

## Оригинальная статья/Original article

УДК 159.9

**Психологическое сопровождение зависимых на этапе ресоциализации с использованием подходов и методов гештальт-терапии****А.А. Озеров<sup>1</sup>, Т.Ю. Копылова<sup>2</sup>** ✉<sup>1</sup>Центр психологической реабилитации

ул. Островского, д. 38, пом. 7, г. Апрелевка 143360, Московская область, Российская Федерация

<sup>2</sup>Юго-Западный государственный университет

ул. 50 лет Октября, 94, г. Курск 305040, Российская Федерация

✉ e-mail: asd-swsu@mail.ru

**Резюме**

В статье представлена авторская программа психологического сопровождения зависимых на этапе их ресоциализации, основанная на активном использовании подходов и методов гештальт-терапии. Данная программа должна способствовать возвращению лиц, ранее употреблявших ПАВ, к социальным связям и функциям, которые были частично или полностью разрушены (семья, работа, профессия, навыки здоровой саморегуляции и нормального общения с окружающими). Представленная программа была апробирована на базе реабилитационного центра «Вершина - Орел».

В статье изложены показания и противопоказания к гештальт-терапии с точки зрения ее использования в процессе ресоциализации зависимых. По мнению авторов, использование гештальт-терапии целесообразно тогда, когда аддикты способны критически относиться к своему поведению, осознают наличие зависимости и готовы взять на себя ответственность за работу по самоизменению.

В статье рассматриваются некоторые организационные аспекты программы психологического сопровождения зависимых, основные этапы реализации программы и их содержание. Предложены темы групповых занятий (психологических часов) с аддиктами. Авторы указывают основные задачи гештальт-терапии зависимых, возможные запросы пациентов для индивидуальной работы, рассматривают специфику применения основных положений и психотехник гештальт-терапии в контексте ресоциализации зависимых. Предложен комплекс психодиагностических методик, с помощью которых можно изучить эффективность и особенности ресоциализации аддиктов.

Успешность ресоциализации зависимых в результате осуществления авторской программы их психологического сопровождения исследовалась по целому ряду показателей проявления таких обобщенных параметров ресоциализации, как ценностные и смыслосложившиеся ориентации, особенности самооценки, самооценки и уровня притязаний, агрессивности в поведении и отношениях. Повторное исследование изучаемых показателей ресоциализации зависимых после реализации программы сопровождения выявило положительную, статистически значимую динамику практически по всем показателям ресоциализации по сравнению с результатами первичного исследования. Полученные данные продемонстрировали достаточно высокую эффективность представленной программы.

**Ключевые слова:** психологическое сопровождение; зависимые; химическая зависимость; ресоциализация; гештальт-терапия.

**Конфликт интересов:** Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

**Для цитирования:** Озеров А.А., Копылова Т.Ю. Психологическое сопровождение зависимых на этапе ресоциализации с использованием подходов и методов гештальт-терапии // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика. 2021. Т. 11, № 3. С. 206–217.

Статья поступила в редакцию 27.04.2021

Статья подписана в печать 29.06.2021

Статья опубликована 29.09.2021

© Озеров А.А., Копылова Т.Ю., 2021

Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика / Proceedings of the Southwest State University. Series: Linguistics and Pedagogics. 2021; 11(3): 206–217

## Psychological Support is Dependent on the Stage of Re-socialization of Using the Approaches and Techniques of Gestalt Therapy

Anton A. Ozerov<sup>1</sup>, Tatyana Y. Kopylova<sup>2</sup> ✉

<sup>1</sup>Center for Psychological Rehabilitation

143360, Moscow region, Naro-Fominsky district, Aprelevka city, Ostrovsky str., house 38, room 7

<sup>1</sup>Southwest State University

50 Let Oktyabrya str. 94, Kursk 305040, Russian Federation

✉ e-mail: asd-swsu@mail.ru

### Abstract

*The article presents the author's program of psychological support for addicts at the stage of their resocialization, based on the active use of approaches and methods of Gestalt therapy. This program should facilitate the return of people who have previously used surfactants to social ties and functions that have been partially or completely destroyed (family, work, profession, skills of healthy self-regulation and normal communication with others). The presented program was tested on the basis of the rehabilitation center «Vershina-Orel».*

*The article describes the indications and contraindications to Gestalt therapy in terms of its use in the process of resocialization of addicts. According to the authors, the use of Gestalt therapy is appropriate when addicts are able to be critical of their behavior, are aware of the existence of addiction and are ready to take responsibility for the work of self-change.*

