

**Автономная некоммерческая организация  
Дополнительного профессионального образования  
«Московский Институт Гештальта и Психодрамы»  
(АНО ДПО «МИГИП»)**

**Утверждаю**  
Ректор АНО ДПО «МИГИП»

  
Н.Г. Лубяницкая  
«23» августа 2021 г.



**Дополнительная общеобразовательная программа  
– дополнительная общеразвивающая программа  
«Введение в гештальт-терапию.  
Контакт с собой и с другими»**

**Направленность программы**  
социально-педагогическая

**Количество академических часов**  
150

**Документ по итогам обучения**  
справка об обучении

**Форма обучения**  
очная

Москва, 2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Введение в гештальт-терапию. Контакт с собой и с другими» / сост. М.П. Лекарева, О.Д. Алеева, М.С. Соснина. - Москва: АНО ДПО «МИГИП», 2021. 21 с.**

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Введение в гештальт-терапию. Контакт с собой и другими» направлена на расширение представлений о применении приемов и техник гештальт-подхода для самопознания и практики эффективного общения. Программа ориентирована на обучающихся старше 18 лет, желающих ознакомиться с методами гештальт-консультирования и гештальт-терапии, приобрести навыки исследования личностных особенностей и самопознания, расширить репертуар собственных средств эффективного межличностного взаимодействия. Трудоемкость программы 150 академических часов. Программа реализуется в очной форме в течение 2-10 месяцев.

©Лекарева М.П.,  
Алеева О.Д.,  
Соснина М.С., 2021  
© АНО ДПО «МИГИП», 2021

## Содержание

<b>1. Пояснительная записка.....</b>	<b>4</b>
1.1. Цель реализации программы .....	4
1.2. Требования к результатам освоения программы.....	4
1.3. Требования к квалификации обучающихся .....	5
1.4. Трудоемкость программы .....	5
<b>2. Содержание программы.....</b>	<b>5</b>
2.1. Учебный план.....	5
2.2. Рабочая программа .....	7
2.3. Календарный учебный график .....	12
<b>3. Формы аттестации и оценочные материалы.....</b>	<b>18</b>
3.1. Текущая аттестация .....	18
3.2. Промежуточная аттестация.....	18
3.3. Итоговая аттестация .....	18
<b>4. Организационно-педагогические условия реализации программы .....</b>	<b>19</b>
4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.....	19
4.1.1. Основная литература .....	19
4.1.2. Дополнительная литература.....	19
4.1.3. Интернет-ресурсы .....	20
4.2. Материально-технические условия реализации программы.....	20
4.3. Требования к кадровому обеспечению программы .....	21

## **1. Пояснительная записка**

Ускорение научно-технического прогресса, быстрая смена профессиональных требований, увеличение темпа жизни, активное развитие цифровых средств коммуникации – далеко не полный перечень факторов, давление на психологическую сторону жизнедеятельности человека. Современный человек должен быть способен легко ориентироваться в быстро меняющемся мире, уметь мобилизовать собственные ресурсы, уметь строить эффективное взаимодействие с людьми для решения различных научных и практических задач. Все это делает актуальным развитие у современных людей представлений о самом человеке, его психической жизни, индивидуальных особенностях, а также о сфере взаимоотношений между людьми. Дополнительная образовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Введение в гештальт-терапию. Контакт с собой и другими» предоставляет возможность обучающимся расширить представления о психологических аспектах процесса общения, а также создает условия для самопознания и саморазвития.

Гештальт-консультирование и гештальт-терапия является методами немедицинской психологической помощи людям, цель которых - расширение осознания человека и, посредством этого, лучшее понимание и принятие человеком себя, достижение большей внутриличностной целостности, большей наполненности и осмысленности жизни, улучшение контакта с внешним миром, в том числе с окружающими людьми. В процессе обучения по дополнительной образовательной программе – дополнительной общеразвивающей программе «Введение в гештальт-терапию. Контакт с собой и другими» обучающиеся не только знакомятся с гештальт-подходом как с методом работы практического психолога, но и начинают иначе смотреть на мир, на себя, на людей - видеть то, что другие не замечают и пропускают в своем опыте жизни. Это видение делает возможным оказание помощи другим, причем вне зависимости от сферы деятельности или образа жизни

### **1.1. Цель реализации программы**

Расширение представлений о применении приемов и техник гештальт-подхода для самопознания и практики эффективного общения.

### **1.2. Требования к результатам освоения программы**

Планируемые результаты обучения. В результате освоения программы обучающиеся будут:

- **знать** психологические особенности процесса общения (коммуникативная и перцептивная стороны общения, особенности невербальной коммуникации, барьеры общения и способы их профилактики); психологические особенности внутреннего мира человека (сознательное и бессознательное, внутренняя картина мира человека); основные теории гештальт-подхода (теория контакта, теория осознания, фенологический подход), основные модели и техники гештальт-терапии, этические принципы гештальт-терапии и гештальт-консультирования;

- **уметь** проводить исследование собственного внутренней картины мира, своей мотивационно-потребностной сферы, выявлять и изучать противоречия между собственными зонами осознания; применять в процессе межличностной коммуникации с другими людьми техники и приемы эффективного общения

- получают возможность познакомиться с моделью профессиональной деятельности гештальт-консультанта и гештальт-терапевта; расширить собственные представления о сфере применения практической психологии.

