

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ  
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»  
(СПбГИПСР)**

**КАФЕДРА КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ**

**УТВЕРЖДАЮ**

Руководитель образовательной программы,  
кандидат психологических наук, доцент,  
доцент кафедры общей и консультативной психологии

Л.В. Кузьменкова

«10» июня 2021 г

**Рабочая программа дисциплины**

**МЕТОДЫ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИИ**

по образовательной программе 37.03.01 Психология

Разработчик: канд. мед. наук, доцент Гаврилина Анфиса Александровна

**Санкт-Петербург**

**2021**

## **РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины**

### **1.2. Аннотация рабочей программы дисциплины**

#### **МЕТОДЫ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИИ**

**Цель изучения дисциплины:** дать целостное представление об основных формах и направлениях гештальт-терапии и ознакомить студентов с технологией психокоррекционных процессов в гештальт-подходе.

#### **Задачи дисциплины:**

1. Сформировать базовые представления об основных формах и направлениях гештальт-терапии.
2. Получить системное представление об особенностях терапевтического процесса, технологиях в гештальт-подходе.
3. Закрепить комплекс теоретических знаний и практических навыков по данной дисциплине.

#### **Содержание дисциплины:**

Основные понятия гештальт-терапии

Техники гештальт-терапии.

Особенности работы с клиентами в гештальт-подходе

### **1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине**

**Цель** - дать целостное представление об основных формах и направлениях гештальт-терапии и ознакомить студентов с технологией психокоррекционных процессов в гештальт-подходе.

#### **Задачи:**

1. Сформировать базовые представления об основных формах и направлениях гештальт-терапии.
2. Получить системное представление об особенностях терапевтического процесса, технологиях в гештальт-подходе.
3. Закрепить комплекс теоретических знаний и практических навыков по данной дисциплине.

В случае успешного освоения дисциплины студенты **должны:**

#### **знать:**

- основные направления и формы гештальт-терапии;
- методы и техники гештальт-терапии;
- особенности проведения индивидуальной и групповой работы в гештальт- подходе.

#### **уметь:**

- устанавливать атмосферу открытости и доверительных отношений между членами группы, стимулировать установку группы на позитивные изменения;
- использовать обратную связь как инструмент выявления проблемных ситуаций.

#### **иметь навыки:**

- применения терапевтических техник в работе с клиентами различных возрастных групп в гештальт-подходе;

– применения методов гештальт-терапии в работе по разрешению выявляемой проблематики.

### 1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

**1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации\***

Форма обучения	Общий объем дисциплины			Объем в академических часах							
	В кредитах	В академ. часах	Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем							
				Всего	Виды учебных занятий						
Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Групповые консультации		Индивидуальные консультации	В том числе контактн. раб. (занятия) в интерактивных формах					
Очная	2	72	38	34	32	12	20			10	2
Очно-заочная	2	72	48	24	22	10	12			8	2
Заочная	2	72	62	10	8			8		4	2

\* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

### 1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие

достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС и ОПОП)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)
с ОК-1 по ОК- 9, ОПК – 1, с ПК-1 по ПК-14, ВПК-1	- способность к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности (ПК-1); - способность к реализации базовых процедур анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях (ПК-9)

## РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1. Учебно-тематический план дисциплины

#### Очная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Интерактивные формы
Тема 1. Основные понятия гештальт-терапии	8	4	4	2
Тема 2. Техники гештальт-терапии.	14	4	10	4
Тема 3 Особенности работы с клиентами в гештальт-подходе	10	4	6	4
<b>Итого:</b>	<b>32</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>10</b>

#### Очно-заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Интерактивные формы
Тема 1. Основные понятия гештальт-терапии	6	4	1	2
Тема 2. Техники гештальт-терапии	10	3	6	2
Тема 3 Особенности работы с клиентами в гештальт-подходе	6	3	5	4
<b>Итого:</b>	<b>22</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>8</b>

#### Заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Интерактивные формы
Тема 1. Основные понятия гештальт-терапии	3	-	-	-
Тема 2. Техники гештальт-терапии.	3	-	-	-
Тема 3 Особенности работы с клиентами в гештальт-подходе	2	-	-	-
<b>Итого:</b>	<b>8</b>	-	-	-

### 2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

#### Тема 1. Основные понятия гештальт-терапии

Гештальт-терапия как один из эффективных методов терапии тревожных, фобических и депрессивных расстройств, применяется при терапии многих психосоматических расстройств и в работе с широким спектром интрапсихических и межличностных конфликтов. Принцип «сейчас» - функциональная концепция того, что и как делает индивид в данный момент. Принцип «я – ты» - выражение стремления к открытому и непосредственному контакту между людьми. Принцип субъективизации высказываний: связь с семантическими аспектами ответственности пациента.

