

МИНОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
Факультет психологии



**Рабочая программа дисциплины (модуля)**

**ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИЯ**

**Направление подготовки (специальность)**  
37.05.01 «Клиническая психология»

**Специализация**  
«Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях»

**Квалификация (степень) выпускника**  
Специалист

**Форма обучения**  
очная

Томск - 2019

## **1. Код и наименование дисциплины**

Б1.В.ДВ.11.02. Гештальт-терапия

## **2. Место дисциплины в структуре ООП по специальности «Клиническая психология»**

Дисциплина «Гештальт-терапия» относится к дисциплинам вариативной части основной образовательной программы, в том числе к дисциплинам по выбору студента.

## **3. Год/годы и семестр обучения:**

11 учебный семестр, 6-го года обучения.

## **4. Входные требования для освоения дисциплины, предварительные условия.**

Предпосылки успешного освоения обучающимися содержания учебного курса «Гештальт-терапия» заложены дисциплинами общегуманитарного, естественно научного и математического профессионального блока

Для успешного освоения модуля «гештальт-терапия» учащемуся необходимо

### **а) знать:**

- предмет, историю развития, основные теоретические системы и методологические основы психологии;
- законы развития психики в фило- и онтогенезе;
- основы смежных медицинских дисциплин;
- механизмы и факторы риска возникновения расстройств психического, психосоматического здоровья и развития;
- основные концепции личности, феноменологию личностных расстройств;
- основные психотерапевтические теории с этическими и методическими основами их практической реализации;
- организационные, правовые и этические принципы работы психолога в консультировании и психотерапии;
- фундаментальные теоретико-методологические концепции развития личности, психопатологии и психотерапии;
- общие и специфические цели и методы основных психотерапевтических направлений классической и современной теории психотерапии и психологического консультирования;
- психологические закономерности и механизмы психологического воздействия, общие и специальные факторы эффективности психотерапевтического процесса.

### **б) уметь:**

- прогнозировать изменения и оценивать их динамику в различных сферах психического функционирования человека при медицинском и психологическом воздействии, направленном на гармонизацию жизнедеятельности индивида;
- применять на практике методы патопсихологической диагностики состояния психического здоровья и адаптационных возможностей больных для реализации задач психопрофилактики, психологической коррекции, реабилитации и психотерапии;
- применять на практике методы психологической диагностики состояния психического и психосоматического здоровья индивидов и групп людей для осуществления задач психопрофилактики, психокоррекции и психотерапии;

### **в) владеть:**

— методологией синдромного и каузального анализа расстройств психической деятельности, психосоматического здоровья и личности в контексте практических, научно-исследовательских задач клинического психолога;

— методами, процедурами и техниками диагностики психологической оценки состояния психического, психосоматического здоровья и развития в детском и взрослом

возрасте;

— основными приемами клинико-психологической диагностики (клиническое интервью, проективные методы, опросники) для оценки эффектов и эффективности психотерапии и консультирования; основными техниками создания и поддержания рабочего альянса в психотерапевтических отношениях;

— способами совершенствования системы саморегуляции и предотвращения синдрома профессионального сгорания психотерапевта и консультанта;

— основными методами индивидуальной, групповой и семейной психотерапии, психологического консультирования;

— методами психологической оценки состояния психического и психосоматического здоровья, параметров и факторов их нарушения;

**5. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы, 72 часа, из которых 28 часов составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (28 часов - практические занятия), 44 часа. составляет самостоятельная работа обучающегося. Форма промежуточной аттестации – зачет.

