

n stitut fu· r

ntegrative Gesta

lttherapie



|  |
| --- |
| 心理与行为科学系 |
| DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY AND BEHAVIORAL SCIENCES心 理 学 让 生 活 更 幸 福 |

中德—格式塔治疗

连续培训项目



“格式塔治疗是：我和你，此时此地”——弗里茨·皮尔斯

项目背景

◎格式塔疗法是一种有效的人本主义心理疗法，于20世纪40年 代由Fritz和Laura Perls以及Paul Goodman等人创立。该疗法整

合了各种哲学思想（主要是现象学和存在主义）和心理学理论

（格式塔心理学、场理论），形成了一种关于人类存在的意义以 及如何创造性地且有意义地生活的理论整体观。格式塔治疗师认

为一个人与他的环境是密不可分的，每个人都有能力（自我功

能）与环境进行创造性的互动，不仅为了生存，也为了让生活变 得有趣和有意义。格式塔疗法的目标是让人们意识到他们与世界 互动的方式（接触），包括那些已经僵化却不太有用的方式（接 触中断）。通过在特定的治疗场景下（“此时此地”——

here-and-now），来访者可以在安全的环境中与治疗师创造新 的体验，从而扩大与整个世界互动的范围。治疗师扮演着“另一 个人”的角色，在治疗时，治疗师将自己作为一个普通个体来对

待。与来访者真诚对话的同时，治疗师创造了一个环境，可以

（重新）学习自我支持能力以及对自己和他人的欣赏能力。就像 在河床中滚动的精致鹅卵石一样，让来访者一点点改变，直到双 方都达到一种足够和谐和连贯状态，并且不再需要治疗。格式塔 疗法的关注重点不仅仅在于提供格式塔特有的治疗技能，也为众

多流派的治疗师奠定坚实的基础。



项目背景

◎本课程由浙江大学心理与行为科学系联合德国格式塔治疗学院 简称（IGW）共同开设，IGW是欧洲最古老、规模最大的格式塔

治疗机构之一。在奥地利(IGW Wien)、瑞士(IGW Schweiz)、

克罗地亚(Centar IGW Zagreb)和意大利(South Tirol, Gestal-

takademie Suedtirol)都有研究所，雄厚的师资力量遍布欧洲。

自1970年格式塔疗法在欧洲起步以来，IGW就率先开发和推广 了格式塔疗法。例如，作为德国格式塔疗法协会（DVG）的创 始成员，通过加入欧洲格式塔疗法协会并与奥地利维也纳的西格 蒙德·弗洛伊德大学心理治疗科学计划紧密合作。在中国，与南 京大学心理健康教育与研究中心和福建省福州市心理健康协会也 有项目合作。在培养中国心理治疗师和心理咨询师的专业技能方

面积累了丰富的经验。





学习方式

◎通过“理论讲授—现场演练—个案实践—团体督导”的设计， 最大程度地促进学习向应用的转化，使格式塔治疗技术真正能成

为专业工作者得心应手的工具和资源。

**理论 讲授**

**现场 演练**

**小组 练习**

**团体 督导**

培养目标

◎本项目致力于协助学员在格式塔治疗方面进行专业规划与发

展，旨在通过建立科学系统的格式塔治疗培训体系，培养和发展 学员成为格式塔咨询师的胜任力，为学习格式塔治疗的人士提供

规范、专业、系统的课程和成长平台。

课程结构

◎该课程学制2年，包括10个工作坊，每个工作坊为期4天，每 天8学时（= 总共320学时的培训），要求参与者除上课以外还 需完成小组作业（共计30学时）。修完全部课程由德国格式塔 疗法协会颁发350个学时的格式塔证书，该证书已获得欧洲格式 塔疗法协会的认可，本项目学时可作为申请进入欧洲格式塔协会

的重要依据。



课程具体内容

工作坊内容

1、介绍 (Annette Hillers-Chen)

本次研讨目的是让学员彼此熟悉，了解格式塔治疗，包括格式 塔治疗的历史和思想，精神分析和哲学背景。

让学员体验到不同层次的觉察，学习如何运用觉察和感受，尤 其是身体觉察和自我支持。

2、基本技术 (桑志芹、Annette Hillers-Chen)

本次研讨训练格式塔治疗的基本技术。结合理论和实践来介绍 格式塔治疗的原则。理论与练习相结合，教授格式塔治疗原则，如 唤醒此时此刻的意识和知觉功能。

3、自我体验、梦的工作 (Werner Gill)

