

Pszichoterápia szakvizsga - Tételek

**Pszichoterápiás Grémiumok által egyeztetett és elfogadott szakvizsga tételsor
2017. szeptember**

1. Általános pszichoterápiás kérdések

- 1.1. A pszichoterápia története, hazai története, jelen helyzete
- 1.2. A pszichoterápiás diagnosztikai rendszerek
- 1.3. A pszichoterápiás módszerek osztályozása
- 1.4. A pszichoterápia jogi, szabályozási és finanszírozási kérdései
- 1.5. A pszichoterápia eredményességének kritériumai
- 1.6. A szenvedélybetegségek pszichoterápiája
- 1.7. A szorongásos betegek pszichoterápiája
- 1.8. A depressziós betegek pszichoterápiája
- 1.9. A paranoiás betegek pszichoterápiája
- 1.10. Személyiségzavarok pszichoterápiája
- 1.11. A kényszerbetegek pszichoterápiája
- 1.12. Az akut és elhúzódó gyász pszichoterápiája
- 1.13. A gyógyíthatatlan betegek pszichoterápiája
- 1.14. A pszichoszomatikus betegségek pszichoterápiája
- 1.15. Szkizofrén betegek pszichoterápiája
- 1.16. Az időskorúak pszichoterápiája
- 1.17. Az osztályos pszichoterápiás rendszer működése, terápiák egymásra hatása, pszichoterápiás módszerek kombinációja
- 1.18. A terápiás helyzet és jelentősége a különböző pszichoterápiás módszerekben (egyéni, csoport, család)
- 1.19. A terápiás kapcsolat: munkakapcsolat, terápiás szövetség, terápiás szerződés
- 1.20. A lélektani krízis kezelése. Krízisintervenció.
- 1.21. A pszichoterápia (neuro)biológiai alapjai
- 1.22. A pszichoterápia és a gyógyszeres kezelés kölcsönhatása
- 1.23. A pszichoterápia etikája
- 1.24. A gyermekpszichoterápia és a serdülők pszichoterápiájának jellegzetességei

2. Az egyes irányzatok / módszerek általános ismerete

- 2.1. Fontosabb családterápiás irányzatok és jellegzetességeik. A rendszerparadigma jellemzői.
- 2.2. A csoport-pszichoterápia jellegzetességei fajtái és jellemzői. A gyógyító tényezők a csoportban.
- 2.3. A pszichodráma csoport jellegzetességei, az ülés szerkezete, a terapeuták szerepe.
- 2.4. A viselkedésterápia szemlélete, elméleti alapjai, főbb módszerei.
- 2.5. A kognitív terápia elméleti háttere. A kognitív idegtudományok.
- 2.6. A kognitív terápia módszer jellegzetességei és alkalmazási területe, indikációi és kontraindikációi.
- 2.7. Integratív törekvések a kognitív és dinamikus irányzatok között. A Young-féle séma-terápia.
- 2.8. A hipnózis elmélete, főbb indukciós technikák alkalmazása az általános gyógyításban.
- 2.9. A relaxációs technikák alapelvei, osztályozása és jellegzetességeik. Az imaginatív terápia és hatásmechanizmusok.
- 2.10. A kliens-változók, a terapeuta-változók, az önfeltáró folyamat a személyközpontú terápiaiban.
- 2.11. A pszichoanalitikus módszer fő jellegzetességei, a tárgykapcsolat-elmélet és a terapeuta szerepe.
- 2.12. A rövid dinamikus pszichoterápia jellegzetességei, a fókusz fogalma.
- 2.13. A pszichoanalízis és a dinamikus lélektan egyéb irányzatai.
- 2.14. Távterápia (Online terápia)
- 2.15. A mozgás- és táncterápia jellegzetességei. A testtudati munka.