*The article deals with some organizational aspects of the program of psychological support for addicts, the main stages of the program implementation and their content. The topics of group classes (psychological hours) with addicts are proposed.*

*The authors point out the main tasks of Gestalt therapy dependent, it is possible to patients' requests for individual work, consider the specifics of the application guidelines and psychotherapist Gestalt therapy in the context of re-socialization dependent. A set of psychodiagnostic techniques is proposed, which can be used to study the effectiveness and features of the resocialization of addicts.*

*The success of the re-socialization dependent as a result of implementation of the author's program of psychological support were investigated on a number of indicators of such generalized parameters of re-socialization as values and life orientations, characteristics of self-esteem and level of claims, aggressive behavior, and relationships. A repeated study of the studied indicators of re-socialization of addicts after the implementation of the support program revealed a positive, statistically significant dynamics in almost all indicators of re-socialization compared to the results of the initial study. The obtained data demonstrated a sufficiently high efficiency of the presented program.*

**Keywords:** *psychological support; addicts; chemical dependence; resocialization; Gestalt therapy.*

**Conflict of interest:** *The Authors declare the absence of obvious and potential conflicts of interest related to the publication of this article.*

**For citation:** Ozerov A.A., Kopylova T.Y. Psychological Support is Dependent on the Stage of Re-socialization of Using the Approaches and Techniques of Gestalt Therapy. *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Lingvistika i pedagogika = Proceedings of the Southwest State University. Series: Linguistics and Pedagogics.* 2021, 11(3): 206–217 (In Russ.).

Received 27.04.2021

Accepted 29.06.2021

Published 29.09.2021

\*\*\*

### Введение

Одной из насущных проблем современной России является проблема ресоциализации зависимых, употребляющих психоактивные вещества. Глубокие изменения в экономической и социальной сферах, которые происходят в стране на протяжении последних десятилетий, вызывают переживание жизненной неустойчивости, неуверенности у большого ко-

личества россиян. Социальные и финансовые трудности, отсутствие работы и низкая зарплата, неудовлетворенность своей жизнью становятся факторами, способствующими распространению наркомании, которая обеспечивает уход от реальных сложностей и изменение психологического состояния [1; 2]. Число граждан, имеющих опыт использования наркотиков, составляет в нашей стране более 8 млн. человек, и эта цифра посте-

пенно увеличивается [3]. Около 2 миллионов российских граждан употребляют наркотические вещества постоянно или периодически, причем почти две трети из них являются людьми молодого возраста (16-30 лет). Согласно статистическим данным, от действия наркотических средств погибают до 70 тыс. человек ежегодно [4]. Последствия употребления психоактивных веществ хорошо известны – в качестве основных из них можно назвать ухудшение здоровья (как морально-психологического, так и физического), снижение трудоспособности, гражданской и личной ответственности, формирование склонности к девиантному поведению и совершению правонарушений [5; 6]. При этом, несмотря на предпринимаемые государством и обществом усилия по профилактике и противодействию распространению наркомании, наркотические практики приспособляются к изменяющимся условиям. В связи с этим чрезвычайно важно грамотное и системное решение проблемы лечения наркозависимости, которое невозможно без эффективной ресоциализации аддиктов.

Врачи, занимающиеся реабилитацией наркоманов, свидетельствуют о том, что срывы после проведенного лечения наступают примерно у 80% зависимых [7]. Решению проблемы должно помочь психологическое сопровождение аддиктов в процессе их ресоциализации, которое будет способствовать возвращению лиц, ранее употреблявших ПАВ, к социальным связям и функциям, которые ранее были частично или полностью разрушены (семья, работа, профессия, навыки здоровой саморегуляции и нормального общения с окружающими). Грамотное психологическое сопровождение молодых людей является одним из важных условий, обеспечивающих формирование регуляторных и коммуникативных навыков, социальной и гражданской активности [8; 9]. При этом стоит задача повышения качества и эффективности программ психологического сопровождения зависимых в период ресоциализации, которые используются в различных реабилитационных центрах.

В данной статье представлена авторская программа психологического сопровождения зависимых на этапе их ресоциализации, основанная на активном использовании подходов и методов гештальт-терапии. Указанная программа была апробирована на базе реабилитационного центра «Вершина - Орел», и показала свою достаточно высокую эффективность.

