

**Государственное бюджетное учреждение здравоохранения города Москвы  
«Психиатрическая клиническая больница № 1 им. Н.А. Алексеева  
Департамента здравоохранения города Москвы»**



**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Главный врач  
ГБУЗ «ПКБ № 1 ДЗМ»  
Г.П. Костюк

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ  
«ПСИХОТЕРАПИЯ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО  
СТРЕССОВОГО РАССТРОЙСТВА»**

**ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ»**  
(дополнительная специальность «Психология»)  
(срок освоения 18 академических часов)

Обсуждена  
на Ученом совете  
ГБУЗ «ПКБ № 1 ДЗМ»  
от 18 января 2024 г. Протокол № 1

Москва  
2024 г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Состав рабочей группы	- стр. 3
2. Общие положения	- стр. 4
3. Характеристика программы	- стр. 4
4. Планируемые результаты обучения	- стр. 7
5. Календарный учебный график	- стр. 8
6. Учебный план	- стр. 8
7. Рабочая программа (содержание тем)	- стр. 9
8. Организационно-педагогические условия	- стр. 10
9. Формы и критерии контроля и аттестации	- стр. 13
10. Оценочные средства	- стр. 14

## 1. СОСТАВ РАБОЧЕЙ ГРУППЫ

по разработке дополнительной профессиональной программы повышения квалификации слушателей по теме «Психотерапия посттравматического стрессового расстройства» по специальности «Клиническая психология» (дополнительная специальность «Психология»).

№	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень, звание	Должность	Место работы
1	Костюк Георгий Петрович	д.м.н., профессор	Главный врач	ГБУЗ «ПКБ № 1 ДЗМ»
2	Резник Александр Михайлович	к.м.н., доцент	Ведущий научный сотрудник НКИЦН	
3	Меликсетян Анаит Сергеевна	к.м.н.	Старший преподаватель учебного центра	

Рекомендована к утверждению рецензентами:

1. Чайка Юлия Александровна, доктор медицинских наук, заместитель главного врача по судебно-психиатрической экспертизе ГБУЗ «ПКБ № 1 ДЗМ»

## **2. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

2.1. Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации по теме «Психотерапия посттравматического стрессового расстройства» (далее – Программа), по специальности «Клиническая психология» (дополнительная специальность «Психология») представляет собой совокупность требований, обязательных при ее реализации в рамках системы образования.

2.2. Направленность Программы практико-ориентированная и заключается в обеспечении оказания высококвалифицированной психологической и психотерапевтической помощи в соответствии с установленными требованиями и стандартами в сфере здравоохранения.

2.3. Цель Программы – совершенствование теоретических знаний и практических навыков в области психологической и психотерапевтической деятельности специалистов в работе с людьми, страдающими острыми стрессовыми расстройствами и посттравматическими состояниями, изучение современных аспектах диагностики и терапии, необходимых при осуществлении профессиональной деятельности.

2.4. Задачи Программы:

- изучение особенностей и критериев диагностики расстройств, вызванных различного рода травматическими событиями и стрессом в современных классификациях;

- изучение дифференциального диагноза, клинической картины, методов лечения психических расстройств, связанных со стрессом, острыми травматическими, посттравматическими расстройствами, а также их коморбидностью с другими психическими заболеваниями;

- изучение психотерапевтических методов, используемых в современных рекомендациях, для работы с острыми травматическими, посттравматическими расстройствами и расстройствами, связанными с перенесенным стрессом;

- изучение инструментов для оценки и подбора отдельных методов психотерапевтического воздействия для лечения посттравматического стрессового расстройства, профилактики рецидивов и формирования ремиссий.

## **3. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

3.1. Трудоемкость освоения Программы составляет 18 академических часов (1 академический час равен 45 мин).

3.2. Программа реализуется в заочной форме с использованием дистанционных образовательных технологий (далее – ДОТ). К освоению Программы допускаются слушатели по специальностям «Клиническая психология», «Психология».

3.3. Учебный план определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение разделов, устанавливает формы

организации учебного процесса и их соотношение, формы контроля знаний и умений обучающихся.

3.4. Планируемые результаты обучения, включенные в программу, отражают требования к профессиональным компетенциям, необходимым для исполнения должностных обязанностей.

3.5. Программа реализуется с использованием образовательного портала [rkb1.elearn.ru](http://rkb1.elearn.ru), содержащий видео-лекции, методические разработки, нормативно-правовые документы, материалы для тестирования и самостоятельной работы.

Платформа позволяет вести персонифицированный учет образовательной активности в период обучения, по промежуточной и итоговой аттестации.

