

PRZEWODNIK

po Szkole  Gestalt

Witaj!

- Miło nam Cię powitać na II Etapie Szkoły Psychoterapii Gestalt.
- Najbliższe trzy lata to czas przygotowań do zostania certyfikowanym terapeutą Gestalt. To nie tylko czas zajęć dydaktycznych w Szkole, ale również czas dalszego rozwoju własnego poprzez terapię indywidualną, staże i warsztaty.
- Pierwszym etapem na drodze do bycia certyfikowanym terapeutą będzie uzyskanie zgody od Supervizora na pracę z Klientami – zostaniesz terapeutą Gestalt w szkoleniu.
- Jako Szkoła Psychoterapii Gestalt będziemy wspierać Twoje przygotowania od strony merytorycznej, ale również organizacyjnej.
- W poniższym Przewodniku znajdziesz najważniejsze informacje dotyczące kształcenia i koniecznych wymagań oraz funkcjonowania Szkoły. Jak sama nazwa wskazuje wierzymy, że będzie to dla Ciebie przewodnik, który pozwoli przybliżyć, co jest konieczne do uzyskania certyfikatu i zaplanować z tym związane aktywności. Będzie również wskazówką dotyczącą dodatkowej literatury.

Co to tutaj znajdziesz?

Wierzymy, że przewodnik ustrukturyzuje informacje, które otrzymujesz w różnych sytuacjach. Jesteśmy oczywiście też do Twojej dyspozycji w razie pytań.

- str. 2 - Kilka Słów o Szkole
- str. 4-5- Kadra
- str. 6 - Warunki przyjęcia
- str. 7-9 - Ramowy program
- str. 10-18 - Opis zajęć Rok 1
- str. 19-24 - Opis zajęć Rok 2
- str. 25-31 - Opis Zajęć Rok 3
- str. 32-33 - Certyfikat EAGT
- str. 34 - komunikacja, użyteczne linki

KILKA SŁÓW O SZKOLE

Nasza Misja to Rozwój:

Zależy nam na rozwoju. Na Twoim rozwoju. Rozwój własny jest podstawą do tego, żeby pomagać rozwijać się innym. Pomagamy się rozwijać. Rozwijamy się razem.

Jak ją realizujemy?

Poprzez szeroką gamę szkoleń, które oferujemy naszym studentom. Celem wszystkich naszych szkoleń jest pomoc studentom lub psychoterapeutom w nauce Gestalt w uzyskaniu najlepszych narzędzi do rozwoju osobistego i zawodowego.

Nauka w Szkole Psychoterapii Gestalt obejmuje:

- zajęcia teoretyczne oraz metodologiczne w formie warsztatów doświadczeniowych,
- wykłady teoretyczne,
- psychoterapię realizowaną w grupie,
- superwizję.

4-letni program Szkoły składa się z dwóch etapów:



I ETAP

„Rok 0” to roczny program rozwoju osobistego wprowadzający do teorii i praktyki Gestalt, który przygotowuje do dalszego nabywania doświadczenia w zakresie psychoterapii Gestalt.

225h metodologiczno-warsztatowych

50h psychoterapii grupowej

II ETAP*

to 3-letni program szkoleniowy, w którym studenci nabywają umiejętności niezbędnych do wykonywania zawodu psychoterapeuty Gestalt.

555h metodologiczno - warsztatowych

150h psychoterapii grupowej

195h supervizji

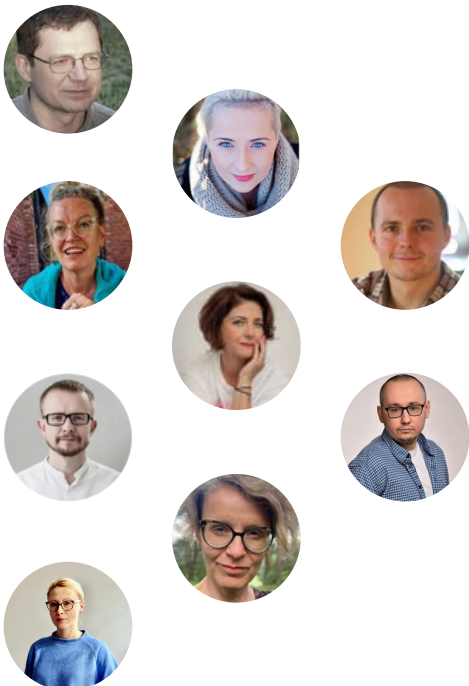
Warunkiem przyjęcia na Etap II jest ukończenie Etapu I („Rok 0”) oraz pozytywny wynik rozmowy kwalifikacyjnej. Rok 0 może być ukończony w innej szkole / instytucie Gestalt.



KADRA

Superwizorzy i/pub trenerzy:

- Zosia Domin-Dzikowska
- Kinga Dziedziczak
- Mirosław Dudziński
- Sebastian Kantor
- Magdalena Kidoń
- Arkadiusz Kiraga
- Katarzyna Konfederak
- Anna Małecka
- Katarzyna Paluch
- Gracjana Pawlak
- Tomasz Rebeta
- Karina Szczęsna
- Marzena Śniarowska-Tlatlik
- Krystyna Waszkowska-Wójcik



Trenerzy:

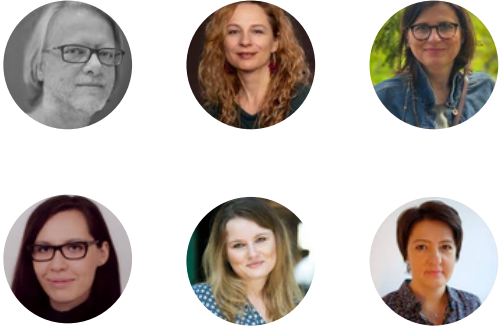
- Jakub Babij
- Alicja Biłozor
- Jolanta Cieplińska
- Tomasz Lepszy
- Marta Leszko
- Małgorzata Małas
- Emilia Sobczyk
- Iwo Tarkowski
- Jarosław Wasielewski





KADRA

Psychoterapeuci



- Lidia Bednarczyk
- Dagmara Danielczyk-Słomian
- Rafał Dziopa
- Marlena Krupa
- Karolina Migdał-Husakowa
- Magdalena Świdarska

Administracja

- Krzysztof Drewicz - zarząd Szkoły
- Tomasz Maryńczak - zarząd Szkoły
- Anna Rykaczewska - dyrektorka Szkoły
- Katarzyna Busłowska - koordynatorka sekretariatu + harmonogramy
- Emilian Stańczak - koordynator sekretariatu + rekrutacja
- Małgorzata Szwarc - specjalistka ds. komunikacji
- Julia Hejza - zapisy na warsztaty

Dbamy o najwyższą jakość
Twojego szkolenia!





WARUNKI PRZYJĘCIA

1

Wykształcenie wyższe, minimum licencjat.

2

Ukończony Rok Stażowy w jednej z instytucji kształcącej psychoterapeutów w nurcie Gestalt.

3

Udział w rozmowie kwalifikacyjnej i pozytywne rozpatrzenie kandydatury przez komisję rekrutacyjną.

4

Witaj w gronie naszych Studentów!

Osoby nieposiadające wykształcenia psychologicznego lub pedagogicznego również mogą uczestniczyć w szkoleniu, jednak będą zobowiązane uzupełnić wiedzę z trzech przedmiotów psychologicznych (psychologia rozwojowa, psychopatologia, teorie osobowości).



PROGRAM

Informacje wstępne

- Grupa liczy maksymalnie 16 osób.
- Wszystkie zajęcia odbywają się w tej samej grupie.
- Zjazdy odbywają się raz w miesiącu.
- Zjazdy odbywają się od czwartku do niedzieli.

Program zajęć - 1 ROK

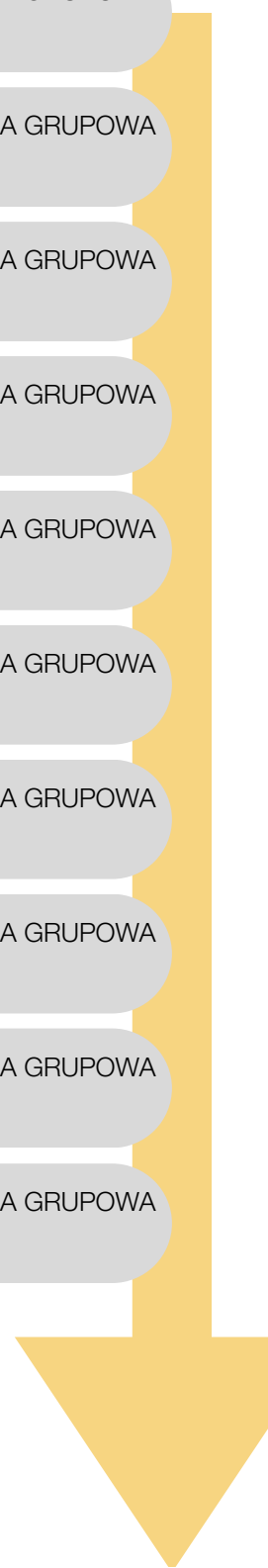
| | | | |
|---------|------------------|---|-------------------------------|
| Zjazd 1 | SUPERWIZJA 5H | TEORIA POLA W GESTALT 20H PRAWO W PSYCHOTERAPII 5H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5.5H |
| Zjazd 2 | SUPERWIZJA 5H | BUDOWANIE RELACJI TERAPEUTYCZNEJ 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5,5H |
| Zjazd 3 | SUPERWIZJA 5H | FUNKCJE SELF I ZABURZENIA 25H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5,5H |
| Zjazd 4 | SUPERWIZJA 5H | CYKL DOŚWIADCZANIA 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5,5H |
| Zjazd 5 | SUPERWIZJA 5H | STYLE KONTAKTU 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5,5H |
| Zjazd 6 | SUPERWIZJA 5H | SESJA PSYCHOTERAPEUTYCZNA – STRUKTURA I PROCES 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5,5H |
| Zjazd 7 | SUPERWIZJA 5H | EKSPERYMENT W PSYCHOTERAPII INDYWIDUALNEJ 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5,5H |
| Zjazd 8 | SUPERWIZJA 5H | OPÓR W PSYCHOTERAPII GESTALT 15, ETYKA W PSYCHOTERAPII 10H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5,5H |
| Zjazd 9 | SUPERWIZJA 5H | SUPERWIZJA - ZALICZENIE PRAKTYKI PSYCHOTERAPEUTYCZNEJ 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 6H |