### Результаты и обсуждение

В основе авторской программы психологического сопровождения ресоциализации зависимых лежат принципы, методы и технологии гештальт-терапии. Гештальт-терапия является гуманистическим направлением в практической психологии и психотерапии, которое базируется на экспериментально-феноменологическом и экзистенциальном подходах, и использование методов которого будет способствовать активному развитию самосознания клиента [10].

С учетом показаний и противопоказаний к гештальт-терапии данный метод не рекомендуется использовать на этапе реабилитации зависимых, а также не рекомендуется применять его по отношению к людям, имеющим выраженные соматические заболевания и личностные изменения психопатологического характера. В то же время, гештальт-терапия представляется нам эффективной для ресоциализации аддиктов, когда восстановлено нормальное функционирование организма, и при этом человек способен критически относиться к своему поведению, осознает наличие зависимости от ПАВ и готов взять на себя ответственность по изменению себя. Важной задачей гештальт-терапевта при ресоциализации зависимых является помощь клиенту в осознании не только своих ограничений, но и своего потенциала [11].

Работа с вновь прибывшими участниками начинается с проведения первичной диагностики социально-психологических характеристик участника. По ее результатам проводится психологический консилиум. Результатом работы конси-

лиума является составление психологического портрета зависимого и определение плана индивидуального сопровождения, корректировка работы группы с учетом требований и вновь пробывшего участника или рекомендация к дальнейшей реабилитации в реабилитационном центре.

Важным элементом программы ресоциализации зависимых является работа с их родственниками. Для предотвращения срывов используется постепенный переход бывшего аддикта из безопасной среды реабилитационного центра в «большой мир». Постепенный переход предполагает физическую изоляцию от окружения и образа жизни, приведших к зависимости, на ранних этапах ресоциализации (1-2 месяца курса). Также полезно и перспективно информирование общественности о реальных результатах работы с наркозависимыми и формирование в социуме поддерживающего, понимающего отношения к наркозависимым, решившим прекратить употребление психоактивных веществ. На втором этапе (3-4 месяца) происходят личные встречи зависимых и их родственников, окружения в «закрытых» условиях. Для этих целей используется специализированное помещение. На третьем этапе (5-6 месяца) в поддержке установления позитивных связей наркозависимых с окружающим миром помогает разработка специальных программ совместного труда и конструктивного досуга, в которых также могли бы принимать участие как здоровые люди, так и наркозависимые в состоянии длительной устойчивой ремиссии. На всех этапах проводится «внеплановое» консультирование родственников и социального окружения зависимых при поступлении запроса от них.

Программа психологического сопровождения зависимых предполагает проведение 26 групповых занятий (психологический час) и минимум столько же индивидуальных с каждым участником (занятия консультативного и терапевтического характера, 1 час в неделю, численность данных занятий можно увеличивать в соответствии с необходимо-

стью). Консультации носят добровольный характер (по запросу зависимого) или обязательный (при наступлении внеплановых событий или запросе участников). Занятия проводятся примерно в течение 3-6 месяцев.

Темами психологических часов являются: 1) Наркотики: особенности воздействия на психику человека; 2) Мифы про химическую зависимость; 3) Концепция лечения химических зависимостей (алкоголизма, наркомании) с точки зрения психо-социального подхода; 4) Психологическая поддержка выздоровления от зависимости; 5) Проблема отказа от употребления ПАВ; 6) Срыв или предсрывное состояние; 7) Возникновение новых зависимостей; 8) Пути выздоровления от зависимостей; 9) Система поддержки выздоровления от химической зависимости; 10) Мотивация к здоровому образу жизни; 11) Ложь в выздоровлении от зависимости; 12) Одиночество как причина и результат зависимости человека; 13) Личностные расстройства в проблеме зависимости от ПАВ; 14) Цели и планирование как способ успешной ресоциализации; 15) Взаимосвязь тревожности и агрессивности. Приемы снижения тревожности и агрессивности; 16) Волевые качества и самоконтроль; 17) Приемы формирования адекватной самооценки зависимых; 18) Социальные последствия употребления ПАВ; 19) Эффект группы в выздоровлении от зависимости; 20) Созависимость: характеристики и практики преодоления; 21) Дисфункциональная семья как условие возникновения зависимого поведения; 22) Модель «здоровых» отношений в семье; 23) Границы и зоны ответственности: определение границ и разграничение зон ответственности; 24) Спорт в лечении зависимых; 25) Труд есть жизнь; 26) Склонности и подходящая профессиональная среда.

