

ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИЯ, 2 СТУПЕНЬ

Требования к организации работы в малых группах и оформлению протоколов

Правила организации и функционирования малых учебных групп в образовательной программе АНО ДПО «МИГИП» по гештальт – терапии

Обязательной частью обучения в программе второй ступени по гештальт–терапии является самостоятельная работа обучающихся (далее – Слушатели) образовательной программы в малых учебных группах. Эти правила направлены на помощь в организации и работе малых учебных групп.

Целью работы малых учебных групп является тренировка необходимых навыков гештальт-консультанта или гештальт-терапевта. Тренировка навыков происходит в форме проведения индивидуальных консультаций (сессий), с возможностью использования техник гештальт - терапии.

1. Создание малых групп

1.1. Малая группа образуется из Слушателей большой группы, собранной для профессионального обучения гештальт-терапии в программе второй ступени. Тренер помогает Слушателям распределиться по малым группам на первой трехдневке программы.

1.2. Количество Слушателей в малой группе — от 3 до 4 человек.

1.3. Слушатели при составлении малой группы стараются минимизировать «двойные отношения». Родственникам, близким друзьям, сокурсникам и т.д. не разрешено входить в одну малую группу.

1.4. Слушатели при составлении малой группы стараются избегать входить в одну малую группу со Слушателем, к которому испытывают сильные положительные или отрицательные чувства, в том числе эротического характера.

1.5. При возникновении отношений, описанных в п. 1.4, Слушатели малой и большой группы должны быть о них проинформированы. Один из Слушателей «пары» в этой ситуации, при согласовании с группой и тренером, переходит в другую малую группу.

2. Организация встреч

2.1. Все Слушатели, независимо от своей профессиональной или личной занятости, обязуются активно участвовать во всех встречах малой группы. Встречи в малой группе происходят не реже двух-трех раз в месяц. Все Слушатели малой группы обязуются идти навстречу друг другу при выборе места и времени сбора малой группы. График встреч малой группы планируется не менее чем на 2 месяца вперед.

2.2. Пропуск Слушателем встречи в малой группе является нарушением обязательств Слушателя образовательной программы, а неоднократные пропуски являются серьезным препятствием для профессионального развития Слушателя и выполнения сертификационных требований.

2.3. Желательно, чтобы помещение для работы малой группы было изолировано от вмешательства других людей.

3. Регламент работы

3.1. Слушатели малой группы берут на себя ответственность строго придерживаться образовательной цели малой группы. Слушатели обязуются не превращать данную группу в «группу встреч», в динамическую группу «прояснений отношений» и в другие виды групповой жизни.

3.2. Рекомендуемая длительность индивидуальных сессий при работе тройки 15-20 минут, не более получаса максимум. Всем трем Слушателям тройки необходимо успеть поработать во всех трех ролях: клиент – терапевт – наблюдатель.

3.3. Последовательность смены ролей от одной сессии к другой: клиент переходит в роль наблюдателя, терапевт – в роль клиента, наблюдатель в роль терапевта. Клиент не переходит в роль терапевта сразу после своей клиентской сессии для обеспечения психологической безопасности Слушателей тройки.

4. Взаимоотношения между Слушателями

4.1. Все Слушатели группы обязуются поддерживать доброжелательную и уважительную атмосферу в группе и способствовать конструктивному разрешению любых ситуаций, ведущих к напряжениям, конфликтам и нарушениям работы в малой группе.

4.2. При возникновении сильных негативных отношений между Слушателями малая группа помогает разрешению конфликта. В случае возникновения в малой группе сложной ситуации, вы должны проинформировать об этом выпускающего тренера программы и у вас есть ряд возможностей для ее разрешения. Существуют следующие варианты:

a. Обсудить это внутри группы. Ответить на вопросы, соответствуют ли ваши действия контракту по работе в малой группе. Во время обсуждения стремитесь внятно говорить о том, что конкретно вас не устраивает. Используйте феномены, а не оценки или интерпретации действий другого человека. Например: «Ты оцениваешь мою работу, мне это не подходит. Мне важно, чтобы ты сначала отмечал положительные стороны моей работы, а потом комментировал все остальное. Если ты не можешь этого делать, я прошу тебя не участвовать в обсуждении».

b. Если открытое ясное обсуждение трудностей в малой группе не привело к сотрудничеству, вы можете договориться с тренером/супервизором о платной встрече, где он будет супервизировать вашу работу или фасилитировать ваши переговоры. Если вам понадобится эта мера, то

- i. подобное решение вы должны принять все вместе;
- ii. присутствовать на обозначенной встрече **все вместе**.

4.3. Если предыдущие способы не помогли разрешить ситуацию, вопрос может быть вынесен на большую группу. В результате совместного обсуждения могут быть найдены какие-то возможности продолжения работы малой группы, или — в крайнем случае — с согласия Слушателей малая группа может быть реформирована.

