

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПРИВАТНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МЕДИКО-ПРИРОДНИЧИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

Кафедра психології
НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА
«ПСИХОТЕРАПІЯ»

ЗАВДАННЯ

Тестові запитання (1 правильна відповідь).

1. Хто є засновником психоаналізу?
 - a) Карл Роджерс
 - b) Зигмунд Фройд
 - c) Джон Вотсон
 - d) Арон Бек

2. Який метод психотерапії використовує вільні асоціації?
 - a) Когнітивно-поведінкова терапія
 - b) Психоаналіз
 - c) Гештальт-терапія
 - d) Екзистенційна терапія

3. Який з наведених механізмів захисту описав Фройд?
 - a) Самоактуалізація
 - b) Витіснення
 - c) Деконструкція
 - d) Атрибуція

4. Основна ідея когнітивно-поведінкової терапії:
 - a) Несвідомі конфлікти впливають на поведінку
 - b) Поведінка змінюється через зміну мислення
 - c) Сни містять приховані бажання
 - d) Відносини з об'єктами визначають особистість

5. Хто є засновником когнітивної терапії?
- a) Карл Юнг
 - b) Зигмунд Фройд
 - c) Арон Бек
 - d) Віктор Франкл
6. Яка техніка використовується в гештальт-терапії?
- a) Аналіз сновидінь
 - b) Робота зі стільцем
 - c) Десенсибілізація
 - d) Автоматичні думки
7. Основна мета гуманістичної терапії:
- a) Усвідомлення травматичних спогадів
 - b) Самоактуалізація та особистісний ріст
 - c) Дослідження несвідомого
 - d) Аналіз поведінкових патернів
8. Який метод використовується в когнітивно-поведінковій терапії?
- a) Інтерпретація перенесення
 - b) Раціональна рефреймінг
 - c) Символічні ритуали
 - d) Гіпноз
9. Яка терапія розроблена для роботи з посттравматичним стресовим розладом?
- a) Динамічна терапія
 - b) Десенсибілізація та репроцесинг рухами очей (EMDR)
 - c) Гештальт-терапія
 - d) Аналіз об'єктних відносин
10. Що таке перенесення в психотерапії?
- a) Захисний механізм
 - b) Проекція почуттів на терапевта
 - c) Витіснення травматичних спогадів
 - d) Інтелектуалізація

11. Основний підхід Віктора Франкла:

- a) Когнітивна терапія
- b) Логотерапія
- c) Психоаналіз
- d) Поведінкова терапія

12. Який із підходів найчастіше використовується для лікування фобій?

- a) Психоаналітичний
- b) Поведінковий
- c) Гуманістичний
- d) Екзистенційний

13. У гештальт-терапії головна увага приділяється:

- a) Минулому пацієнта
- b) Усвідомленню тут і зараз
- c) Глибокому аналізу дитячих травм
- d) Використанню гіпнозу

14. Який із методів використовує когнітивно-поведінкова терапія?

- a) Аналіз сновидінь
- b) Техніка парадоксальної інтенції
- c) Повторювані експозиції
- d) Активація архетипів

15. Що є основною ідеєю екзистенційної терапії?

- a) Пошук сенсу життя
- b) Дослідження підсвідомості
- c) Зміна когнітивних схем
- d) Використання гіпнотичних технік

16. Яке з понять відноситься до психоаналізу?

- a) Автоматичні думки
- b) Комплекс Едіпа
- c) Гнучкість мислення
- d) Установка на зростання

17. Для якого методу терапії характерний феномен «катарсису»?

- a) Гештальт-терапія
- b) Психоаналіз
- c) КПТ
- d) Психодрама

18. Яке твердження найбільше відповідає КПТ?

- a) «Минуле визначає майбутнє»
- b) «Наші думки впливають на наші емоції та поведінку»
- c) «Несвідоме керує нашими вчинками»
- d) «Головне – знайти сенс життя»

19. Що таке контрперенесення?

- a) Психологічна реакція терапевта на пацієнта
- b) Захисний механізм психіки
- c) Дитяча травма
- d) Метод когнітивної терапії

20. Яка техніка використовується в психодрамі?

- a) Гіпноз
- b) Рольові ігри
- c) Робота з опором
- d) Мозкова стимуляція

Творче завдання

Ситуаційний аналіз:

Уявіть, що ви є психотерапевтом, і до вас звернувся пацієнт із тривожним розладом. Пацієнт постійно переживає через можливі невдачі та перебуває у стані напруги.

1. Визначте, який підхід у терапії ви б обрали (психоаналіз, КПТ, гештальт-терапія тощо) і поясніть свій вибір.
2. Опишіть основні техніки, які ви використаєте для роботи з пацієнтом.
3. Запропонуйте практичні рекомендації, які могли б допомогти пацієнтові у повсякденному житті.