В качестве основных задач гештальт-терапии зависимых на этапе их ресоциализации выступают: обучение осознанию и адекватному выражению своих чувств, развитие способности к анализу своего состояния и возникающих проблем, формирование осознанного и внимательного отноше-

ния к своему телу и телесным ощущениям, развитие умения проживать свою жизнь «здесь и сейчас» [12; 13].

В качестве возможных запросов от пациентов для индивидуальной работы могут быть:

- выявление и анализ страхов (страх оценки, страх быть отверженным);
- разбор предубеждений (либо к отдельно заявленной личности или группе лиц, либо к какой-либо информации);
- анализ обид (по формату руководства 12-шаговой программы анонимных наркоманов);
- осознание и проработка механизмов защиты (отрицания) в какой-либо ситуации;
- работа с мнительностью и негативным мышлением;
- анализ «оговорок» в программе выздоровления пациента;
- разбор задания «границы», обсуждение постлечебного плана;

- анализ обмана и ситуаций, связанных с ним;
- выявление и проработка чувств вины и стыда перед родственниками и близкими для пациента людьми;
- работа с гиперконтролем;
- работа с перфекционизмом;
- работа с гиперчувствительностью;
- разбор задания «маски и роли»;
- анализ близких, средних и дальних целей пациента в различных сферах его жизни;
- проработка симптомов срыва (если таковые прослеживаются);
- расстановка приоритетов в выздоровлении пациента;
- разбор самоанализа и диагностика дня;
- разбор субличностей пациента.

В работе с зависимыми в период ресоциализации используются основные положения гештальт-терапии [14] (табл. 1).

**Таблица 1.** Варианты использования положений гештальт-терапии в ресоциализации зависимых

**Table 1.** Options for using the provisions of Gestalt therapy in the resocialization of addicts

№	Положения гештальт-терапии	Суть положения	Его реализация в работе с зависимыми
1	Человек - целостное социо-био-психологическое существо	Изменения в теле, его функционировании приводит к изменениям в психике. Целенаправленное изменение психики приведет к изменениям в теле	Воздействие ПАВ меняет человека. Изменив свое отношение к приему ПАВ, у человека не возникнет потребности к ним
2	Поле «организм - окружающая среда»	Человек сам выбирает с чем, с кем и как взаимодействовать	Человек может изменить свое отношение к тем или иным вещам. Человек может изменить круг своего общения: сменить на новых людей или повлиять и изменить людей, с которыми общаешься (волонтерство)
3	Человеческое поведение подчиняется принципу формирования и разрушения гештальтов	Потребность возникает и начинает привлекать доминирующее внимание: человек ищет то, что способно удовлетворить эту потребность. При удовлетворении потребности - гештальт завершается и разрушается	Если человек сменит потребность «принимаю ПАВ» на «принимал ПАВ», то гештальт завершится и потребность станет удовлетворенной и не возникнет снова. Возникновение новых и потребностей создает условия для личностного развития

Окончание табл. 1

Table 1 (ending)

№	Положения гештальт-терапии	Суть положения	Его реализация в работе с зависимыми
4	Контакт (граница контакта)	Стадии: предконтакт, контакт, финальный контакт и постконтакт. На стадии предконтакта возникает потребность, на стадии контакта организм выбирает из среды объект, который может удовлетворить потребность, во время финального контакта исчезает граница между объектом и субъектом. В постконтакте организм отделяется от среды, ассимилирует приобретенный опыт, и, таким образом, цикл контакта завершается.	Нельзя закрываться в себе. Постановка новых потребностей, позволяет человеку жить, развиваться и самосовершенствоваться.
5	Осознание	Если человек достигает ясного осознания внутренней и внешней реальности, то он сможет самостоятельно разрешить все свои проблемы.	Если человек признает себя зависимым, то он сможет самостоятельно избавиться от зависимости.
6	Здесь и теперь	Актуальное для человека всегда происходит в настоящем: важно только то, что происходит сейчас.	Если человек вчера не мог сказать «нет» ПАВ, это значит, что он может сказать «нет» ПАВ сегодня, а если человек этого не сделает, то ПАВ будут его преследовать в качестве незавершенного гештальта. Прием ПАВ – это опыт, который надо использовать «здесь и сейчас» (поскольку это негативный опыт, его не стоит повторять «здесь и сейчас»)
7	Ответственность	Принятие ответственности за свою жизнь, за собственный выбор служит ключевым моментом становления личности	«Всяк своего счастья кузнец». Если человек не сделает что-либо для себя, то никто не сможет это сделать для него.

