

Redakcja naukowa:

Gianni Francesetti

Michela Gecele

Jan Roubal

# PSYCHOTERAPIA GESTALT W PRAKTYCE KLINICZNEJ OD PSYCHOPATOLOGII DO ESTETYKI KONTAKTU

Redakcja merytoryczna wydania polskiego:

Renata Mizerska

# Spis treści

Przedmowa do wydania polskiego.....	9
O polskim wydaniu <i>Psychoterapii Gestalt w praktyce klinicznej</i> .....	15
Podziękowania do wydania polskiego.....	25
Przedmowa.....	27
Wstęp.....	31
Podziękowania.....	37

## **Część I. PODSTAWOWE ZASADY PSYCHOTERAPII GESTALT W PRAKTYCE KLINICZNEJ**

<b>Rozdział 1.</b> Podstawy i rozwój psychoterapii Gestalt we współczesnym kontekście	
<i>Margherita Spagnuolo Lobb</i> .....	41
Komentarz: Gordon Wheeler.....	76
<b>Rozdział 2.</b> Podejście psychoterapii Gestalt do psychopatologii	
<i>Gianni Francesetti, Michela Gecele i Jan Roubal</i> .....	79
Komentarz: Peter Philippson.....	99
<b>Rozdział 3.</b> Diagnoza w psychoterapii Gestalt	
<i>Jan Roubal, Michela Gecele i Gianni Francesetti</i> .....	101
Komentarz: Antonio Sichea.....	131
<b>Rozdział 4.</b> Perspektywa rozwojowa w psychoterapii. Polifoniczny rozwój dominiów	
<i>Margherita Spagnuolo Lobb</i> .....	135
Komentarz: Ruella Frank.....	157
<b>Rozdział 5.</b> Etyka sytuacyjna i świat etyczny w psychoterapii Gestalt	
<i>Dan Bloom</i> .....	163
Komentarz: Richard E. Lompa.....	182
<b>Rozdział 6.</b> Badania naukowe a psychoterapia Gestalt	
<i>Ken Evans</i> .....	185
Komentarz: Leslie Greenberg.....	198
<b>Rozdział 7.</b> Połączenie psychoterapii Gestalt z farmakoterapią	
<i>Jan Roubal i Elena Křivková</i> .....	201
Komentarz: Brigitte Lapeyronnie-Robine.....	226

## Część II. KONTEKSTY I PRZYBLIŻENIA

<b>Rozdział 8.</b>	Spółeczny kontekst psychoterapii	
	<i>Giovanni Salonia</i> .....	231
	Komentarz: Philip Lichtenberg.....	243
<b>Rozdział 9.</b>	Polityczny wymiar psychoterapii Gestalt	
	<i>Stefan Blankertz</i> .....	245
	Komentarz: Lee Zevy.....	260
<b>Rozdział 10.</b>	Życie w wielokulturowych kontekstach	
	<i>Michela Gecele</i> .....	263
	Komentarz: Talia Bar-Yoseph Levine.....	276
<b>Rozdział 11.</b>	Psychoterapia Gestalt i teorie rozwoju	
	<i>Giovanni Salonia</i> .....	279
	Komentarz: Peter Mortola.....	296
<b>Rozdział 12.</b>	Wstyd	
	<i>Jean-Marie Robine</i> .....	299
	Komentarz: Ken Evans.....	310

## Część III. WYBRANE SYTUACJE ŻYCIOWE

<b>Rozdział 13.</b>	Złota klatka twórczego przystosowania: podejście Gestalt do psychoterapii dzieci i młodzieży	
	<i>Nurith Levi</i> .....	315
	Komentarz: Neil Harris.....	333
<b>Rozdział 14.</b>	Ryzyko psychopatologii w podeszłym wieku	
	<i>Frans Meulmeester</i> .....	335
	Komentarz: Martine Bleeker.....	349
<b>Rozdział 15.</b>	Strata i żałoba. Czasem brak jednej osoby sprawia, że świat zdaje się wyludniony	
	<i>Carmen Vázquez Bandín</i> .....	353
	Komentarz: Gonzague Masquelier.....	378
<b>Rozdział 16.</b>	„Zdolność ruszenia naprzód”. Podejście psychoterapii Gestalt do leczenia traumy	
	<i>Ivana Vidakovic</i> .....	381
	Komentarz: Willi Butollo.....	397
<b>Rozdział 17.</b>	Ocena ryzyka samobójstwa	
	<i>Dave Mann</i> .....	401
	Komentarz: Jelena Zeleskov Djoric.....	418