3. Az egyes irányzatok / módszerek specifikus ismerete (csak a preferált módszerből)

3.1. Családterápia

- 3.1.1. A családterápia helye a pszichoterápiák között. A rendszerszemlélet, mint paradigmaváltás.
- 3.1.2. A családterápia indikációi, kontraindikációi és formái (módozatai).
- 3.1.3. Normalitás és patológia kérdése a családterápiában. Fejlődéselv, mint szemléleti hozzáállás és terápiás beállítódás (egyéni fejlődés, párkapcsolat fázisai, családi életciklus használata).
- 3.1.4. A családterápia fő irányzatai és képviselői.
- 3.1.5. Az autonómia fejlődésének támogatása és a transzgenerációs hatások kezelése a pár és családterápiában.
- 3.1.6. Első interjú. A családterápiás folyamat jellemzői. Együttműködés más terápiás és támogató rendszerekkel. Szupervízió a családterápiában.
- 3.1.7. A neutralitás, cirkularitás és hipotézisalkotás elveinek alkalmazása, főbb intervenciók technikák a családterápiában.
- 3.1.8. A családi formációk változása, ennek családterápiás konzekvenciái, posztmodern fordulat a családterápiában.

3.2. Csoportanalízis

- 3.2.1. Az analitikus csoportterápia nemzetközi és hazai története.
- 3.2.2. Bion csoportelmélete, Whitacker-Liebermann fokális konfliktus-modellje.
- 3.2.3. Foulkes csoportelmélete, a matrix fogalma.
- 3.2.4. Yalom és az interakcionista megközelítés.
- 3.2.5. Áttétel-vizontáttétel, ellenállás a csoportanalízisben.
- 3.2.6. A vezető feladatai a csoportanalitikus csoportban.
- 3.2.7. A terápiás helyzet és az alapszabály a csoportanalízisben.
- 3.2.8. A csoportanalízis indikációi, alkalmazási formái.
- 3.2.9. A csoportanalízis nem-specifikus és specifikus hatótényezői.
- 3.2.10. A nagycsoport analitikus elméletei.

3.4. Hipnoterápia

- 3.4.1. A hipnózis indukciós és mélyítési technikái
- 3.4.2. A hipnózis magatartási, élmény- és kapcsolati dimenziója, a kommunikáció jellegzetességei
- 3.4.3. A feltáró célú hipnoterápia eszköztára, a korregressziós jelenségkör alkalmazhatósága
- 3.4.4. Gyermeknél alkalmazható hipnózis indukciós technikák, mesék, metaforák használata, szimbolikus munka
- 3.4.5. Csoportmódszerek hipnózisban
- 3.4.6. Az aktív-éber hipnózis ismertetése, alkalmazhatósága
- 3.4.7. A tüneti hipnoterápia módszerei, jellegzetességei
- 3.4.8. A hipnózis alkalmazhatósága a szomatogyógyászatban
- 3.4.9. Az indikáció és kontraindikáció megítélésének szempontjai
- 3.4.10. A hipnózis pszichoanalitikus, disszociációs és neodisszociációs elmélete

3.5. Viselkedésterápia és kognitív terápia

a) Viselkedésterápia.

- 3.5.1. A viselkedésterápia fejlődésének története
- 3.5.2. A viselkedésterápiák tanuláselméleti alapfogalmai
- 3.5.3. A viselkedés-szempontú diagnosztika
- 3.5.4. A klasszikus szisztematikus deszenzitizálás, a deszenzitizálás különböző formái és az ingerelárasztás módszere
- 3.5.5. Az operáns kondicionálásra épülő viselkedésterápiás módszerek. Negatív tréning
- 3.5.6. Önkontroll módszerek

3.5.7. Viselkedéstréning – szociális kompetencia, asszertivitás. Viselkedésterápiás csoportmódszerek

3.5.8. A fóbiák és a kényszerek viselkedésterápiája

3.5.9. A szexuális zavarok viselkedésterápiája

3.5.10. Az evészavarok viselkedésterápiája

b) Kognitív terápia

3.5.11. A kognitív terápia elmélete, alapfogalmai, alapelvei, a kognitív struktúra szerveződése.

3.5.12. A negatív automatikus gondolatok szerepe, azonosítása, alternatívák kialakítása.

3.5.13. A negatív automatikus Gondolatokhoz kapcsolódó kognitív terápiás technikák naplóvezetés

3.5.14. A diszfunkcionális attitűdök, másodlagos hiedelmek jellemzői és terápiás megközelítésük. Az alapsémák jellemzői és terápiás kezelésük.