### 1.3. Требования к квалификации обучающихся

На обучение по дополнительной общеобразовательной программе «Введение в гештальт-терапию. Контакт с собой и с другими» принимаются лица, имеющие образование не ниже среднего общего.

### 1.4. Трудоемкость программы

Программа реализуется в очной форме.

Общее количество академических часов – 150, из них 34 ак.ч. – лекции, 104 ак.ч. – практические занятия.

Режим занятий: от 8 до 26 ч. в неделю, 6-18 недель (см. п. 2.3. Календарный учебный график).

Срок освоения программы - от 2 до 10 месяцев.

Виды учебной деятельности: аудиторные занятия (лекции, практические занятия), самостоятельная работа обучающихся. Программа реализуется с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ).

Форма итоговой аттестации: зачет.

## 2. Содержание программы

### 2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование модуля/раздела	Всего ак.ч.	Виды учебных занятий		Сам.работа (ак.ч)	Форма аттестации
			лекции (ак.ч)	практич. занятия (ак.ч)		
<b>1.</b>	<b>Модуль 1. Гештальт-подход: теоретические и методологические аспекты</b>	<b>68</b>	<b>16</b>	<b>46</b>	<b>4</b>	<b>зачет (круглый стол)</b>
1.1	Гештальт-подход: основные этапы становления и развития	8	2	6	-	текущая (опрос)
1.2	Теория контакта: подходы и область применения	10	2	6	2	текущая (опрос)
1.3	Теория осознания: возможности применения	8	2	6	-	текущая (опрос)
1.4	Феноменологический метод в практике гештальт-терапии	10	2	6	2	текущая (опрос)
1.5	Прошлое, настоящее и будущее. Использование времени в гештальт-терапии	8	2	6	-	текущая (опрос)
1.6	Концепция полярностей в гештальт-терапии	8	2	6	-	текущая (опрос)
1.7	Психологические аспекты процесса межличностного	8	2	6	-	текущая (опрос)

№ п/п	Наименование модуля/ раздела	Всего ак.ч.	Виды учебных занятий		Сам.ра бота (ак.ч)	Форма аттестации
			лекции (ак.ч)	практич. занятия (ак.ч)		
1.8	Психологические аспекты процесса взаимодействия в группе	6	2	4	-	текущая (опрос)
	Промежуточная аттестация	2				зачет (круглый стол)
<b>2.</b>	<b>Модуль 2. Механизмы прерывания контакта в гештальт-терапии и способы его восстановления</b>	<b>42</b>	<b>10</b>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>зачет (круглый стол)</b>
2.1	Конфлюэнция: причины и индикаторы проявления	10	2	6	2	текущая (опрос)
2.2	Интроекция: причины и индикаторы проявления	8	2	6	-	текущая (опрос)
2.3	Проекция: причины и индикаторы проявления	8	2	6	-	текущая (опрос)
2.4	Ретрофлексия: причины и индикаторы проявления. Психосоматика как результат ретрофлексии	8	2	6	-	текущая (опрос)
2.5	Соотношение и взаимовлияние механизмов прерывания контакта	6	2	4	-	текущая (опрос)
	Промежуточная аттестация	2				зачет (круглый стол)
<b>3.</b>	<b>Модуль 3. Практические аспекты гештальт-терапии</b>	<b>38</b>	<b>8</b>	<b>30</b>	<b>-</b>	<b>текущая (опрос)</b>
3.1	Артгештальт-терапия как метод работы с личностно-образующими структурами	8	2	6	-	текущая (опрос)
3.2	Артгештальт-терапия как метод работы с бессознательным	8	2	6	-	текущая (опрос)
3.3	Этические принципы гештальт-терапии	8	2	6	-	текущая (опрос)
3.4	Технологические составляющие в практике гештальт-консультирования и гештальт-терапии	8	2	6	-	текущая (опрос)
3.5	Интеграция полученного опыта	6	-	6	-	текущая (опрос)
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>				<b>зачет (опрос)</b>
	<b>Всего</b>	<b>150</b>	<b>34</b>	<b>104</b>	<b>6</b>	

## 2.2. Рабочая программа

Наименование модуля/ раздела (ак.ч)	Виды учебных занятий/работ –ак.ч.	Содержание
<b>Модуль 1. Гештальт-подход: теоретические и методологические аспекты (68 ак.ч)</b>		
<b>1.1 Гештальт-подход: основные этапы становления и развития (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак. часа	Ситуация в психотерапии в XX веке. Обособление и интеграция различных направлений. Выделение гештальт-терапии в самостоятельное течение из психоанализа. Отличия гештальт-психологии и гештальт-терапии. Влияние феноменологии и экзистенциализма на развитие гештальт-терапии.
	Практическая работа 6 ак. часов	Феномены присутствия. Феномены включенности. Идеи личной ответственности за реализацию своего жизненного проекта индивидом.
<b>1.2 Теория контакта: подходы и область применения (10 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 1 ак. час	Поле: «Организм\среда».
	Интерактивная лекция 1 ак. час	Теория контакта: понятие контакта, фазы контакта
	Практическая работа 6 ак. часов	Опыт контакта—отстранения, опознавание собственных границ Конгруэнтность, аутентичность самопредъявления в контакте
	Самостоятельная работа 2 ак. часа	Изучение материалов на вебплатформе МИГиП: 1. Поле «Организм/среда». 2. Понятие контакта и цикл контакта в гештальт-терапии.
<b>1.3 Теория осознания: возможности применения (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 1 ак. час	Концепция осознания, три зоны осознания. Работы Дж.Энрайта..
	Интерактивная лекция 1 ак. час	Понятие внутренней зоны осознания и её влияние на развитие человека и эффективность его жизнедеятельности. Понятие внешней зоны осознания, особенности индивидуального восприятия, значение внешней зоны осознания в жизни человека Понятие средней зоны осознания и её влияние на жизнедеятельность человека, индивидуальные особенности речемыслительной деятельности

