

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

**Утверждаю**  
Ректор АНО ДПО «МИГИП»

Н.Г. Лубяницкая  
«29» июля 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа  
– дополнительная общеразвивающая программа  
«Гештальт-подход в работе с зависимостями»**

**Направленность программы**  
социально-педагогическая

**Количество академических часов**  
162

**Документ по итогам обучения**  
справка об обучении

**Форма обучения**  
очная

Москва, 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Гештальт-подход в работе с зависимостями» / сост. Дурнева М.Ю., Сеницына А.Е. - Москва: АНО ДПО «МИГИП», 2024. 12 с.**

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Гештальт-подход в работе с зависимостями» направлена на развитие представлений в области организации и проведения психологического консультирования и психотерапии клиентов с зависимым поведением с использованием методов гештальт-терапии. 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 162 академических часов. Программа реализуется в очной форме в течение 14-15 месяцев.

© Дурнева М.Ю.,  
Сеницына А.Е., 2024  
© АНО ДПО «МИГИП», 2024

## Содержание

<b>1. Пояснительная записка.....</b>	<b>4</b>
1.1.    Цель реализации программы .....	4
1.2.    Требования к результатам освоения .....	4
1.3.    Требования к квалификации обучающихся .....	4
1.4.    Трудоемкость и особенности реализации программы .....	4
<b>2. Содержание программы.....</b>	<b>5</b>
2.1. Учебный план .....	5
2.2. Рабочая программа.....	5
2.3. Календарный учебный график.....	9
<b>3. Формы аттестации и оценочные материалы.....</b>	<b>10</b>
3.1. Текущая аттестация.....	10
3.2. Промежуточная аттестация .....	10
3.3. Итоговая аттестация.....	10
<b>4. Организационно-педагогические условия реализации программы .....</b>	<b>11</b>
4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы .....	11
4.1.1. Основная литература .....	11
4.1.2. Дополнительная литература.....	11
4.1.3. Интернет-ресурсы .....	12
4.2. Материально-технические условия реализации программы .....	12
4.3. Требования к кадровому обеспечению программы .....	12

## **1. Пояснительная записка**

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

Реализация дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеобразовательной программы «Гештальт-подход в работе с зависимостями» направлена на развитие представлений в области организации и проведения психологического консультирования и психотерапии клиентов с зависимым поведением с использованием методов гештальт-терапии.

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

В результате освоения программы обучающиеся будут:

- **знать:** специфику и этапы формирования зависимого поведения; характерологические особенности зависимых, виды зависимостей и их отличия друг от друга; основные «мишени» в терапевтической работе, а также возможности и ограничения гештальт-терапии в работе с клиентами с зависимостями.

- **уметь:** определять по феноменам клиента и в процессе гештальт-терапии склонность к зависимости и ее степень; использовать основные стратегии работы с расщеплением как центральным механизмом формирования зависимого поведения; определять, на каком этапе терапии нужна поддержка или фрустрация, оставаться честным контакте с клиентом, который сорвался

- **получать возможность:** изучить гештальт-подход в работе с клиентами с зависимостями; на практике отработать усвоенные навыки; супервизии клиентских случаев, а также собственный клиентский опыт, расширяющий осознания собственных механизмов формирования того или иного вида зависимости.

### **1.3. Требования к квалификации обучающихся**

На обучение по дополнительной общеобразовательной программе – дополнительной общеобразовательной программе «Гештальт-подход в работе с зависимостями» принимаются лица, имеющие образование не ниже среднего общего.

### **1.4. Трудоемкость и особенности реализации программы**

*Общее количество академических часов* - 162 , из них 158 ак.ч. – аудиторная работа (лекции, практические занятия), 4 ак.ч. - промежуточная и итоговая аттестация.

*Режим занятий.* Программа реализуется в формате 3-х дневных очных встреч по 27 ак. часов (одна 3х дневка – один раздел программы). Всего запланировано 6 3х дневных встреч (см. 2.3. Календарный учебный график).

*Срок освоения программы* - 14-15 месяцев.

*Виды учебной деятельности:* лекции, практические занятия. Программа может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ).

*Форма итоговой аттестации:* зачет.