PROGRAM



Program zajęć - 2 ROK

| | | | |
|----------|------------------|---|-----------------------------|
| Zjazd 1 | SUPERWIZJA 5H | UCIELEŚNIONE JA W UJĘCIU GESTALT 25H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5H |
| Zjazd 2 | SUPERWIZJA 5H | DIAGNOZA W PSYCHOTERAPII GESTALT. ICD-10/DSM-5 25H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5H |
| Zjazd 3 | SUPERWIZJA 5H | PRACA ZE SNEM 25H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5H |
| Zjazd 4 | SUPERWIZJA 5H | PRACA Z TRAUMĄ 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5H |
| Zjazd 5 | SUPERWIZJA 5H | PRACA W OBSZARZE DEPRESJI 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5H |
| Zjazd 6 | SUPERWIZJA 5H | PRZENIESIENIE - PRZECIWPZENIESIENIE 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5H |
| Zjazd 7 | SUPERWIZJA 5H | PRACA W OBSZARZE ZABURZEŃ NERWICOWYCH I PSYCHOSOMATYCZNYCH 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5H |
| Zjazd 8 | SUPERWIZJA 5H | PRACA W OBSZARZE ZABURZEŃ OSOBOWOŚCI (NARCYZM / BORDERLINE) 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5H |
| Zjazd 9 | SUPERWIZJA 5H | PRACA W OBSZARZE PSYCHOZY 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5H |
| Zjazd 10 | SUPERWIZJA 5H | SUPERWIZJA - ZALICZENIE PRAKTYKI PSYCHOTERAPEUTYCZNEJ 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5H |

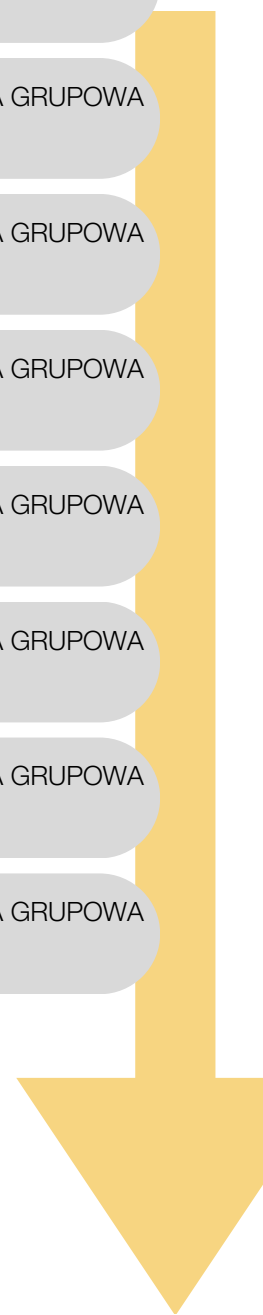


PROGRAM



Program zajęć - 3 ROK

| | | | |
|---------|-------------------|---|-------------------------------|
| Zjazd 1 | SUPERWIZJA 5H | BADANIA W GESTALT 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5.5H |
| Zjazd 2 | SUPERWIZJA 5H | PROCES GRUPOWY 25H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5.5H |
| Zjazd 3 | SUPERWIZJA 5H | EKSPERYMENT W TERAPII GRUPOWEJ 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5.5H |
| Zjazd 4 | SUPERWIZJA 5H | PRACA Z PARĄ 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5.5H |
| Zjazd 5 | SUPERWIZJA 5H | PRACA Z RODZINĄ W KONWENCJI GESTALT 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5.5H |
| Zjazd 6 | SUPERWIZJA 10H | PRACA Z ADOLESCENTEM 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5.5H |
| Zjazd 7 | SUPERWIZJA 10H | SEKSUALNOŚĆ W PROCESIE TERAPEUTYCZNYM ORAZ W RELACJI PSYCHOTERAPEUTYCZNEJ 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5.5H |
| Zjazd 8 | SUPERWIZJA 10H | PRZYGOTOWANIE DO EGZAMINU KOŃCOWEGO 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 5.5H |
| Zjazd 9 | SUPERWIZJA 5H | PODSUMOWANIE PROCESU SZKOLENIOWEGO I ZAKOŃCZENIE SZKOŁY 20H | PSYCHOTERAPIA GRUPOWA 6H |



PROGRAM

1 rok

Zjazd 1

Teoria pola w Gestalt.

Teoria pola Kurta Lewina. Świadomość, kontakt, figura - tło, opór, biegunowość. Integracja grupy.

Kształtowanie otwartości na nowe doświadczenia w kontekście zarówno rozwoju osobistego, jak i zawodowego.

Pierwsze spotkanie odnosi się do doświadczeń roku 0, filozoficznych podstaw terapii Gestalt, opierając się na fenomenologii, egzystencjalizmie i filozofii dialogu. Ukazuje to inspiracje i doświadczenia, z których wyłoniła się terapia Gestalt. Badamy podstawowe pojęcia i założenia, odwołując się do ich źródeł. Odkrywamy ich znaczenie w sposób osobisty, poprzez doświadczenie, w kontakcie zarówno ze sobą, jak i innym człowiekiem.

Celem psychoterapii fenomenologicznej jest zwiększenie świadomości swoich uczuć, myśli i sygnałów płynących z ciała (S. Ginger), używając niezwykłego języka opisowego, który jest blisko związany ze "światem życia" jednostki.

Gestalt jest podejściem relacyjnym, które odbywa się w dialogu, który rozumiemy jako dzielenie się fenomenologią, ponieważ "wejście w świat doświadczenia pacjenta i obserwacja zjawisk tego świata bez wcześniejszych założeń, które zakłócają zrozumienie" (Yalom) stanowi nasze założenie, a nie ocenę lub diagnozę.

Terapia Gestalt jako modalność egzystencjalna podkreśla znaczenie bycia/obecności, wolności, odpowiedzialności oraz ciągłego rozwoju (stania się sobą), a także poszukiwanie osobistych sensów i wartości. "Klej poznawczy" (Yontef) terapii Gestalt dostarcza teoria pola Kurta Lewina, gdzie zdarzenie jest wynikiem wielu oddziaływujących sił, które tworzą i ożywiają pole, ujawniając jego podstawowe zasady w przeżyciu: wzajemność interakcji całość-część, rozumienie, że nic nie dzieje się w izolacji, chociaż niektóre wydarzenia pozostają w świadomości w określonym środowisku, a to jest częścią pola Tu i Teraz w jego zmienności i potencjalności. Ważne jest świadome działanie w polu terapeutycznym podczas pracy z klientem.

Doświadczalne zakorzenienie i współtworzenie, wsparcie i budowanie figur w kontakcie. Egzystencjalizm dostarczył nam pojęć i tematów, a fenomenologia dała język do angażowania się w i rozumienia doświadczeń. Filozofia spotkania oznacza rozumienie kontaktu terapeutycznego jako spotkanie dwóch podmiotów: postrzeganie relacji między figurą a tłem w żywym ludzkim doświadczeniu kontaktu.

Literatura:

- Kodeks etyczny EAGT
- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., & Mizerska, R. (Eds.). (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.
- Ginger, S., Drabik, W., & Zaleska-Stolzman, M. (2004). Gestalt-sztuka kontaktu. Wydaw. Jacek Santorski & Company.
- Pearls F. (2018). Terapia Gestalt, Wydaw. Naukowe PWN.
- Sills, C., Fish, S., & Lapworth, P. (1999). Pomoc psychologiczna w ujęciu Gestalt. Instytut Psychologii Zdrowia-Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Paruzel-Czachura, M. (2015). Między psychologią, psychoterapią i filozofią praktyczną: poszukiwanie autentycznego życia w nurcie gestalt. Uniwersytet Śląski.

PROGRAM

1 rok

Zjazd 1

Prawo w psychoterapii

Prawne aspekty wykonywania zawodu psychoterapeuty.

Wykład ma na celu przybliżenie jego uczestnikom istotnych z punktu widzenia wykonywania zawodu psychoterapeuty zagadnień prawnych z obszaru różnych dziedzin prawa, w tym omówienie problematyki z zakresu:

- Podstaw prawnych wykonywania zawodu psychoterapeuty na gruncie obowiązujących przepisów,
- Praw i obowiązków psychoterapeuty w trakcie procesu terapeutycznego,
- Tajemnicy zawodowej psychoterapeuty,
- Postępowania z dokumentacją,
- Udziału psychoterapeuty w postępowaniu sądowym,
- Współpracy z organami ścigania.
- Ochrony danych osobowych.