Слушатели регистрируют личный кабинет на образовательном портале, доступ к обучению открывается индивидуально (адресно, по электронной почте, указанной слушателем в заявлении на зачисление на обучение).

Доступ к итоговой аттестации возможен только после успешного освоения программы. По окончании обучения и успешного прохождения итоговой аттестации слушатель получает удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

3.6. Программа содержит требования к итоговой аттестации обучающихся, которая осуществляется в форме тестового контроля и выявляет теоретическую и практическую подготовку в соответствии с целями и содержанием программы.

3.7. Организационно-педагогические условия реализации Программы включают:

- а) учебно-методическое и информационное обеспечение;
- б) кадровое обеспечение;
- в) материально-техническое обеспечение.

3.8. Программа разработана на основании следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023) «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ (ред. от 25.12.2023) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;

- Закон Российской Федерации от 02.07.1992 № 3185-1 (ред. от 30.12.2021) «О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при ее оказании»;

- приказ Минздравсоцразвития России от 23 июля 2010 г. № 541н (ред. от 09.04.2018) «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения»;

- приказ Минздрава России от 14 октября 2022 г. № 668н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи при психических расстройствах и расстройствах поведения»;

- приказ Минздрава России от 2 мая 2023 г. № 206н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием»;

- приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 (ред. от 15.11.2013) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

- приказ Минобрнауки России от 26 мая 2020 г. № 683 (ред. от 27.02.2023) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология».

3.9. Требования к квалификации слушателей: высшее образование по специальности «Клиническая психология», высшее образование по специальности «Психология» уровня профессионального образования магистратура, а также профессиональная переподготовка по специальности «Клиническая психология» при наличии высшего образования по специальности «Психология».

3.10. Уникальность программы. В рамках программы проводится повышение квалификации специалистов, оказывающих психологическую и психотерапевтическую помощь пациентам с психическими и поведенческими расстройствами, вызванные травматическими событиями и связанные со стрессом. В обучающей программе представлен системный подход к этиологии, патогенезу, диагностике, клиническим проявлениям, фармакологическому лечению, психотерапевтическим методам при работе с острыми травматическими, посттравматическими расстройствами и стрессом, разработанный в условиях специализированной службы в городе Москве. Сделаны акценты на решении проблем относительно психообразования пациентов, преимуществах применения с этой целью стандартизированного инструмента для нивелирования симптоматики, возникшей после перенесенного травматического события.

Предлагаются способы повышения качества психологической и психотерапевтической помощи и обеспечения ее доступности для данного контингента – современные профилактически ориентированные и пациентоориентированные алгоритмы, позволяющие снизить риск неполноценного и неадекватного лечения, неблагоприятного течения заболевания.

Ключевым аспектом программы является практикоориентированность. Практические занятия позволяют слушателям в полной мере на примере реальных клинических случаев отработать алгоритмы лечения разных видов травм в соответствии с обновленными клиническими рекомендациями и моделями психотерапевтического лечения. Одним из фокусов программы

является необходимость использования новых методов лечения острых травматических, посттравматических расстройств и расстройства, связанных с перенесенным стрессом. Предлагаются схемы пошагового выбора терапевтических мероприятий в зависимости от степени доказательности их эффективности в исследованиях, возможных вариантов эффекта в клинической практике в индивидуальном случае. Предлагаются ориентиры терапии – удобные схемы с текстовыми пояснениями, данными о степени доказательности результатов исследований эффективности лекарственных препаратов и психотерапевтических методов. Для предупреждения ретравматизации предлагаются методы персонифицированной медицины с подбором высокоэффективных протоколов со значимыми для клиники параметрами. Планирование комплексного лечения проводится с отработкой подходов к снижению влияния различных факторов риска, влияния особенностей личности и когнитивного дефицита на риск заболевания и прогноз. В обучающей программе сделан акцент на обеспечение приемлемой для пациента системы длительного наблюдения, структурированного мониторинга с опорой на разработанные на основе последних мировых научных данных отечественные клинические рекомендации по диагностике психических и поведенческих расстройств, связанных со стрессом и подходы МКБ-11.

#### 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

4.1. Результаты обучения по Программе направлены на совершенствование компетенций, усвоенных в рамках полученного ранее высшего образования, необходимых для выполнения профессиональной деятельности по специальностям «Клиническая психология», «Психология».

