

Дата поступления рукописи в редакцию: 03.02.2026 г.
Дата принятия рукописи в печать: 16.02.2026 г.

DOI: 10.24412/2782-3830-2026-1-395-397

ПОЛЯКОВА Янина Николаевна,
ведущий научный сотрудник ФКУ НИИ ФСИН России,
г. Москва, Российская Федерация;
доцент кафедры уголовного права и криминологии
Ростовского института (филиал) ВГУЮ (РПА Минюста России),
г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация;
кандидат психологических наук,
e-mail: ynpolyakova@yandex.ru

ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИЯ КАК НАПРАВЛЕНИЕ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Аннотация. В статье рассматривается вопрос гештальт-терапии как одного из самых мощных направлений современной психотерапии, которая успешно применяется для профилактики осужденных, имеющих психологическую зависимость от наркотических и психотропных веществ.

Ключевые слова: гештальт-терапия, психотерапия профилактики, осужденные, психологическая зависимость, наркотические и психотропные вещества.

POLYAKOVA Ya.N.,
leading researcher,
Federal State Institution Research Institute
of the Federal Penitentiary Service of Russia,
Moscow, Russian Federation;
Candidate of Psychological Sciences

GESTALT THERAPY AS A DIRECTION OF MODERN PSYCHOTHERAPY

Annotation. The article discusses the issue of Gestalt therapy as one of the most powerful areas of modern psychotherapy, which is successfully used for the prevention of convicts with psychological dependence on narcotic and psychotropic substances.

Key words: Gestalt therapy, psychotherapy, prevention, convicts, psychological dependence, narcotic and psychotropic substances.

Гештальт-терапия появилась в середине XX века, когда возникло движение гуманистической психологии и психотерапии, обращенных к личности человека, его индивидуальности. Психотерапия данного направления воздействует двумя путями: во-первых, пытается освободить осужденного от болезненных эмоциональных переживаний, не получивших ранее своего завершения и поэтому возвращающихся, вновь, во-вторых, помочь осужденному проявить и развить свои нераскрытые или нереализованные возможности. В настоящее время гештальт-терапия признается одним из самых мощных направлений современной психотерапии [16]. Она успешно применяется для профилактики осужденных, имеющих психологическую зависимость от наркотических и психотропных веществ.

Главный принцип гештальт-терапии – важность находиться в настоящем, «здесь и сейчас».

Осужденные, имеющие психологическую зависимость от наркотических и психотропных веществ, предпочитают вместо этого находиться в другой реальности, будущем или прошлом. Данные установки порождают целый ряд проблем в их эмоциональной жизни. Так, они постоянно находятся в ожидании неудач, что усугубляет у них чувства собственной неполноценности и одиночества, вызывающие также ответ на физиологическом уровне (меняется дыхание, ритм сердечной деятельности). Вследствие этого, осужденные эмоционально переживают события, которые еще не произошли и возможно, никогда не случатся. Того же касается и прошлого: обращаясь к своему прошлому, они испытывают, чувство вины, печали.

Поэтому одна из основных задач психотерапии – научить осужденных жить в настоящем, переживать то, что происходит с ними сейчас (не вчера, раньше или завтра).

Второе важное положение – работа с самосознанием. Профилактическая работа с позиций гештальт-терапевтов выглядит следующим образом:

I этап – установление контакта с осужденным и поддержание его.

II этап – понимание осужденным того, что происходит с ним в настоящий момент. Задача психолога – умножить все чувства и переживания осужденного. Для того, чтобы осужденный признал это очевидным. Это дает возможность перейти к следующему этапу.

III этап – подтверждение того, что осужденный самостоятельно осознал наличие проблемы: «Это печально, но это факт».

IV этап – принятие самого себя, без оценок и критичности социума: «Да, я такой в настоящий момент». Работа проводится с осознанием осужденного своего настоящего состояния и с представлением о себе, проходит на всех этапах, но именно на этом осознание чаще всего меняется.

V этап – поиск альтернативных решений: специалист, вместе с осужденным, ищут возможные пути решения данной проблемы, отличные от этого. Воспринимая осужденного, как обычного члена общества, без критичных оценок, мы помогаем ему так же воспринимать и самого себя.