3.5.15. A kognitív terápiás ülések struktúrája, a terápia menete, a kognitív terápia szakaszai.

3.5.16. Alapvető kognitív terápiás technikák. Konceptualizálás, szókrateszi kérdezés, irányított önfeltárás.

3.5.17. A szorongásos zavarok (pánik, kényszer, fóbia stb.) kognitív terápiás modellje.

3.5.18. A depresszió kognitív terápiája.

3.5.19. A hypochondriasis, az irritabilis bélszindróma, a szomatiform zavarok és az evészavarok kognitív terápiás modelljei.

3.5.20. A személyiségzavarok kognitív terápiája.

3.6. Pszichoanalízis

3.6.1. A pszichoanalitikus ösztönton. Agresszióelmélet.

3.6.2. Én-pszichológia: énejlődés, én-védő mechanizmusok. Pszichopatológiai és terápiás összefüggések.

3.6.3. Szelf-pszichológia, narcizmus-koncepciók, terápiás konzekvenciák.

3.6.4. A szorongás pszichoanalitikus felfogása. Traumatan.

3.6.5. A tárgykapcsolat-elméletek fejlődése és pszichopatológiai vonatkozásai.

3.6.6. A tünet. Ödipális, preödipális konfliktus pszichopatológia.

3.6.7. A pszichoanalitikus helyzet és az alapszabály. Az analitikus szerep felfogásai, az analitikus funkciói. Áttétel, viszontáttétel.

3.6.8. A tudattalan működésmódjai. Álom, álomfejtés, álomszimbolika.

3.6.9. A pszichoanalízis hatásmódjáról alkotott felfogás. Az eredményesség.

3.6.10. Új pszichoanalitikus megközelítések: csecsemő kutatás, interszubjektív pszichológia, mentalizációs modell.

3.7. Pszichodráma

3.7.1. A pszichodráma terápia indikációs területei, jelentőségük. Pszichotikusok drámaterápiájának specifikumai. A gyerekdráma specifikumai.

3.7.2. A pszichodráma ülés szakaszai, jelentőségük, a warming up néhány technikája.

3.7.3. A szociometria rendszere (dramatikuss és kérdőíves technikák) és a szociális atom mint elmélet és technika.

3.7.4. A szerep Moreno rendszerében és a szerepkonzerv fogalma, a szerepfejlődés, a segéd én lényege és funkciói.

3.7.5. Az ellenállás fogalma, megjelenése, és kezelésének lehetőségei a pszichodrámaiban.

3.7.6. A realitástöbblet lényege és megvalósulási formái a pszichodrámaiban. A regressziós technikák szerepe a terápiás folyamatban.

3.7.7. A szerepcsere lényege és funkciói, a belső hang, a duplázás, a hasonmás, a tükör és az interjú technikák lényege és alkalmazási szabályai.

3.7.8. A sharing, a szerepvisszajelzés és az identifikációs visszajelzés lényege és alkalmazási szabályai.

3.7.9. Az álom megjelenítése a pszichodrámaiban, a visszajelzés különbözőségei a protagonista, csoport- és álom- játéknál.

3.7.10. Keretek és szabályok, a csoportdinamika kezelése a pszichoterápiás pszichodráma csoportban. Koterápiás vezetés, absztinencia és pszichodráma pszichoterapeuta transzparenciája.