**6. Формат обучения** очная аудиторная форма обучения

**7. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

<b>Этап (уровень) освоения компетенции*</b>	<b>Планируемые результаты обучения**</b> (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)
<p><b>ПСК-1.4 – 1 уровень</b> Способность и готовность к применению знаний о психологических закономерностях и механизмах психологического воздействия, общих и специальных факторах эффективности психотерапевтического процесса.</p>	<p><b>З (ПСК-1.4)-I</b> <b>Знать</b> теоретические и методические основы базовых процедур и технологии оказания психологической помощи в рамках гештальт-терапии <b>У (ПСК-1.4)-I</b> <b>Уметь</b> формулировать гипотезы психологического диагноза на объяснительной основе теории гештальт-терапии с последующим психодиагностическим подтверждением и дальнейшим определением базовых процедур и технологий оказания психологической помощи <b>В (ПСК-1.4)-I</b> <b>Владеть:</b> навыками оказания психологической помощи посредством традиционных форм и технологий гештальт-терапии</p>
<p><b>ПСК- 1.5 – 1 уровень</b> Владение теоретическими знаниями об истории развития, теоретико-методологических основах и психологических категориях психологии экстремальных и кризисных ситуаций</p>	<p><b>В (ПСК-1.5)-I</b> <b>Владеть:</b> понятийным аппаратом психологии экстремальных и кризисных ситуаций <b>У (ПСК-1.5)-I</b> <b>Уметь:</b> анализировать и сопоставлять теоретико-методологические основы и психологические категории психологии экстремальных и кризисных ситуаций <b>З (ПСК-1.5)-I</b> <b>Знать:</b> основополагающие теоретико-методологические и психологические категории психологии экстремальных и кризисных ситуаций</p>

<p><b>ПСК- 1.11 – 1 уровень</b>  Владение навыками диагностики синдрома профессионального выгорания консультанта и специалиста экстремального профиля и составления плана по его предотвращению/преодолению</p>	<p><b>В (ПСК-1.11)-I</b>  <b>Владеть:</b> навыками диагностики синдрома профессионального выгорания.  <b>У (ПСК-1.11)-I</b>  <b>Уметь:</b> осуществлять диагностику синдрома профессионального выгорания, составлять рекомендации по его предотвращению или преодолению  <b>З (ПСК-1.11)-I</b>  <b>Знать:</b> поведенческие и эмоциональные маркеры синдрома профессионального выгорания, особенности организации труда лиц профессий "человек-человек"</p>
---	---

### 8. Содержание дисциплины (модуля) и структура учебных видов деятельности

Наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)	Самостоятельная работа (час.)
		Лекционные/практические занятия	
<b>1. Введение</b>			
1.1 История возникновения и развития гештальт-терапевтического метода и теории. Ф.Перлз – основатель гештальт-терапии	10	0/4	6
1.2 Философские и психологические основы гештальт-терапии. Гештальт-теория как мировоззренческая позиция.	10	0/4	6
1.3 Основные понятия гештальт-терапевтической теории: фигура и фон, осознание и сосредоточенность на настоящем, цикл контакта, противоположности, сопротивления, зрелость и ответственность	10	0/4	6
1.4 Особенности психотерапевтической работы. Терапевт-клиентские отношения. Подбор и состав групп. Особенности психотерапевтической работы с механизмами защиты	10	0/4	6
<b>2. Техники: классические эксперименты и современные техники</b>			
2.1 Гештальтподход в супервизии	10	0/4	6

2.2	Гештальт-терапия в образовании: Основные задачи этапов цикла контакта и механизмы их успешного разрешения как основа реализации психолого-педагогического сопровождения учебного процесса. Гештальт-терапия в коррекции дезадаптивных фиксированных форм поведения у детей и подростков. Гештальтподход педагогической коммуникации.	в	12	0/4	8
2.3	Гештальтподход консультировании организаций.	в	10	0/4	6
<b>Зачет</b>					
<b>Итого</b>			<b>72</b>	<b>28</b>	<b>44</b>

**9. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) и методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модулю).**

- 1) список основной и дополнительной литературы;
- 2) темы рефератов
- 3) перечень контрольных вопросов, тестовых заданий, практических заданий для самостоятельной работы к темам дисциплины.
- 4) методическое пособие Бохан Т.Г. «Гештальттерапия»
- 5) Бохан Т.Г., Козлова Н.В. «Психологическая коррекция в практике консультирования детей и подростков»
- 6) Бохан Т.Г. «Гештальттерапия у детей и подростков» (перевод с нем. В. Оукландер) электронный вариант.
- 7) Бохан Т.Г. Тренинг эффективной педагогической коммуникации для родителей и педагогов (презентационный видеоматериал, электронный вариант содержания тренинга).