4.2. Характеристика компетенций, подлежащих совершенствованию в результате освоения Программы:

<b>Имеющиеся компетенции по ФГОС ВО</b>	<b>Совершенствуемые компетенции</b>
Способен применять надежные и валидные способы количественной и качественной психологической оценки при решении научных, прикладных и экспертных задач, связанных со здоровьем человека, в том числе с учетом принципов персонализированной медицины (ОПК-3)	Готовность к диагностике посттравматических расстройств и расстройства, связанных со стрессом, включая нововведения в Международной классификации психических расстройств 11 пересмотра
Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога (ОПК-6)	Готовность к комплексному ведению и персонализированному подходу к лечению посттравматических расстройств и расстройства, связанные со стрессом

4.3. В результате освоения Программы слушатель должен:

*Знать:*

- принципы и критерии диагностики посттравматических расстройств и расстройства, связанных со стрессом, с учетом современной систематики психических заболеваний, инструменты для оценки симптомов и синдромов травматических событий, современные алгоритмы лечения разных видов травматических переживаний.

*Уметь:*

- проводить дифференциальную диагностику посттравматических расстройств, расстройств, связанных со стрессом, и других психотических расстройств.

*Владеть навыками:*

- распознавания психопатологических симптомов и синдромов посттравматических расстройств, фармакотерапии разных видов травм и расстройств, связанные со стрессом.

## 5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Наименование темы/Учебные дни	1 день, часов	2 день, часов	3 день, часов	4 день, часов	5 день, часов	6 день, часов	Итого часов
Тема 1. Острое стрессовое расстройство. Помощь при остром стрессе	3						
Тема 2. Посттравматическое стрессовое расстройство		3					
Тема 3. Психология и психопатология боевых стрессовых расстройств			3				
Тема 4. Терапия пролонгированной экспозиции. Когнитивная терапия посттравматического стрессового расстройства. Терапия когнитивного процессирования				3	2		
Тема 5. Десенсибилизация и переработка травмы с помощью движений глаз при посттравматическом стрессовом расстройстве					1	1	
Итоговая аттестация						2	
Итого:	3	3	3	3	3	3	

## 6. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование темы	Число учебных часов			Форма контроля
		Всего	ДОТ		
			Видео лекции	Самост. работа	
1	Тема 1. Острое стрессовое расстройство. Помощь при остром стрессе	3	2	1	

2	Тема 2. Посттравматическое стрессовое расстройство	3	2	1	
3	Тема 3. Психология и психопатология боевых стрессовых расстройств	3	2	1	
4	Тема 4. Терапия пролонгированной экспозиции. Когнитивная терапия посттравматического стрессового расстройства. Терапия когнитивного процессирования	5	3	2	
5	Тема 5. Десенсибилизация и переработка травмы с помощью движений глаз при посттравматическом стрессовом расстройстве	2	1	1	
	Итоговая аттестация	2	2	-	Тестирование
	Итого	18	12	6	

## 7. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ)

### **Тема 1. Острое стрессовое расстройство. Помощь при остром стрессе.**

Определение острых эмоциональных состояний, связанных с перенесенным стрессом. Систематика и подходы к диагностике расстройства, в МКБ-10 и в МКБ-11. Критерии острого стрессового расстройства в МКБ-10 и МКБ -11. Изучение этиологии, патогенеза, клинической картины острых стрессовых состояний, а также психологическая и психотерапевтическая помощь, оказываемая при них.

### **Тема 2. Посттравматическое стрессовое расстройство.**

Определение состояний, связанных с перенесенным стрессом и травматическими событиями. Систематика и подходы к диагностике травматических расстройств, в МКБ-10 и в МКБ-11. Критерии посттравматического стрессового расстройства в МКБ-10 и МКБ-11. Изучение этиологии, патогенеза, клинической картины посттравматических стрессовых состояний.

### **Тема 3. Психология и психопатология боевых стрессовых расстройств.**

Изучение боевых стрессовых расстройств, условия и механизмы развития, клинические проявления, подходы к оказанию психиатрической и психологической помощи. Психокоррекция боевого стресса.

### **Тема 4. Терапия пролонгированной экспозиции. Когнитивная терапия посттравматического стрессового расстройства. Терапия когнитивного процессирования.**

Изучение теоретических основ и практическое освоение современной когнитивно-поведенческой модели психотерапии посттравматического стрессового расстройства, ее методологию. Психологические модели поведения при различных эмоциональных состояниях. Типы психологических травм в фокусированной на травме когнитивно-поведенческой терапии. Виды психотравмирующих событий, методы диагностики посттравматического стрессового расстройства, методы оказания психологической помощи людям с посттравматическим стрессовым расстройством. В ходе обучения обучающим будут разъяснены не только механизмы травмы, а также понимание травматического опыта и связанных реакций. Освоят метод постановки реалистичных целей и выявление ценностей. Овладеют навыками саморегуляции. Изучат поведенческие методы: экспозиция («in vivo», «imaginal»), показания и противопоказания, протокол.