Literatura:

- Fiutak, A. (2016). Pomoc psychologiczna. Prawo i etyka w zawodach terapeuty i psychiatry. Difin.
- Karkowska, D. (2016). Ustawa o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta. Komentarz. Wolters Kluwer.
- Drozdowska, U. (2007). Cywilnoprawna ochrona praw pacjenta. Wydawn. CH Beck.
- Jackowski, M. (2018). Ochrona danych medycznych. Rodo w ochronie zdrowia. Wolters Kluwer.

PROGRAM

1 rok

Zjazd 2

Budowanie relacji terapeutycznej

Warsztat ma na celu przygotowanie do zawodowego postrzegania praktyki terapeutycznej. Czym jest a czym nie jest relacja psychoterapeuty Gestalt z klientem, jakie są założenia budowania dobrej relacji Gestalt, jakie może wypracować psychoterapeuta aby móc spotkać się z klientem. Zagadnienia omawiane podczas warsztatu to:

- relacja Ja –Ty, Ja – To (M. Buber), Przedmiotowość i podmiotowość,
- kontrakt, kontakt, bezpieczeństwo relacji terapeutycznej,
- fenomenologia relacji pomiędzy/ osobami/ fenomen pola,
- zjawiska wsparcia i konfrontacji,
- fenomenologia kontaktu.

Literatura:

- Buber M. (1992), Ja i Ty. Wybór pism filozoficznych, przeł. J. Doktor, Warszawa: Pax.
- Glinkowski Witold (2020), Człowiek w dialogu, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego
- Ginger, S., Drabik, W., & Zaleska-Stolzman, M. (2004). Gestalt-sztuka kontaktu. Wydaw. Jacek Santorski & Company.
- Pearls F. (2018). Terapia Gestalt, Wydaw. Naukowe PWN.

PROGRAM

1 rok

Zjazd 3

Funkcje Self i zaburzenia

Spotkanie ma na celu wprowadzenie uczestników w koncepcję self jako procesu i funkcji, a nie jako właściwości lub struktury. W kontekście tego spotkania self jest rozumiane jako zdolność organizmu do spontanicznego, kreatywnego i celowego kontaktu z otoczeniem (M. Spagnolo-Lobb, 2018). Podążając za Perlssem i Goodmanem, będziemy eksplorować wyłanianie się self w różnych fazach kontaktu, poprzez funkcje: id, ego i osobowość; gdzie id odnosi się do sensoryczno-motorycznych doświadczeń postrzeganych "wewnątrz ciała", wrażeń, pragnień, osobowość to proces integrowania wcześniejszych kontaktów, "struktury wspierające" i system postaw, a ego to "mechanizm działający na bazie wcześniejszych funkcji".

Self jest więc aktualnym stylem twórczego dostosowania w danym momencie, w ramach fenomenologicznego pola, w rzeczywistości życia jednostki.

Będziemy mieć okazję do pracy nad obserwacją działań w terażniejszości, uwzględniając wielowymiarowość i profil osobowości zgodnie z modelem Gingera. Przeanalizujemy współczesne konteksty psychopatologii Gestalt.

Poznamy gestaltowskie kryteria zdrowia i choroby w kontekście ciągłości, w twórczym dostosowaniu do otoczenia; badając takie zjawiska jak: utrwalone i niesfinalizowane Gestalty, zablokowana energia, zakłócenia w procesie samoregulacji, nawykowe reakcje, utrzymywanie się na jednym biegunie ciągłości.

Zapoznamy się również z Perlsowską koncepcją zaburzeń granicznych kontaktu, które wynikają z zakłócenia jedności organizmu poprzez tworzenie wewnętrznej polaryzacji, a także "zaburzeń sensorycznych, polegających na oderwaniu się od zmysłów i "martwym" odczuwaniu ciała; emocjonalnych zaburzeń, które skutkują blokowaniem uczuć i przyjmują postać nerwicy, którą Perls dzieli na 5 warstw oddzielających jednostkę od autentycznego Ja".

Zrozumiemy, że jako terapeuci Gestalt obserwujemy czynniki przyczyniające się do przywracania spontaniczności i nowego sposobu organizowania doświadczeń organizmu w kontakcie z otoczeniem.

Literatura:

- Ginger, S., Drabik, W., & Zaleska-Stolzman, M. (2004). Gestalt-sztuka kontaktu. Wydaw. Jacek Santorski & Company.
- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., & Mizerska, R. (Eds.). (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.
- Peris, F., Hefferline, R. E., & Goodman, P. (1951). Gestalt Therapy Excitement and Growth in the Human and Personality.
- Sills, C., Fish, S., & Lapworth, P. (1999). Pomoc psychologiczna w ujęciu Gestalt. Instytut Psychologii Zdrowia-Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Phillipson, P. (2009). The emergent self: An existential-Gestalt approach. Routledge.

PROGRAM

1 rok

Zjazd 4

Cykl doświadczenia

Podczas zajęć zostaną przedstawione teoretyczne i praktyczne aspekty cyklu doświadczenia, zwłaszcza w kontekście interwencji terapeutycznych. Cykl doświadczenia, zwany również cyklem kontaktu lub cyklem samoregulacji, to sekwencja doznań i zachowań, które prowadzą do samoregulacji organizmu.

W teorii Gestalt, cykl doświadczenia jest modelem funkcjonowania organizmu, w którym kluczowym elementem jest kontakt ze środowiskiem w celu zaspokajania potrzeb. Proces interakcji między organizmem a środowiskiem polega na tworzeniu się figur, które przyciągają uwagę i skłaniają do poszukiwania satysfakcjonujących rozwiązań w środowisku. Przerwy w cyklu, z perspektywy terapeuty Gestalt, stanowią główny punkt pracy terapeutycznej.

Cykl doświadczenia stanowi ogólny plan każdego kontaktu, a w każdym cyklu zachodzi zasadniczo ten sam proces, niezależnie od rodzaju kontaktu. W kontekście terapii może to obejmować odzyskiwanie odrzuconych aspektów Ja, pracy nad nierozwiązanych sprawach lub przetwarzanie istotnych kwestii życiowych związanych z rozwojem klienta.

Treści cykli i ich długość mogą być zróżnicowane, ale fazy cyklu są zawsze takie same, zgodnie z modelem procesowym. Zgodnie z podejściem Josepha Zinkera i Jamesa Kepnera, cykl doświadczenia składa się z następujących faz: doznawanie pobudzenia, tworzenie figury, mobilizacja, działanie, kontakt, wycofanie się i asymilacja.

Podczas zajęć zostaną omówione role terapeuty w każdej fazie cyklu, a także przedstawione będą możliwe interwencje terapeutyczne odpowiednie dla każdej z faz.

Literatura:

- Zinker, J. (1991). Proces twórczy w terapii Gestalt. Warszawa: Wydawnictwo Jacek Santorski & Co.
- Kepner, J. I. (1991). Ciało w procesie psychoterapii Gestalt. Pusty Obłok.
- Sills, C., Fish, S., & Lapworth, P. (1999). Pomoc psychologiczna w ujęciu Gestalt. Instytut Psychologii Zdrowia-Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Ginger, S., Drabik, W., & Zaleska-Stolzmann, M. (2004). Gestalt-sztuka kontaktu. Wydaw. Jacek Santorski & Company.

PROGRAM

1 rok

Zjazd 5

Style kontaktu

Kontakt, graniczny kontakt oraz analiza twórczych dostosowań w granicznym kontakcie to ważne pojęcia w Gestaltcie. Każdy człowiek posiada swój unikalny styl kontaktu.

W ramach podejścia Gestalt, zakłócenia tego procesu są ogólnie określane jako "opory" lub mechanizmy unikania kontaktu, które ludzie wykorzystują w celu obrony swoich istotnych wartości. Mechanizmy unikania kontaktu są właśnie specyficznymi stylami kontaktu, które są charakterystyczne dla danej osoby i są uważane, według Perlsa, za powszechne zjawisko społeczne.

Podstawowe mechanizmy unikania kontaktu obejmują:

- Konfluencję: polega na zanikaniu granic między sobą a innymi, często prowadząc do utraty własnej tożsamości.
- Introjekcję: polega na przyjmowaniu bezrefleksyjnie poglądów, wartości lub norm innych ludzi, zamiast wypracowywania własnych.
- Projekcję: polega na przenoszeniu swoich własnych cech, emocji lub myśli na innych, zamiast akceptowania ich jako swoje.
- Retrofleksję: polega na obracaniu się przeciwko sobie samemu, zamiast wyrażania swoich potrzeb i uczuć.
- Defleksję: polega na odwracaniu uwagi od swoich uczuć lub myśli, zamiast wyrażania ich w sposób bezpośredni.
- Desensytyzację: polega na stłumieniu lub wygaszaniu swoich emocji, aby uniknąć bólu lub dyskomfortu.
- Profleksję: polega na skoncentrowaniu się na myśleniu i analizie, zaniedbując przy tym swoje emocje i ciało.
- Egotyzm: polega na skupianiu się jedynie na sobie, z pominięciem potrzeb i uczuć innych.

Te mechanizmy działają jako mechanizmy obronne, służąc jako natychmiastowe reakcje na sytuacje zagrożenia lub stresu. Jednakże, często stają się one nadmiernie rozwinięte, nieodpowiednie lub przestarzałe. Wtedy przestają spełniać swoją pierwotną funkcję w sposób adekwatny.