Виды самостоятельной работы:

Реферат

Аналитическое эссе

Рефлексивный отчёт

Подготовка проблемно-ориентированного доклада по теме занятия

Тематически ориентированная работа с локальным сетевым электронным ресурсом

**ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ РЕФЕРАТА И КУРСОВОЙ РАБОТЫ**

**Требования к содержанию**

1. Реферат является *самостоятельной* письменной *исследовательской* работой, которую выполняет студент, готовящийся к сдаче зачёта по соответствующей учебной дисциплине.
2. Работа над рефератом имеет целью *углубленное* изучение избранной внутридисциплинарной проблемы, предполагающее *творческое освоение*

соответствующих произведений классической и современной психологической литературы, а также овладение навыками **логически связанного письменного изложения** соответствующей проблематики.

3. Реферат должен раскрывать компетентность автора в вопросах, сопряжённых с темой исследования и его способность
  - дифференцировать и систематизировать теоретический материал по избранной теме,
  - связно его излагать,
  - творчески использовать классические и современные концепции, идеи и положения психологии для анализа проблемного поля дисциплины, в пределах которой проводится конкретное реферативное исследование.
  - находить сферу практического приложения приводимых в тексте реферата идей и концепций и аргументированно отражать возможности и ограничения их практического применения.
4. Теоретические построения реферата должны быть иллюстрированы адекватными практическими примерами в соответствии со степенью авторского понимания соответствующей концепции.
5. Тема реферата может быть самостоятельно сформулирована студентом, или выбрана им из списка рекомендованных преподавателем тем. Не исключено формулирование темы исследования в процессе обсуждения (дискуссии, беседы) с преподавателем, ведущим дисциплину.

#### **Требования к оформлению**

1. Реферат оформляется как статья к публикации в объеме 15-20 листов печатного текста (12 кегль; 1-1,5 интервал). Возможно также четкое написание реферата от руки.
2. Обязателен план и соответствующее плану членение текста. Оглавление – в начале работы на первой странице.
3. В конце реферата должен быть помещен список литературы (действительно использованной), оформленный по требованиям, предъявляемым к статьям, сдаваемым в печать.
4. Прямое заимствование без указания источника научных текстов (помимо небольшого количества цитат) недопустимо. Идеи, пересказанные своими словами мысли других авторов и цитаты должны иметь указания на источник (ссылки в общепринятом порядке)
5. Реферат должен быть переплетен (скреплен шнуром, прошит).  
Титульный лист оформляется по образцу

**Требования к итоговой работе в форме контрольной работы, представленной 10 тестовыми заданиями, оценивающими требуемые теоретические и практические знания психологии стресса, а также в форме рефлексивно-аналитического отчёта.**

Оценка выполнения тестовых заданий - верные ответы: 5 – 1 балл, 6 – 2 балла; 7 – 3 балла; 8 – 4 балла, 9 – 5 баллов, 10 – 6 баллов, 11 – 7 баллов, 12 – 8 баллов; 13 – 9 баллов; 14, 15 – 10 баллов.

Предъявленный текст **рефлексивно-аналитического отчёта** должен отражать развёрнутый взгляд автора на реально произошедшие события интерактивного группового процесса практического блока образовательной программы.

При изложении материала автор должен руководствоваться профессиональными этическими принципами конфиденциальности. Не подлежат репрезентации в тексте события, и содержания касающиеся индивидуальной проблематики кого-либо из

участников тренинга (семинара, клинического разбора), за исключением самого автора работы. Альтернативу данному направлению рефлексии составляет осмысление тенденций общегрупповой динамики, на конкретном этапе реализации программы тренинга.

Контекст, в котором описываемое событие подвергается рассмотрению, определяют ключевые положения концепции телесно-ориентированной терапии и представления о социальной и индивидуальной динамике в телесно-ориентированной группе.