**Тема 5. Десенсибилизация и переработка травмы с помощью движений глаз при посттравматическом стрессовом расстройстве.**

История и сущность метода. Что говорит наука: эффективность метода. Область применения и особенности метода. Обеспечение безопасности клиента. Изучение протокола для методологии работы с пациентами, перенесшими стресс и травматические события.

## **8. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ОБУЧЕНИЯ**

### **8.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение**

#### *8.1.1. Нормативно-правовые документы*

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 25.12.2023) «Об образовании в Российской Федерации».

2. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ (ред. от 25.12.2023) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

3. Закон Российской Федерации от 02.07.1992 № 3185-1 (ред. от 30.12.2021) «О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при ее оказании».

4. Приказ Минздравсоцразвития России от 23 июля 2010 г. № 541н (ред. от 09.04.2018) «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения».

5. Приказ Минздрава России от 14 октября 2022 г. № 668н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи при психических расстройствах и расстройствах поведения».

6. Приказ Минздрава России от 2 мая 2023 г. № 206н «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием».

7. Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 (ред. от 15.11.2013) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

8. Приказ Минобрнауки России от 26 мая 2020 г. № 683 (ред. от 27.02.2023) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология».

### 8.1.2. Список литературы

#### *Основная литература*

1. ВОЗ. Классификация МКБ-11, 2019.
2. ВОЗ. Классификация МКБ-10, 1999.
3. Федеральные клинические рекомендации клинические рекомендации. «Посттравматическое стрессовое расстройство», подготовленные рабочей группой РОП. 2023.
4. Важные навыки в периоды стресса: иллюстрированное пособие [Doing what matters in times of stress: an illustrated guide]. ISBN 978-92-4-000954-7 (Версия онлайн) ISBN 978-92-4-000955-4 (Версия для печати). Всемирная организация здравоохранения 2020 г.
5. Фoa, Э., Хембри, Э., Оласов-Ротбаум, Б., Раух Ш. «Пролонгированная экспозиция в терапии ПТСР: переработка травматического опыта». Руководство для терапевта, 2-е издание: Пер. сангл. СПб: «Диалектика», 2020. - 240 с. Парал. тит. англ. Зав. редакцией НМ. Макарова. Перевод с английского Т.В. Исмаил. Под редакцией канд, психол. Наук Э.В. Крайникова. Издательство «Диалектика». ISBN 978-5-907203-49-5.
6. Оласов-Ротбаум, Б., Фoa, Э., Хембри, Э., Раух Ш. «Победить ПТСР с помощью пролонгированной экспозиции: рабочая тетрадь клиента», 2-е изд.: Пер. с англ. СПб: «Диалектика». 2020. 128 с.
7. Уильямс, М.Б., Пойюла, С. «ПТСР: рабочая тетрадь. Эффективные методики преодоления симптомов травматического стресса. Пер. с англ. А.В. Ворон. Киев.: «Диалектика», 2021. 400 с
8. Ли, Дебора А., Джеймс Софи. Терапия, сфокусированная на сострадании, при ПТСР Руководство по избавлению от флешбэков, стыда, вины и страха. Пер. с англ. - СПб. : ООО «Диалектика», 2021. - 304 с.
9. Шила Раджа. «Преодоление травмы и ПТСР. Использование терапии принятия и ответственности, диалектической поведенческой и когнитивно-поведенческой терапий». пер. с англ. Т.И. Роулингс. Киев.: «Диалектика», 2021. 192 с
10. Hannah Murray, Nick Grey, Jennifer Wild, Emma Warnock-Parke, Alice Kerr, David M. Clark and Anke Ehlers. Когнитивная терапия при посттравматическом стрессовом расстройстве после критического (тяжкого) заболевания и пребывания в отделении интенсивной терапии.

Department of Experimental Psychology, University of Oxford, Oxford, UK. Oxford Health NHS Foundation Trust. Oxford, UK. Sussex Partnership NHS Foundation Trust. UK. University of Sussex, UK and King's College London, London, UK. 2020.

#### *Дополнительная литература*

1. Первая психологическая помощь: руководство для работников на местах. Всемирная организация здравоохранения, 2014 г. 76 с.
2. Кадыров Р.В. «Посттравматическое стрессовое расстройство: состояние проблемы, психодиагностика и психологическая помощь». Учебное пособие. Санкт-Петербург. «Речь». 2012 г. 448 с.
3. Крукович Е. И., Ромек В. Г. Кризисное вмешательство: Учеб-метод. Пособие. Мн.: ЕГУ, 2003. – 92 с.