Континуум сознания - концентрация на спонтанном потоке содержания переживаний, метод подведения индивида к непосредственному переживанию и отказу от вербализаций и интерпретаций, одно из центральных понятий подхода. Поле опыта - «феноменальное поле», которое содержит «все происходящее в любой данный момент внутри оболочки организма и потенциально может быть осознано». Оно включает события, восприятия, ощущения, воздействия на человека.

### **Тема 2. Техники гештальт-терапии**

Игры – разнообразные действия, выполняемые пациентами по предложению психотерапевта, которые способствуют более непосредственной конфронтации со значимым содержанием и переживаниями. Эмоциональное осознание («ага-переживание») – такой момент самопостижения, когда человек говорит: «Ага!» По мере накопления фактов эмоционального прояснения приходит прояснение интеллектуальное. «Концентрация внимания на чувствах», «Опыт непрерывности эмоций», «Интеграция полярностей», «Работа со сновидениями», «Преодоление сопротивления».

### **Тема 3. Особенности работы с клиентами в гештальт-подходе**

Задача работы с клиентом в гештальт-терапии - рассмотреть события, происходящие на границе контакта человека, как целостного биосоциального существа с окружающей средой. Предметом, фокусом внимания, являются события, происходящие на границе контакта человека с окружающей средой, прежде всего в сфере взаимодействия человека с другими людьми – в сфере отношений. Значимые фигуры окружающей среды - лица, которые существенно влияют на поведение в связи с актуальными Гештальтами. Механизмы нарушения процесса саморегуляции: интроекция, проекция, ретрофлексия, дефлексия, конфлуенция.

Уровни на пути к раскрытию истинной индивидуальности пациента: уровень фальшивых отношений, уровень игр и роле; фобический уровень, связанный с осознанием фальшивого поведения и манипуляций; тупик – отсутствие знания у пациента, что делать, куда двигаться, переживание утраты поддержки извне; имплозия как состояние внутреннего смятения, отчаяния, отвращения к самому себе, обусловленное полным осознанием того, как человек ограничил и подавил себя; эксплозия (взрыв): сформированность аутентичной личности, которая обретает способность к переживанию и выражению своих эмоций.

## **2.3. Описание занятий семинарского типа**

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.**

#### **Тема 1. Основные понятия гештальт-терапии**

**Форма занятия** - дискуссия с демонстрацией примеров из практики.

**Цель:** познакомить бакалавров с прикладными аспектами гештальт-терапии в работе психолога

**Понятийный аппарат:** гештальт-терапия, безопасное терапевтическое пространство, фигура, фон, триада, цикл контакта, фактор рефлексии и вербальной обратной связи.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Методы гештальт-терапии в консультировании.
2. Компоненты терапевтического пространства в гештальт-подходе.
3. Этапы терапевтического процесса в гештальт-подходе.
4. Техники в гештальт-подходе.
5. Структура терапевтического занятия, возможные осложнения.
6. Специфика разработки программы индивидуальных и групповых занятий.

**СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.**

**Тема 2. Техники гештальт-терапии**

**Форма занятия** - практические упражнения, дискуссия с демонстрацией примеров из практики.

**СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.**

**Тема 3. Особенности работы с клиентами в гештальт-подходе.**

**Форма занятия** - дискуссия с демонстрацией примеров из практики.

**Цель:** ознакомить бакалавров с особенностями применения методов гештальт-терапии с клиентами.

**Понятийный аппарат:** алгоритм работы гештальт-терапевта, психотехнические игры, рефлексия.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Особенности рефлексии и обратной связи в работе с детьми, подростками и взрослыми.
2. Подбор психотехнических игр и заданий на постановку проблемы.
3. Экспрессивно-творческие методики, используемые в групповой работе с клиентами.

