

## Содержание пакета лекций

✓ Авторский спецкурс Полины Гавердовской «Краткосрочная гештальт-терапия» рассчитан на завершающих обучение гештальт-терапии и действующих терапевтов и предназначен для оттачивания навыков краткосрочного и срочного консультирования в рамках подхода. Срочное консультирование в текущих реалиях – обязательный и незаменимый навык терапевта. Поскольку мы часто сталкиваемся с запросом поработать ограниченное количество времени, нам, терапевтам важно понимать, что мы были максимально эффективны в заданных условиях. Структура спецкурса состоит из теоретического материала с большим количеством жизненных примеров и кейсов, специально описанных, обработанных (или воссозданных) для работы на спецкурсе. Программа спецкурса включает в себя гибкие интеграции с другими методами – профайлинг, медиация, теория модели психического (Theory of Mind) и др. Спецкурс дает участникам объемное и многофункциональное представление о возможностях (и ограничениях!) краткосрочного консультирования в рамках метода “гештальт-терапия”

### ПЕРВЫЙ БЛОК

Подходы к осмыслению краткосрочного консультирования в рамках гештальт-терапии. Основные понятия гештальт-терапии (фигура-фон, граница контакта, прерывания контакта, Self и гомеостаз –в условиях краткосрочной терапии: как они работают. Возможности и ограничения гештальт-терапии в краткосрочном формате и краткосрочного формата в гештальт-терапии.

1. Краткосрочное консультирование в гештальт-терапии: возможности и ограничения. Цикл контакта в гештальт-терапии и (кратко)срочное консультирование
2. Концепция прерываний и концепция теории Self в гештальт-терапии и краткосрочное консультирование
3. Работа с сильными чувствами в (кратко)срочном формате. (Кратко)срочное консультирование в гештальт-терапии и теория модели психического (Theory of Mind)
4. Противопоказания к срочному консультированию. С чем/кем нельзя работать в (кратко)срочном формате?

### ВТОРОЙ БЛОК

Оперативная психодиагностика в гештальт-терапии, модель оперативной психодиагностики МАИЛ (Международной Академии Исследования Лжи). Применимость концепции психотипов в краткосрочной гештальт-терапии: возможности и ограничения. Особенности работы в рамках гештальт-парадигмы с представителями разных психотипов.

1. Психотипы. Применение концепции психотипов в краткосрочном гештальт-консультировании. Тревожный психотип. Стратегия краткосрочной гештальт-сессии с представителем этого психотипа
2. Истероидный и гипертимный психотипы. Дифференциальная диагностика. Стратегия краткосрочной гештальт-сессии с представителями этих психотипов
3. Эпилептоидный и паранойяльный психотипы. Дифференциальная диагностика. Стратегия краткосрочной гештальт-сессии с представителями этих психотипов
4. Депрессивно-печальный и эмотивный психотипы. Дифференциальная диагностика. Стратегия краткосрочной гештальт-сессии с представителями этих психотипов

### ТРЕТИЙ БЛОК

(Кратко)срочное консультирование и типичные сценарии встречи: пара, конфликт, экстренное решение. Модель парной терапии GATLA. Основы медиации через линзы гештальт-терапии. Что терапевт может предложить паре в состоянии острого конфликта?

1. Консультирование пары с точки зрения модели парной терапии GATLA (Gestalt Association Trainers Los Angeles)
2. Гештальт-терапия и медиативные техники в краткосрочном консультировании. Краткосрочное консультирование пары
3. Конфликт и краткосрочная гештальт-сессия
4. Принятие экстренного решения и краткосрочная гештальт-сессия

## ЧЕТВЕРТЫЙ БЛОК

Архитектура (кратко)срочной сессии – как построить срочную сессию в гештальт-формате. Темп, тайминг, уверенность и власть терапевта. Жалоба, запрос и контракт.

1. Жалоба, запрос и контракт. Варианты контрактов
2. Каркас краткосрочной гештальт-сессии

✅ Авторский спецкурс Полины Гавердовской «СОЗАВИСИМОСТЬ: КАК РАБОТАТЬ С ПАРТНЕРАМИ ЗАВИСИМЫХ В ГЕШТАЛЬТТЕРАПИИ» рассчитан на углубление понимания феномена созависимого поведения в любых созависимых отношениях! (Эмоциональная, любовная зависимость, отношения с психологически неблагополучными партнерами, партнерами с ЛР и др, а не только (и не столько) с химически зависимыми партнерами). Структура спецкурса состоит из теоретического материала с большим количеством жизненных примеров и кейсов, специально описанных, обработанных (или воссозданных) для работы на спецкурсе. Работа студентов включает в себя много практики под живой супервизией тренера, дискуссии, работу в тройках и малых группах, эксперименты в реальном времени. Спецкурс дает участникам объемное и многогранное понимание феномена созависимости на многих уровнях функционирования личности и с точки зрения разных психологических парадигм. А также снабжает универсальными инструментами работы с данной проблематикой.

1. Созависимость: история возникновения термина. Способы смотреть на созависимость. Связь терминов «зависимость» и «созависимость». Что нужно понимать про разницу. Созависимость в отношениях, где нет вещества: специфика
2. Созависимость как поведенческий феномен. Варианты созависимого поведения. Роль семейной истории в работе с данной проблематикой
3. Созависимость как аффективный процесс. Специфика созависимого переживания. Варианты жалоб, которые вы можете услышать. Созависимость и контракт. Реалистичность контракта. Возможный и невозможный терапевтический контракт в работе с созависимостью. Как перевести жалобу в запрос и контракт. Власть терапевта. Варианты контрактирования
4. Созависимость с точки зрения специфических механизмов прерывания в гештальт-терапии, стиль созависимого контактирования. Созависимость с точки зрения теории Self в гештальт-терапии
5. Созависимость и чувственная рефлексия. Важность расширения осознания и вербализация эмоций и чувств. Инструменты работы гештальт-терапевта с чувственной рефлексией. Злость и созависимость. Созависимость и работа с телом в гештальт-практике
6. Созависимость и понятие психологических границ в гештальт-практике. Виды границ, работа с созависимостью с точки зрения границ. Почему границы – главный инструмент работы. Созависимость и стресс. Понятие дедлайна для расширения осознания жизненной ситуации клиента
7. Чувства, самопредъявление, Я-сообщения и диалог как инструменты работы с созависимой проблематикой в гештальттерапии. Диалог как инструмент гештальт-терапевта (школа GATLA)
8. Переживания терапевта как инструмент работы. Специфика переживаний терапевта в работе с созависимой проблематикой: трансфер, контртрансфер и что со всем этим делать. Важность владения метапозицией для терапевта
9. Власть, ограничения и устойчивость гештальт-терапевта. Структура и инструменты власти терапевта в работе с созависимыми состояниями

10. Специальные вопросы в работе с созависимыми состояниями: регресс, триангуляция, расщепление. Созависимость и теория модели психического (Theory of mind)
11. Созависимость и терапевтический сеттинг. Долгосрочное консультирование в теме созависимого поведения. Перспективы и прогноз работы. Краткосрочное и экстренное консультирование в теме созависимости. Эффективные инструменты работы в ситуации экстренного консультирования