Наименование модуля/ раздела (ак.ч)	Виды учебных занятий/работ –ак.ч.	Содержание
		Противоречия, возникающие между зонами осознания, приёмы их выявления.
	Практическая работа 6 ак.часов	Эмоциональная и телесная компетентность гештальт-терапевта. Работа “собой” как основной инструмент гештальт-терапевта.
<b>1.4 Феноменологический метод в практике гештальт-терапии (10 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак.часа	Взаимосвязь потребности и контакта организма со средой. Формирование фигуры из фона на основе потребностей
	Практическая работа 6 ак.часов	Вербальные и невербальные феномены, относящиеся к каждой из зон осознания. Выделение феноменов из фона и образование фигуры.
	Самостоятельная работа 2 ак.часа	Изучение материалов на вебплатформе МИГиП: 1.Завершённый и незавершённый гештальт. 2.Саморегуляция и гештальт-терапия.
<b>1.5 Прошлое, настоящее и будущее. Использование времени в гештальт-терапии (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 часа	Взаимосвязь прошлого, настоящего и будущего. Концепция использования времени в гештальт-терапии
	Практическая работа 6 ак.часов	«Здесь-и-теперь», процесс переноса прошлого опыта в ситуацию «здесь-и-теперь», формирование актуальной фигуры в процессе контактирования.
<b>1.6 Концепция полярностей в гештальт-терапии (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак.часа	Борьба и единство противоположностей. Противостояние и интеграция полярностей
	Практическая работа 6 ак.часов	Образование полярностей как феномена внутриличностной самоорганизации, использование полярностей в терапевтическом процессе.
<b>1.7 Психологические аспекты процесса межличностного общения (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак.часа	Функция и структура общения. Виды, уровни, стадии и стороны общения.
	Практическая работа 6 ак.часов	Структура коммуникативного акта. Я-высказывания. Осознанность. Аутентичность. Конгруэнтность. История поля индивида и ее влияние на восприятие высказываний.



Наименование модуля/ раздела (ак.ч)	Виды учебных занятий/работ –ак.ч.	Содержание
<b>1.8 Психологические аспекты процесса взаимодействия в группе (6 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак.часа Практическая работа 4 ак.часов	Взаимодействие людей в группе. Социальная перцепция как восприятие людьми друг друга в процессе общения: эффекты восприятия, социальные стереотипы и установки. Барьеры в общении.
<b>Промежуточная аттестация (2 ак.ч)</b>	Зачет 2 ак.часа	Проводится в форме круглого стола (см. раздел 3.2)
<b>Модуль 2. Механизмы прерывания контакта в гештальт-терапии и способы его восстановления (42 ак.ч)</b>		
<b>2.1 Конфлюэнция: причины и индикаторы проявления (10 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2ак.часа	Цикл контакта. Механизм прерывания контакта - конфлюэнция: его формирование в онтогенезе, значение творческого приспособления в процессе адаптации.
	Практическая работа 6 ак.часов	Закрепление умения замечать и феноменологически описывать признаки конфлюэнции. Освоение навыков безоценочных высказываний. Освоение навыков эмпатического слушания. Освоение навыков конгруэнтного самопредъявления. Освоение навыка выделения актуальной фигуры в процессе контактирования.
	Самостоятельная работа 2 ак.часа	Изучение материалов на вебплатформе МИГиП: 1.Концепция творческой адаптации. 2.Механизмы прерывания контакта.
<b>2.2 Интроекция: причины и индикаторы проявления (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак.часа	Цикл контакта. Механизм прерывания контакта - интроекция: его формирование в онтогенезе, значение творческого приспособления в процессе адаптации.
	Практическая работа 6 ак.часов	Умение замечать и феноменологически описывать признаки интроецирования; Исследование убеждений, стереотипов, догм и ценностей.
<b>2.3 Проекция: причины и индикаторы</b>	Интерактивная лекция 2 ак.часа	Цикл контакта. Механизм прерывания контакта — проекция: его формирование в онтогенезе, значение творческого приспособления в

