

UČNI NAČRT SPECIALISTIČNEGA PRISTOPA GEŠTALT PSIHOTERAPIJE na SFU Ljubljana (2019/20)

Cilj izobraževanja iz geštalt terapije je, da udeleženec postane profesionalen, avtonomen in odgovoren psihoterapevt, z razvitimi splošnimi in specifičnimi kompetencami, ki zagotavljajo kvalitativne standarde in so značilne za geštalt pristop in so v skladu z zahtevami EAGT in EAP.

Te zajemajo kompetence:

- **Vzpostavljanje psihoterapevtskega odnosa:**
Terapevt je sposoben osredotočenja na vzpostavljanje kontakta, ohranjanja prisotnosti in zavedanje kontaktnih meja. Uporablja fenomenološko metodo in dialog ter ostaja usmerjen na proces, z zavedanjem in upoštevanjem načel teorije polja.
- **Raziskovanje** klientove situacije, ki vsebuje oceno, diagnozo, konceptualizacijo.
- **Dogovor** o ciljih terapije, ki pomeni razvijanje cilja, načrta in načrtovanje terapevtskih strategij.
- **Uporaba različnih intervencij**, predvsem eksperimenta in načrtovanja novih izkušenj.
- **Obvladovanje sprememb, krize in delo s travmo:** prepoznavanja krize, poznavanje ključnih intervencij, iskanje sposobnosti podpore v klientu in njegovem okolju, po potrebi presoditi nujno drugo obliko pomoči.
- **Zaključevanje in evalvacija** ob koncu terapevtskega procesa, ki je poseben del procesa.
- **Sodelovanje z drugimi strokovnjaki**, kar se nanaša na poznavanje DSM IV in razvojnih teorij in sposobnost izmenjave različnih stališč in pogledov z drugimi strokovnjaki v korist klientov.

- **Uporaba supervizije, intervizije in kritične evalvacije**, ki kaže na sposobnost zavedanja, refleksije, kritičnega mišljenja in fenomenološkega učenja.
- **Etika in občutljivost za medkulturne razlike, spolno diskriminacijo, medgeneracijske razlike**, kar terapevti upoštevajo pri svojem delu in se zavedajo razlik, ki lahko vplivajo na njihovo delo s klienti.
- **Management in vodenje administracije**, poznavanje načinov shranjevanja zaupnih dokumentov, povezanih z njihovim delom.
- **Raziskave v geštalt terapiji**, ki se nanašajo na raziskovanje kvalitete zavedanja, pozornosti, integritete izkušnje ipd. kar so fenomeni, ki zahtevajo znanje procesnih metod raziskovanja in posebnih oblik obdelave ter interpretacije podatkov, zbranih od klientov in psihoterapevtov.

Temeljni tematski sklopi:

1. Zgodovina in korenine geštalt terapije
2. Teorija geštalt terapije
3. Človeški organizem in okolje
4. Tehnike v geštalt terapiji
5. Diagnostika
6. Različni klinični pristopi
7. Področja in strategije uporabe geštalt terapije
8. Geštalt terapevt v terapevtskem odnosu
9. Etična načela in njihova aplikacija
10. Človekove pravice in multikulturalnost
11. Raziskovanje v geštalt pristopu

Oblike poučevanja in učenja:

Posredovanje teorije in diskusije na delavnicah.

Izkustveno učenje v manjših skupinah na izkustvenih delavnicah.

Supervizirano psihoterapevtsko delo v trojkah v okviru izkustvenih izobraževalnih delavnic.

Skupinski proces.

Supervizija v živo.

Individualni študij literature.

Intervizijske skupine.

Supervizirano delo s klienti.

Osebna izkušnja-učna terapija.