## 2. Содержание программы

### 2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование разделов	Всего ак.ч	Виды аудиторных занятий		Форма аттестации
			Лекции (ак.ч)	Практич. занятия (ак.ч)	
1.	Феномен зависимости и специфика ее формирования	27	3	24	текущая (опрос)
2.	Особенности функционирования SELF клиента с зависимостью	27	3	24	текущая (опрос)
3.	Химические зависимости	25	3	22	текущая (опрос)
	Промежуточная аттестация	2	0	0	зачет (круглый стол)
4.	Любовная и эмоциональная зависимость	27	3	24	текущая (опрос)
5.	Зависимость от еды: особенности пищевого поведения	27	3	24	текущая (опрос)
6.	Супервизия кейсов, разбор основных трудностей	25	3	22	текущая (опрос)
	Итоговая аттестация	2	-	-	зачет (опрос)
	Всего	162	18	140	

### 2.2. Рабочая программа

Наименование раздела (ак.ч)	Виды учебных занятий/работ (ак. ч)	Содержание
<b>1. Феномен зависимости и специфика ее формирования (27 ак.ч)</b>	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Зависимость: континуум от нормы к патологии (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Привязанность к объекту и субъекту как способ поддержания видовой нормы (человеческий детеныш рождается максимально беспомощным). Зависимость от среды как способ обучаться и развиваться (детско-родительские отношения, социальные институты). Зависимость как своеобразная форма адаптации к миру (творческое приспособление) - привычки, ритуалы, позволяющие структурировать мир. Адаптация к экстремальным условиям как защита от переживаний, которые человек не способен в данный момент пережить. Критерии дезадаптивной зависимости: выраженность, угроза жизни, недопустимость с точки зрения моральных норм, страдание. Классификация зависимостей: предмет зависимости (алко, нарко и пр.); социально одобряемые (трудоголизм) и не

Наименование раздела (ак.ч)	Виды учебных занятий/работ (ак. ч)	Содержание
		одобряемые; осознаваемые и не осознаваемые; химические и не химические; легальные (кофе, энергетики) и нелегальные; физические (зависимость от инсулина) и психические (эмоциональные)
	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Стигмы и мифы, возникающие вокруг темы зависимости (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Зависимые клиенты глубоко дезадаптивные, социально не устроены, не имеют работы, физически нездоровы и пр. Эффективность лечения - полный отказ от зависимости. Представления зависимых о собственном состоянии. Зависимость как результат травмы.
	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Мышление гештальт-терапевта в работе с зависимостями, ловушки терапии (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Недостаточное внимание к границам и разделению ответственности (работают как с обычными невротическими клиентами). Способность выдерживать срывы зависимого, объектное отношение к себе. Способность быть честным с клиентом, признание своих ограничений и ошибок. Системное мышление (способность видеть трудность клиента через систему его отношений с другими). Способность выдерживать баланс поддержки и фрустрации .
<b>2. Особенности функционирования SELF клиента с зависимостью (27 ак.ч.)</b>	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Расщепление и особенности работы с ним (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Понятие расщепления как центральный процесс клиента с зависимостью (неспособность интегрированно воспринимать себя, среду и противоречия в себе и среде, нечувствительность к различиям). Отличия от классических механизмов прерывания контакта (конфлюенция, интроекция и пр.) - гештальт-подход в работе с расщеплением.
	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Структура SELF клиента с зависимостью (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> «Потухшее» Ид (десенсебилизация боли, неспособность выдерживать дискомфорт и другие переживания), «застывшее» Персоналити (жесткие интроекты в отношении себя и мира), «беспочвенное» Эго (неспособность делать выбор, неспособность брать ответственность за последствия своего выбора).
	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Основные механизмы прерывания в контакте (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Дефлексия как основной механизм прерывания зависимости и особенности его разворачивания в зависимости от стадии цикла контакта (работа на пограничном уровне психики). Конфлюенция как основной механизм прерывания злоупотребления и склонности к зависимости (работа на невротическом уровне психики).
<b>3. Химические</b>	Лекция,	<b>Специфика химических зависимостей (лекция – 1</b>