8.1.3. Электронно-библиотечные системы и электронно-образовательные ресурсы (электронные издания и информационные базы данных)

1. Научная электронная библиотека (НЭБ) – научные статьи более чем из 2000 журналов с 1991 г., электронные версии книг по медицине: <http://www.elibrary.ru>
2. Российская государственная библиотека (РГБ): <http://www.rsl.ru>
3. Science Direct: URL: <http://www.sciencedirect.com>
4. Taylor & Francis: URL: <http://www.informaworld.com>
5. Медицинское информационное агентство (МИА): <http://www.medlib.ru>

#### *Другие поисковые Интернет-ресурсы:*

1. Российское психологическое общество: <http://рпо.рф/>
2. Psychology in Russia: State of the Art: <http://www.psychologyinrussia.com/>
3. Сайт Российского общества психиатров: <https://psychiatr.ru>
4. Кохрановская онлайн-библиотека: <https://www.cochrane.org>
5. Сайт ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения): <https://www.who.int/ru>
6. Справочник MSD: <https://www.msmanuals.com/ru-ru>
7. Сайт проекта «Доказательная медицина для всех»: <https://medspecial.ru/>
8. Русский Медицинский Сервер: <https://forums.rusmedserv.com>

## **8.2. Кадровое обеспечение**

№	Ф.И.О. преподавателя, реализующего программу	Должность по основному месту работы, ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии)	Условия привлечения (штатный, внутренний совместитель, внешний совместитель, по договору ГПХ, иное)	Перечень тем программы
1	Резник Александр Михайлович	Ведущий научный сотрудник НКИЦН, к.м.н., доцент	внешний совместитель	Тема 1. Острое стрессовое расстройство.

2	Меликсетян Анаит Сергеевна	Старший преподаватель учебного центра, к.м.н.	штатный	Помощь при остром стрессе. Тема 2. Посттравматическое стрессовое расстройство. Тема 3. Психология и психопатология боевых стрессовых расстройств. Тема 4. Терапия пролонгированной экспозицией. Когнитивная терапия посттравматического стрессового расстройства. Терапия когнитивного процессирования. Тема 5. Десенсибилизация и переработка травмы с помощью движений глаз при посттравматическом стрессовом расстройстве.
---	----------------------------	---	---------	---

### 8.3. Материально-техническое обеспечение

Программа реализуется с использованием образовательного портала [pkb1.elearn.ru](http://pkb1.elearn.ru). Электронный учебно-методический комплекс содержит видеолекции, презентации, видеоматериал по темам. Практический компонент реализуется на примерах реальных клинических случаев, что позволяет провести анализ и выработать алгоритмы лечения разных форм течения в соответствии с современными клиническими рекомендациями и моделями лечения. Контрольно-оценочные материалы представлены заданиями в тестовой форме.

## 9. ФОРМЫ И КРИТЕРИИ КОНТРОЛЯ И АТТЕСТАЦИИ

9.1. Итоговая аттестация обучающихся по результатам освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации проводится в форме тестирования.

9.2. Обучающиеся допускаются к итоговой аттестации после изучения Программы в объеме, предусмотренном учебным планом.

9.3. Обучающиеся, освоившие Программу и успешно прошедшие итоговую аттестацию, получают удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

9.4. Критерии оценки итоговой аттестации:

Отметка	Процент правильных ответов
Зачтено	71-100
Не зачтено	Менее 71

## 10. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### *Примеры тестовых вопросов для итоговой аттестации*

1. Какой из видов экспозиции не входит в общий план лечения посттравматического стрессового расстройства?

- А. in vitro
- Б. В воображении
- В. к виртуальной реальности, не связанной с травматическим опытом
- Г. К физическим ощущениям**

2. Какую цель преследует специалист при работе с ощущением опасности у клиента?

- А. Полностью избавиться
- Б. Принимать как естественное
- В. Проработать
- Г. Снизить**

3. Наиболее распространенные когнитивные фильтры при посттравматическом стрессовом расстройстве:

- А. Обесценивание позитивного**
- Б. Долженствование
- В. Персонализация
- Г. Магическое мышление

4. Рекомендации при проведении пролонгированной экспозиции:

**А. 4 сессии по 2 часа в первые 2 недели после травматического события**

- Б. 2 сессии по 1,5 часа в первые 2 недели после травматического события
- В. 4 сессии по 2 часа в первые 4 недели после травматического события
- Г. Ежедневные сессии по 1 часу в первые 7 дней после травматического события

5. Посттравматическое стрессовое расстройство можно диагностировать только через:

- А. 3 дня
- Б. 1 месяц**
- В. 2 недели
- Г. 12 месяцев