Literatura:

- Ginger, S., Drabik, W., & Zaleska-Stolzman, M. (2004). Gestalt-sztuka kontaktu. Wydaw. Jacek Santorski & Company.
- Drozdowski, P., & Kokoszka, A. (1993). Wprowadzenie do psychoterapii. Akademia Medyczna im. M. Kopernika.

PROGRAM

1 rok

Zjazd 6

Sesja psychoterapeutyczna - struktura i proces

Głównym celem tego spotkania jest zrozumienie istoty i znaczenia procesu oraz umiejętność śledzenia tego zjawiska w trakcie terapii na różnych etapach, a także dostosowywanie się do niego. Proces terapii Gestalt jest definiowany przez naturalny rozwój figury i jej zakończenie lub rozpad, a także przez rytm kontaktu i wycofania w dialogu terapeutycznym. Podczas zajęć omówimy przygotowanie i przebieg procesu psychoterapii, w tym podejście V. Chu oraz techniki stosowane na każdym etapie:

1. Faza wstępna. Analiza oporu i ustalanie kontraktu.
2. Faza I. Uświadomienie. Świadomość.
3. Faza II. Odpowiedzialność. Integracja i podejmowanie decyzji.
4. Faza III. Eksperymentowanie (działania).
5. Faza IV. Konsolidowanie. W tej fazie klient przenosi nowe nawyki zachowań do codziennego życia, testuje je, różnicuje i modyfikuje. W ten sposób osiąga samokontrolę i samostanowienie, zgodnie z naturalną regulacją organizmu, potrafi zaspokajać swoje potrzeby.

Podczas zajęć podejmiemy próbę praktycznego przybliżenia się do każdego etapu procesu terapii, począwszy od nawiązania kontaktu i ustalenia kontraktu, aż po zakończenie procesu.

Dynamika każdej sesji psychoterapii jest kształtowana zarówno przez założenia stosowanego podejścia, jak i indywidualne potrzeby osoby. Psychoterapia rozpoczyna się od budowania kontraktu, otwarcia procesu i współtworzenia kontaktu, przygotowania się do procesu rozwojowego i zmian, które mu towarzyszą. Następnie podejmowana jest praca nad tematami, które są wprowadzane przez osobę, a proces terapii jest domykany.

Podczas zajęć omówimy także wyodrębnienie i pracę nad poszczególnymi fazami kontaktu podczas sesji terapeutycznej:

1. Rozpoznanie potrzeby.
2. Wzrost i doświadczenie potrzeby.
3. Pojawienie się oporu i wzrost sprzecznych tendencji.
4. Określenie tematu zawierającego potrzebę i opór.
5. Pojawienie się i nasilenie impasu.
6. Doświadczenie przełomu.
7. Zrozumienie.
8. Przystwojenie nowego doświadczenia.

Omówimy także strategie postępowania w sytuacjach potencjalnie trudnych dla terapeuty i sposoby radzenia sobie z nimi. Poruszymy również osobiste trudności terapeuty, które mogą wpływać na kontakt podczas sesji. Będziemy rozważać wpływ prekontaktu i kontaktów między sesjami na proces terapeutyczny.

Literatura:

- Chu, V. (1994). Psychoterapia Gestalt. Kanon.
- Jakubowska U. (1994). Podejście humanistyczno-egzystencjalne, [w:] Grzesiuk L. (red.) Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Melibruda J. (1980). Teoria i praktyka terapii Gestalt, [w:] Wardaszko-Łyskowska H. (red) Terapia grupowa w psychiatrii, Warszawa: PZWL.
- Feltham i., Horton C. (2013). Psychoterapia i poradnictwo, Gdańsk: GWP.
- Mierkowski P. (2015). Fenomen kontaktu – impresje pisane przez psychoterapeutę Gestalt. Fenomen psychoterapii Nr 1, s. 8-11.
- Białkowski K. (2015). Eksperymentalny kontakt. Fenomen psychoterapii Nr1, s. 21-24.
- Ginger S., Ginger A. (2010). Praktyczny przewodnik psychoterapeuty. Zakrzewo: Replika.

PROGRAM

1 rok

Zjazd 7

Eksperyment w psychoterapii indywidualnej

Eksperymentowanie: eksperyment opiera się na działaniu i bezpośrednim przeżyciu, nie tylko myśleniu i opisywaniu. W sytuacji terapeutycznej terapeuta aktywnie pomaga klientowi rozwijać świadomość (Mackewn, 1999) i wchodzić w kontakt z jego potencjałem. Terapeuta sugeruje, by eksperymentować ze specyficznymi zmianami ekspresji bądź zachowaniami – w dialogu z klientem wspólnie tworzą sytuację eksperymentalną. Terapeuta potrafi stworzyć bezpieczne warunki, w których klient akceptuje swój niepokój związany z wykraczaniem poza to, co znane, i z ryzykiem wpisanym w inne zachowanie (Philipson, 2001). Punktem wyjścia dla tworzenia eksperymentu jest zorientowanie go na proces: podstawową procedurę stanowi nauka przez działanie. Terapeuta Gestalt odróżnia eksperyment od techniki polegającej na ćwiczeniu przygotowanym z góry w celu wzbudzenia określonego stanu bądź w celu osiągnięcia określonych rezultatów (np. od ćwiczenia relaksacyjnego).

Eksperyment wypływa z procesu relacji terapeutycznej (Amendt-Lyon, 2003) i zasila go ciekawość terapeuty, przy czym nie kontroluje go ani klient, ani terapeuta (Mackewn, 1999). Podstawową umiejętnością terapeuty jest porzucenie wysiłków dążących do uzyskania określonego rezultatu eksperymentu – sama istota eksperymentu wiąże się z celami procesowymi (Joyce, Sills, 2006), których nie sposób zaplanować. Ustalanie celów z góry zakłada, iż dysponujemy definicją tego, jaki pacjent powinien być, co powinien czuć czy robić – to zaś byłoby nie tylko nieskuteczne, ale wręcz groźne.

Eksperyment uwypukla figurę wyłaniającą się z pola wspólnego dla terapeuty i klienta (Roubal, 2009). Przykłady często używanych eksperymentów to: „puste krzesło”, wyolbrzymienie ruchów ciała czy sposobów mówienia; próbne wypowiedzianie różnych zdań; odwrócenie – pozwalające zbadać krańcowo odmienny biegun przeżycia, badanie bezpośrednich doznań zmysłowych (wzroku, słuchu, dotyku), przełączanie jednej silnej modalności zmysłowej na drugą (wizualną, akustyczną, ruchową), zmiana odległości czy pozycji między terapeutą a pacjentem, praca z marzeniami. Terapeuta potrafi adekwatnie dopasować czas i natężenie eksperymentu (Zinker, 2004; Joyce, Sills, 2006) w odniesieniu do dostępnych systemów wsparcia zewnętrznego i wewnętrznego.

Literatura:

- Zinker, J. (1991). Proces twórczy w terapii Gestalt. Warszawa: Wydawnictwo Jacek Santorski & Co.
- Houston, G. (2006). Gestalt: terapia krótkoterminowa. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Pearls F. (2018). Terapia Gestalt, Wydaw. Naukowe PWN.
- Eichelberger, W. (1995). Pomóż sobie: daj światu odetchnąć. Agencja Wydawnicza "Tu".

PROGRAM

1 rok

Zjazd 8

Opór w psychoterapii Gestalt

Praca z oporem wg Enrighta, praktyczne aspekty pracy klinicznej.

Celem zajęć jest poznanie zjawiska oporu w perspektywie klinicznej i fenomenologicznej. Gestalt traktuje opór jako wyraz istotnej tendencji w przeżywaniu, nie należy więc go omijać lub przewycięzać a przyjąć jako informację o gotowości klienta oraz przejaw twórczego przystosowania, następnie można podkreślić i wzmocnić tak, by opór stał się wyraźną FIGURĄ do pracy terapeutycznej, poprzez uświadomienie oporu i wyraźne zachęcanie klienta do nazywania doświadczeń z nim związanych.

Pomocna z perspektywy klinicznej jest procedura J. Enrighta:

Etap 1 – uznanie chęci uczestnictwa w terapii

Etap 2 – rozpoznanie jaka jest istota problemu klienta

Etap 3 – ustalenie czy cel jest możliwy do osiągnięcia

Etap 4 – zaakceptowanie osoby terapeuty

Etap 5 – badanie konkurencyjnych motywów

Wymienione kroki stanowią ważny dla procesu kontraktowania.

Źródła oporu mogą być umiejscowione: po stronie klienta, po stronie terapeuty, w ich wzajemnej relacji.

Literatura:

- Enright J. (1984). Terapia i poradnictwo bez oporu, [w]: red. Santorski Nowe strategie i techniki pomocy psychologicznej, Warszawa: PTHP.
- Jones, C., Shillito-Clarke, C., Syme, G., Hill, D., Casemore, R., & Murdin, L. (2005). Co wolno, a czego nie wolno terapii. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Kottler J. A. (2007). Opór w psychoterapii. Jak pracować z trudnymi klientami. Gdańsk.

Zjazd 9

Superwizja - zaliczenie praktyki psychoterapeutycznej

Na zakończenie pierwszego roku odbywa się zaliczenie indywidualnej pracy psychoterapeutycznej. Zaliczenie przeprowadza superwizor, który prowadzi na danym roku superwizję. Obecna jest cała duża grupa. Przedmiotem zaliczenia jest umiejętność wejścia i utrzymania kontaktu z klientem/ką oraz przeprowadzenia pierwszej sesji, w tym zawarcie kontraktu.