Таким образом, цель профилактической работы – не добиваться отсутствия боли и прежних переживаний осужденного, а принятия самого себя, интеграции всех частей “Я” осужденного в единое целое (“Я” безответственное и “Я” сверхответственное, “Я” – отвергаемый ребенок, “Я” – зрелая личность, “Я” – чувствующее, что, отвергаемые части “Я”). В случае если осужденный раньше испытывал боль, мы не должны ее приглушать, а наоборот необходимо, чтобы человек встретился со своими страхами и переживаниями лицом к лицу, осознать и принять ее как факт, да такое случилось со мной, но на этом жизнь не заканчивается. Только тогда человек сможет успокоиться и закрыть свои ранее открытые двери.

Список литературы:

- [1] Вилкова А. В., Полякова Я. Н. Подготовка кадров высшей категории в уголовно-исполнительной системе / Антропология. 2025. № 3(19). С. 8-16.
- [2] Фадеева С. А., Вилкова А. В. Уголовно-исполнительная система и пенитенциарная probation: профессиональная готовность // В сборнике: Научные труды ФКУ НИИ ФСИН России. Научно-практическое ежеквартальное издание. Москва, 2025. С. 147-154.
- [3] Вилкова А. В., Полякова Я. Н. Трудности подготовки научно-педагогических кадров высшей категории в уголовно-исполнительной системе // в сборнике: XI педагогические чтения, посвященные памяти профессора С. И. Злобина. Сборник материалов. Пермь. 2025. С. 14-22.
- [4] Мешкова Л. В., Вилкова А. В. К вопросу о развитии социальной активности будущих сотрудников ФСИН в процессе социально-психологического тренинга // Военно-правовые и гуманитарные науки Сибири. 2025. № 3(25). С. 212-218.
- [5] Вилкова А. В., Полякова Я. Н. Научно-педагогические кадры и их подготовка в адъюнктуре образовательных организаций ФСИН России // Вопросы современной науки и практики. 2025. № 2(13). С. 47-54.
- [6] Вилкова А. В., Ковтуненко Л. В., Лукашенко Д. В. Программа подготовки педагогических кадров: структурно-содержательная модель обучения взрослых / Проблемы современного педагогического образования. 2025. № 89-2. С. 68-71.
- [7] Вилкова А. В., Кашкина Е. В. Самоутверждение несовершеннолетних правонарушителей: пути и средства / Международный научный вестник, № 8. 2025 С. 90-94.
- [8] Вилкова А. В., Лукашенко Д. В. Теории и концепции о происхождении обучения и воспитания / Международный научный вестник. № 10. С. 374-379.
- [9] Вилкова А. В., Полякова Я. Н. Коллективность и комплексность в науке / Международный научный вестник. № 10. С. 325-328.
- [10] Вилкова А. В. Хайрутдинова И. В., Якупов Ф. А. Русский жестовый язык – средство коммуникации или лингвистическая система? // Современное педагогическое образование. 2025. № 5. С. 60-64.
- [11] Лукашенко Д. В. Содержание и структура плана внеурочной деятельности для воспитанников воспитательных колоний / А. В. Вилкова, Д. В. Лукашенко // Антропология. 2024. № 3(15). С. 5-16.
- [12] Гузеев М. С., Кулакова С. В., Вилкова А. В. База данных тестовых заданий к авторскому курсу лекций «Роль и место современных СМИ и социальных медиа в развитии уголовно-исполнительной системы Российской Федерации. Свидетельство о регистрации базы данных RU 2022622073. 17.08. 2022. Заявка № 2022621591 от 01.07.2022.
- [13] Вилкова А. В. Духовно-нравственные ценности несовершеннолетних осужденных и особенности социально-образовательной среды / А. В. Вилкова // В сборнике: педагогика и современное образование. Материалы Всероссийской научно-практической конференции аспирантов, соискателей, докторантов, научных руководителей

лей, молодых ученых, специализирующихся в области образования. Сер. «Библиотека аспиранта» Санкт-Петербург. 2022. С. 32-36.

[14] Смородинская И. А. Основные функции деловой беседы / А. В. Вилкова, И. А. Смородинская, В. Ю. Бунтина // В сборнике: Научные труды ФКУ НИИ ФСИН России. Научно-практическое ежеквартальное издание. Москва, 2021. С. 115-122.