Наименование модуля/ раздела (ак.ч)	Виды учебных занятий/работ –ак.ч.	Содержание
проявления (8 ак.ч)		процессе адаптации.
	Практическая работа 6 ак.часов	Закрепление умения замечать и феноменологически описывать признаки проецирования; Позитивная и негативная проекция. Проекция образа мыслей, проекция образа действий, проекция чувств и переживаний, проекция личностных свойств.
<b>2.4 Ретрофлексия: причины и индикаторы проявления. Психосоматика как результат ретрофлексии (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак.часа	Цикл контакта. Механизм прерывания контакта - ретрофлексия: его формирование в онтогенезе, значение творческого приспособления в процессе адаптации.
	Практическая работа 6 ак.часов	Закрепление умения замечать и феноменологически описывать признаки ретрофлексии. Работа с психосоматическими симптомами методом гештальт-терапии, изменение состояния.
<b>2.5 Соотношение и взаимовлияние механизмов прерывания контакта (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак.часа	Механизмы прерывания контакта и их соотношение в цикле удовлетворения потребности
	Практическая работа 6 ак.часов	Распознавание феноменов прерывания контакта и их влияния на удовлетворение потребностей или взаимодействия между людьми в социальной группе
<b>Промежуточная аттестация (2 ак.ч)</b>	Зачет 2 ак.часа	Проводится в форме круглого стола (см. раздел 3.2)
<b>Модуль 3. Практические аспекты гештальт-терапии (38 ак.ч)</b>		
<b>3.1 Артгештальт-терапия как метод работы с личностно-образующими структурами (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак.часа	Структура self
	Практическая работа 6 ак.часов	Основы работы с персоной, идовским состоянием и эго-функцией средствами артгештальт-терапии.

Наименование модуля/ раздела (ак.ч)	Виды учебных занятий/работ –ак.ч.	Содержание
<b>3.2 Артгештальт-терапия как метод работы с бессознательным (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак. часа	Понятие сознания и бессознательного в психоанализе и гештальт-терапии
	Практическая работа 6 ак. часов	Техники работы со снами и образами в гештальт-терапии
<b>3.3 Этические принципы гештальт-терапии (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак. часа	Кодекс Этики – общие положения
	Практическая работа 6 ак. часов	Компетентность. Отношения клиент/терапевт. Конфиденциальность. Терапевтический контракт. Реклама. Безопасность. Исключительные Обстоятельства. Отношения с бывшими клиентами.
<b>3.4 Технологические составляющие в практике гештальт-консультирования и гештальт-терапии (8 ак.ч)</b>	Интерактивная лекция 2 ак. часа	Соотнесение жалобы, запроса и контракта в гештальт-консультировании и гештальт-терапии.
	Практическая работа 6 ак. часов	Возможности использования методов и техник гештальт-терапии при различной типологии запроса клиента.
<b>3.5 Интеграция полученного опыта (6 ак.ч)</b>	Групповое обсуждение 6 ак. часов	<p>Примерные вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Назовите основные отличия гештальт-терапии и гештальт-психологии.</li> <li>2. Охарактеризуйте специфику феноменологического метода работы в гештальт-терапии.</li> <li>3. Перечислите и охарактеризуйте фазы цикла контакта. Приведите пример опыта контакта.</li> <li>4. Зоны осознания: назовите их основные отличия и противоречия, возникающие между ними.</li> <li>5. В чем состоит эмоциональная и телесная компетентности гештальт-терапевта.</li> <li>6. Перечислите основные понятия гештальт-терапии и назовите их содержание.</li> <li>7. Опишите взаимосвязь и соотношение механизмов прерывания контакта</li> </ol>
<b>Итоговая аттестация (2 ак.ч)</b>	Зачет 2 ак. часа	Проводится в форме устного опроса (см. раздел 3.3)

### 2.3. Календарный учебный график

Занятия в сб-вск, 10.00-18.00/11.00-19.00 (16-18 ак.ч./неделю, 9 недель)

№	Наименование модуля/раздела	Всего ак.ч.	Вид учеб. дея-ти	Недели									
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	
<b>1</b>	<b>Модуль 1. Гештальт-подход: теоретические и методологические аспекты</b>	<b>68</b>	<b>ауд, с/р</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>16</b>						
1.1	Гештальт-подход: основные этапы становления и развития	8	ауд	8									
1.2	Теория контакта: подходы и область применения	10	ауд	8									
			с/р	2									
1.3	Теория осознания: возможности применения	8	ауд		8								
1.4	Феноменологический метод в практике гештальт-терапии	10	ауд		8								
			с/р		2								
1.5	Прошлое, настоящее и будущее. Использование времени в гештальт-терапии	8	ауд			8							
1.6	Концепция полярностей в гештальт-терапии	8	ауд			8							
1.7	Психологические аспекты процесса межличностного общения	8	ауд				8						
1.8	Психологические аспекты процесса взаимодействия в группе	6	ауд				6						
	Промежуточная аттестация	2	зачет				2						
<b>2</b>	<b>Модуль 2. Механизмы прерывания контакта в гештальт-терапии и способы его восстановления</b>	<b>42</b>	<b>ауд, с/р</b>					<b>18</b>	<b>16</b>	<b>8</b>			
2.1	Конфлюэнция: причины и индикаторы проявления	10	ауд					8					
			с/р					2					
2.2	Интроекция: причины и индикаторы проявления	8	ауд					8					
2.3	Проекция: причины и индикаторы проявления	8	ауд						8				
2.4	Ретрофлексия: причины и индикаторы проявления. Психосоматика как результат ретрофлексии	8	ауд						8				
2.5	Соотношение и взаимовлияние механизмов прерывания контакта	6	ауд							6			
	Промежуточная аттестация	2	зачет							2			
<b>3</b>	<b>Модуль 3. Практические аспекты гештальт-терапии</b>	<b>38</b>	<b>ауд</b>							<b>8</b>	<b>16</b>	<b>14</b>	
3.1	Артгештальт-терапия как метод работы с личностно-образующими структурами	8	ауд							8			
3.2	Артгештальт-терапия как метод работы с бессознательным	8	ауд								8		
3.3	Этические принципы гештальт-терапии	8	ауд								8		
3.4	Технологические составляющие в практике гештальт-консультирования и гештальт-терапии	8	ауд									8	
3.5	Интеграция полученного опыта	6	ауд										6
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>зачет</b>										<b>2</b>
	<b>Всего</b>	<b>150</b>		<b>18</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>