Student oddaje także Superwizorowi krótką pracę pisemną, z zakresu wiedzy merytorycznej z 1 roku.

PROGRAM

2 rok

Zjazd 1

Ucieleśnione Ja w ujęciu Gestalt

„Osoba, która utraciła możliwość „czucia” siebie... nie może oczekiwać, że jej „samoregulacja” (apetyt) będzie działać prawidłowo” (Perls, 1947/1969).

W podejściu Gestalt ujmujemy osobę jako jedność psychofizyczną. „Twoje poczucie całościowego interfunkcjonowania siebie i twego środowiska jest kontaktem...” (Perls, Hefferline, Goodman, 1951). To, co się dzieje z nami na poziomie emocji wyraża się w naszym ciele, posturze, gestach i ruchach.

Spotkanie klient – terapeuta odbywa się na wszystkich poziomach funkcjonowania człowieka, w duchu personalizmu i holizmu. Współtworzymy relację terapeutyczną odwołując się i czerpiąc z pełnego zaplecza awareness obu podmiotów relacji w wymiarze poznawczym, społecznym, emocjonalnym, motywacyjnym, duchowym i cielesnym. Jako osoba wydarzamy się w świecie-życia, w sytuacji, jako organizm/ciało w środowisku.

Na spotkaniu będziemy eksplorować m.in. takie tematy jak:

- Doświadczenie ciała jako doświadczenie ja, „ucieleśnienie” w procesie rozwojowym i w relacji terapeutycznej;
- Cieleśność a granice kontaktu. Self cielesne. Procesy ciała. Znaczenie sygnałów z ciała, „uprzestrzennienie podmiotu”.
- Podmiotowość i przedmiotowość w relacji (z) ciałem.
- Cieleśność w relacji terapeutycznej. „Bycie ciałem”. Cieleśne doświadczanie „bycia przy”. Utożsamienie z ciałem, kontaktowaniem się z osobą, która jest tym ciałem.
- Biologiczna i adaptacyjna struktura ciała klienta i terapeuty.
- Aspekty obecności w ciele i poprzez ciało, jak np. budowanie kontaktu przez zmysły z otoczeniem, głos, postawa, pozycja, proksemika, ruch, kształt, wygląd, funkcje ciała, płeć, zdrowie.
- Świadomość ciała w trakcie sesji terapeutycznej, np. „Czy w tej chwili możesz uświadomić sobie swą postawę? Jak twoja postawa ma się do tego, co robisz w tym momencie?... Czy możesz wyobrazić sobie przypadki, w których układ twego ciała wyraża otwartość lub zamknięcie na kontakty ze środowiskiem?... Czy możesz uświadomić sobie rolę podparcia, jakie uzyskujesz dzięki tapczanowi, krzesłu lub podłodze?... Czy podczas poruszania się możesz odczuć różnicę w stopniu pewności twych ruchów? Od czego w twym otoczeniu zależą?...Czy możesz teraz uświadomić sobie swe gesty? Czy używasz rąk podczas rozmawiania lub wyrażania siebie?..”, etc.;
- Udział dotyku w pracy terapeutycznej, wymiar fenomenologiczny i etyczny.

Jak pisze Kepner: „Integracyjne podejście do człowieka stara się każdy proces (jak konflikt, problem życiowy, objaw fizyczny) traktować jako część większej całości, która zawiera w sobie aspekty somatyczne i psychologiczne. Procesy psychologiczne np. konflikty lub ograniczające przeświadczenia w trakcie werbalizacji natychmiast i bezpośrednio wiąże się z ich ekspresją cielesną. Procesy fizyczne, takie jak postawa ciała, "trzymanie mięśniowe" i zaburzenia somatyczne uważa się za mające określone znaczenie sposoby uzewnętrzniania się (ekspresji) człowieka.(...)

Dobrze prowadzona integracyjna praca terapeutyczna wymaga spełnienia szeregu warunków:

- Wystarczającej świadomości ciała. Aby praca integracyjna była możliwa, musi być zachowana przynajmniej jakaś ograniczona możliwość uświadamiania sobie wrażeń cielesnych.{...}
- Wystarczającej świadomości powiązań istniejących między Ja, a życiem codziennym, jego sprawami i problemami. {...}
- Fundamentalnej wiary w istnienie powiązań pomiędzy procesami cielesnymi, a sprawami psychologicznymi. Gdy wzrasta świadomość swojego ciała i poprawia się funkcjonowanie psychologiczne{...}”(Kepner J. 1991)

Literatura:

- Perls, F., Hefferline, R. E., & Goodman, P. (1951). Gestalt Therapy Excitement and Growth in the Human and Personality.
- Kepner, J. I. (1991). Ciało w procesie psychoterapii Gestalt. Pusty Obłok.
- Ginger, S., Drabik, W., & Zaleska-Stolzman, M. (2004). Gestalt-sztuka kontaktu. Wydaw. Jacek Santorski & Company

PROGRAM

2 rok

Zjazd 2

Diagnoza w psychoterapii Gestalt, ICD-10/DSM-5

Na zajęciach omówione zostanie zagadnienie diagnozy psychologicznej, jej składowe środowiskowe i biologiczne, konieczność holistycznej perspektywy diagnozy, zbieranie informacji, wywiad psychologiczny, norma i normalność, kryteria normalności, kryteria nienormalności, relatywizm w definiowaniu normy/nienormalności, przyczyny zaburzeń psychicznych.

Odwołamy się do DSM V, podstawowych cech DSM V, osi klasyfikacji, ICD-10, systemu budowy klasyfikacji ICD-10, kategorii zaburzeń w ICD-10.

Omówione zostaną także typy charakteru wg Cassiusa, struktury charakteru wg Kelemana, diagnoza w psychoterapii Gestalt wg Roubala, Gecele, Francesetti, diagnoza zewnętrzna/w oparciu o mapę oraz diagnoza wewnętrzna/estetyczna.

Literatura:

- Rosenhan, D. L., & Seligman, M. E. P. (1994). Psychopatologia, Warszawa: Wyd. Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., & Mizerska, R. (Eds.). (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.

PROGRAM

2 rok

Zjazd 3

Praca ze snem

Zajęcia stanowią wprowadzenie teoretyczne w tematykę pracy ze snem. Omówione zostaną następujące treści:

- fizjologia snów;
- treści śnione;
- 10 podejść do snu za Gingerem;
- królewski trakt do nieświadomości (Freud) i droga do integracji (Perls).

Sen jest spontanicznym wyrazem ludzkiej egzystencji, wspiera organizm w procesie samoregulacji. Terapeuta pomaga w odkrywaniu znaczenia snu przez zachęcanie do szczegółowego opisu snu i emocji w nim przeżywanych oraz uświadamianie jak ten sen klient przeżywa teraz. Praca ze snem może też ukazać ważne dla klienta obszary do rozwoju osobistego.

Literatura:

- Ginger, S., Drabik, W., & Zaleska-Stolzman, M. (2004). Gestalt-sztuka kontaktu. Wydaw. Jacek Santorski & Company.
- Perls, F. S. (1971). Gestalt therapy verbatim (JO Stevens, Comp. & Ed.). New York, NY: Bantam. (Original work published 1969).

Zjazd 4

Praca z traumą

Trauma w ujęciu Gestalt jako naruszenie równowagi relacji Ja-Ty i taki kontakt ze środowiskiem, w którym to środowisko wtargnęło w przestrzeń Ja, bez poszanowania granic. Ja, z braku możliwości obrony, zapadło się i całkowicie odcięło od kontaktu ze sobą, aby uniknąć przykrego doświadczenia tak trudnych przeżyć, że aż niemożliwych do asymilacji. Brak oparcia w sobie uniemożliwił kontakt ze środowiskiem, a co za tym idzie załamały się możliwości samoregulacyjne organizmu, człowiek utracił możliwość rozpoznania, nazwania i zaspokojenia własnych potrzeb i wycofując własną agresję stał się konfluentny ze środowiskiem.

Przedstawienie całościowego planu procesu psychoterapeutycznego, który koncentruje się wokół takich zagadnień jak: bezpieczeństwo relacji terapeutycznej, wsparcie środowiska, odbudowywanie kontaktu z własnym Ja, przywracanie połączeń między uczuciami i świadomością klienta, poczucie własnej wartości, konfrontacja i wyrażanie gniewu, obrona własnych granic, godzenie się z własnymi ograniczeniami, rysowanie perspektyw. Przesunięcie z pozycji „ofiary” na pozycję „ocalałego”.

Literatura:

- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.
- Butollo, W., Karl, R., König, J., & Hagl, M. (2014). Dialogical exposure in a Gestalt-based treatment for posttraumatic stress disorder. Gestalt Review, 18(2), 112-129.
- Taylor, M. (2019). In the Face of Trauma: Relationship, Ethics, and the Possibility of Presence. Gestalt Review, 23(3), 261-277.