**2.4. Описание занятий в интерактивных формах**

В данной дисциплине используются проведение занятий в интерактивных формах направленных на развитие творческих качеств и интеллектуальных инициатив обучающихся:

*Лекции-визуализации* – представляют собой устную информацию, преобразованную в визуальную форму. В зависимости от учебного материала используются различные формы наглядности.

*Экспириенциальные сессии (тренинговые упражнения)* – занятия, с использованием различных упражнений, применяемых в психокоррекционной работе гештальт-терапевта, с последующим участием в обсуждении результатов с участниками группы (в процессинге).

*Процессинг* – это форма групповой дискуссии (рефлексии), целью которой является достижение более глубокого понимания опыта участия бакалавра в экспириенциальных сессиях.

*Деловые игры* - средство моделирования разнообразных условий профессиональной деятельности методом поиска новых способов ее выполнения.

В рамках данного курса стимулируется творческая активность бакалавров посредством одной из форм индивидуальной работы - ведение дневника самонаблюдений.

## **2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций**

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

## **2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья**

Обучение студентов с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения института, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

<b>Категории студентов</b>	<b>Формы</b>
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

<b>Категории студентов</b>	<b>Виды оценочных средств</b>	<b>Формы контроля и оценки результатов обучения</b>
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц

с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);
- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);
- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

### **2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины**

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины (педагогика, теории и методики воспитания).

### **2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

#### **Учебно-практическая лаборатория «Студия психологического консультирования и изучения конфликтов**

Используемое оборудование: комплекты специализированной мебели, световые столы (планшеты) для песочной анимации, ширмы консультативные.

## **РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины**

### **Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы**

Самостоятельная работа учащихся в рамках данной дисциплины является важным компонентом обучения, приобретения культурных, личностных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины.

В процессе самостоятельной работы бакалавры проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

При изучении дисциплины используются следующие формы самостоятельной работы:

- работа с книгой;
- конспектирование;
- анализ продуктов личного творчества;
- работа с художественными материалами.
- Самостоятельная работа – «Эссе».

Самостоятельная работа бакалавров позволит более углублённо освоить предлагаемый курс.

Для успешного выполнения самостоятельной работы рекомендовано:

1. активно участвовать в усвоении материала на лекциях;
2. самостоятельно работать с учебниками и научной литературой, составлять конспекты по проработанному материалу;
3. уметь аргументировать свою точку зрения, внимательно слушать выступления других участников учебной группы, умело соотносить и сопоставлять их высказывания со своим мнением.
4. вести журнал самонаблюдений на практических занятиях.

Задачи журнала самонаблюдений:

1. Инструмент профессионального роста, соединение теории с практикой;
2. Психотерапевтический материал, личная терапия;
3. Решение творческих задач – выработка новых моделей поведения;
4. Составляющая часть обучения – саморефлексия, самоанализ, выработка навыков практической работы;
5. Развитие самодирективности (умение брать ответственность, видение себя).

Студентам рекомендуется вести журнал самонаблюдений, который является своеобразным дневником, в котором будет отражен опыт участия в интерактивных занятиях. В процессе ведения журнала, студентами будут фиксироваться, наиболее важные, связанные с участием в упражнениях чувства, мысли и впечатления, а также проводиться их анализ.

Журнал самонаблюдений не будет сдаваться на проверку ведущим курса, так как он является конфиденциальным документом.

Основной целью ведения журнала самонаблюдения является повышение эффективности обучения студентов посредством саморефлексии.

### **Содержание журнала самонаблюдений**

Рекомендуется после каждого дня занятий описывать в журнале самонаблюдений кратко, свои мысли, чувства и впечатления, возникшие во время упражнений.

Возможный перечень вопросов студента к самому себе:

#### **Анализ фактического материала**

- Что происходило в ходе занятий?
- Что вы делали?
- Что делали другие участники группы?
- Какова была ваша роль в ходе занятий?
- Что вы чувствовали в ходе занятия, совершая те или иные действия?

#### **Ретроспективный анализ**

Видите ли вы нечто повторяющееся и характерное:

- В своих собственных поступках и переживаниях;
- В поступках и переживаниях других членов группы;
- В переживаниях и поступках группы в целом?