**Оценка рефлексивно-аналитического отчёта базируется на следующих критериях:**

1. Сенситивность к проблематике общегрупповой, межличностной и внутриличностной динамики в тренинге
2. Логичность и согласованность аргументации субъектной позиции
3. Теоретическая осведомлённость и активность библиографического поиска
4. Субъектная активность в интеграции теоретического материала и субъективного опыта
5. Авторская позиция: её выраженность и направленность (с учетом сенситивности к контексту дисциплины).

Каждый критерий оценивается по трехбалльной шкале (0-1-2).

Минимальная оценка рефлексивно-аналитического отчёта (при которой вопрос об итоговой аттестации может быть разрешён положительно) – 3 балла.

***Темы для проблемно-ориентированных докладов***

1. Раскройте и обоснуйте место и роль гештальт-терапии в современной психотерапевтической практике.
2. Покажите культурно-исторические корни появления гештальт-теории и метода.
3. Теория поля К.Левина, философия Дзен-буддизма, метод Александра, теория и метод В.Райха – заимствования в гештальттерапии или творческий синтез, отвечающий собственной идее Ф.Перлза? Доказать.
4. Проанализируйте и выделите общее и отличное в психоанализе и гештальт-терапии?
5. Представить наиболее интересный для Вас опыт развития гештальт-теории и практики последователей Ф.Перлза или современных исследователей гештальт-подхода.
6. Рассмотрите историю развития и концепцию целостности в гештальт-терапевтической теории. Как она используется в гештальт-терапевтической практике?
7. Покажите пространственные и временные характеристики разных видов сопротивления в цикле контакта и в онтогенезе. Продемонстрируйте примерами.
8. На основании собственного наблюдения, практики, собственного осознания покажите условия в раннем онтогенезе, способствующие возможности формировать и завершать гештальты и препятствующие этому процессу, т.е. формирующие невроз.
9. Выберите определенную возрастную группу, методом наблюдения, беседы, гештальт-практики и определите, какие механизмы защиты используют ее представители. Опишите примеры.
10. Приведите примеры собственных сновидений и проработайте их в контексте гештальт-терапии. Опишите свои примеры и опыт работы с ними.
11. Приведите примеры влияния современного вклада в теорию поля на развитие гештальт-теории и практики.
12. Что, по-вашему, может дать гештальт-педагогика для реализации гуманитарной направленности современного образования? Обоснуйте, приведите конкретные аргументы или контраргументы.
13. Какие идеи объединяют и что отличает теорию личности и личностного роста в гештальт-терапии от теории личности и личностного роста представителей гуманистической психологии А.Маслоу, К.Роджерса и его клиентцентрированной терапии? Приведите обоснованные аргументы.