3.8. Relaxációs- és szimbólumterápia

- 3.8.1. A relaxációs terápiák története, gyökerei, előzményei, helye a pszichoterápiák között és a pszichoterápiás rezsimben.
- 3.8.2 A relaxáció élettani hatásai, fiziológiai változások, szervtréning.
- 3.8.3 Az autogén tréning alapgyakorlatainak jellemzői.
- 3.8.4 Az autogén tréning specifikus és nem specifikus hatásai, indikációi és kontraindikációi.
- 3.8.5 A kitekintő kérdések, asszociációk munkamódja a relaxációs terápiában.
- 3.8.6 A Koronkai-, Desoilles-, Leuner-féle képélmény, meditációs-imaginációs rendszerek fokozatai és műveleti szintjei.
- 3.8.7 Pszichodinamikai jellegzetességek, ellenállások és áttételek a relaxációs és meditációs terápiákban.
- 3.8.8 A képélmények szimbólumfeldolgozásának munkamódja az imaginációban és a meditációban.
- 3.8.9 Regressziós szintek megjelenése a relaxációban és a szimbólumterápiákban.
- 3.8.10 A passzív koncentráció jelensége és jellegzetessége a relaxációban.

3.9. Személyközpontú terápia

- 3.9.1. A humanisztikus pszichológia alapelvei és emberképe. A személyközpontú pszichoterápia történeti vonatkozásai, fejlődése, irányzatai.
- 3.9.2. A terapeuta változók koncepciója, a nem specifikus tényezők tana és kritikája.
- 3.9.3. Empátia, verbalizáció, feltétel nélküli elfogadás, kongruencia és egyéb terapeuta változók.
- 3.9.4. Önexploráció és egyéb kliens változók.
- 3.9.5. Az önkép fejlődése, jellemzői, patológiája.
- 3.9.6. Rogers személyiségfejlődési elmélete.
- 3.9.7. A személyközpontú pszichoterápia kapcsolati ajánlata, a terápiás szövetség, és a nondirektivitás paradoxona.
- 3.9.8. Az áttétel megjelenése és kezelése a személyközpontú pszichoterápiában.
- 3.9.9. A személyközpontú pszichoterápia folyamata és hatásmechanizmusa.
- 3.9.10. Az encounter csoportok hatásmechanizmusa és folyamata.

3.10 Jungi pszichoterápia

- 3.10.1 Ismertesse a jungi szóasszociációs kísérlet lényegét! Mutassa be a jungi személyiségmodell felépítését és elemeit! A komplexus, az archetipus és a tudat közötti folyamatok legfontosabb jellemzőit.
- 3.10.2 A persona és az árnyék fogalma és viszonya az ego struktúrához. Soroljon példákat a legismertebb persona vonatkozásokról! Ismertesse az árnyék kollektív vonatkozásait és annak példáit!
- 3.10.3 A tudat szerepe, feladatai és hatása az ego struktúrára a pszichoterápiában, illetve az önismereti úton. A tudat és a kollektív tudat viszonyulási módja.
- 3.10.4 A libidó koncepciója Jungnál, a libido megnyilvánulási formái. A kauzalitás és a finalitás fogalma és értelmezése a jungi szemléletben.
- 3.10.5 Ismertesse a személyes és a kollektív tudattalan fogalmát és definícióját! Sorolja fel a kollektív tudattalan megnyilvánulási módjainak patológiás és sine morbo formáit! Ismertesse röviden az aktív imagináció módszerét!
- 3.10.6 Definiálja a következő fogalmakat: a komplexus fogalma, dinamikája, autonómiája. Vázzon fel a komplexus feldolgozásának útját a jungi pszichoterápiában!
- 3.10.7 Az archetipus fogalma, az anima és az animusz archetipusa és legfontosabb feladatai az egyéni életben és a pszichés fejlődésben. Ismertesse a legfontosabb archetipusokat az individuációs folyamatban!
- 3.10.8 Ismertesse az individuációs folyamat fogalmát és a Selbst archetipus szerepét a jungi fejlődési modellben. A Selbst és a vallás viszonya.
- 3.10.9 Álomkonceptió, álomszimbolika, álomdinamika és az álomértelmezés szintjei.
- 3.10.10 Az áttétel és viszontáttétel jungi értelmezése. Az áttétel módozatai és kezelésük a jungi terápiában. Az alkímiai szimbolizmus és az individuáció párhuzamai.