Техники гештальт-терапии направлены, главным образом, на осознание своего «Я», которое обеспечивается с по-

мощью конкретных действий, а не только путем самонаблюдения [15]. При этом вариантов использования техник гешта-

льт-терапии столько же, сколько гештальт-терапевтов. Рассмотрим один из вариантов применения некоторых техник

гештальт-терапии в ресоциализации зависимых с помощью табл. 2.

**Таблица 2.** Реализация психотехник гештальт-терапии в процессе ресоциализации зависимых

**Table 2.** Implementation of psychotechnics of Gestalt therapy in the process of resocialization of addicts

№	Психотехники гештальт-терапии	Реализация психотехник в ресоциализации зависимых
1	«Пустой стул» («экспериментальный диалог», «диссоциированный диалог»)	Проработка внутренних конфликтов. Используется как психодрама между двумя полярными позициями зависимого. Диалог осуществляется самим зависимым
2	«Горячий стул»	«Горячий стул» - это место, на которое садится зависимый, с намерением рассказать о своей проблеме. При этом взаимодействие осуществляется только между ним и ведущим группы
3	«Идти по кругу»	Используется для активизации членов группы, для поощрения их к риску нового поведения и свободы самовыражения
4	«Наоборот» («перевертыш», «перестановки»)	Сыграть поведение, противоположное тому, которое ему не нравится
5	«Экспериментальное преувеличение»	Развитие процессов самоосознания путем гиперболизации телесных, вокальных и др. движений – это обычно интенсифицирует чувства, привязанные к тому или иному поведению (все громче и громче повторять фразу, выразительнее сделать жест и т.п.)
6	«Я несу за это ответственность»	Просьба выразить то или иное чувство или высказать суждение с обязательным добавлением: «...и я несу за это ответственность»
7	«Психодрама»	Драматическая деятельность (разыгрывание ролей). Фантазия с помощью символов отображает реальность в миниатюре, она может быть вербализована, записана или отыграна в различных формах
8	Смена контакта на отстраненность и обратно	Предоставляет возможность зависимому регулировать, дозировать воздействие группы или терапевта в соответствии со своими потребностями и способностями на данный момент времени (здесь и сейчас)
9	Концентрация (фокусированное осознание)	Осознавание внешнего мира (что я вижу, слышу), внутреннего мира (эмоции, телесные ощущения), а также мыслей. (Что я вижу, чувствую, думаю)
10	Техника челнока	Терапевт намеренно меняет уровни осознания, фигуру и фон в сознании клиента. Возможна смена не только из разных зон осознания, но и из прошлого в настоящее и наоборот
11	Диалог с частями тела	Для работы с частями личности. Наиболее часто используется на ранних этапах ресоциализации

Эффективность авторской программы психологического сопровождения зависимых на этапе ресоциализации осуществлялась с помощью психодиагностических методик: опросник «Ценностные ориентации» М. Рокича (показатели «здоровье», «счастливая семейная жизнь», «самоконтроль», «твердая воля»), тест «Смысложизненные ориентации» Д.А. Леонтьева, методика исследования самоотношения С. Р. Пантелеева, методика Дембо-Рубинштейн на исследование самооценки, методика изучения агрессивности А. Басса – А. Дарки, методика оценки агрессивности в отношениях А. Ассингера. В исследовании принимали участие 17 зависимых, проходивших реабилитацию на базе реабилитационного центра «Вершина - Орел».

Анализ результатов первичной диагностики показателей ресоциализации зависимых продемонстрировал, что практически все показатели социально-психологических характеристик участников не имели оптимального развития. Сравнительный статистический анализ результатов первичной и повторной диагностики характеристик ресоциализации зависимых показал значительное увеличение количества испытуемых, демонстрирующих оптимальные значения показателей ресоциализации после использования программы (данные представлены в табл. 3).

Анализ результатов первичной диагностики показателей ресоциализации зависимых продемонстрировал, что практически все показатели социально-психологических характеристик участников не имели оптимального развития. Сравнительный статистический анализ результатов первичной и повторной диагностики характеристик ресоциализации зависимых показал значительное увеличение количества испытуемых, демонстрирующих оптимальные значения показателей ресоциализации после использования программы (данные представлены в табл. 3).