14. В течение некоторого времени фиксируйте трудные для вас ситуации, когда вы испытывали состояния психо-эмоционального напряжения, и записывайте их в дневник самонаблюдения. С помощью схемы, техник осознания определите, какие виды сопротивления вами используются при восприятии возникающих ситуаций и к какому невротическому уровню относится ваше поведение?
15. В течение недели понаблюдайте за собой, какие стратегии поведения используете Вы, ваше окружение (родители, муж, ребенок, друг, подруга), чтобы удовлетворить ваши потребности (биологические, эмоциональные социальные), какие при этом возникают чувства и переживания? Зафиксируйте это в дневнике наблюдений по следующим параметрам: потребности, стратегия поведения, возможность реализации чувства-переживания, мысли, ощущения в теле.
16. Подготовьте психокоррекционную программу с использованием принципов, приемов и техник гештальт-терапии: определите целевую группу (объект коррекции), цель психокоррекционной программы, задачи, принципы работы, этапы, необходимое оборудование, примерную структуру занятий и представьте примерные планы занятий.
17. Укажите, в каких сферах социальной жизни и для психологической коррекции каких проблем может использоваться гештальт-терапия. Приведите примеры ее использования в различных сферах социальной жизни, с конкретизацией задач и примеров возможных техник.
18. В чем видятся основные результаты семейной гештальт-терапии? Как они соотносятся с желаемыми результатами других видов семейной психотерапии? Приведите сравнительные примеры.
19. Проведите наблюдения за взаимодействием членов семейных пар, определите насколько выражены у них эти критерии(результаты) – подтвердите через конкретное описание их поведения, феноменологическое описание их опыта взаимодействия. На основании феноменологического анализа и данных непосредственного наблюдения и бесед, установите их типичные способы интеракций с определением характера контакта (завершают гештальты или они остаются прерванными, тогда, каков характер психологических защит-сопротивлений), т.е. что может являться причиной патологии в семье.
20. Как гештальт-теория трактует механизм развития зависимости, в том числе алкогольной и наркотической? В связи с этой концепцией, как могут определяться задачи психотерапии и психопрофилактики аддикций. Какие методы, техники, упражнения могут удовлетворять задачам психопрофилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте? Разработайте программу профилактики аддиктивного поведения у подростков с использованием метода гештальт-терапии.
21. Опишите свои привычки и типичные способы поведения. Что заставляет вас прибегать к этим привычкам? Какие жизненные проблемы вас беспокоят? Что бы вам хотелось изменить в своей жизни? Какие у вас для этого имеются ресурсы и какие ресурсы отсутствуют? Приведите примеры гештальт-экспериментов и техник осознания, какие могут использоваться в данном случае.

#### **10. Форма промежуточной аттестации – зачет.**

Фонд оценочных средств представлен в Приложении 1.

#### **11. Ресурсное обеспечение**

##### **основная литература**

1. Погодин И.А. Рискаю быть живым : психотерапия присутствием /И. А. Погодин ; отв. ред. А. Фоминичев. - Ростов-на-Дону : Феникс , 2013. - 366 с.
2. Баенская Е. Р. Детская и подростковая психотерапия : учебник для бакалавриата и магистратуры : [для студентов вузов по гуманитарным направлениям



и специальностям, по направлению "Психология" / Баенская Е. Р., Будиной Г. Л., Булыгина М. В. и др.] ; под ред. Е. В. Филипповой ; Моск. гор. психолого-пед. ун-т. - Москва : Юрайт , 2016. - 429 с.

3.

#### **дополнительная литература**

1. Бурлачук Л.Ф. Психотерапия : психологические модели : [анализ и современная интерпретация различных направлений психотерапии, психотерапия как идеология совместного переживания жизненного кризиса, механизмы и пространство психотерапии] /Л. Ф. Бурлачук, А. С. Кочарян, М. Е. Жидко ; под общ. науч. ред. Л. Ф. Бурлачука. -Санкт-Петербург : Питер , 2012. - 488 с.
2. Мандель Б. Р. Общая психокоррекция : учебное пособие : [для студентов и преподавателей вузов] /Б. Р. Мандель. - Москва : ИНФРА-М, 2013. - 347с.
3. Гингер С. Гештальт: искусство контакта : [учебно-практическое пособие] /Серж Гингер ; Профессиональная психотерапевт. лига ; [пер. с англ. Т. А. Ребеко]. - М. : Академический проект [и др.] , 2010. - 191 с.
4. Минина В.В. Проективный рисунок в гештальте (в метафоре животного) /В. В. Минина. - Санкт-Петербург : Речь , 2010