#### **Разноуровневый анализ**

- Какие личные гипотезы вы используете с целью объяснения происходящего во время занятий?

- Что нового вы открыли для себя сегодня?

#### **Интегративный анализ**

- Чему вы научились в ходе занятий?
- Каким образом вы сможете использовать новый опыт в своей профессиональной деятельности, вне работы?

Используя журнал самонаблюдений, студенты должны подготовить самостоятельную работу - эссе объемом 3 - 10 страниц, свидетельствующее о том, в какой степени студенты понимают те процессы, которые характерны для работы в гештальт-подходе.

Для написания эссе необходимо охарактеризовать технику или метод работы, и подробно описать свои мысли и переживания, а также феномены и процессы. Для иллюстрирования эссе можно использовать, созданную на занятии работу, художественное описание или фотографии.

Эссе должно показывать, что в результате изучения данной дисциплины студент:

- понимает свое поведение в контексте групповой работы в гештальт-подходе и его влияние на других членов группы, обладает достаточной чувствительностью, межличностным взаимодействием и обратной связью;

- адекватно и продуктивно реагирует на поведение и суждения других членов группы;

- понимает особенности групповой динамики, групповую культуру, скрытые потребности и установки, выражение социально одобряемых и неодобряемых чувств.

Представленная работа должна отвечать поставленным задачам, иметь практический выход.

Критериями оценки является краткость и логика изложения, аккуратное оформление и аргументированность работы.

### **Порядок аттестации самостоятельной работы**

Порядок аттестации самостоятельной работы установлен в Положении об аттестации учебной работы студентов института, интерактивная версия представлена по ссылке <http://www.psysocwork.ru/1176/>

### **Оформление самостоятельной работы**

Устанавливаются следующие требования к оформлению самостоятельной работы в случае ее сдачи в электронном (распечатанном) виде в формате редактора MS WORD:

- параметры страницы (210x297 мм), формат - А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, Times New Roman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.

Образец титульного листа представлен на сайте по ссылке - <http://www.psysocwork.ru/1176/>

### **3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана**

1. Возникновение и развитие гештальт-терапии.
2. Краткий обзор современных направлений гештальт -терапии и ее основных форм.
3. Терминологическое поле гештальт-терапии: предмет, объект, цели и задачи гештальт-терапии.
4. Феноменология и теория поля.
5. Основные положения и ценности гештальт-терапии.
6. Краткий обзор техник гештальт-терапии.
7. Методы оценки эффективности гештальт-терапии.
8. Факторы психотерапевтического воздействия в гештальт-терапии.
9. Задачи и психологические проблемы, которые можно решать посредством гештальт-терапии.
10. Особенности рефлексии и обратной связи в гештальт-подходе.
11. Работа с клиентами разных возрастных групп в гештальт-подходе.

12. Специфика групповой работы в гештальт-подходе.
13. Специфика индивидуальной работы в гештальт-подходе.
14. Особенности терапевтической работы с детьми, с подростками в гештальт-подходе.
15. Особенности терапевтической работы с семьей в гештальт-подходе.
16. Установление терапевтических отношений, как инструмент работы в гештальт-подходе.
17. Работа в гештальт-подходе с психосоматическими расстройствами.
18. Подборка и обоснование упражнений к групповой работе в гештальт-подходе.
19. Аннотированный каталог литературы по гештальт-терапии.
20. Аннотированный каталог ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет» по гештальт-терапии.

### **3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы**

Критериями оценки результатов самостоятельной работы студента является оценка сформированности компетенций.

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Разделом 4 об аттестации учебной работы студентов института.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;
- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;
- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

## **РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств**

### **4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения**

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Практикум по гештальт-терапии» относится рубежный контроль - тест минимальной компетентности, промежуточная аттестация в форме зачёта.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

Шкала оценивания компетенций на различных этапах их формирования включает следующие критерии:

- полное соответствие;
- частичное соответствие;
- несоответствие.

#### **4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины**

<b>Тема (раздел) дисциплины</b> (указывается номер темы, название)	<b>Компетенции по дисциплине</b>
Тема 1. Основные понятия гештальт-терапии	ПК-1; ПК-9
Тема 2. Техники гештальт-терапии	ПК-1; ПК-9
Тема 3 Особенности работы с клиентами в гештальт-подходе	ПК-1; ПК-9

#### **4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)**

Основными документом регламентирующими порядок организации и проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации студентов, обучающихся в СПбГИПСР, являются: Устав СПбГИПСР, Положение об аттестации учебной работы студентов института.