**Таблица 3.** Результаты сравнительного статистического анализа показателей ресоциализации зависимых на этапах первичного и повторного исследования по критерию Фишера  $\phi^*$

**Table 3.** Results of a comparative statistical analysis of the indicators of re-socialization of addicts at the stages of primary and repeated research according to the Fisher criterion  $\phi^*$

№	Показатели	Критерий Фишера $\phi^*$
1	здоровье	3.665**
2	счастливая семейная жизнь	2.706**
3	самоконтроль	3.257**
4	твердая воля	1.408
5	цели в жизни	4.018**
6	процесс жизни	2.706**
7	результат жизни	2.146*
8	локус контроля — Я	3.292**
9	локус контроля — жизнь	3.773**
10	замкнутость	4.385**
11	самоуверенность	4.163**
12	саморуководство	3.685**
13	отраженное самоотношение	3.318**
14	самоценность	4.018**
15	самопринятие	3.773**
16	самопривязанность	2.571**
17	внутренняя конфликтность	4.163**
18	самообвинение	3.318**
19	уровень самооценки	3.405**
20	уровень личностных притязаний	3.053**
21	физическая агрессия	1.886*
22	вербальная агрессия	3.294**
23	косвенная агрессия	4.385**

Table 2 (ending)

№	Показатели	Критерий Фишера $\varphi^*$
24	негативизм	3.405**
25	раздражение	3.405**
26	подозрительность	2.367**
27	чувство вины	2.866**
28	агрессивность в отношениях	5.07**
Примечание: * - $p=0,05$ , ** - $p=0,01$		

На этапе повторного исследования практически по всем показателям ресоциализации зависимых обнаружены значимые и высокозначимые различия по сравнению с результатами первичного исследования. Полученные данные свидетельствуют о достаточно высокой эффективности авторской программы психологического сопровождения зависимых в период их ресоциализации.

### Выводы

Учитывая все вышесказанное, можно сделать следующие выводы.

Психологическое сопровождение зависимых в период ресоциализации должно способствовать их возвращению к социальным контактам и обязательствам, которые ранее были частично или полностью утрачены (семья, работа, профессия, навыки здоровой саморегуляции и нормального общения с окружающими). В то же время актуальной является задача повышения качества программ психологического сопровождения аддиктов в период ресоциализации, которые используются в различных реабилитационных центрах.

Повышению эффективности психологического сопровождения лиц, страдающих от химической зависимости, на этапе их ресоциализации будет способствовать использование подходов и методов гештальт-терапии, что доказывает апробация авторской программы сопро-

вождения на базе реабилитационного центра «Вершина - Орел».

Гештальт-терапия может использоваться при работе с лицами, способными критически относиться к своему поведению, осознавать наличие зависимости от ПАВ и готовыми взять на себя ответственность по изменению себя.

Программа психологического сопровождения с использованием методов гештальт-терапии предполагает проведение как коррекционных занятий с зависимыми (в индивидуальной или групповой форме), так и консультационных занятий с зависимыми, их родственниками и другими участниками ресоциализации и ближайшего окружения зависимых. Занятия реализуются в течение 3-6 месяцев.

Основные положения гештальт-терапии могут успешно применяться в контексте ресоциализации зависимых.

На этапе ресоциализации зависимых достаточно высокую эффективность продемонстрировали такие психотехники гештальт-терапии, как «пустой стул» («экспериментальный диалог»), «диссоциированный диалог»), «горячий стул», «идти по кругу», «наоборот» («перевертыш», «перестановки»), «экспериментальное преувеличение», «я несу за это ответственность», «психодрама», смена контакта на отстраненность и обратно, концентрация (фокусированное осознание), техника челнока, диалог с частями тела.