PROGRAM

2 rok

Zjazd 5

Praca w obszarze depresji

Na zajęciach przyjrzymy się stanom depresyjnym oraz depresji klinicznej w kontekście osobistym klinicznym oraz społecznym. Zapoznamy się z zróżnicowanym obrazem tej choroby, na którą składa się wiele objawów, które mają swoje podłoże w gospodarce hormonalnej, neurochemicznej ale też społecznej. Zapoznamy się szczególnie z takimi zagadnieniami jak:

- stan depresyjny a depresja kliniczna,
- osobiste doświadczenia stanu depresji,
- konsultacja psychiatryczna i farmakoterapia,
- ucieśnienie, zatrzymanie w ciele, dystymia, stan depresyjny, dwubiegunowość,
- depresja, żal, żałoba,
- relacyjny obraz depresji – niemożność realizowania siebie w relacji, niemożność sięgnięcia po relację,
- depresja w relacji dwojga jako usztywniony Gestalt, kontekst rozwojowy.

Literatura:

- Gianni Francesetti , Jan Roubal , Michela Gecele - Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej
- Ginger, S. (2004). Gestalt. Sztuka kontaktu. Warszawa: Wydawnictwo Jacek Santorski & Co.

Zjazd 6

Przeniesienie - przeciwprzeniesienie

W tym warsztacie, szczególnie ważne będą zagadnienia związane z świadomością uczuć terapeuty w procesie psychoterapeutycznym. Będzie skupiona uwaga na osobistej świadomości terapeuty oraz jego świadomości w kontekście relacji z drugą osobą, czyli w kontekście relacji Ja-Ty, Ja-To, jednocześnie uwzględniając aspekty zawodowe terapeutycznego bycia.

Wszystkie uczucia, które pojawiają się podczas sesji terapeutycznej, są związane z klientem. Niektóre z tych uczuć mogą prowadzić do interakcji, podczas gdy inne dostarczają informacji na temat otoczenia klienta i stanowią pole informacyjne. Wszystkie te uczucia mają istotne znaczenie w kontekście terapeutycznym.

Przeciwprzeniesienie w kontekście nurtu Gestalt to relacja Ja-To. W trakcie warsztatu zostaną omówione takie obszary jak: gestaltowskie zjawisko przeniesienia i przeciwprzeniesienia w teorii pola, usztywniony Gestalt, utrwalone wzorce relacyjne, fenomen tła (figury i tła) w tej relacji, rezonans/ fenomen, historia klienta i historia własna.

Literatura:

- Sills Ch., Fish S., Lapworth P. (1999) Pomoc psychologiczna w ujęciu Gestalt, Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia PTP
- Yontef G.M. (1993 / wyd. org. 1983) Dialog w terapii Gestalt, [w:] Santorski J. Rezonans i Dialog. (Antologia) Cz. I. Dynamika uzdrawiającego spotkania, Warszawa: J. Santorski & Co.
- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.

PROGRAM

2 rok

Zjazd 7

Praca w obszarze zaburzeń nerwicowych
i psychosomatycznych

Celem tego spotkania jest zrozumienie doświadczeń nerwicy i problemów psychosomatycznych z perspektywy osoby, uwzględniając jej własny świat życia. Jednocześnie, będziemy analizować te doświadczenia w kontekście współczesnych systemów klasyfikacyjnych i języka klinicznego. Naszym celem jest określenie i zrozumienie potrzeb klienta w kontekście procesu terapeutycznego.

Omówione zostaną m.in.:

- sposoby rozumienia i źródła doświadczenia neurotycznego w praktyce klinicznej i w procesie rozwoju;
- autentyczne i nieautentyczne ja;
- warstwy nerwicy wg F.Perlsa;
- zaburzenia lękowe, dysocjacyjne, somatoformiczne – klasyfikacje;
- rozumienie lęku przez F.Perlsa, A. Kępińskiego, V.Frankla, Polsterów i L.Perls, G.Salonię;
- fleksja (L.Binswanger, J-M.Robine);
- związki pomiędzy psychiką człowieka i przeżywanymi przez niego emocjami a występowaniem schorzeń somatycznych (cielesnych);
- rozumienie symptomu
- 3 etapy procesu somatyzacji;
- podwójna natura objawu wg Perlsa. Objaw i przeciw-objaw wg Nemirinowskiego;
- praca terapeutyczna w obszarze doświadczenia neurotycznego;
- praca terapeutyczna w obszarze doświadczenia psychosomatycznego;
- przykłady kliniczne i z praktyki terapeutycznej.

Literatura:

- Peris, F., Hefferline, R. E., & Goodman, P. (1951). Gestalt Therapy Excitement and Growth in the Human and Personality.
- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., & Mizerska, R. (Eds.). (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.
- Cierpiałkowska, L. (2019). Psychopatologia: Lidia Cierpiałkowska. Wydawnictwo Naukow Scholar.

PROGRAM

2 rok

Zjazd 8

Praca w obszarze zaburzeń osobowości (narcyzm, borderline)

Osobowość to względnie stały zestaw cech, które kształtują zachowanie, myśli i emocje jednostki. Jej podstawą są zarówno czynniki środowiskowe, jak i wrodzone cechy temperamentu. Mówimy o zaburzeniach osobowości, gdy te cechy stają się trwale i nieelastyczne, utrudniając prawidłowe przystosowanie się do życia społecznego i zawodowego, lub gdy osoba odczuwa subiektywne cierpienie z powodu tych cech.

Podczas zajęć omówione zostaną różne rodzaje specyficznych zaburzeń osobowości, które charakteryzują się głęboko zakorzenionymi i trwałymi wzorcami zachowań, które różnią się od norm społecznych w danym środowisku. Skoncentrujemy się głównie na omówieniu narcyzmu oraz borderline.

Ponadto, omówimy różnicę między zaburzeniami osobowości egosyntonicznymi a egodystonicznymi oraz dokonamy podziału zaburzeń osobowości na trzy grupy: grupę dziwną lub ekscentryczną; grupę dramatyczną, emocjonalną i kapryśną; grupę lękową i bojaźliwą, a także zaburzenia kontroli impulsów.

Literatura:

- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., & Mizerska, R. (Eds.). (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.
- Millon, T., Davis, R. D., Millon, C., Escovar, L., Meagher, S. E., & Grzegółowska-Klarkowska, H. J. (2013). Zaburzenia osobowości we współczesnym świecie. Instytut Psychologii Zdrowia. Polskie Towarzystwo Psychologiczne.

Zjazd 9

Praca w obszarze psychozy

Zajęcia obejmują pojęcia takie jak:

- psychozy: schizofrenię, paranoję, depresję lub manię psychotyczną, inne (różnorodne ostre i przemijające zaburzenia psychotyczne, psychozy w przebiegu chorób mózgu oraz zatruc i różnych zapaleń itp., psychozy reaktywne – wywołane jakąś szczególnie traumatyczną sytuacją);
- doświadczenie psychotyczne: depresyjne, maniakalne, schizofreniczne;
- urojenia i omamy jako przejawy twórczego przystosowania;
- kliniczne znaczniki rozróżnienia doświadczenia neurotycznego i psychotycznego.

Literatura:

- Mellibruda, J. (2009). Teoria i praktyka terapii gestalt. Instytut Psychologii Zdrowia. Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Grzesiuk L. (red.) (1994). Psychoterapia: podręcznik akademicki, Warszawa.
- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., & Mizerska, R. (Eds.). (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.

PROGRAM

3 rok

Zjazd 1

Badania w psychoterapii Gestalt

Zajęcia będą skupione na trzech głównych obszarach.

Pierwszy z nich dotyczy będzie metodologii badawczej stosowanej do pozyskiwania istotnych informacji przydatnych w praktyce klinicznej.

Drugi obszar zajęć obejmuje analizę przeprowadzonych badań dotyczących skuteczności psychoterapii Gestalt, w tym badania przeprowadzone przez Ch. Stevens i jej zespół, wykorzystując narzędzie CORE, które jest stosowane w brytyjskim systemie opieki zdrowotnej.

Trzeci obszar skoncentrowany jest na praktycznej pracy warsztatowej, której celem jest zrozumienie teorii i praktyki psychoterapii Gestalt oraz próba znalezienia odpowiedzi na pytanie, które elementy paradygmatu Gestalt mają wpływ na skuteczność procesu terapeutycznego.

Literatura:

- Stevens, C., Stringfellow, J., Wakelin, K., & Waring, J. (2011). The UK gestalt psychotherapy CORE research project: The findings. *British Gestalt Journal*, 20(2), s. 22-27.
- Persons J. B., Silberschatz G. (1998). Are results of randomized controlled trials useful to psychotherapists? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Feb; 66(1), s. 126-35.
- Greenberg E., (2015). Surprise! A New Look at the Treatment of Schizophrenia from a Gestalt Therapy Perspective, *Gestalt Review*, Vol. 19, No. 1, s. 2-7.
- Kellogg, S. H. (2004). Dialogical encounters: Contemporary perspectives on "chairwork" in psychotherapy. *Psychotherapy: Research, Theory, Practice, Training*, 41, 310-320.
- Bea Mackay, Ph.D. (2002). Effects of Gestalt Therapy Two-Chair Dialogue on Divorce Decision Making, *Gestalt Review*, Vol. 6, No. 3, s. 220-235.
- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., & Mizerska, R. (Eds.). (2018). *Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu*. Harmonia Universalis.

PROGRAM

3 rok

Zjazd 2

Proces grupowy

Podczas zajęć zostaną omówione następujące zagadnienia:

1. Różnice między różnymi formami pracy grupowej.
2. Proces tworzenia kontraktu grupowego.
3. Charakterystyka poszczególnych faz procesu grupowego.
4. Analiza postaw uczestników grupy wobec autorytetu oraz potencjalne konsekwencje tych postaw dla trenera lub prowadzącego.
5. Zadania prowadzącego w poszczególnych fazach procesu grupowego.
6. Wymagane umiejętności niezbędne do skutecznego prowadzenia grupy.
7. Zasady etyczne obowiązujące w pracy z grupą.
8. Umiejętności, które uczestnicy treningu interpersonalnego mogą zdobyć podczas zajęć.