По дисциплине «Арт-терапия в социальной работе» проводятся текущий и рубежный контроль успеваемости, а также промежуточная (итоговая) аттестация знаний.

**Текущий контроль** проводится в конце каждого практического занятия: активность участия в обсуждении вопросов и наличие обработанных протоколов по методикам с написанными заключениями.

Текущий контроль успеваемости проводится в течение семестра в часы, отведенные для изучения дисциплины, и может осуществляться в следующих формах:

- устного ответа;
- письменного ответа.

Конкретная форма проведения оценки уровня знаний студентов по данной дисциплине

определяется преподавателем и доводится до сведения студентов на первом занятии по дисциплине.

**Задания по текущему контролю успеваемости** (раздел разрабатывается с учетом индивидуальных образовательных запросов студентов).

Обязательным требованием для объективной оценки уровня знаний и участия студента в учебных мероприятиях, предусмотренных рабочей программой, является посещаемость учебных занятий в объеме **75% от общего числа занятий**.

**Рубежный контроль** успеваемости проводится либо в середине курса, либо на последних занятиях данного курса (по усмотрению преподавателя).

Сроки рубежного контроля определяются графиком учебного процесса компетентностно-ориентированного учебного плана и утверждаются приказом Ректора или уполномоченного им лица. Рубежный контроль проводится в форме собеседования.

#### **Промежуточная (итоговая) аттестация по дисциплине.**

Рейтинговая оценка знаний складывается из следующих компонентов:

- посещаемости занятий и активности на них;
- результатов рубежного контроля;
- результатов аттестации самостоятельной работы.

#### **4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины**

##### **Примерные вопросы к зачету по дисциплине «Практикум по гештальт-терапии»**

1. Возникновение и развитие гештальт-терапии.
2. Теория поля в гештальт-терапии, ее основные положения.
3. Краткий обзор современных направлений гештальт -терапии и ее основных форм.
4. Терминологическое поле гештальт-терапии: предмет, объект, цели и задачи гештальт-терапии.
5. Феноменология и теория поля.
6. Основные положения и ценности гештальт-терапии.
7. Краткий обзор техник гештальт-терапии.
8. Методы оценки эффективности гештальт-терапии.
9. Факторы психотерапевтического воздействия в гештальт-терапии.
10. Задачи и психологические проблемы, которые можно решать посредством гештальт-терапии.
11. Особенности рефлексии и обратной связи в гештальт-подходе.
12. Работа с клиентами разных возрастных групп в гештальт-подходе.

13. Специфика групповой работы в гештальт-подходе.
14. Специфика индивидуальной работы в гештальт-подходе.
15. Особенности терапевтической работы с детьми, с подростками в гештальт-подходе.
16. Особенности терапевтической работы с семьей в гештальт-подходе.
17. Установление терапевтических отношений, как инструмент работы в гештальт-подходе.
18. Работа в гештальт-подходе с психосоматическими расстройствами.
19. Подборка и обоснование упражнений к групповой работе в гештальт-подходе.

### **Пример типового практико-ориентированного задания**

Задание 1. Провести пример прохождения цикла контакта потребности в безопасности из художественной литературы или кинематографа.

Задание 2. Провести пример прохождения цикла контакта потребности в самоактуализации из художественной литературы или кинематографа.

### **Типовые задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Процесс, когда нет понимания разности между отдельными существами и не учитывается разница между людьми - это

- А. конфлюэнция
- Б. проекция.
- В. ретрофлексия
- Г. дефлексия

1. Процесс, когда ценности, верования, отношения и т.д. присваиваются, не проверяясь – это

- А. конфлюэнция
- Б. проекция.
- В. ретрофлексия
- Г. Дефлексия

2. процесс, в котором позитивные и/или негативные свойства, отношения, качества, верования, поведения или чувства, которые в действительности относятся к самой личности, приписываются объектам и/или людям.