Udeleženci izobraževanja iz geštalt terapije morajo opraviti:

1. Teorija in metodologija (predavanja, seminarji, vaje): 752 ur
2. Intervizijske skupine: skupaj najmanj 120
3. Supervizija (individualna, skupinska): najmanj 150 ur
4. Osebna izkušnja/učna terapija: najmanj 250 ur (od tega je priznanih 80 ur v štirih vikendih osebne izkušnje). Poleg tega je potrebno opraviti še 130 ur individualne osebne učne izkušnje, od tega je lahko 30 ur pri učnem terapevtu v sorodnih pristopih: integrativna, psihodrama.)
5. Delavnice in seminarji iz gestalt pristopa: najmanj 50 ur.
6. Supervizirana psihoterapevtska praksa dela s klienti: najmanj 630 ur

Predmetnik:

Prvi letnik

1.	Izkustvena delavnica/Teorija: Zavedanje, kontakt	3 dni- 24 ur
2.	Delavnica skupinske osebne izkušnje	3 dni- 20 ur
3.	Izkustvena delavnica/Teorija: Fenomenologija, kontaktne meje	3 dni- 24 ur
4.	Delavnica skupinske osebne izkušnje	3 dni- 20 ur
5.	Izkustvena delavnica/Teorija: Cikel izkustva in samoregulacija	3 dni- 24 ur
6.	Delavnica skupinske osebne izkušnje	3 dni- 20 ur
7.	Izkustvena delavnica/Teorija: Projekcija in retrofleksija	3 dni- 24 ur
8.	Delavnica skupinske osebne izkušnje	3 dni- 20 ur
9.	Bivalna delavnica/Teorija Eksperimenti v geštaltu in feedback	4 dni- 32 ur

Skupaj 188 ur

Drugi letnik

1.	Izkustvena delavnica- dialog v terapevtskem odnosu	3 dni- 24 ur
2.	Delavnica skupinske osebne izkušnje	3 dni- 20 ur
3.	Delo s telesom	3 dni- 24 ur
4.	Terapevtski proces	3 dni- 24 ur
5.	Teorija selfa	3 dni- 24 ur
6.	Asimilacija, integracija, konceptualizacija	3 dni- 24 ur
7.	Kreativni mediji v geštalt terapiji	3 dni- 24 ur
8.	Delo s sanjami	3 dni- 24 ur
9.	Bivalna delavnica-pregled teorije in kreativnost, čuječnost/feedback	4 dni- 32 ur

Skupaj 220

Tretji letnik

1.	Transfer in kontratransfer	3 dni- 24 ur
2.	Dialog	3 dni- 24 ur
3.	Delo z otroki in mladostniki	3 dni- 24 ur
4.	Etični kodeks in etične dileme	3 dni- 24 ur
5.	Delo s skupinami	3 dni- 24 ur
6.	Geštalt diagnostika in DSM IV	3 dni- 24 ur
8.	Krizna intervencija in travma	3 dni- 24 ur
9.	Bivalna delavnica- teorija in delo s telesom	4 dni- 32 ur

Skupaj 224 ur

Četrty letnik

1.	Seksualnost in spol	3 dni- 24 ur
2.	Delo s pari	3 dni- 24 ur
3.	Delo s klienti s posameznimi osebnostnimi motnjami	3 dni- 24 ur
4.	Razvojne teorije in geštalt terapija	3 dni- 24 ur
5.	Geštalt v organizaciji	3 dni- 24 ur
6.	Raziskovanje v geštalt terapiji	3 dni- 24 ur
7.	Bivalna delavnica- razvoj profesionalne identitete in zaključni feedback	4 dni - 32 ur

Skupaj 176 ur

PRVI LETNIK

Cilji:

V ospredju je spoznavanje s temeljnimi pojmi geštalt terapije skozi **osebno izkušnjo**, usmerjeno v osebno rast, tako da udeleženci razvijejo sposobnost samozavedanja in samorefleksije, dobijo uvid v lastno psihodinamiko, prepoznajo fenomene na kontaktni meji itd. Razvijejo kapaciteto za empatijo, spontanost, fleksibilnost, kontakt in dialog, dojetanje sebe in drugih.

Vsebine:

Izkustveno učenje je teoretsko podkrepjeno, specifične teme vključujejo tudi filozofsko ozadje geštalt terapije, geštalt psihologijo, antropološke predpostavke, koncept bolezni in zdravja v geštalt terapiji, orodja ter tehnike v geštalt terapiji.