**Занятия в пт 18.00-21.30/19.00-22.10, сб-вск 10.00-18.00/11.00-19.00 (20-24 ак.ч./неделю/ 7 недель)**

№	Наименование модуля/раздела	Всего ак.ч.	Вид учеб. дея-ти	Недели						
				1	2	3	4	5	6	7
<b>1</b>	<b>Модуль 1. Гештальт-подход: теоретические и методологические аспекты</b>	<b>68</b>	<b>ауд, с/р</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>4</b>			
1.1	Гештальт-подход: основные этапы становления и развития	8	ауд	8						
1.2	Теория контакта: подходы и область применения	10	ауд	8						
			с/р	2						
1.3	Теория осознания: возможности применения	8	ауд	4	4					
1.4	Феноменологический метод в практике гештальт-терапии	10	ауд		8					
			с/р		2					
1.5	Прошлое, настоящее и будущее. Использование времени в гештальт-терапии	8	ауд		8					
1.6	Концепция полярностей в гештальт-терапии	8	ауд			8				
1.7	Психологические аспекты процесса межличностного общения	8	ауд			8				
1.8	Психологические аспекты процесса взаимодействия в группе	6	ауд			4	2			
	Промежуточная аттестация	2	зачет				2			
<b>2</b>	<b>Модуль 2. Механизмы прерывания контакта в гештальт-терапии и способы его восстановления</b>	<b>42</b>	<b>ауд, с/р</b>				<b>18</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	
2.1	Конфлюэнция: причины и индикаторы проявления	10	ауд				8			
			с/р				2			
2.2	Интроекция: причины и индикаторы проявления	8	ауд				8			
2.3	Проекция: причины и индикаторы проявления	8	ауд					8		
2.4	Ретрофлексия: причины и индикаторы проявления. Психосоматика как результат ретрофлексии	8	ауд					8		
2.5	Соотношение и взаимовлияние механизмов прерывания контакта	6	ауд					4	2	
	Промежуточная аттестация	2	зачет						2	
<b>3</b>	<b>Модуль 3. Практические аспекты гештальт-терапии</b>	<b>38</b>	<b>ауд</b>						<b>16</b>	<b>22</b>
3.1	Артгештальт-терапия как метод работы с личностно-образующими структурами	8	ауд						8	
3.2	Артгештальт-терапия как метод работы с бессознательным	8	ауд						8	
3.3	Этические принципы гештальт-терапии	8	ауд							8
3.4	Технологические составляющие в практике гештальт-консультирования и гештальт-терапии	8	ауд							8
3.5	Интеграция полученного опыта	6	ауд							6
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>зачет</b>							<b>2</b>
	<b>Всего</b>	<b>150</b>		<b>22</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>24</b>

**Занятия в пт-вск, 10.00-18.00/11.00-19.00 (24-26 ак.ч./неделю/ 6 недель)**

№	Наименование модуля/раздела	Всего ак.ч.	Вид учеб. дея-ти	Недели					
				1	2	3	4	5	6
<b>1</b>	<b>Модуль 1. Гештальт-подход: теоретические и методологические аспекты</b>	<b>68</b>	<b>ауд, с/р</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>16</b>			
1.1	Гештальт-подход: основные этапы становления и развития	8	ауд	8					
1.2	Теория контакта: подходы и область применения	10	ауд	8					
			с/р	2					
1.3	Теория осознания: возможности применения	8	ауд	8					
1.4	Феноменологический метод в практике гештальт-терапии	10	ауд		8				
			с/р		2				
1.5	Прошлое, настоящее и будущее. Использование времени в гештальт-терапии	8	ауд		8				
1.6	Концепция поляристей в гештальт-терапии	8	ауд		8				
1.7	Психологические аспекты процесса межличностного общения	8	ауд			8			
1.8	Психологические аспекты процесса взаимодействия в группе	6	ауд			6			
	Промежуточная аттестация	2	зачет			2			
<b>2</b>	<b>Модуль 2. Механизмы прерывания контакта в гештальт-терапии и способы его восстановления</b>	<b>42</b>	<b>ауд, с/р</b>			<b>10</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	
2.1	Конфлюэнция: причины и индикаторы проявления	10	ауд			8			
			с/р			2			
2.2	Интроекция: причины и индикаторы проявления	8	ауд				8		
2.3	Проекция: причины и индикаторы проявления	8	ауд				8		
2.4	Ретрофлексия: причины и индикаторы проявления. Психосоматика как результат ретрофлексии	8	ауд				8		
2.5	Соотношение и взаимовлияние механизмов прерывания контакта	6	ауд					6	
	Промежуточная аттестация	2	зачет					2	
<b>3</b>	<b>Модуль 3. Практические аспекты гештальт-терапии</b>	<b>38</b>	<b>ауд</b>					<b>16</b>	<b>22</b>
3.1	Артгештальт-терапия как метод работы с личностно-образующими структурами	8	ауд					8	
3.2	Артгештальт-терапия как метод работы с бессознательным	8	ауд					8	
3.3	Этические принципы гештальт-терапии	8	ауд						8
3.4	Технологические составляющие в практике гештальт-консультирования и гештальт-терапии	8	ауд						8
3.5	Интеграция полученного опыта	6	ауд						6
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>зачет</b>						<b>2</b>
	<b>Всего</b>	<b>150</b>		<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>24</b>