### Список литературы

1. Никитина Е.А., Кузнецова А.А., Тарасова Н.В. Исследование основных причин возникновения зависимостей среди студенческой молодежи // Теоретические и практические аспекты современной психологии образования. Курск, 2020. С. 48-75.
2. Бондырева С.К., Колесов Д.В. Наркотизм. М.: Изд-во МПСИ: Воронеж: МОДЭК, 2006. 430 с.
3. Доклад о наркоситуации в Российской Федерации в 2019 году. URL: [https://sparta74.rf/upload/iblock/0b5/Doklad\\_GAK\\_2019\\_KMM.pdf](https://sparta74.rf/upload/iblock/0b5/Doklad_GAK_2019_KMM.pdf) (дата обращения: 28.02.2021)
4. Статистические данные по наркомании в Российской Федерации: цифры и графики по регионам. URL: [https://aif.ru/health/life/v\\_cifrah\\_i\\_faktah\\_70\\_100\\_tys\\_rossiyan\\_ezhegodno\\_pogibayut\\_ot\\_narkomanii](https://aif.ru/health/life/v_cifrah_i_faktah_70_100_tys_rossiyan_ezhegodno_pogibayut_ot_narkomanii). URL: <https://stopz.ru/informaciya/narkomaniya/statistika-po-narkozavisimym-v-rossii/> (дата обращения: 28.02.2021)
5. Последствия от приема наркотиков – влияние на психическое и физическое состояние зависимого. URL: <https://nasrf.ru/baza-znaniy/spravochnik-zabolevanij/vliyanie-narkotikov-na-cheloveka-posledstviya-upotrebleniya> (дата обращения: 28.02.2021)
6. Сердюкова Н.Б. Наркотики и наркомания. Книга для врача, преподавателя, родителя. «Серия Панацея». Ростов н/Д: Феникс, 2000. 256 с.
7. Как вести себя с зависимыми после лечения алкоголизма и реабилитации. Липецк. URL: <https://lipetsk.alcorehab.ru/kak-vesti-sebya-s-zavisimym-posle-lecheniya-alkogolizma-i-reabilitatsii/> (дата обращения: 28.02.2021)
8. Копылова Т.Ю. Поведение в различных жизненных ситуациях как объект психического самоуправления // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика. 2012. № 5-1 (44). С. 285-288.
9. Conditions and Factors of the Development of Creative Civic Engagement of Student / S.I. Belentsov, V.A. Griбанова, N.V. Tarasova, T.Y. Kopylova // European Journal of Contemporary Education. 2019. No. 8(2). P. 409-417.
10. Гештальт-психотерапия / Е. В. Малинина, В. В. Колмогорова, И. В. Забозлаева, О. И. Пилявская. Челябинск, 2014. URL: <http://www.chelsma.ru/files/misc/geshtaltpsikhoterapija.pdf> (дата обращения: 28.02.2021)
11. Гештальт-подход при зависимостях. URL: <https://www.b17.ru/article/12554/> (дата обращения: 28.02.2021)
12. Домбровский А. Гештальт-терапия наркотической зависимости (наблюдения, теория, практика): дипломная работа. Рига, 1996. URL: <https://klex.ru/183> (дата обращения 28.02.2021)
13. Харм С. Применение Гештальта при лечении пациентов от зависимостей. URL: <https://avidreaders.ru/book/primenenie-geshtalta-pri-lechenii-pacientov-ot.html> (дата обращения: 28.02.2021)
14. Перлз Ф. Теория гештальт-терапии. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2004. 384 с.
15. Старак Я., Кей Т., Олдхейм Д. Техники гештальт-терапии на каждый день. М.: Психотерапия, 2009. 176 с.