3.11 Dinamikus rövidpszichoterápia

- 3.11.1 Pszichoanalitikus terápia, analitikusan orientált és rövidterápia azonosságai és különbségei. A dinamikus rövidterápia indikációs szempontjai.
- 3.11.2 A terápia cél meghatározása és keret változásai a dinamikus rövidterápiában.
- 3.11.3 Az első interjú, a terápia folyamat fázisai a dinamikus rövidterápiában.
- 3.11.4 Az áttétel alakulása, a viszontáttétel sajátosságai.
- 3.11.5 A megkapaszkodás és a termináció, a kapcsolódás és szeparáció jellegzetességei.
- 3.11.6 Az álommunka specifikumai a dinamikus rövidterápiában.
- 3.11.7 A DREAM helye a pszichoanalitikus rövidterápiás eljárások között

3.12 Aktív analízis

- 3.12.1 A Stekel-i neuróziskép (parapathiák).
- 3.12.2 Indikációs és kontraindikációs szempontok.
- 3.12.3 A terapeuta aktivitása (viselkedés, kommunikációs stratégiák).
- 3.12.4 A fókusz, a tárgykeresés és a fókuszban tartás.
- 3.12.5 A terápia helyzet és a terápia kívüli kapcsolat.
- 3.12.6 A terapeuta elfogadó attitűd különbségei más terápia iskolákkal és a személyközpontú iskolával.
- 3.12.7 Az aktív-analízis felfogása a kreatív és borderline személyek pszichoterápiájáról.
- 3.12.8 A sikeres és sikertelen elfojtás szerepe a tünet és a terápia szempontjából.
- 3.12.9 A paciens öninterpretációja a terápia folyamatában.
- 3.12.10 A szignifikáns személyek bevonása, tárgykeresés, terápia folyamat.

3.13 Individuálpaszichológia

- 3.13.1 Adler-Freud, Adler-Jung : hasonlóságok és különbségek.
- 3.13.2 Az adleri holisztikus emberkép. Az individuálpaszichológia fejlődépszichológiai elmélete, személyiségelmélete.
- 3.13.3 Adler neurózistana. A kisebbértékűségi érzés, komplexus. Adler kompenzációtan.
- 3.13.4 Közösségérzés, önzés, elkényeztetés, deviancia összefüggései. Az individuálpaszichológia szociál-pszichiátriai szemlélete.
- 3.13.5 Finalizmus, érvényesülés, életcél, eszménykép, ideálkép, a tökéletességre való törekvés fogalmi az individuálpaszichológiában. Az egészség meghatározása a fikcionalizmus alapján.
- 3.13.6 Individuálpaszichológiai énelmélet. Az életstílus meghatározása különböző aspektusokból. Az életstílus feltárása az individuálpaszichológiai terápiaiban.
- 3.13.7 A gyermekkori emlékek jelentősége, a család-konstelláció adlerispecifikuma és az álmok hasznosítása az individuálpaszichológiai terápiaiban. A terápia módszerspecifikus hatótényezői (egyenértékűség, korrektív emocionális kapcsolat, nondirektivitás) és eszközei.
- 3.13.8 Az individuálpaszichológiai alapú pszichoterápia fajtái, formái. A klasszikus adleri kauzál-finális analízis szakaszai. Az individuálpaszichológia preventív szemlélete.