**Занятия в 1 раз в неделю (8-10 ак.ч/неделю, 18 недель)**

№	Наименование модуля/раздела	Всего ак.ч.	Вид учеб. дея-ти	Недели								
				1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>1</b>	<b>Модуль 1. Гештальт-подход: теоретические и методологические аспекты</b>	<b>68</b>	<b>ауд, с/р</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	
1.1	Гештальт-подход: основные этапы становления и развития	8	ауд	8								
1.2	Теория контакта: подходы и область применения	10	ауд с/р		8 2							
1.3	Теория осознания: возможности применения	8	ауд			8						
1.4	Феноменологический метод в практике гештальт-терапии	10	ауд с/р				8 2					
1.5	Прошлое, настоящее и будущее. Использование времени в гештальт-терапии	8	ауд					8				
1.6	Концепция полярностей в гештальт-терапии	8	ауд						8			
1.7	Психологические аспекты процесса межличностного общения	8	ауд							8		
1.8	Психологические аспекты процесса взаимодействия в группе	6	ауд								6	
	Промежуточная аттестация	2	зачет								2	
<b>2</b>	<b>Модуль 2. Механизмы прерывания контакта в гештальт-терапии и способы его восстановления</b>	<b>42</b>	<b>ауд, с/р</b>									<b>10</b>
2.1	Конфлюэнция: причины и индикаторы проявления	10	ауд с/р									8 2
2.2	Интроекция: причины и индикаторы проявления	8	ауд									
2.3	Проекция: причины и индикаторы проявления	8	ауд									
2.4	Ретрофлексия: причины и индикаторы проявления. Психосоматика как результат ретрофлексии	8	ауд									
2.5	Соотношение и взаимовлияние механизмов прерывания контакта	6	ауд									
	Промежуточная аттестация	2	зачет									
<b>3</b>	<b>Модуль 3. Практические аспекты гештальт-терапии</b>	<b>38</b>	<b>ауд</b>									
3.1	Артгештальт-терапия как метод работы с личностно-образующими структурами	8	ауд									
3.2	Артгештальт-терапия как метод работы с бессознательным	8	ауд									

3.3	Этические принципы гештальт-терапии	8	ауд									
3.4	Технологические составляющие в практике гештальт-консультирования и гештальт-терапии	8	ауд									
3.5	Интеграция полученного опыта	6	ауд									
	Итоговая аттестация	2	зачет									
	<b>Всего</b>	<b>150</b>		<b>8</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>10</b>

**Занятия в 1 раз в неделю (8-10 ак.ч/неделю, 18 недель, продолжение)**

№	Наименование модуля/раздела	Всего ак.ч.	Вид учеб. дея-ти	Недели								
				10	11	12	13	14	15	16	17	18
<b>1</b>	<b>Модуль 1. Гештальт-подход: теоретические и методологические аспекты</b>	<b>68</b>	<b>ауд, с/р</b>									
1.1	Гештальт-подход: основные этапы становления и развития	8	ауд									
1.2	Теория контакта: подходы и область применения	10	ауд с/р									
1.3	Теория осознания: возможности применения	8	ауд									
1.4	Феноменологический метод в практике гештальт-терапии	10	ауд с/р									
1.5	Прошлое, настоящее и будущее. Использование времени в гештальт-терапии	8	ауд									
1.6	Концепция полярностей в гештальт-терапии	8	ауд									
1.7	Психологические аспекты процесса межличностного общения	8	ауд									
1.8	Психологические аспекты процесса взаимодействия в группе	6	ауд									
	Промежуточная аттестация	2	зачет									
<b>2</b>	<b>Модуль 2. Механизмы прерывания контакта в гештальт-терапии и способы его восстановления</b>	<b>42</b>	<b>ауд, с/р</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>					
2.1	Конфлюэнция: причины и индикаторы проявления	10	ауд с/р									
2.2	Интроекция: причины и индикаторы проявления	8	ауд	8								
2.3	Проекция: причины и индикаторы проявления	8	ауд		8							
2.4	Ретрофлексия: причины и индикаторы проявления. Психосоматика как результат ретрофлексии	8	ауд			8						