Temeljna teoretska izhodišča geštalt terapije, kot so: kreativna prilagoditev, lik-ozadje, tukaj in zdaj, Self kot proces, Self: koncept id, ego in osebnost, holizem, kontinuum zavedanja, kontaktna meja, cikel izkustva, fenomeni na kontaktni meji: introjeksijska, retrofleksijska, projekcijska, konfluencijska, nezaključeni geštalti: Ziegernikov efekt, samoregulacija, razvijanje eksperimentov.

Pričakovano znanje in sposobnost:

Po prvem letniku od udeležencev pričakujemo, da izkazujejo osnovno znanje, razumevanje in uporabo temeljnih pojmov geštalt teorije (lik in ozadje, kontakt, zavedanje, polje, kontaktna meja, fenomeni na kontaktni meji, eksperiment) ter temeljne pojme s področja eksistencializma in fenomenologije.

Sposobni so razlikovati med procesom in vsebino.

Povratna informacija ob zaključku prvega letnika vsebuje samoevalvacijo, evalvacijo članov skupine za vsakega posameznika in povratno informacijo trenerjev. Vsak udeleženec izobraževanja pošlje teden dni pred zadnjo delavnico vsakemu od udeležencev evalvacijo. Vprašanja za evalvacijo so predhodno predstavljena.

Obveznosti udeležencev izobraževanja v prvem letu:

- Prisotnost na vseh delavnicah oz. da v primeru odsotnosti pokažejo obvladovanje obravnavane teme.
- Po vsaki delavnici napišejo samorefleksijo v obsegu od 1200 do 1500 besed.
- Napišejo dva eseja, v katerih pokažejo razumevanje teorije v povezavi s konkretno izkušnjo v učni terapiji, problematizirajo obravnavane pojme in vključujejo različne poglede (različnih avtorjev) na obravnavano temo. Pri tem upoštevajo strukturiranost

eseja, upoštevajo akademske standarde citiranja. Esej v obsegu od 1800 do 2000 besed.

- V intervizijski skupini pripravijo predstavitev literature na izbrano temo in predstavijo skupini.
- Vodenje skupine.
- Redna učna terapija oz. osebna izkušnja.
- Sestajanje intervizijske skupine enkrat mesečno po 3 ure. Skupina pripravi poročilo.
- Individualni študij literature.

DRUGI LETNIK

Cilji:

Poglobljanje in razumevanje temeljnih pojmov za uvajanje za delo s klienti, razvijanje kompetence prepoznavanja prekinjanja kontakta (terapevtovega in klientovega), zavedanje in vzpostavljanje kontakta.

Vsebine:

Terapevtski setting in kontekst, raziskovanje pričakovanj in vzpostavljanje terapevtskega dogovora, procesna diagnostika, ocena, raziskovanje klientovega polja oz. situacije, terapevtski prostor kot sedanja situacija, organiziranost polja, raziskovanje klientove podpore, osredotočanje na izkušnjo, skrb in kreativna indiferentnost, estetski kriterij, polarnosti, teorija polja, paradoksalna teorija spremembe, fenomenologija v geštalt terapiji, kokreacija, horizontalizem, intencionalnost, intersubjektivnost, delo s sanjami in metaforami, dialog.

Pričakovano znanje in sposobnost:

- Udeleženci pokažejo poglobljeno znanje, razumevanje in uporabljajo temeljne pojme geštalt terapije: lik-ozadje, fenomeni na kontaktni meji, fenomenološko metodo, terapevtska zveza, kontakt, zavedanje, polje, kontaktna meja, eksperiment
- Teoretično in klinično kompetentnost pri delu s telesom.
- Vpogled, razumevanje in sposobnosti povezane s temeljnimi pojmi geštaltistične diagnostike v smislu klinične fenomenologije.
- Sposobnost uporabe supervizije.