Наименование раздела (ак.ч)	Виды учебных занятий/работ (ак. ч)	Содержание
зависимости (25 ак.ч.)	практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Основные виды химических зависимостей, факторы риска и предрасположенности. Как устроены химические зависимости. Личностные особенности химически зависимых
	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>SELF химически зависимого (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Специфика формирования Self химически зависимого с учетом уровня организации психики (невротический, пограничный и психотический уровень). Стратегии работы в гештальт-подходе.
	Лекция, практическое занятие – 7 ак. ч.	<b>Лечение химической зависимостей- комплексный подход (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Участники процесса (психиатр, нарколог, 12 шагов, психолог и пр.) - специфика их взаимодействия, распределение ответственности. Этические аспекты терапии клиентов с химической зависимостью
<b>Промежуточная аттестация (2 ак.ч)</b>	Зачет – 2 ак.ч.	Проводится в форме круглого стола (см. раздел 3.2)
<b>4. Любовная и эмоциональная зависимость (27 ак.ч)</b>	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Специфика любовной и эмоциональной зависимостей (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Теория привязанности и способность к установлению близких долгосрочных отношений. Цикл отношений по Резникам, зависимость как прерывание отношений.
	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Контрзависимость и созависимость (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Специфика формирования, развитие и трудности. Особенности клиент-терапевтических отношений в работе с клиентами, склонными формировать созависимые/контрзависимые отношения.
	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Этапы развития любовных отношений- от нормы к зависимости (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Влюбленность и очарование (норма и нарушение). Разочарование и обесценивание (норма и нарушение). Способность выдерживать различия как условие формирования здоровых долгосрочных отношений
<b>5. Зависимость от еды: особенности пищевого поведения (27 ак.ч.)</b>	Лекция, практическое занятие – 9 ак.ч.	<b>Специфика пищевого поведения человека (в норме и при зависимости) (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Еда как способ контактировать со средой. Особенности пищевого поведения. Влияние семейных традиций на особенности пищевого поведения.
	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Эмоциональный голод, неконтролируемое заедание как способы прерывания контакта (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Гештальт-подход: как происходит формирование

Наименование раздела (ак.ч)	Виды учебных занятий/работ (ак. ч)	Содержание
		фигуры еды, влияющие факторы, специфика фона.
	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Крайние варианты «пищевой зависимости»- нервная анорексия, нервная булимия и компульсивное переедание (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Основные виды расстройств пищевого поведения (РПП): нервная анорексия, нервная булимия, компульсивное переедание. Особенности терапии РПП.
<b>6. Супервизия кейсов, разбор основных трудностей (25 ак.ч.)</b>	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Специфика клиент-терапевтических отношений с зависимыми и созависимыми клиентами (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Разбор клиентских кейсов, обратная связь участникам.
	Лекция, практическое занятие – 9 ак. ч.	<b>Этические основы в работе с зависимыми клиентами (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Разбор клиентских кейсов, обратная связь участникам
	Лекция, практическое занятие – 7 ак. ч.	<b>Работа со средой зависимого (лекция – 1 ак.ч, практическое занятие – 8 ак.ч).</b> Семья, специалисты помогающих профессий, коллеги и пр. Помощь в адаптации, профилактика рецидивов с опорой на взаимодействие зависимого
<b>Итоговая аттестация (2 ак.ч)</b>	Зачет – 2 ак.ч.	Проводится в форме устного опроса (см. раздел 3.3)



### 2.3. Календарный учебный график

№	Раздел программы	Всего ак.ч	2024/25 уч.г				2025/26 уч.г.	
			окт-нояб	декаб-январь	февр-март	апр-май	сент-окт	ноябр-декаб
1.	Феномен зависимости и специфика ее формирования	27	27					
2.	Особенности функционирования SELF клиента с зависимостью	27		27				
3.	Химические зависимости	25			25			
	Промежуточная аттестация	2			2			
4.	Любовная и эмоциональная зависимость	27				27		
5.	Зависимость от еды: особенности пищевого поведения	27					27	
6.	Супервизия кейсов, разбор основных трудностей	25						25
	Итоговая аттестация	2						2
	Всего	162	27	27	27	27	27	27

### 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**

<b>Результат зачёта</b>	<b>Критерии оценки образовательных результатов</b>
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 процесс дискуссии, аргументирует преимущественно с опорой на субъективное мнение, проявляет неуважительное отношение к участникам дискуссии.

#### Примеры оценочных материалов

Вопросы для обсуждения на круглом столе:

1. Возможности и ограничения видовой и индивидуальной нормы.
2. Где проходит грань между злоупотреблением и творческой адаптацией
3. Классификация видов зависимостей: за и против.
4. Расщепление и работа с ними - гештальт ли это?
5. Образ химически зависимого человека: предубеждения и реальные факты.
6. «Лжец на кушетке»- этические дилеммы гештальт-терапевта.