2.5	Соотношение и взаимовлияние механизмов прерывания контакта	6	ауд					6					
	Промежуточная аттестация	2	зачет					2					
<b>3</b>	<b>Модуль 3. Практические аспекты гештальт-терапии</b>	<b>38</b>	<b>ауд</b>					<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>6</b>
3.1	Артгештальт-терапия как метод работы с личностно-образующими структурами	8	ауд					8					
3.2	Артгештальт-терапия как метод работы с бессознательным	8	ауд						8				
3.3	Этические принципы гештальт-терапии	8	ауд							8			
3.4	Технологические составляющие в практике гештальт-консультирования и гештальт-терапии	8	ауд								8		
3.5	Интеграция полученного опыта	6	ауд										6
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>зачет</b>										<b>2</b>
	<b>Всего</b>	<b>150</b>		<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>

### 3. Формы аттестации и оценочные материалы

#### 3.1. Текущая аттестация

Текущая аттестация обучающихся проводится преподавателем, ведущим занятия в учебной группе, на протяжении всего обучения по программе. Текущий контроль знаний включает в себя наблюдение преподавателя за учебной работой обучающихся и проверку качества знаний, умений и навыков, которыми они овладели на определенном этапе обучения посредством опроса, разбора кейсов на практических занятиях и в иных формах, установленных преподавателем.

#### 3.2. Промежуточная аттестация

**Форма** – зачет (круглый стол).

**Критерии оценивания:**

Результат зачёта	Критерии оценки образовательных результатов
зачтено	Обучающийся демонстрирует высокий уровень включенности в процесс дискуссии, умение аргументировать и оппонировать, уважительное отношение к участникам мероприятия.
не зачтено	Обучающийся демонстрирует низкий уровень включенности в процесс дискуссии, аргументирует преимущественно с опорой на субъективное мнение, проявляет неуважительное отношение к участникам дискуссии.

**Примеры оценочных материалов.**

Вопросы для обсуждения в процессе круглого стола (модуль 1):

1. Отличия гештальт-психологии и гештальт-терапии.
2. Роль процесса общения в построении межличностных и внутригрупповых отношений.
3. Влияние осознанного общения на процесс коммуникации и взаимоотношения людей.
4. Причины нарушения процесса общения и способы их профилактики.
5. «Плюсы» и «минусы» различных коммуникативных приемов.

Вопросы для обсуждения в процессе круглого стола (модуль 2):

1. Роль и место механизмов прерывания контакта в цикле удовлетворения потребностей.
2. Влияние механизмов прерывания контакта на межличностные и внутригрупповые отношения.
3. Влияние механизмов прерывания контакта на психическое и физическое здоровье человека.

#### 3.3. Итоговая аттестация

**Форма** – зачет (устный опрос).

**Критерии оценивания:**

Результат зачёта	Критерии оценки образовательных результатов
зачтено	Обучающийся демонстрирует знание материала, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно использует в ответах учебно-методический материал исходя из специфики практических вопросов и задач, показывает владение необходимыми навыками и приемами их выполнения. При взаимодействии с преподавателем демонстрирует умение общаться с опорой на внешнюю, внутреннюю и среднюю зоны осознания.

<b>Результат зачёта</b>	<b>Критерии оценки образовательных результатов</b>
не зачтено	Обучающийся демонстрирует незнание значительной части программного материала, допускает существенные ошибки.

#### **Примеры оценочных материалов.**

Вопросы для устного опроса:

1. Основные этапы развития научной и практической психологии.
2. Представление о психических процессах в гештальт-психологии.
3. Основные положения теории контакта.
4. Основные положения теории осознания.
5. Феноменологический подход и гештальт-терапия.
6. Концепция использования времени в гештальт-терапии
7. Концепция полярностей в гештальт-терапии.
8. Межличностное общение: виды, этапы и функции.
9. Психологические аспекты процесса взаимодействия в группе.
10. Причины и способы профилактики барьеров общения.
11. Основные характеристики механизмов прерывания контакта.
12. Влияние механизмов прерывания контакта на здоровье человека и его деятельность.
13. Приемы и техники эффективной коммуникации.
14. Характеристика и возможности артгештальт-терапии.
15. Этические принципы гештальт-терапии и гештальт-консультирования.

#### **4. Организационно-педагогические условия реализации программы**

##### **4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

###### **4.1.1. Основная литература**

1. Долгополов Н.Б. Теоретические комментарии о гештальт-терапии: сборник лекций. М., 2019, 200 с.
2. Избранные статьи по гештальт-терапии, психодраме и футуропрактике. Часть 1. Гештальт-терапия / Н.Б. Долгополов. М., 2015. С.8-221.
3. Российский гештальт. Выпуск 10 / под ред. Н.Б. Долгополова, Е.С. Палачевой. М.: НОЧУ «ИГИП», 2014. 275 с.
4. Российский гештальт. Выпуск 9 / под ред. Н.Б. Долгополова, Е.С. Палачевой. М.: НОЧУ «ИГИП», 2014. 154 с.
5. Российский гештальт. Часть 2, Выпуск 12 (Юбилейный, посвящённый 20-летию МИГИП) / под ред. Н.Б. Долгополова, Е.С. Палачевой. М.: НОЧУ «ИГИП», 2015. 241 с.

###### **4.1.2. Дополнительная литература**

1. Гештальт-подход и свидетель терапии. М., 1996. 240с.
2. Гингер Серж, Гингер Анн. Гештальт-терапия контакта. М: Институт общегуманитарных исследований, 2017. 320с.