Obveznosti udeležencev izobraževanja v drugem letu:

- Prisotnost na vseh delavnicah.
- Vodenje skupine.
- Po vsaki delavnici napišejo samorefleksijo v obsegu od 1200 do 1500 besed.
- Napišejo dva eseja, v katerih pokažejo razumevanje teorije v povezavi s konkretno izkušnjo v učni terapiji, problematizirajo obravnavane pojme in vključujejo različne

pogleda (različnih avtorjev) na obravnavano temo. Pri tem upoštevajo strukturiranost eseja, upoštevajo akademske standarde citiranja. Esej v obsegu od 1800 do 2000 besed.

- Redna učna terapija oz. osebna izkušnja.
- Sestajanje intervizijske skupine enkrat mesečno po 3 ure.
- Individualni študij literature.
- Supervizirano delo v psihosocialni ambulanti s soudeleženci izobraževanja.

Po drugem letniku udeleženci izobraževanja pridobijo dovoljenje za začetek dela s klienti v skladu s pravili SFU za začetek dela s klienti.

Kriteriji za začetek dela s klienti:

- Kapaciteta za razlikovanje med dojetjem sebe in drugih.
- Sposobnost zaznavanja projekcije in zmožnost primerne feedbacka oz. povratne informacije.
- Sposobnost različnega dojetja interakcij v skupini in aplikacija le-tega znotraj skupine.
- Sposobnost na gestaltistični terapevtski način spoprijeti se s problemi in konflikti znotraj skupine.
- Zmožnost ne prekinjati terapevtskega dela z drugimi z lastnimi problemi.
- Pomemben razvoj lastnega terapevtskega odnosa.
- Sposobnost izvajanja gestalt terapevtskega dela v skladu s stopnjo svoje usposobljenosti s soudeleženci v skupini.

TRETJI LETNIK

Cilji:

Nadgraditi in poglobiti znanje in razumevanje ter uporabo temeljnih pojmov gestalt terapije.

Uporabiti gestalt terapijo na različnih področjih: delo s skupino, delo s pari, delo z otroki in mladostniki.

Poglobiti znanje diagnosticiranja za delo s klienti.

Razvijati ostale kompetence za psihoterapevtsko delo.

Vsebine:

Transfer in kontratransfer, etika in vrednote, meje terapije, ocena tveganja, delo z razlikami, terapevtova podpora, uporaba supervizije, posebnosti dela z otroki in mladostniki, s pari in skupinami.

Pričakovano znanje in sposobnost:

- Znanje, razumevanje in uporaba novih pojmov v kontekstu geštalt terapije.
- Razumevanje in uporaba teorije selfa.
- Razumevanje in evalvacija kompatibilnih razvojnih teorij.
- Konceptualizacija skupinske dinamike ter jo ustrezno voditi.
- Delo s specifičnimi temami: sram, krivda itd.
- Razumevanje dela s skupinami, delo s pari in delo z otroki in mladostniki.
- Orisati proces, smer in napredek v psihoterapevtskem procesu
- Znanje, razumevanje in uporabo procesne diagnostike in diagnostičnih kategorij kot je DSM IV in sposobnost primerjave z procesno diagnostiko.
- Uporaba supervizije pri delu s klienti.
- Reflektirati določeno terapevtsko temo v daljšem časovnem obdobju.
- Poglobljeno razumeti, uporabiti in pojasniti teoretske pojme geštalt terapije in konceptualizirati praktično terapevtsko delo in ga povezovati z relevantno teorijo.
- Integracija profesionalnih in etičnih načel v klinično prakso.

Obveznosti udeležencev izobraževanja v tretjem letu:

- Prisotnost na vseh delavnicah oz. da v primeru odsotnosti pokažejo obvladovanje obravnavane teme.
- Vodenje skupine.
- Po vsaki delavnici napišejo samorefleksijo v obsegu od 1200 do 1500 besed.
- Napišejo dva eseja, v katerih pokažejo razumevanje teorije v povezavi s konkretno izkušnjo iz svoje terapevtske prakse s klientom, problematizirajo obravnavane pojme in vključujejo različne poglede (različnih avtorjev) na obravnavano temo in prikažejo, kako so uporabili supervizijo. Pri tem upoštevajo strukturiranost eseja, upoštevajo akademske standarde citiranja. Esej v obsegu od 1800 do 2000 besed.
- Supervizija obvezna na vsake 4 ure dela s klientom.
- Redna učna terapija oz. osebna izkušnja.
- Sestajanje intervizijske skupine enkrat mesečno po 3 ure.
- Individualni študij literature.