- А. конфлюэнция
- Б. проекция.
- В. ретрофлексия
- Г. дефлексия

## **РАЗДЕЛ 5. Глоссарий**

**Гештальт-терапия** – это метод психотерапии, который способствует расширению осознания человека и посредством этого достижение большей внутриличностной целостности, наполненности и осмысленности жизни, улучшение контакта с окружающими людьми и в целом с внешним миром [1].

**Центральным или системообразующим понятием в Гештальте является триада: актуальность-осознанность-ответственность.**

Актуальность - (от позднелат. *actualis* – фактически существующий, настоящий, современный), важность, значительность чего-либо для настоящего момента, современность, злободневность.

Осознание является базовым принципом гештальт-подхода. Ф.Перлз писал, что осознанность целительна сама по себе. Она позволяет человеку регулировать самого себя и действовать в каждой конкретной ситуации наилучшим образом. Ф.Перлз выделял три зоны осознания – осознание себя (внутренняя зона), осознание мира (внешняя зона) и осознание того, что находится между нами, - промежуточной зоны фантазии, которая не позволяет человеку соприкоснуться с самим собой или с миром. На фантазии люди тратят так много энергии и жизненных сил, что их почти не остается для контакта с реальностью. Часто эмоции и глубинные чувства, воспоминания, тревожные или радостные фантазии и внезапные «прозрения» проигрываются не иначе, как на внутренней сцене человека.

Ответственность - следующий базовый принцип гештальт-подхода. По определению Ф. Перлза, «ответственность означает способность отвечать»: способность быть живым, чувствовать, воспринимать». Ответственность – основная черта взрослого человека. Работа с клиентом направлена на возвращение и развитие ответственности, что означает развитие способности «отвечать, мыслить, реагировать, проявлять эмоции в определенной ситуации», то есть, способности быть тем, кем они являются[2].

### **Спротивление или прерывание циклов контакта.**

Спротивление в гештальт-терапии рассматривается не как сопротивление контакту вообще, но как прерывание или избегание некоторых аспектов контакта («осознания»), как часть контактных функций.

Важно определить, чему организм сопротивляется, а чему содействует, и как именно он это делает.

Часто сопротивление является как бы «регулирующим» доминантной потребности и носит здоровый «характер». И такое сопротивление – тоже процесс контакта. Например, уход иногда носит более адаптивный характер, чем попытка нового контакта[3].

### **Конфлюенция первого рода.**

Конфлюенция первого рода дает иногда просто « право на отдых» ; не замечать соблазняющих и искушающих " голосов" извне и изнутри может оказаться проще , чем листать " меню возможностей " . Какова цена – зависит от того , какая потребность фрустрируется . Человеку бывает очень нелегко заметить свое " слияние с ощущениями" . Мы можем ему помочь , работая с очевидным : собирая целостную фигуру телесного переживания из мелких ощущений , как мозаику , просить описать все , что он замечает в данный момент ; обращать внимание на «странности» Психотерапевтическая проработка конфл. 1 рода , если она выступает типичным механизмом срыва цикла контакта , требует длительного времени и большого терпения[4].

### **Конфлюенция второго рода.**

Речь идет о слиянии человека с другими людьми , когда трудно провести четкую границу между «Мной и Тобой» .Тогда можно легко принять чужие переживания или желания за собственные . Когда человек , в слиянии с которым я нахожусь , предлагает что-то , я тут же соглашаюсь , без всяких раздумий[4] .

### **Ретрофлексия.**

Ретрофлексия буквально означает "разворот в противоположную сторону". Ретрофлексия поведения – это делание себе того, что первоначально человек делал, пытался или хотел делать другим людям или с другими людьми или объектами[5].

### **Дефлексия.**

Способ снятия напряжения контакта. Это разглагольствование и вышучивание, избегание прямого взгляда на собеседника, реплики не по существу, банальности и общие фразы, минимум эмоций вместо живых реакций. Поведение человека не достигает цели, оно вяло и неэффективно. Его отношения с людьми не приносят того, чего он больше всего ждет. Иногда такое поведение полезно, поскольку есть ситуации, вызывающие слишком большой накал страстей, которого следует избегать (язык дипломатии)[6].