3.14 Pszichoanalitikusan orientált (rövid, hosszú) pszichoterápia

- 3.14.1 A pszichoanalitikusan orientált terápia indikációs és kontraindikációs szempontjai.
- 3.14.2 A pszichoanalitikusan orientált terápia kerete, terápia szerződése, ezek különbségei a pszichoanalitikus terápiaival szemben.
- 3.14.3 A fókuszálás kérdése és a fókusz fejlődése a rövid terápiaiban.
- 3.14.4 A pszichoanalitikus rövid terápia kialakulása (Ferenczi, Rank, Alexander, French, Bálint).
- 3.14.5 A pszichoanalitikus rövid terápia eljárások (Malan, Mann, Luborsky, Strupp, Davanloo).
- 3.14.6 Az áttétel és viszontáttétel sajátosságai.
- 3.14.7 Az ellenállás sajátos formái és szerepe.
- 3.14.8 A pszichoanalitikusan orientált (rövid) terápia lezáró fázisa.
- 3.14.9 A terapeuta aktivitása.
- 3.14.10 Különbség a pszichoanalízis és a pszichoanalitikusan orientált terápia között.
- 3.14.11 Terápia problémák és nehézségek a pszichoanalitikusan orientált terápiaiban.
- 3.14.12 A pszichoanalitikusan orientált hosszú terápia.

3.15 Integratív pszichoterápia

- 3.15.1 A katathym imaginatív pszichoterápia (KIP) fő elvei.
- 3.15.2 Mi a különbség az alapfok és a középfok között a KIP-ben?
- 3.15.3 Az ego-state terápia 10 lépése.
- 3.15.4 Ismertesse az NLP nyolc tartóoszlopát!
- 3.15.5 Gyászmunka NLP technikával.
- 3.15.6 Disszociatív betegségek kezelése ego-state terápiával.
- 3.15.7 A korregresszió jelentősége, azonossága és különbsége a KIP, NLP és ego-state terápiák esetében.

3.16 Mozgás- és táncterápia

- 3.16.1 A táncterápia kialakulása. Néhány jelentősebb táncterápiás módszer ismertetése.
- 3.16.2 A testtudati munka elméletének neurofiziológiai alapjai.
- 3.16.3 A testtudati munka szelf-fejlődés elméleti alapjai.
- 3.16.4 A kapcsolati munka lényege, szelf fejlődés- és pszichoanalitikus tárgykapcsolati elmélet alapján.
- 3.16.5 Az áttétel-vizontáttétel jellegzetességei és kezelésük sajátosságai a mozgás- és táncterápiában.
- 3.16.6 Az alkotás dimenziójának elméleti háttere.
- 3.16.7 A verbális feldolgozás jellegzetességei. A mozgásos és verbális szakaszok illeszkedése.
- 3.16.8 A vezetés jellegzetességei: instrukciók, valamint a terapeuta közvetlen testi jelenléte.
- 3.16.9 A pszichodinamikus mozgás- és táncterápia alkalmazásának indikációi, kontraindikációi.
- 3.16.10 A zene szerepe és alkalmazása a pszichodinamikus mozgás- és táncterápiában.

4. Pszichopatológia (előírás szerint)

- 4.1. A tudat és zavarainak fogalmi meghatározásai
- 4.2. Organikus és szimptomás mentális zavarok
- 4.3. A figyelem és zavarainak fogalmi meghatározása
- 4.4. Pszichoaktív szerek, alkohol, drog által okozott pszichiátriai elváltozások
- 4.5. Az orientáció és zavarai
- 4.6. Szkizofrénia
- 4.7. Érzékelés és felfogás zavarai
- 4.8. Paranoid zavarok megjelenési formái a pszichiátriai kórképekben
- 4.9. A pszichotikus állapot jellemzői
- 4.10. Szkizoform és szkizoaffektív zavar jellemzői
- 4.11. Az emlékezés és zavarai
- 4.12. Affektív zavarok
- 4.13. Az intellektus és zavarai
- 4.14. Pánik, fóbia, szorongás
- 4.15. A gondolkodás és zavarai
- 4.16. Pszichoszomatikus betegségek
- 4.17. A pszichomotorium zavarai
- 4.18. Disszociatív és kényszertünet-csoport, OCD
- 4.19. A motiváció biológiai és pszichológiai ismérvei
- 4.20. Evészavarok
- 4.21. Szexuális zavarok
- 4.22. Demenciák jellemzői
- 4.23. Alvászavarok
- 4.24. Pszichológiai vizsgálómódszerek
- 4.25. Személyiségzavarok