[15] Ковалев О. Г. Криминогенная ситуация в сфере коррупционной преступности, ее детерминанты / А. В. Вилкова, О. Г. Ковалев, А. Ю. Гапонов // Тенденции развития науки и образования. 2021. № 76-4. С. 34-35.

[16] Польстер И. Польстер М. Интегрированная гештальт-терапия: контуры теории и практики. М.: Независимая фирма «Класс», 2010. С.35.

References:

[1] Vilkova A.V., Polyakova Y. N. Training of the highest category in the penal system/Anthropology. 2025. № 3(19). S. 8-16.

[2] Fadeeva S. A., Vilkova A. V. Criminal executive system and penitentiary probation: professional readiness//In the collection: Scientific works of the PKU Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia. Scientific and practical quarterly publication. Moscow, 2025. S. 147-154.

[3] Vilkova A.V., Polyakova Y. N. Difficulties in training scientific and pedagogical personnel of the highest category in the penal system//in the collection: XI pedagogical readings dedicated to the memory of Professor S. I. Zlobin. Collection of materials. Perm. 2025. S. 14-22.

[4] Meshkova L.V., Vilkova A.V. On the development of social activity of future employees of the Federal Penitentiary Service in the process of social and psychological training//Military legal and humanitarian sciences of Siberia. 2025. № 3(25). S. 212-218.

[5] Vilkova A.V., Polyakova Y. N. Scientific and pedagogical personnel and their training in the adjunct of educational organizations of the Federal Penitentiary Service of Russia//Issues of modern science and practice. 2025. № 2(13). S. 47-54.

[6] Vilkova A. V., Kovtunen L. V., Lukashenko D. V. Teacher training program: structural-content model of adult education/Problems of modern pedagogical education. 2025. № 89-2. S. 68-71.

[7] Vilkova A. V., Kashkina E. V. Self-affirmation of juvenile offenders: ways and means/International Scientific Bulletin, No. 8. 2025 S. 90-94.

[8] Vilkova A.V., Lukashenko D.V. Theories and concepts about the origin of education and upbringing/International Scientific Bulletin. № 10. S. 374-379.

[9] Vilkova A.V., Polyakova Y. N. Collectivity and comprehensiveness in science/International Scientific Bulletin. № 10. S. 325-328.

[10] Vilkova A.V. Khairutdinova I.V., Yakupov F.A. Russian sign language - a means of communication or a linguistic system ?//Modern pedagogical education. 2025. № 5. S. 60-64.

[11] Lukashenko D.V. Content and structure of the plan of extracurricular activities for pupils of educational colonies/A.V. Vilkov, D.V. Lukashenko// Anthropology. 2024. № 3(15). S.5-16.

[12] Guzeev M.S., Kulakova S.V., Vilkova A.V. Database of test assignments for the author's course of lectures "The role and place of modern media and social media in the development of the penal system of the Russian Federation. Certificate of registration of the RU 2022622073 database. 17.08. 2022. Request No. 2022621591 dated 01.07.2022.

[13] Vilkova A.V. Spiritual and moral values of juvenile convicts and features of the socio-educational environment/A.V. Vilkova//In the collection: pedagogy and modern education. Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference of Graduate Students, Applicants, Doctoral Students, Supervisors, Young Scientists Specializing in Education. Ser. "Postgraduate Library" St. Petersburg. 222. S. 32-36.

[14] Smorodinskova I. A. The main functions of a business conversation/A. V. Vilkov, I. A. Smorodinskova, V. Yu. Buntin//In the collection: Scientific works of the PKU Research Institute of the Federal Penitentiary Service of Russia. Scientific and practical quarterly publication. Moscow, 2021. S. 115-122.

[15] Kovalev O. G. Criminogenic situation in the field of corruption crime, its determinants/A. V. Vilkova, O. G. Kovalev, A. Yu. Gaponov//Trends in the development of science and education. 2021. № 76-4. S. 34-35.

[16] Polster I. Polster M. Integrated gestalt therapy: contours of theory and practice. M.: Independent firm «Class,» 2010. S.35.