5. Содержательные рекомендации Слушателям группы

Для освоения навыков гештальт-терапевта, необходима систематическая и включенная работа во всех учебных ролях: клиент – терапевт - наблюдатель. Каждая из перечисленных ролей развивает необходимые умения и навыки.

Рекомендации к разным учебным ролям:

Консультант / терапевт

- Ваша основная учебная цель: тренировка навыков гештальт-консультанта и\или гештальт-терапевта. Не беритесь «вылечить» клиента и «решить его проблему».

- Ваша цель в работе с клиентом – расширение осознания у клиента в рамках интересующей его темы и\или восстановление навыков контакта в исследуемой сфере. Осознание не равно пониманию, для расширения осознания необходимо организовать для клиента в «здесь-и-теперь» либо проживание чувств, либо получение и присвоение нового опыта.

- Обращайте внимание на телесные и эмоциональные феномены клиента во время сессии. Уточняйте взаимосвязь этих феноменов с речью и внутренними процессами клиента. Это позволит вам актуализировать переживания клиента в «здесь-и-теперь».

- Будьте бережны и уважительны к клиенту и наблюдателю.

- Если в какой-то момент вы не знаете, что делать — не стесняйтесь обсуждать точку трудности с вашим клиентом. Постарайтесь описать ему, какие феномены приводят вас в замешательство или в чем состоит выбор, который вам трудно сделать в этот момент. Способность разделять ответственность, и умение корректировать свою деятельность – необходимые навыки гештальт - терапевта.

Клиент

- Клиент заявляет тему или состояние для работы во время сессии и по мере возможности старается осознавать себя и свои реакции по ходу сессии. В случае отсутствия запроса терапевт может работать с текущим опытом клиента, телесными феноменами или феноменами контакта между клиентом и терапевтом

- Позиция клиента подразумевает интерес и открытость новому опыту в рамках темы сессии

- Терапевту и клиенту полезнее работать над вопросами, актуальность которых клиент ощущает в здесь-и-теперь.

- Клиент может испытывать дискомфорт, напряжение или раздражение в результате вопросов или действий терапевта, что так же является феноменами контакта и материалами для работы.

- В случае если клиент недоволен действиями терапевта, поскольку считает их недостаточно компетентными, не отвечающими представлениям, техникам, тактике или стратегии, которую выбрал бы клиент по отношению к самому себе из роли терапевта, необходимо отметить,

что клиент внутренне занимает позицию не клиента, а супервизора. Этот феномен также полезно обсудить в рамках сессии, что может привести к изменению контракта.

- Слушателю, выступающему в роли клиента на малой учебной группе, важно понимать, что он отвечает за собственную безопасность. Не работайте на малой учебной группе с наиболее болезненными личными темами - малая учебная группа создана не для психотерапии, а для обучения.

- Будьте бережны и уважительны к вашему консультанту/терапевту. Роль обучающегося консультанта/терапевта не менее уязвима, чем роль клиента.

Наблюдатель

- Роль наблюдателя позволяет связывать деятельность терапевта с анализом его работы. Внимательное и включенное наблюдение полезно для развития навыков рефлексии собственной деятельности.

- Наблюдатель ведет стенограмму протокола для осуществления квалифицированной и точной обратной связи терапевту, с опорой на феномены и без привнесения собственных домыслов.

- В обратной связи наблюдатель вначале отмечает три понравившихся ему элемента в работе терапевта. Далее он может обсудить два-три феномена или механизма прерывания контакта у клиента, с которыми работал терапевт или которые терапевт не использовал в своей работе, если они значимо меняют картину сессии, по мнению наблюдателя.

- Мнение наблюдателя не является экспертным, а служит лишь для расширения осознанности терапевта в дальнейших процессах его работы

- Наблюдатель не имеет права вмешиваться в ход сессии без просьбы терапевта

6. Отчеты по работе в малой группе

6.1. По решению Слушателей может вестись запись работы малой группы на диктофон или видеокамеру. Эти записи являются конфиденциальными и не могут быть прослушаны или просмотрены никем, кроме Слушателей малой группы и супервизора (по необходимости, по согласованию со Слушателями, присутствующими на записи).

6.2. После проведения сессии консультант\терапевт составляет письменный протокол своей работы (форма протокола прилагается). В сертификационных требованиях указано необходимое количество протоколов, который каждый Слушатель должен сдать по результатам своей работы консультантом \ терапевтом в малых учебных группах.

Протокол работы терапевта

Ф.И.О. _____ дата _____

| Текст Диалога | Феномены клиента | Комментарии к процессу клиента | Комментарии к интервенциям терапевта | Комментарии по внутренней личной динамике терапевта |
|---------------|----------------------------------|--|--|---|
| | Смех, слезы, движения тела и пр. | Предъявляет интроект, проецирует чувство, подавляет импульс и т.д. | Фокусирую переживание, эксперимент на присвоение проекции, конфронтирую и т.п. | Беспокоюсь, смущаюсь, избегаю, досадую |