Podczas tych zajęć będziemy zgłębiać te aspekty i rozwijać umiejętności potrzebne do efektywnego prowadzenia grupy oraz tworzenia sprzyjającego i bezpiecznego środowiska grupowego.

Literatura:

- Zinker, J. (1991). Proces twórczy w terapii Gestalt. Warszawa: Wydawnictwo Jacek Santorski & Co.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2006). Psychoterapia grupowa: teoria i praktyka. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Corey, M. S., & Corey, G. (1995). Grupy: zasady i techniki grupowej pomocy psychologicznej. Instytut Psychologii Zdrowia i Trzeźwości Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Jedliński K. (2011). Trening interpersonalny. Warszawa: WAB.
- Grzesiuk L. (1994). Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy. Warszawa: Wyd. Naukowe PWN.

Zjazd 3

Eksperyment w terapii grupowej

Na zajęciach omówiony zostanie eksperyment grupowy jako twórcze wydarzenie wyrastające z doświadczenia grupowego. Wydarzenie, które nie jest z góry określone, a jego wyniku nie da się przewidzieć. Ponadto omówione zostaną:

- eksperymenty grupowe wypływające z indywidualnych doświadczeń oraz dotyczące wyłaniających się spraw grupowych,
- przykładowe sprawy grupowe,
- konstruowanie eksperymentu,
- zarządzanie energią grupową podczas tworzenia eksperymentów,
- przykładowe formy eksperymentu, np. „Próba generalna”, „Psychodrama korzenna”,
- próba zbudowania spontanicznego eksperymentu, wpływającego bezpośrednio z grupy.

Literatura:

- Passons, W. R. (1985). Zastosowanie terapii Gestalt w poradnictwie. Polskie Towarzystwo Psychologiczne. Studium Pomocy Psychologicznej.
- Zinker, J. (1991). Proces twórczy w terapii Gestalt. Warszawa: Wydawnictwo Jacek Santorski & Co.

PROGRAM

3 rok

Zjazd 4

Praca z parą

Zajęcia obejmują zagadnienia takie jak:

- zasady pracy terapeutycznej z parą-relacją;
- zasady etyczne w terapii par;
- znaczenie i rola terapeuty (kim jest, a kim nie jest);
- typy małżeństw (Skynner, Cleese);
- lęk Przed Bliskością (Janet G Woititz);
- lęk przed odrzuceniem;
- problem współzależnienia w związku (Pia Mellody);
- psychofagi;
- toksyczne związki (Susan Forward);
- trójkąt dramatyczny a terapia par;
- gry małżeńskie;
- analiza transakcyjna;
- koluzje (Willi);
- techniki/ narzędzia Gestalt w terapii par;
- model pracy terapeutycznej Gestalt (model doświadczeniowy – budowanie „korektywnego” doświadczenia);
- przykładowe formy pracy terapeutycznej z parą i proponowane struktury;
- znaczenie zaspokajania potrzeb w terapii pary;
- mechanizmy unikania kontaktu w kontekście terapii par;
- komunikacja, budowanie i świadomość relacji;
- podobieństwa i różnice terapii indywidualnej i terapii par –jeden czy dwóch terapeutów.

Literatura:

- Crane, D. R. (2004). Podstawy terapii małżeństw. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Crosby, J. F. (Ed.). (1998). Kiedy jedno chce odejść: terapia związków małżeńskich. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Freeman, D. R. (1991). Kryzys małżeński i psychoterapia. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- EE, S. (2005). Małe zbrodnie małżeńskie. Kraków: Wydawnictwo Znak.
- Welwood J., (2011). Idealna miłość. Niekonający związek, GWP.

PROGRAM

3 rok

Zjazd 5

Praca z rodziną w konwencji Gestalt

Celem tych zajęć jest wprowadzenie uczestników w podstawy pracy systemowej. Podczas tych zajęć będziemy starali się przedstawić istotę tego podejścia terapeutycznego, które skupia się na systemie jako całości, a nie tylko na konkretnej osobie, w odróżnieniu od terapii indywidualnej.

W części teoretycznej uczestnicy zdobędą wiedzę, która pozwoli zrozumieć podstawy pracy systemowej i paradygmat tego podejścia.

W części praktycznej omówimy zasady pracy z systemem, stosowane interwencje i techniki. Istotnym aspektem warsztatu będzie także badanie gotowości uczestników do pracy z wykorzystaniem podejścia systemowego.

Oto niektóre z kluczowych pojęć związanych z tematem podstaw pracy systemowej, które zostaną omówione: system, zróżnicowane Ja, system emocjonalny rodziny, proces projekcji rodzinnej, genogram, pytania cyrkularne, gry rodzinne, podejście systemowe i komunikacyjne, lęk, problem rodziny w ujęciu systemowym, źródło konfliktów oraz mitologia rodzinna.

Literatura:

- Namysłowska, I. (2000). Terapia rodzin. Instytut Psychiatrii i Neurologii.
- Ściepuro A. Praca pogładowa: Psychoterapia rodzin w praktyce klinicznej Via Medica.
- Barbaro, B. (Ed.). (1999). Wprowadzenie do systemowego rozumienia rodziny. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Melnick, H., & MS, G. (2014). Gestalt Parent Coaching©: A New Model for Intervening In Family Systems. Gestalt Review, 18(2), 130-145.
- Satir, V. (2000). Rodzina: tu powstaje człowiek. Gdańskie Wydaw. Psychologiczne.
- Field, D. (1999). Osobowości rodzinne: zrozumienie korzeni swojej osobowości kluczem do zrozumienia siebie i innych. Oficyna Wydawnicza "Logos".
- Ribner, N. G. (2005). Terapia nastolatków, tłum. O. Waśkiewicz. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

PROGRAM

3 rok

Zjazd 6

Praca z adolescentem

Zajęcia obejmują pojęcia takie jak:

- wprowadzenie teoretyczne w tematykę rozwoju w okresie nastoletnim;
- zagadnienia etyczne w pracy z osobą nastoletnią, kontrakt;
- mapa tematów osiowych w życiu adolescenta. Emocjonalność. Wartości. Kontekst rodzinny;
- fazy rozwoju psychospołecznego.

Literatura:

- Kazdin A, Weisz J., (Red.) (2006). Psychoterapia dzieci i młodzieży: metody oparte na dowodach, Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., & Mizerska, R. (Eds.). (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.

Zjazd 7

Seksualność w procesie terapeutycznym oraz w relacji psychoterapeutycznej

Zajęcia obejmują pojęcia takie jak:

- etapy rozwoju psychoseksualnego;
- 3 perspektywy patrzenia na seksualność w psychoterapii wg Stelli Resnick;
- Gestaltowski model pracy opierający się na podejściu relacyjnym i teorii pola;
- trudności związane z uwodzeniem i pożądaniem jako usztywnione wzorce relacyjne w relacji klient – terapeuta;
- kategorie trudności seksualnych wg ICD-10;
- Gestaltowska praca psychoterapeutyczna z klientem doświadczającym nadużyć seksualnych.

Literatura:

- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., & Mizerska, R. (Eds.). (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.
- Resnick, S. (2004). Somatic-experiential sex therapy: A body-centered Gestalt approach to sexual concerns. Gestalt Review, 8(1), 40-64.
- Spagnuolo Lobb, M. (2009). Is Oedipus still necessary in the therapeutic room? Sexuality and love as emerging at the contact-boundary in a situational field. Gestalt Review, 13(1), 47-61.

PROGRAM

3 rok

Zjazd 8

Przygotowanie do Egzaminu Końcowego

Teoretyczne i praktyczne zebranie wiedzy, umiejętności i doświadczeń z całego procesu szkolenia terapeuty Gestalt. Podsumowane zostaną wszelkie koncepty teoretyczne i narzędzia pomocne w praktyce terapii Gestalt, w formie dyskusji, zadawania sobie pytań, wymiany doświadczeń. Pojawia się propozycje literatury poszerzającej.

Tematyka zjazdu także daje możliwość skupienia się na zapotrzebowaniach i doświadczeniach gabinetowych uczestni-ków/czek. Autoanaliza mocniejszych i słabszych stron w przygotowaniu do praktyki terapeutycznej i praca w pełnym wymiarze czasowym sesji, pozwalają przygotować się do zbliżającego się egzaminu oraz uzyskać wartościowe informacje zwrotne od zaangażowanego i świadomego grona współuczestniczących i obserwujących.

Podsumowanie procesu szkoleniowego i zakończenie Szkoły.