#### 3.3. Итоговая аттестация

**Форма** – зачет (устный опрос)

**Критерии оценивания:**

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

#### Примеры оценочных материалов

Вопросы для устного опроса:

1. Зависимое поведение: причины, критерии, классификации видов.
2. Стигмы и мифы о зависимом поведении.
3. Мышление гештальт-терапевта в работе с зависимостями, ловушки терапии.
4. Расщепление и особенности работы с ним в гештальт-подходе.
5. Структура SELF клиента с зависимостью.
6. Основные механизмы прерывания в контакте клиента с зависимым поведением.
7. Специфика химических зависимостей. SELF химически зависимого клиента.

8. Комплексный подход в лечении клиентов с химической зависимостью.
9. Специфика применения гештальт-подхода в работе с клиентами, имеющими любовную и эмоциональную зависимость.
10. Специфика применения гештальт-подхода в работе с клиентами с РПП.
11. Специфика клиент-терапевтических отношений с зависимыми и созависимыми клиентами.
12. Этические принципы гештальт-терапии в работе с зависимыми клиентами.
13. Работа со средой зависимого в гештальт-подходе.

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

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

###### **4.1.1. Основная литература**

1. Гештальт-подход в групповой терапии: учебно-методические материалы. Выпуск 1. М.: ООО «НИПКЦ Восход – А», 2012. 92 с.
2. Гештальт-подход в педагогике: учебно-методические материалы. Выпуск 5. М.: НОЧУ «ИГИП», 2016. 71 с.
3. Долгополов Н.Б. Теоретические комментарии о гештальт-терапии: сборник лекций. М., 2019, 200 с.
4. К юбилею Нифонта: традиции и наследие. Сборник статей / сост. Н. Лубяницкая, М. Лекарева, М. Дурнева, О. Таусинова. М.: Т8 Издательские технологии, 2023. 346 с.
5. Избранные статьи по гештальт-терапии, психодраме и футуропрактике / Н.Б. Долгополов. М., 2015. 331 с.

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

1. Битти М. Спасать или спастись? Как избавиться от желания постоянно спасать других и начать думать о себе. М.: Эксмо, 2023. 352 с.
2. Боулби Дж. Привязанность. М.: Гардарики, 2003. 477 с.
3. Войтиц Дж.Дж. Взрослые дети алкоголиков: семья, работа, отношения. Полный справочник ВДА / Пер. с англ. А Лучиной. М.: Независимая фирма «Класс», 2014. 368 с.
4. Гештальт-терапия в клинической практике/ под ред. Дж. Франчесетти, М. Джечеле, Я. Рубала. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2019. 688 с.
5. Дурнева М. Я, Еда и Жизненные смыслы. Все о пищевом поведении человека. М.: MACARDS, 2022. 276 С.
6. Кернберг О.Ф. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии / пер.с англ. М.И. Завалова. М.: Независимая фирма «Класс», 2000. 464 с.
7. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе /Пер.с англ. В. Синигура. М.: Независимая фирма «Класс», 2021. 592 с.
8. Перлз Ф. Теория гештальт-терапии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. 320 с.
9. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Освобождение от созависимости / пер. с англ. А.Г. Чеславского. М.: Независимая фирма «Класс», 2002. 224 с.
10. Фишер Т.А.. Зависимость. Тревожные признаки алкоголизма, причины, помощь в преодолении. М.: Эксмо, 2024. 240 с.

### **4.1.3. Интернет-ресурсы**

1. eLibrary [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 25.07.2024).
2. Psycjournals.ru [Электронный ресурс] : портал психологических изданий. URL: <http://psycjournals.ru/> (дата обращения: 25.07.2024).
3. ScienceDirect [Электронный ресурс] : издательство Elsevier. URL: <http://www.sciencedirect.com> (дата обращения: 25.07.2024).
4. Вопросы психологии [Электронный ресурс] : ООО «Вопросы психологии». URL: <http://www.voppsy.ru/> (дата обращения: 25.07.2024).
5. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. URL: <https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 25.07.2024).
6. Электронная библиотека ФГБОУ ВО МГППУ [Электронный ресурс]. URL: <http://www.psychlib.ru> (дата обращения: 25.07.2024).

### **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. 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).

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).

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.

### **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.