие клиентом личности терапевта.

273. «Эмпатическое слушание» включает (перефразированный вопрос):

A) Прерывание клиента для дачи советов.

B) Активное внимание, отражение чувств и мыслей клиента, стремление понять его внутренний мир без осуждения.

C) Оценку правильности суждений клиента.

D) Рассказывание собственных историй в ответ.

274. Основная идея когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) заключается в том, что:

A) Проблемы вызваны бессознательными конфликтами.

B) Мысли, чувства и поведение взаимосвязаны, и изменение дисфункциональных мыслей и поведения может привести к улучшению состояния.

C) Все проблемы коренятся в детстве.

D) Главное – это самоактуализация.

275. Что НЕ является задачей психотерапевта?

A) Создавать безопасное пространство для клиента.

B) Навязывать клиенту свои личные убеждения и ценности.

C) Помогать клиенту развивать самосознание.

D) Использовать свои профессиональные знания и навыки на благо клиента.

276. «Катарсис» в психотерапии – это (перефразированный вопрос):

A) Интеллектуальное понимание проблемы без эмоционального компонента.

B) Мощная эмоциональная разрядка, освобождение от подавленных чувств.

C) Сопротивление терапевтическому процессу.

D) Согласие с интерпретацией терапевта.

277. Если терапевт состоит в близких дружеских или романтических отношениях с бывшим клиентом вскоре после окончания терапии, это:

A) Считается нормальной практикой.

B) Часто рассматривается как этически сомнительное или недопустимое из-за возможного использования влияния и сохранения динамики терапевтических отношений.

C) Поощряется для закрепления результатов.

D) Зависит исключительно от желания бывшего клиента.

278. Ключевой аспект гуманистического подхода – это вера в:

A) Изначальную порочность человеческой природы.

B) Внутренние ресурсы и потенциал человека к росту и позитивным изменениям.

C) Определяющую роль инстинктов.

D) Необходимость строгого контроля над поведением.

279. «Сопротивление» в психотерапии может проявляться как:

A) Опоздания, пропуски сессий, молчание, уход от важных тем.

B) Активное участие и готовность к изменениям.

C) Полное согласие со всем, что говорит терапевт.

D) Быстрое достижение всех целей терапии.

280. Психотерапевтический контракт (соглашение) помогает:

A) Установить ясные и предсказуемые рамки для терапевтической работы.

B) Гарантировать полное исцеление.

C) Сделать клиента полностью зависимым от терапевта.

D) Избежать обсуждения сложных тем.

281. «Идентификация с агрессором» – это защитный механизм, при котором человек:

A) Проецирует свою агрессию на других.

B) Бессознательно перенимает черты или поведение человека, который его пугает или которому он завидует, чтобы справиться со страхом.

C) Направляет агрессию на самого себя.

D) Активно борется с агрессором.

282. Что из перечисленного является наиболее точным описанием роли терапевта в психодинамическом подходе?

A) Тренер, обучающий навыкам.

B) Партнер по диалогу, фасилитирующий самораскрытие.

C) Аналитик, помогающий исследовать бессознательные конфликты и паттерны через интерпретацию.

D) Советчик, дающий конкретные рекомендации.

283. Важность осознавания «здесь и сейчас» особенно подчеркивается в:

A) Психоанализе.

B) Гештальт-терапии.

C) Историко-культурном подходе.

D) Бихевиоризме.

284. Если клиент постоянно обесценивает свои достижения и усилия терапевта, это может быть проявлением:

A) Здоровой самокритики.

B) Сопротивления, низкой самооценки или переноса.

C) Объективной оценки ситуации.

D) Готовности к завершению терапии.

285. Процесс получения супервизии для психотерапевта (перефразированный вопрос):

A) Является признаком его некомпетентности.

B) Это важная часть профессионального развития, помогающая улучшать качество работы и заботиться о собственном благополучии.

C) Нужен только в самом начале карьеры.

D) Заменяет личную терапию.

286. «Свободные ассоциации» как метод используются для:

A) Проверки памяти клиента.

B) Получения доступа к бессознательному материалу клиента.

C) Обучения клиента навыкам коммуникации.

D) Развлечения клиента.

287. Установление четких профессиональных границ в психотерапии необходимо для:

A) Демонстрации власти терапевта.

B) Создания безопасного и предсказуемого пространства для клиента, защиты его интересов и предотвращения эксплуатации.

C) Ограничения свободы клиента.

D) Упрощения работы терапевта.