## References

1. Nikitina E.A., Kuznecova A.A., Tarasova N.V. Issledovanie osnovnykh prichin vozniknoveniya zavisimostej sredi studencheskoj molodezhi [Research of the main causes of addictions among students]. *Teoreticheskie i prakticheskie aspekty sovremennoj psihologii obrazovaniya* [Theoretical and practical aspects of modern psychology of education]. Kursk, 2020, pp. 48-75.
2. Bondyreva S.K., Kolesov D.V. *Narkotizm* [Drug addiction]. Moscow, Voronezh, 2006. 430 p.
3. *Doklad o narkosituacii v Rossijskoj Federacii v 2019 godu* [Report on the drug situation in the Russian Federation in 2019]. Available at: [https://spar-ta74.rf/upload/iblock/0b5/Doklad\\_GAK\\_2019\\_KMM.pdf](https://spar-ta74.rf/upload/iblock/0b5/Doklad_GAK_2019_KMM.pdf) (accessed 28.02.2021)
4. *Statisticheskie dannye po narkomanii v Rossijskoj Federacii: cifry i grafiki po regionam* [Statistical data on drug addiction in the Russian Federation: figures and graphs by region]. Available at: [https://aif.ru/health/life/v\\_cifrah\\_i\\_faktah\\_70\\_100\\_tys\\_rossijan\\_ezhegodno\\_pogibayut\\_ot\\_narkomanii](https://aif.ru/health/life/v_cifrah_i_faktah_70_100_tys_rossijan_ezhegodno_pogibayut_ot_narkomanii). Available at: <https://stopz.ru/informaciya/narkomaniya/statistika-po-narkozavisimym-v-rossii/> (accessed 28.02.2021)
5. *Posledstviya ot priema narkotikov – vliyanie na psihicheskoe i fizicheskoe sostoyanie zavisimogo* [The consequences of taking drugs – the impact on the mental and physical condition of the dependent]. Available at: <https://nasrf.ru/baza-znaniy/spravochnik-zabolevaniy/vliyanie-narkotikov-na-cheloveka-posledstviya-upotrebleniya> (accessed 28.02.2021).
6. Serdyukova N.B. *Narkotiki i narkomaniya. Kniga dlya vracha, prepodavatelya, roditelya* [Drugs and drug addiction. A book for a doctor, teacher, parent]. Rostov n/D: Feniks, 2000. 256 p.
7. *Kak vesti sebya s zavisimymi posle lecheniya alkogolizma i rehabilitacii* [How to behave with addicts after alcoholism treatment and rehabilitation]. Lipeck. Available at: <https://lipetsk.alcorehab.ru/kak-vesti-sebya-s-zavisimym-posle-lecheniya-alkogolizma-i-reabilitatsii/> (accessed 28.02.2021)
8. Kopylova T.YU. Povedenie v razlichnykh zhiznennykh situacijah kak ob"ekt psihicheskogo samoupravleniya [Behavior in various life situations as an object of mental self-management]. *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Lingvistika i pedagogika = Proceedings of the Southwest State University. Series: Linguistics and Pedagogics*, 2012, no. 5-1 (44), pp. 285-288.
9. Belentsov S.I., Gribanova V.A., Tarasova N.V., Kopylova T.Y. Conditions and Factors of the Development of Creative Civic Engagement of Student. *European Journal of Contemporary Education*, 2019, no. 8(2), pp. 409-417.
10. Malinina E.V., Kolmogorova V.V., Zabozaeva I.V., Pilyavskaya O.I. *Geshtal't psihoterapiya* [Gestalt psychotherapy: a methodological guide]. Chelyabinsk, 2014. Available at: <http://www.chelsma.ru/files/misc/geshtaltpsikhoterapija.pdf> (accessed 28.02.2021)
11. *Geshtal't-podhod pri zavisimostyah* [Gestalt approach to dependencies]. Available at: <https://www.b17.ru/article/12554/> (accessed 28.02.2021)

12. Dombrovskij A. *Geshtal't-terapiya narkoticheskoy zavisimosti (nablyudeniya, teoriya, praktika)* [Gestalt therapy of drug addiction (observations, theory, practice)]. Riga, 1996. Available at: <https://klex.ru/183> (accessed 28.02.2021)

13. Harm S. *Primenenie Geshtal'ta pri lechenii pacientov ot zavisimostej* [The use of Gestalt in the treatment of patients with addictions]. Available at: <https://avidreaders.ru/book/primenenie-geshtalta-pri-lechenii-pacientov-ot.html> (accessed 28.02.2021)

14. Perlz F. *Teoriya geshtal't-terapii* [The theory of gestalt therapy]. Moscow, Institut obshchegumanitarnykh issledovaniy Publ., 2004. 384 p.

15. Starak Ya., Kej T., Oldhejm D. *Tekhniki geshtal't-terapii na kazhdyj den'* [Gestalt therapy techniques for every day]. Moscow, Psihoterapiya Publ., 2009. 176 p.

### Информация об авторах / Information about the Authors

**Озеров Антон Александрович**, магистр, руководитель ООО «Центр психологической реабилитации», г. Москва, Российская Федерация  
e-mail: [ozers505920@gmail.com](mailto:ozers505920@gmail.com)

**Anton A. Ozerov**, Master, Head of LLC "Center for Psychological Rehabilitation", Moscow, Russian Federation  
e-mail: [ozers505920@gmail.com](mailto:ozers505920@gmail.com)

**Копылова Татьяна Юрьевна**, кандидат психологических наук, доцент, Юго-Западный государственный университет, г. Курск, Российская Федерация  
e-mail: [asd-swsu@mail.ru](mailto:asd-swsu@mail.ru)

**Tatyana Y. Kopylova**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Southwest State University, Kursk, Russian Federation  
e-mail: [asd-swsu@mail.ru](mailto:asd-swsu@mail.ru)