3. Лебедева Н.М., Иванова Е.А. Путешествие в гештальт: теория и практика. СПб.: Речь, 2015. 400 с.
4. Лекарева-Бозененкова М. Полночные размышления гештальт-терапевта // Гештальт гештальтов, Евро-Азиатский вестник гештальттерапии (научно-практический журнал). 2005. №2. С. 59-62.
5. Оакландер В. Работа с гневом и интроектами // Гештальт-терапия с детьми. Выпуск 1/ под ред. Н. Кедровой. М.:МГИ. 2002. С.15-34.
6. Перлз Ф. Практикум по гештальт-терапии. М.: Академический проспект. 2019. 256с.
7. Перлз Ф. Теория гештальт-терапии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. 320 с.
8. Перлз Ф.. Гештальт-семинары. М.: Институт общегуманитарных исследований. 1998. 326с.
9. Польстер И. Обитаемый человек: Терапевтическое исследование личности - М.: независимая фирма «Класс». 1999. 240с.
10. Польстер И., Польстер М. Интегрированная гештальт-терапия. М., 1997. 260с.
11. Резник Б. Гештальт – терапия: принципы, точки зрения и перспективы. (Интервью Малькольма Парлетта с Робертом Резником 28 февраля 1995г.) // Российский гештальт. Вып.8(GATLA)/ Под ред. Н.Б. Долгополова, Н.Г. Лубяницкой. Москва, 2008. С.5-9.
12. Робин Ж.-М. Гештальт-терапия, Методические пособия к семинарам. /Под ред. Д. Хломова - М.: МГИ, 2004. С. 63-72.
13. Робин Ж.-М. Контакт, первый опыт // Гештальт-терапия с детьми. Выпуск 1/ под ред. Н. Кедровой. М.:МГИ. 2002. С.4-14.
14. Робин Ж.М.. Гештальт-терапия. М., 1996 . 64с.
15. Энрайт Джон Б. Гештальт, ведущий к просветлению, или Пробуждение от кошмара. М.: Медников С.Б. 2018. 192 с.

#### **4.1.3. Интернет-ресурсы**

1. eLibrary [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 17.08.2021).
2. Psyjournals.ru [Электронный ресурс] : портал психологических изданий. URL: <http://psyjournals.ru/> (дата обращения: 17.08.2021).
3. ScienceDirect [Электронный ресурс] : издательство Elsevier. URL: <http://www.sciencedirect.com> (дата обращения: 17.08.2021).
4. Вопросы психологии [Электронный ресурс] : ООО «Вопросы психологии». URL: <http://www.vorpsy.ru/> (дата обращения: 17.08.2021).
5. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. URL: <https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 17.08.2021).
6. Электронная библиотека ФГБОУ ВО МГППУ [Электронный ресурс]. URL: <http://www.psychlib.ru> (дата обращения: 17.08.2021).

## **4.2. Материально-технические условия реализации программы**

Для обеспечения интерактивных методов обучения во время лекционных и практических занятий требуется аудитория с необходимой мебелью: стулья по количеству участников, доска или флипчарт, мел или маркеры. Необходимо использование аудиторий со специальным расположением стульев для групповой работы или с возможностью поменять расположение мебели.

Для обеспечения изучаемых понятий и техник психологического консультирования, необходимы технические средства для прослушивания аудиозаписей или демонстрации видеозаписей учебных фильмов. В учебном процессе для освоения каждой темы программы предполагается использование различных дидактических компонентов ИКТ-поддержки для показа тематических презентаций: компьютерное и мультимедийное оборудование, программное обеспечение Microsoft Office (Word, Power Point). Инвентарь для практических занятий: мягкие игрушки, набор тканей разного цвета, игрушки мелких форм для работы на столе, арт-средства (карандаши/фломастеры, краски, кисточки, белая бумага формата А-4).

Практические занятия могут быть реализованы с активной дистанционной поддержкой, предполагающей применение информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников в дистанционном формате на платформе ZOOM. Проведение практических занятий с использованием ДОТ предполагает наличие у обучающихся персональных электронных устройств (компьютер/ноутбук/планшет/мобильное устройство) с возможностью подключения к сети Интернет

Самостоятельная работа по программе «Введение в гештальт-терапию. Контакт с собой и другими» предполагает самостоятельное изучение дополнительных материалов с применением информационно-телекоммуникационных сетей. В информационно-образовательной среде АНО ДПО «МИГИП» <https://migip.ru/> обучающиеся самостоятельно изучают записи онлайн-лекций в удобное для себя время в соответствии с календарным учебным графиком (п.2.3). Данный формат самостоятельной работы предполагает наличие у обучающихся персональных электронных устройств (компьютер/ноутбук/планшет/мобильное устройство) с возможностью подключения к сети Интернет. Каждый обучающийся, зачисленный на дополнительную общеобразовательную программу – дополнительную общеразвивающую программу, получает на личную электронную почту ссылку с паролем для доступа к учебным материалам, которую он может использовать на протяжении всего обучения по программе.

## **4.3. Требования к кадровому обеспечению программы**

Наличие высшего профессионального образования или среднего профессионального образования по направлению подготовки "Образование и педагогика" или в области, соответствующей преподаваемому предмету, без предъявления требований к стажу работы либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательном учреждении без предъявления требований к стажу работы.