288. «Парадоксальная интенция» – техника, иногда используемая в некоторых подходах (например, логотерапии, некоторых видах КПТ), заключается в том, что клиенту предлагают:

A) Избегать того, чего он боится.

B) Усилить или намеренно вызвать симптом или страх в юмористической или преувеличенной форме.

C) Полностью игнорировать симптом.

D) Найти логическое объяснение своему страху.

289. При выборе психотерапевта НЕ является ключевым фактором:

A) Квалификация и опыт специалиста.

B) Личная симпатия и ощущение доверия (терапевтический альянс).

C) Соответствие подхода терапевта проблемам и предпочтениям клиента.

D) Способность терапевта гарантировать результат за минимальное количество сессий.

290. Что из перечисленного НЕ является типичной целью психотерапии?

A) Повышение уровня самосознания.

B) Изменение клиента в соответствии с ожиданиями его родственников.

C) Развитие более адаптивных способов совладания с трудностями.

D) Улучшение качества межличностных отношений.

291. Если терапевт узнает о готовящемся клиентом тяжком преступлении, он, согласно этическим кодексам и законодательству многих стран:

A) Должен сохранить это в полной тайне.

B) Может быть обязан предпринять действия для предотвращения вреда, включая информирование соответствующих органов.

C) Должен только посоветовать клиенту не делать этого.

D) Должен немедленно прекратить терапию без объяснения причин.

292. «Эмпатия» в терапевтическом контексте – это НЕ:

A) Способность понять чувства другого.

B) Жалость или снисхождение к клиенту.

C) Попытка увидеть мир глазами клиента.

D) Важный компонент терапевтического альянса.

293. Завершение терапии (терминация) – это процесс, который:

A) Всегда должен быть инициирован клиентом.

B) Является важным этапом, требующим обсуждения и подготовки.

C) Происходит автоматически после определенного числа сессий.

D) Должен быть максимально быстрым и безболезненным.

294. «Контрперенос» – это чувства и реакции терапевта на клиента, которые (перефразированный вопрос):

A) Всегда являются объективной оценкой клиента.

B) Могут быть вызваны как актуальным поведением клиента, так и собственным прошлым опытом и неразрешенными конфликтами терапевта.

C) Никогда не должны возникать у опытного специалиста.

D) Всегда негативны.

295. Основной фокус в гуманистической психотерапии делается на:

A) Анализе сновидений и символов.

B) Уникальном опыте клиента, его стремлении к росту, само актуализации и ответственности.

C) Идентификации и изменении иррациональных мыслей.

D) Поведенческом научении и подкреплении.

296. Какое из следующих утверждений о психотерапии наиболее верно?

A) Психотерапия – это пассивный процесс для клиента.

B) Эффективность психотерапии во многом зависит от мотивации клиента и качества терапевтических отношений.

C) Все психотерапевтические подходы одинаково эффективны для всех проблем.

D) Психотерапевт всегда знает, что лучше для клиента.

297. Что является нарушением принципа конфиденциальности со стороны психотерапевта?

A) Обсуждение случая с супервизором с сохранением анонимности клиента.

B) Раскрытие информации о клиенте его работодателю без согласия клиента.

C) Предоставление информации полиции при наличии судебного ордера.

D) Ведение записей о сессиях для служебного пользования.

298. «Терапевтический альянс» – это (перефразированный вопрос):

A) Соглашение об оплате.

B) Совместная работа клиента и терапевта, основанная на доверии, уважении и общих целях.

C) Дружба между клиентом и терапевтом.

D) Группа поддержки для клиентов со схожими проблемами.

299. Целью психотерапии НЕ является:

A) Облегчение страданий клиента.

B) Принятие за клиента важных жизненных решений.

C) Помощь клиенту в лучшем понимании себя.

D) Развитие у клиента навыков решения проблем.

3000. Успешное завершение психотерапии часто означает, что клиент:

A) Стал полностью зависеть от советов терапевта.

B) Обрел большую автономию, лучше понимает себя и умеет справляться с жизненными трудностями более адаптивными способами.

C) Больше никогда не будет испытывать негативных эмоций.