Literatura:

- Peris, F., Hefferline, R. E., & Goodman, P. (1951). Gestalt Therapy Excitement and Growth in the Human and Personality.
- Francesetti, G., Gecele, M., Roubal, J., & Mizerska, R. (Eds.). (2018). Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej: od psychopatologii do estetyki kontaktu. Harmonia Universalis.
- Ginger, S., Drabik, W., & Zaleska-Stolzman, M. (2004). Gestalt-sztuka kontaktu. Wydaw. Jacek Santorski & Company.
- Pearls F. (2018). Terapia Gestalt, Wydaw. Naukowe PWN.
- Sills, C., Fish, S., & Lapworth, P. (1999). Pomoc psychologiczna w ujęciu Gestalt. Instytut Psychologii Zdrowia-Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Mellibruda, J. (2009). Teoria i praktyka terapii gestalt. Instytut Psychologii Zdrowia. Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Kodeks etyczny EAGT

Zjazd 9

Podsumowanie procesu szkoleniowego i zakończenie Szkoły



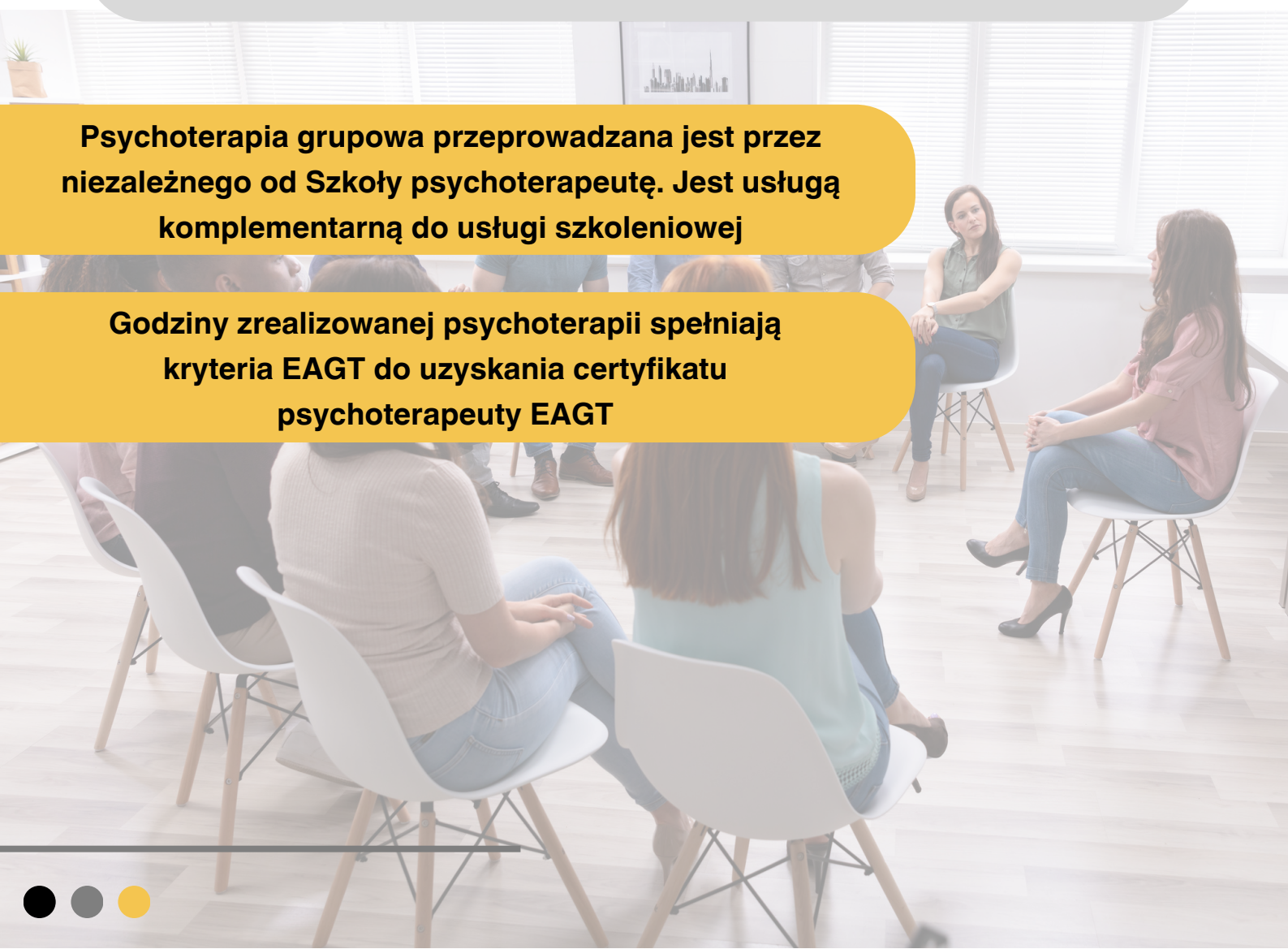
PSYCHOTERAPIA GRUPOWA

W okresie 3 lat szkolenia, na każdym etapie (zjeździe) realizowana jest psychoterapia grupowa.

Jest to doświadczenie grupowe, możliwe dzięki relacyjności, która zradza się w całym procesie szkoleniowym.


Psychoterapia grupowa obejmuje dwa obszary:

- obszar figury – to, co tu i teraz pomiędzy Ja-Ty, w relacji Ja- Grupa
- obszar tła- to, co każdy z uczestników grupy wnosi z własnego osobistego tła (historycznie) a co uruchamia się w związku z pracą w grupie.



Psychoterapia grupowa przeprowadzana jest przez niezależnego od Szkoły psychoterapeutę. Jest usługą komplementarną do usługi szkoleniowej

Godziny zrealizowanej psychoterapii spełniają kryteria EAGT do uzyskania certyfikatu psychoterapeuty EAGT



CERTYFIKAT ^{wg}

EAGT

600h

teorii i metodologii

u nas dostajesz ich 780h

(licząc z godzinami Roku Rozwojowego)

200h

psychoterapii grupowej

**50h w ramach szkolenia
na Roku Rozwojowym**

**150h na II Etapie Szkoły,
w ramach usługi
komplementarnej do usługi
szkoleniowej**

50h

psychoterapii indywidualnej

(z terapeutą Gestalt, który jest w stałej superwizji i posiada certyfikat EAGT lub PTPG)

400h

stażu klinicznego

wymagana jest praca terapeutyczna z klientem indywidualnym (np. w gabinecie). Szkoła zachęca także studentów do odbycia stażu w placówce klinicznej. Co ważne: Staż kliniczny student może rozpocząć w momencie, kiedy superwizor wyrazi na to zgodę (czyli nie wcześniej niż od Roku 1), jak również w momencie kiedy sam wyrazi na to gotowość. Zgoda dotycząca uczestniczenia w stażu jak również miejsca odbywania stażu musi być wydana na piśmie. Student otrzyma gotowe wzory zgód drogą mailową.

150h

superwizji

**195h superwizji grupowej
w ramach szkolenia**

50h

free-choice: warsztaty i szkolenia w konwencji Gestalt

w ofercie Szkoły

Osoby nieposiadające wykształcenia psychologicznego lub pedagogicznego również mogą uczestniczyć w szkoleniu, jednak będą zobowiązane uzupełnić wiedzę z trzech przedmiotów psychologicznych (psychologia rozwojowa, psychopatologia, teorie osobowości) podczas drugiego etapu szkoły.

CERTYFIKAT ^{wg}

EAGT

- Po ukończeniu Szkoły Gestalt studenci mają możliwość ubiegania się o certyfikat EAGT – Europejskiego Stowarzyszenia Psychoterapii Gestalt.
- The European Certificate of Gestalt Psychotherapy jest dokumentem potwierdzającym ukończenie podyplomowego szkolenia zgodnego ze standardami EAGT (European Association of Gestalt Therapy).
- The European Certificate of Gestalt Psychotherapy jest również formą potwierdzenia przez EAGT kompetencji psychoterapeuty Gestalt.
- Nazwiska psychoterapeutów posiadających ww. certyfikat widnieją na oficjalnej liście terapeutów EAGT.

[tutaj](#)

- Aby uzyskać certyfikat EAGT po spełnieniu wszystkich wymogów wymienionych w przewodniku na stronach 4-10. Przewodnik znajdziesz

[tutaj](#)

- Należy wypełnić formularz zgłoszeniowy dostępny

[tutaj](#)

- wysłać go wraz z zaświadczeniem ze Szkoły i zaświadczeniami o odbyciu dodatkowych zajęć wymaganych przez EAGT, na adres biura EAGT w Norwegii lub drogą mailową:

Wilma Trip (kierownik biura)
Skulebakken 22
3760 Neslandsvatn
Norwegia
Tel: +47 958 39 146
E-mail: info@eagt.org
E-mail 2: wilma.trip@eagt.org

- The European Certificate of Gestalt Psychotherapy wydawany przez EAGT jest ważny przez 5 lat i ma charakter odnawialny.
- Podstawą do odnowienia ważności certyfikatu jest członkostwo w EAGT oraz udokumentowane uczestnictwo w superwizji, udział w seminariach, warsztatach i innych formach kształcenia ustawicznego (co najmniej 50 godzin dodatkowego kształcenia w ciągu 5 lat).
- Więcej informacji o certyfikacie EAGT można uzyskać na stronie

[tutaj](#)

KOMUNIKACJA

Sekretariat:

Czynny:
poniedziałek - piątek
w godzinach 10:00 - 16:00

Odpowiadamy na wszystkie pytania i wątpliwości tak szybko jak jest to możliwe.

Mail i telefon:

✉ repcja@szkolagestalt.pl

☎ 884 921 921

Facebook:

[Link do
strony
warsztatów](#)

[Link do
strony Szkoły](#)

Użyteczne linki:

[Strona
Szkoły](#)

[Polityka
Prywatności](#)

[Regulamin
Szkoły](#)

[E-Dziekanat](#)

[EAGT](#)

[Ustawa o
zawodzie
psychoterapeuty](#)