在自我觉察的背景下，学员获得精神动力的洞见，可以解决与 来访者冲突有关的阻滞和接触中断问题。

共情、自发性、灵活性，自我和外部知觉以及接触的能力被拓 展。聚焦的主题比如：自尊、自我接受、自我关怀；接触和关系、 行为；处理冲突和攻击；冒犯和羞耻；安全需要和冒险的意愿；边 界和边界入侵；亲密和性； 一个人生活中的积极性；职业和个人角 色的广度；责任、基本价值。

主要议题的选择很大程度上取决于学员的需求和想法，学员根 据个人及团体需要角度去考量。介绍梦的工作基础技巧。

4、接触、关系与对话 (Georg Pernter)

本次研讨我们会聚焦于治疗的主要元素：接触。练习如何与来 访者建立接触关系，体验疗愈性的接触和非疗愈性接触之间的差

异。学习如何形成一个治疗联盟。掌握接触技巧，练习现象学探索 和共情以及格式塔治疗对话方式。

课程具体内容

工作坊内容

5、实验技术 (Irena Bezic)

在格式塔治疗的技术中，治疗师扮演了一个特殊的角色，实 验技术治疗的“难易程度”要根据来访者目前的状态做方案。治 疗师和来访者需要协商最适合的治疗方案。

6、高级技术和空椅子 (Werner Gill)

本次研讨对治疗历程的继续和深入。本次聚焦于：来访者和 咨询师之间的直接体验，作为治疗师的角色、任务和自我概念， 以及反思自己对它的认同，历程和内容极性的特色，咨询工作的 基本伦理。

以体验式学习为基础，干预技术的实践更加结构化，理论与 实践紧密结合，格式塔治疗的基本概念比如接触，接触回避和后 撤，可以深入以及接触-兴奋循环。

此外，学员学习挫折、支持和面质，以及用空椅子工作。

7、障碍和诊断 (Georg Pernter)

本次研讨从格式塔关系的角度看心理治疗，不要给来访者贴 标签，帮助学员通过理解人类的痛苦，把它看成是一场现象， 一 个对特定场景的适应。从格式塔治疗的角度教授，如何用不同形 式的心理治疗技术。

8、格式塔团体治疗 (Iris Roth)

本次研讨，学员会参与到团体自我察觉的整个过程。他们可 以学习如何敏锐地捕捉到团体动力过程和互动模式，并尝试建设 性地处理人际关系冲突。此外，还将学会团体治疗和体验各种干 预选择的基本知识。

课程具体内容

工作坊内容

9、和身体工作 (Georg Pernter)

格式塔治疗的方式是以身体为中心，它是在有机体-环境场域之 中的整体-洞见过程。这种工作的感受模式开始于对自己身体的直接 感受，它被设想为激发一种完整的觉察过程，帮助人们恢复自我并达 到作为自我意识主体的完整的人。以具身理论和格式塔治疗的一些主 题为背景，教授格式塔治疗的有效原则，同时也聚焦并提炼格式塔治 疗的基本的具身概念。

10、接触循环，接触调解，自我体验，反馈 (Werner Gill)

本次研讨深入接触循环和接触调整的主要思想——两者都是格式 塔治疗的核心概念。聚焦于体验个人接触偏好和固化的格式塔的练

习，以及相应的理论概念。让每个学员检测自己以及未来的来访者经 常出现的场景方式，学习灵活应对的技巧。学员也会参与整个课程反 馈过程。

注：如遇特殊情况，授课时间及形式将适时调整。



授课师资

Werner Gill

**Dipl.-Paed./教育学硕士，**

**德国维尔茨堡格式塔治疗学院 (IGW)**

德国法兰克福就读教育学，心理学，和社会学。心理治疗师/格式塔治 疗，儿童及青少年心理咨询师，治愈性专业（德国，心理治疗）。拥有 长期专业的临床咨询经验以及工业设计培训师和顾问。奥地利维也纳格 式塔治疗学院（Institute for Integrative Gestalt Therapy Vienna,

Austria，IGWien）的创立者之一。他自2005年起担任德国格式塔治疗 学院的院长以及自2012年起担任瑞士格式塔治疗学院（Institute for

Integrative Gestalt Therapy Switzerland, IGSchweiz）的院长。拥有长 期专业的临床咨询经验以及工业设计培训师和顾问。

Georg Pernter

**硕士，意大利南蒂罗尔波札诺IGW**

**(Gestaltakademie Suedtirol)**

南蒂罗尔波札诺IGW以及IGWien的培训师。私人执业的心理治疗师

(Bozen和Innsbruck)和督导师，Gestaltakademie Suedtirol的创始人和 现任董事。许多的特殊训练背景，比如格式塔身体过程 (Kepner)，格 式塔夫妻治疗 (Zinker)，结构化的格式塔教练 (Coaching) 等。“灵性 当生活的艺术”和“正念——一个原始的格式塔治疗概念：在麻木的世 界中保持敏感的艺术”的作家。