D) Забыл все, что обсуждалось на терапии.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вопрос | Ответ | Вопрос | Ответ | Вопрос | Ответ | Вопрос | Ответ | Вопрос | Ответ | Вопрос | Ответ |
| 1 | C | 51 | B | 101 | B | 151 | B | 201 | B | 251 | B |
| 2 | B | 52 | B | 102 | C | 152 | B | 202 | B | 252 | C |
| 3 | C | 53 | B | 103 | B | 153 | B | 203 | B | 253 | B |
| 4 | B | 54 | B | 104 | B | 154 | B | 204 | B | 254 | B |
| 5 | A | 55 | B | 105 | B | 155 | B | 205 | B | 255 | B |
| 6 | A | 56 | B | 106 | B | 156 | B | 206 | B | 256 | B |
| 7 | B | 57 | C | 107 | B | 157 | B | 207 | B | 257 | B |
| 8 | B | 58 | B | 108 | B | 158 | C | 208 | B | 258 | B |
| 9 | B | 59 | B | 109 | C | 159 | B | 209 | B | 259 | B |
| 10 | B | 60 | C | 110 | B | 160 | B | 210 | A | 260 | B |
| 11 | B | 61 | B | 111 | B | 161 | B | 211 | B | 261 | B |
| 12 | B | 62 | B | 112 | B | 162 | B | 212 | C | 262 | B |
| 13 | C | 63 | B | 113 | B | 163 | B | 213 | B | 263 | B |
| 14 | B | 64 | B | 114 | B | 164 | B | 214 | B | 264 | B |
| 15 | B | 65 | B | 115 | B | 165 | B | 215 | B | 265 | B |
| 16 | B | 66 | C | 116 | A | 166 | B | 216 | B | 266 | B |
| 17 | B | 67 | B | 117 | C | 167 | B | 217 | B | 267 | B |
| 18 | C | 68 | B | 118 | B | 168 | A | 218 | B | 268 | B |
| 19 | B | 69 | B | 119 | B | 169 | B | 219 | B | 269 | B |
| 20 | B | 70 | B | 120 | C | 170 | B | 220 | B | 270 | B |
| 21 | C | 71 | B | 121 | D | 171 | B | 221 | B | 271 | B |
| 22 | C | 72 | B | 122 | B | 172 | B | 222 | B | 272 | B |
| 23 | B | 73 | B | 123 | B | 173 | B | 223 | B | 273 | B |
| 24 | B | 74 | B | 124 | B | 174 | B | 224 | B | 274 | B |
| 25 | B | 75 | B | 125 | A | 175 | A | 225 | B | 275 | B |
| 26 | B | 76 | B | 126 | C | 176 | B | 226 | B | 276 | B |
| 27 | B | 77 | B | 127 | B | 177 | B | 227 | B | 277 | B |
| 28 | B | 78 | C | 128 | C | 178 | C | 228 | C | 278 | B |
| 29 | B | 79 | B | 129 | B | 179 | B | 229 | B | 279 | A |
| 30 | C | 80 | B | 130 | C | 180 | B | 230 | B | 280 | A |
| 31 | C | 81 | B | 131 | B | 181 | B | 231 | B | 281 | B |
| 32 | B | 82 | C | 132 | B | 182 | B | 232 | B | 282 | C |
| 33 | B | 83 | D | 133 | B | 183 | B | 233 | B | 283 | B |
| 34 | B | 84 | B | 134 | B | 184 | B | 234 | B | 284 | B |
| 35 | C | 85 | B | 135 | B | 185 | B | 235 | B | 285 | B |
| 36 | B | 86 | B | 136 | B | 186 | B | 236 | B | 286 | B |
| 37 | B | 87 | B | 137 | C | 187 | B | 237 | B | 287 | B |
| 38 | B | 88 | B | 138 | C | 188 | B | 238 | B | 288 | B |
| 39 | B | 89 | B | 139 | B | 189 | B | 239 | C | 289 | D |
| 40 | B | 90 | B | 140 | B | 190 | B | 240 | B | 290 | B |
| 41 | A | 91 | B | 141 | B | 191 | B | 241 | B | 291 | B |
| 42 | B | 92 | B | 142 | B | 192 | B | 242 | D | 292 | B |
| 43 | C | 93 | B | 143 | B | 193 | B | 243 | B | 293 | B |
| 44 | B | 94 | B | 144 | C | 194 | B | 244 | B | 294 | B |
| 45 | B | 95 | B | 145 | C | 195 | B | 245 | B | 295 | B |
| 46 | B | 96 | B | 146 | B | 196 | B | 246 | B | 296 | B |
| 47 | B | 97 | C | 147 | B | 197 | B | 247 | B | 297 | B |
| 48 | B | 98 | C | 148 | B | 198 | B | 248 | B | 298 | B |
| 49 | B | 99 | B | 149 | B | 199 | C | 249 | B | 299 | B |
| 50 | B | 100 | B | 150 | B | 200 | B | 250 | B | 300 | B |