#### **Дополнительная литература для подготовки рефератов и творческих заданий**

1. Булюбаш И. Д. Руководство по Гештальт-терапии / И. Д. Булюбаш. – М. : Институт психотерапии, 2011. – 768 с.
2. Перлз Ф. Практикум по гештальттерапии / Ф. Перлз. – М.: Академический Проект, 2015. – 256 с.
3. Перлз Ф. Эго, голод и агрессия / Ф. Перлз. – М. : Смысл, 2014. – 368 с.
4. Уилер Г. Гештальттерапия постмодерна: за пределами индивидуализма. / Г. Уиллер. – М. : Смысл, 2011. – 464 с.
1. Йонтеф Г. Осознание, диалог и процесс в терапии. Гештальт-терапия. Хрестоматия / Г. Йонтеф, Ж.-М. Робин. – М. : Изд. Московского Гештальт Института, 2004. – 89 с.
2. Менделевич О. В. Роль семьи в развитии детской тревожности: психосоматический аспект // Семейная психология и семейная терапия. – 2006. – № 2. – С. 20–28.
3. Наранхо К. *Гештальт-терапия: Отношение и Практика атеоретического эмпиризма*. Перев. с англ. / К. Наранхо. – Воронеж : НПО «МОДЭК», 1995. – 304 с.
4. Основные направления современной психотерапии. Учебное пособие. – М. : Когито-Центр, 2000.
5. Оукландер В. Окна в мир ребенка: Руководство по психотерапии / В. Оукландер. – М. : Класс,1997. – 336 с.
6. Перлз Ф. Практика гештальттерапии / Ф. Перлз. – М. : Институт Общегуманитарных Исследований, 2001. – 480 с.
7. Перлз Ф. Теория гештальттерапии / Ф. Перлз. – М. : Институт Общегуманитарных Исследований, 2001. – 384 с
8. Польстер И. Обитаемый человек / И. Польстер. – М. : Класс, 2003.
9. Райх В. Посмотри на себя, маленький человек! / В. Райх. – М. : Мир Гештальта, 1997. – 110 с
10. Робин Ж.-М. Гештальт-терапия / Ж.-М. Робин. – М. : Эйдос. – 1996.
11. Робин Ж.-М. Контакт, первый опыт. Гештальт-терапия с детьми / Ж.-М. Робин. – М. : МГИ, 1996.
12. Характероанализ: Техника и основные положения для обучающихся и практикующих аналитиков. – М. : Когито-Центр, 2006. – 368 с.

- **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**  
 Сайт журнала практической психологии и психоанализа [Электронный ресурс]. – URL: <http://psyjournal.ru/>  
 Электронный журнал «Медицинская психология в России» [Электронный ресурс]. – URL: [www.medpsy.ru](http://www.medpsy.ru)  
 Московский институт гештальта и психодрамы <http://www.migip.ru/migip-books>  
 Московский гештальт институт <http://gestalt.ru/>  
 Энциклопедия практической психологии «Психологос» <http://www.psychologos.ru/>  
 Журнал «Консультативная психология и психотерапия» <http://psyjournals.ru/>  
 Российский психотерапевтический журнал [http://www.rpa-russia.ru/zhurnal\\_rpa/](http://www.rpa-russia.ru/zhurnal_rpa/)  
 Московский психотерапевтический журнал <http://magazine.mospsy.ru/mpj.shtml>

- **Описание материально-технической базы:**

- компьютерный класс общего пользования
- цифровой диктофон,
- видеокамера
- мультимедийный проектор с ноутбуком
- LSD-панель

- **Образовательные технологии**

Базовую часть курса составляет теоретические занятия, интерактивный блок, реализованный в форме лаборатории, компьютерных симуляций, решение практических задач, разбора конкретных ситуаций, проработки отдельных техник

Теоретический материал представлен обучающимся в виде лекций, а также в виде микролекций, введённых в контекст интерактивного процесса, в виде электронного образовательного ресурса для самостоятельного освоения студентами и определяет контекст групповых дискуссий. Используются проблемно-центрированная лекция, групповая дискуссия, аналитическое эссе, эвристическая беседа, приемы супервизии негативных состояний, возникающих в образовательном процессе обучающегося.

## 12. Язык преподавания – русский

**13. Преподаватель** – Бохан Татьяна Геннадьевна, доктор психологических наук, доцент, заведующая кафедрой психотерапии и психологического консультирования

**Автор** Т.Г. Бохан, доктор психологических наук, доцент, заведующая кафедрой психотерапии и психологического консультирования

**Рецензент** Н.В. Козлова, доктор психологических наук, заведующая кафедрой клинической психологии.

Программа одобрена на заседании учебно-методической комиссии факультета психологии 28 мая 2019 года, протокол № 9.