ČETRTI LETNIK

Cilji:

Cilj četrtega letnika je poglobljanje poznavanja, razumevanja in samostojnejšega vodenja terapevtskega procesa.

Vsebine:

Posebnosti dela s različnimi osebnostnimi motnjami (nevroza, psihoza, narcisizem, borderline, zasvojenosti), poglobitev temeljnih konceptov geštalt terapije in teorije in njihova uporaba v praktičnem delu v organizaciji, seksualnost in spol, duhovnost v terapiji in oblikovanje profesionalne identitete in lastnega sloga, avtentičnost.

Pričakovano znanje in sposobnost:

Udeleženec izobraževanja je sposoben:

- uporabiti geštalt teorijo in metodologijo pri delu s psihozo, nevrozo, zasvojenostjo, narcisizmom
- sposobnost dela s vprašanji spolnosti, spola
- sposobnost dela s vprašanji duhovne, eksistencialne narave
- uporabiti koncept paradoksalne teorije spremembe,
- kompetentno uporabiti koncept teorije polja,
- se zavedati pomembnosti konceptov self funkcij,
- ustvarjati dialoški odnos in kompetentno uporabljati fenomenološko metodo,
- opazovati in vključevati telesni proces,
- kritično reflektirati psihoterapevtski proces in napredek,
- razvijati profesionalno identiteto in svoj terapevtski stil,
- zasnovati etično in strokovno utemeljeno raziskavo terapevtskega dela,
- poznajo specifično raziskovalno metodologijo,
- predstaviti svojo raziskavo.

Sposoben je tudi jasno izraziti svojo potrebo v superviziji, se samorazkriti, se zavedati svojih občutkov v procesu, še posebno sramu. Sposoben je dialoga na ne-hieraričen način in fenomenološkega učenja.

Obveznosti udeležencev izobraževanja v četrtem letu:

- Prisotnost na vseh delavnicah oz. da v primeru odsotnosti pokažejo obvladovanje obravnavane teme.
- Po vsaki delavnici napišejo samorefleksijo v obsegu od 1200 do 1500 besed.
- Pisni izdelek: napišejo transkript dela terapije s komentarjem, s katerim demonstrirajo sposobnost reflektiranja lastnega terapevtskega dela, sposobnost konceptualiziranja prakse in njenega povezovanja z relevantno teorijo. V obsegu 1800 do 2000 besed.
- Supervizija obvezna na vsake 4 ure dela s klientom.

- Redna učna terapija oz. osebna izkušnja.
- Sestajanje intervizijske skupine enkrat mesečno po 3 ure.
- Individualni študij literature.

Supervizirana psihoterapevtska praksa

Udeleženci izobraževanja iz geštalt terapije morajo opraviti tudi supervizirano klinično prakso v obsegu 630 ur dela s klienti. Navodila o izvedbi psihoterapevtske prakse na SFU so predstavljena v Pravilniku za študijske prakse (psihosocialne, psihiatrične in psihoterapevtske prakse).

Udeleženci izobraževanja opravijo tudi prakso v učni bazi, v skladu s prej omenjenim pravilnikom.

Študijski dosežki (oz učni rezultati) ob zaključku specialističnega študija:

Izobraževanje je zasnovano tako, da edukantu omogoči pridobitev kompetentnosti za izvajanje geštalt terapije. Na splošni ravni so od kandidatov pričakovani naslednji študijski dosežki:

2.1 Na splošni ravni:

- integrirano razumevanje geštalt terapije, povezovanje teorije in prakse,
- psihoterapevtske sposobnosti,
- zmožnosti reflektiranja svoje prakse,
- zmožnosti integriranja osebnega samozavedanja in uporabe tega v praksi in superviziji,
- zmožnosti kritične evalvacije teoretskih osnov in prakse GT ter drugih psihoterapevtskih pristopov,
- zavedanje o ugotovitvah raziskav.