桑志芹

**南京大学社会学院心理学系荣休教授，博士生导师**

1978年2月毕业于南京大学本科专业，2000年至2001年北京师范大学 与香港中文大学联办的“心理辅导与治疗博士生班”毕业，获得香港中 文大学教育学院结业证书。研究与教学领域为应用心理学、心理咨询与 心理治疗、大学生心理健康学。现为德国格式塔治疗学院所聘的中方教 员；接受过“循环督导”模式、中美督导连续培训、美国胜任力督导模 式的培训；目前是中国心理学会临床心理学注册工作委员会副主任，临 床与咨询心理学注册系统的首批督导师（D-06-062）； 中国心理卫生 协会心理咨询与治疗专业委员会副主任，完形心理治疗方向组长；江苏 省社会心理学学会理事长。

授课师资

Iris Roth

**博士（德国慕尼黑大学），**

**克罗亚蒂亚萨格勒布市IGW (Centar IGW Zagreb)**

心理治疗师 (ECP，EAGT，DGIPH, Imago)，督导师 (HDSOR)。特 色：格式塔治疗，Imago夫妻治疗，督导心理肿瘤学。IGW和Centar IGW Zagreb的训练师和督导师。2023年的欧洲心理治疗学会EAP会 长。

Irena Bezic

**Dipl.-Psych./心理学硕士，**

**德国维尔茨堡格式塔治疗学院 (IGW)**

德国法兰克福心理治疗师，格式塔治疗师（老师：Bernadette

Valentin-Mousli, Heik Portele），格式塔治疗培训师和督导师，非指导 性儿童游戏疗法的高级培训；在门诊的住院精神病学方面有多年的专业 经验，并在成瘾者的咨询和治疗方面拥有20多年的经验。私人执业的个 人和夫妻治疗师。

Annette Hillers-Chen (何安娜)

**Dipl.-Psych./心理学硕士，博士（德国海德堡大学）， 浙江大学副教授（项目负责人）**

格式塔治疗师和兼职心理咨询师。她的研究方向是外国人在中国的适应 过程以及文化。 她教授格式塔疗法和跨文化心理学，并因其体验式教 学风格而获得了多个教学奖。她积极促进了维尔茨堡德国格式塔治疗学 院 (IGSW) 与南京大学心理健康教育与研究中心之间在格式塔疗法教育 方面的合作，并于2017年成为IGW的中国培训师。

翻译员

选用心理学相关领域具有经验的翻译人员，由Annette Hillers-Chen 进行培训和支持。

招生对象

1.学校教师、社区工作者、医疗系统等领域工作人员； 2.从事心理咨询与治疗相关工作的专业人士。



结业证书

◎学员修完所有课程，可获得浙江大学高级研修证书，以及德国 格式塔疗学院（IGW）颁发的350个学时的格式塔证书，该证书 已获得欧洲格式塔疗法协会的认可。学员结业后可继续并优先参 加浙江大学心理与行为科学系举办的有关活动。



报名方式

1. 报名时间及人数：每班限额25人，学员报名时索取并提交“动 机陈述”（motivational statement），将作为录取的主要依据。 为保证学习效果，本项目采取连续的封闭式培训方式，培训期间 不再增加新成员，请学员提前安排好学习时间，以保障名额有效

使用。在工作坊学习期间，学员必须参与小组作业共30学时。

2. 为保证项目可持续发展，将保留5名候选名额，如第一次工作坊

有学员退出可以补录，在第一次工作坊后学员将不做任何变动。

如有缺课将在后面班级补课，修完全部课程可获得相关证书。

3. 上课地点：浙江大学（以通知为准）。

培训费用

**1.培训费：50000元/人**

费用包括（师资、资料、证书等），食宿、交通费自理；

**2.培训费用缴纳**

学员收到通知书3个工作日内一次性缴纳培训费。

户名：浙江大学

账号：376658360850

开户行：中国银行杭州浙大支行

汇款备注：姓名+心理系格式塔治疗培训费；

**3.学校开具中央财政非税收入统一票据。**

联系方式

**1.咨询地点：** 浙江大学西溪校区教学主楼；

**2.报名邮箱：** 1026157943@qq.com；

**3.联系人：** 程老师 400-061-6586；

**4.报名材料：** 报名表、学历证明原件及复印件、身份证原件及复印 件、正面免冠2寸近照1张、动机陈述表（参见模板）。

浙江大学心理与行为科学系

