

Михаил Фризюк



Практикующий психолог, гештальт-терапевт, супервизор

Ведущий тематических клиентских групп в гештальт-подходе.

Тренер образовательных программ по гештальт-терапии.

Психотерапевт с 11-летним стажем.

Автор и ведущий программ «Правда и ложь в палитре чувств», «Мужчина и женщина, или Чем мы платим за Любовь», [«В поисках любопытства»](#), образовательных программ для гештальт-терапевтов и др.

Основные сферы деятельности:

- частная практика;
- индивидуальная и групповая психотерапия (решение конфликтов, страхи, трудности с адаптацией в новых условиях, межличностные проблемы, депрессия и др.);
- ведение обучающих и терапевтических групп в гештальт-подходе;
- супервизии (индивидуальные и групповые).

Изучая различные направления практической психологии, я выбрал для себя гештальт с его философией, пониманием человека и его взаимоотношений с миром.

Меня всегда интересовал внутренний мир человека, не давали покоя вечные вопросы философии. Так – с любопытства – начался мой путь к себе: путь изучения греческих философов, восточных культур, йоги и современной философии. В свою очередь, он привел меня от хобби к профессии, к делу моей жизни.

Теоретическая база университетского психологического образования меня не удовлетворила. Я искал живую, практическую психологию, где были бы реальные инструменты помощи людям и механизмы изменения себя – и нашел ее . Ту, которая может ответить на вопросы: что делать? Как быть с тем или иным состоянием? Как справляться с ситуациями, о которых не написано в книгах? Что если советы друзей тебе не помогают?

Среди всех увиденных направлений я выбрал гештальт, который совпал с моими ценностями: осознанностью, творчеством, эстетикой жизни и взаимоотношений, гибкостью, вниманием к себе, людям и миру. Я увидел его как очень живой и свежий подход к решению насущных вопросов, где нет места манипуляциям и грубой техничности.

Глубже вникая в метод, я пришел к выводу, что важно выбрать не только направление, но и учителя – ведь все, что мы изучаем, преломляется через личность человека. Так появились в моей жизни учителя: Г. Ю. Платонов, Jean-Marie Robine, Michael Vincent Miller и другие.

Работая и постоянно практикуя, я продолжал развиваться и углублять свое понимание гештальт-психологии. Несмотря на все изученное, не могу остановиться и сейчас :)

Ну и, пожалуй, главное: я с радостью прихожу на помощь людям. Потому что знаю: каждый может прожить свою жизнь ярко и с удовольствием, будучи внимательным к себе и окружающим.

Образование:

1998 – 2003

Институт практической психологии и социальной работы «Психогенез»
Факультет практической психологии и социальной работы
Специальность "Практический психолог"

2001 – 2004

Восточно-Европейский Гештальт Институт (г. Санкт-Петербург, московский филиал)
Мастерская: Г. Платонова (1-2 ступень)
Специализация: "Индивидуальное консультирование, ведение групп, коучинг"

2003 – 2004

Московский Центр Феноменологический Исследований (г. Москва)
Мастерская: Г. Платонова «Гештальт-подход в работе с организациями»
Специализация: "Диагностика и организация учебного процесса, ведение групп, коучинг"

2006 – 2010

Institut Français de Gestalt-thérapie (IFGT)

Руководитель проекта: Jean-Marie Robine

«Программа профессионального обучения тренеров и супервизоров» (3 степень)