### **Интроекция.**

При интроекции человек пассивно принимает то, что предлагает среда. Он прилагает мало усилий, чтобы определить свои потребности и желания. В соответствии с перлзовской пищевой метафорой, он «проглотил» все ценности своих родителей, школы и среды и ждет, что дальше в жизни все будет, как было. Когда мир или ситуация вокруг него начинает изменяться, он использует свою энергию не на изменение ситуации, а на поддержание интроецированных ценностей[6].

### **Девальдизация - обесценивание.**

Возникает, когда человек не хочет брать на себя ответственность за неудачи и таким образом не признает и собственные успехи (запрет быть успешным), тем самым полностью снимая с себя ответственность и обесценивая себя.

Индикаторы: обесценивающие суждения, игнорирование очевидных событий или отчуждение своего вклада в результат, забывание очевидно значимых переживаний, событий, выслушивание и самоирония[7].

**Self** - специфика поведения человека, это непрерывный процесс творческого приспособления человека к своей внутренней среде и к окружающему миру. Посредством Self человек представлен на границе/контакт[8].

Функции Self:

- **Ид (Оно)** - внутренние импульсы, потребности и побуждения; находятся преимущественно в теле (мимика, дыхание и т.п.); до конца реализована быть не может, однако она позволяет определить, в чем человек нуждается. Когда действует функция Ид человек не чувствует себя ответственным за то, что происходит[8].

- **Personality (Личность)** - совокупность представлений человека о самом себе, основанных на интеграции его опыта, ассимиляции его личной истории; связана со статусом личности и социальными ролями и является наиболее стабильной (устойчивой). Функция Personality позволяет принять ответственность за собственную жизнь, за то, что происходит с самим человеком[8].

- **Эго (Я)** - обеспечивает непосредственный контакт с действительностью, динамична. С помощью функции Эго человек совершает выбор, это функция сознательного согласия или отказа, когда человек сам ответственно расширяет или ограничивает контакт с окружающей средой, исходя из осознания собственных потребностей[8].

**Цикл контакта по Гудману.**

Базовое понятие Гештальт-терапии, разработано Гудманом в его Теории self. Гудман выделяет в любом действии четыре основные фазы: фор-контакт, контактирование (contacting), полный контакт (final contact) и пост-контакт (или "отступление")[8].

**Пентограмма Гингера.**

Многомерный подход к человеку, характерный для современной гештальт-терапии, описал известный французский психолог и гештальт-терапевт Серж Гингер.

**РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины****6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3
<b>Основная литература</b>				
1	Бурлачук Л.Ф. Психотерапия [Электронный ресурс] : учебник / Л.Ф. Бурлачук, А.С. Кочарян, М.Е. Жидко. - СПб.: Питер, 2015. - 496 с. – Режим доступа : <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=345131">https://ibooks.ru/reading.php?productid=345131</a>	-	+	+
2	Елисеев, О. П. Гештальт-психология личности : учебник для бакалавриата и магистратуры / О. П. Елисеев. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 289 с. – (Авторский учебник). – ISBN 978-5-534-06540-4. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/437490">https://biblio-online.ru/bcode/437490</a>	+	+	+
<b>Дополнительная литература</b>				
1	Гингер С. Гештальт [Электронный ресурс] : искусство контакта. Новый оптимистический подход к человеческим отношениям / С. Гингер. - М.: Пер Сэ, 2002. - 320 с. – Режим доступа : <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=27812">https://ibooks.ru/reading.php?productid=27812</a>	+	-	+
2	Кондрашенко В.Т. Общая психотерапия: учебное пособие / В.Т. Кондрашенко, Д.И. Донской, С.А. Игумнов. – Минск: Выш. шк., 2012. – 496 с. – Режим доступа : <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=28193">https://ibooks.ru/reading.php?productid=28193</a>	-	+	+

**6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины**

1. Московский психологический журнал [Электронный ресурс] – Режим доступа : <http://magazine.mospsy.ru>

2. Психические болезни и их лечение [Электронный ресурс] – Режим доступа : <http://psihbolezni.ru/>

3. Психологическая газета [Электронный ресурс] – Режим доступа : <http://www.psy-gazeta.ru/>

**6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины**

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

East View [Электронный ресурс] : information services. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа : <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> . – Загл. с экрана.

Ibooks.ru [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа : <https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:0> . – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=456](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456) – Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=435](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435) . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа : <https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

\_\_\_\_\_ Г.Л. Горохова  
(подпись, расшифровка)