2.2. Specifično:

Od kandidatov se pričakuje, da bodo zmožni:

- detajlno obravnavati teoretske temelje GT (geštalt psihologija, teorija polja, eksistencializem, fenomenologija, paradoksalna teorija sprememb, dialoški pristop) in demonstrirati kompetentnost njihove aplikacije na klinično prakso,
- pokazati zavedanje o drugih psihoterapevtskih pristopih in odnos do GT,
- detajlno obravnavati teorijo kontakta v kontekstu teorije polja in dialoga ter demonstrirati zmožnost ohranjanja kontakta s seboj in z drugimi v različnih situacijah,
- obravnavati in kritično evalvirati geštalt teorijo 'selfa',
- obravnavati in kritično evalvirati kompatibilne razvojne teorije,

- demonstrirati vednost in kompetentnost v: začetni in sprotni oceni klienta in kliničnega dela v odnosu do svojih zmožnosti in omejitev, oblike ponujene terapije, prevladujočih okoliščin in zmožnosti GT pristopa,
- razvijati terapevtsko zvezo,
- identificirati proces transferja in kontratransferja in delati s tem v terapevtskem odnosu,
- vzdrževati terapevtski odnos, ko se pojavijo problemi kot konflikti, problemi meja itn,
- izpeljati proces zaključevanja terapije oziroma terapevtskega odnosa,
- orisati proces, smer in napredek v psihoterapiji:
 - a) prepoznanje in identifikacija celotne oblike kot tudi vzorcev in spontanih tem,
 - b) prepoznanje fokusov sprememb, narave procesa spremembe, vzorcev odpora za spremembe in njihov pomen,
 - c) razumevanje kulturnih, rasnih, starostnih, seksualnih orientacij ter razrednih in spolnih dinamik znotraj psihoterapevtskega odnosa,
 - d) razumevanje različnih razpoložljivih terapevtskih oblik (posamične, skupinske, partnerske, družinske, kratke, dolge),
 - e) zavedanje o terapevtskih izbirah v kontekstu izbrane terapevtske oblike.
- demonstrirati teoretično in klinično kompetentnost pri delu s telesom, vključujoč
 - a) zavedanje klientovega in svojega senzornega, fizičnega, fiziološkega in afektivnega izkustva,
 - b) zavedanje spolnosti in vpliva na terapevtski odnos,
 - c) vednost in sposobnosti uporabe dotika v psihoterapevtskem odnosu.
- Demonstrirati vednost, sposobnost in kreativnost pri uporabi eksperimenta v psihoterapiji.
- Demonstrirati razumevanje:
 - a) pojmov kreativne prilagoditve in stilov kontaktiranja v GT,
 - b) oblike diagnoze in psihopatologije v GT,
 - c) drugih diagnostičnih kategorij, kot so opredeljene v MKB in DSM,
 - d) implikacij dela s klienti s specifičnimi težavami in motnjami.
- Demonstrirati integracijo strokovnih in etičnih načel v svojo klinično prakso:
 - a) uporabljati refleksijo, razpravo in supervizijo za oceno in poročanje o svojem delu in delu drugih s klienti,
 - b) vključiti se v profesionalno komunikacijo z drugimi zaupno, spoštljivo in kooperativno,
 - c) pokazati zavedanje problemov meja vključujoč zaupnost v specifičnih okoliščinah,
 - d) pokazati temeljno zavedanje pravnih vprašanj v zvezi s psihoterapijo.
- Razumeti GT pristop k skupinski dinamiki in odnos do drugih pristopov v kontekstu dela s skupinami in organizacijami.
- Demonstrirati zavedanje o ugotovitvah raziskav
(povzeto po: *GPTI Outcomes*, 2002)

Postopek za pristop k in opravljanje zaključnega specialističnega izpita iz geštalt terapije je opisan v Navodilih za zaključek specialističnega študija na SFU Ljubljana.