## Część IV. WYBRANE PROBLEMY KLINICZNE

<b>Rozdział 18.</b> „Jak to wygląda?”. Podejście Gestalt w leczeniu demencji	
<i>Frans Meulmeester</i> .....	425
Komentarz: Katerina Siampani .....	441
<b>Rozdział 19.</b> Zachowania związane z używaniem substancji	
<i>Philip Brownell i Peter Schulthess</i> .....	445
Komentarz: Nathalie Casabo .....	471
<b>Rozdział 20.</b> Za Słupami Heraklesa. Psychoterapia Gestalt wobec doświadczeń psychotycznych	
<i>Gianni Francesetti i Margherita Spagnuolo Lobb</i> .....	475
Komentarz: Gary Yontef .....	516
<b>Rozdział 21.</b> Psychoterapia Gestalt wobec doświadczeń depresyjnych	
<i>Gianni Francesetti i Jan Roubal</i> .....	521
Komentarz: Joe Melnick .....	550
<b>Rozdział 22.</b> Doświadczenia dwubiegunowe	
<i>Michela Gecele</i> .....	553
Komentarz: Daan van Baalen .....	569
<b>Rozdział 23.</b> Lęk wewnątrz sytuacji: zaburzenia tworzenia gestaltu	
<i>Jean-Marie Robine</i> .....	573
Komentarz: Myriam Muñoz Polit .....	590
<b>Rozdział 24.</b> Lęk paniczny z perspektywy psychoterapii Gestalt	
<i>Gianni Francesetti</i> .....	593
Komentarz: Nancy Amendt-Lyon .....	606
<b>Rozdział 25.</b> Psychoterapia Gestalt w fobiczno-obsesyjno-kompulsyjnych stylach relacyjnych	
<i>Giovanni Salonia</i> .....	609
Komentarz: Hans Peter Dritz .....	633
<b>Rozdział 26.</b> Doświadczenie anoreksji, bulimii i kompulsywnego objadania się jako dramatyczna forma kobiecej kreatywności	
<i>Elisabetta Conte i Maria Mione</i> .....	637
Komentarz: Irina Lopatukhina .....	663
<b>Rozdział 27.</b> Podejście Gestalt wobec zaburzeń psychosomatycznych	
<i>Oleg Nemirinskiy</i> .....	667
Komentarz: Giuseppe Iaculo .....	684

---

<b>Rozdział 28.</b> Trudności dotyczące relacyjnych aspektów seksualności: miłość i pożądanie w kontekście	
<i>Nancy Amendt-Lyon</i> .....	687
<b>Komentarz: Marta Helliesen</b> .....	706
<b>Rozdział 29.</b> Wprowadzenie do problematyki zaburzeń osobowości. Uwagi o charakterze diagnostycznym i społecznym	
<i>Michela Gecele</i> .....	709
<b>Rozdział 30.</b> Borderline. Zranienie kontaktu	
<i>Margherita Spagnuolo Lobb</i> .....	717
<b>Komentarz: Christine Stevens</b> .....	756
<b>Rozdział 31.</b> Od wielkościowości do pełni kontaktu. Przemyslenia na temat psychoterapii Gestalt i doświadczeń narcystycznych	
<i>Giovanni Salonia</i> .....	759
<b>Komentarz: Bertram Müller</b> .....	779
<b>Rozdział 32.</b> Histeria: formalna definicja oraz nowy sposób fenomenologicznego opisu i zrozumienia zjawiska. Ponowne rozważania dotyczące psychopatologii	
<i>Sergio La Rosa</i> .....	783
<b>Komentarz: Valeria Conte</b> .....	797
<b>Rozdział 33.</b> Zachowania przemocowe	
<i>Dieter Bongers</i> .....	799
<b>Komentarz: Bernhard Thosold i Beatrix Wimmer</b> .....	817
Bibliografia .....	821
Autorzy .....	893

# Przedmowa do wydania polskiego

*Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej. Od psychopatologii do estetyki kontaktu* to podręcznik, który recenzenci chętnie określają jako „rewolucyjny”. Z punktu widzenia terapii Gestalt, jaką znamy z drugiej połowy ubiegłego wieku, podręcznik, który dostajemy do ręki, jest na pewno wyrazem znaczącej ewolucji podejścia. Klasyczna terapia Gestalt, wyznaczona przez dzieło Perlsa, Hefferline’a i Goodmana *Gestalt Therapy. Excitement and Growth in the Human Personality* (1951), które dla wyznawców zyskało wymiar biblijny, kierowała ku samorealizacji stosunkowo wąski krąg odbiorców. Napisana w czasach poszukiwania autonomii i nieprzepartej potrzeby przewycięzania ograniczeń kultury, adresowana była do inteligencji, powszechnie neurotycznej, powszechnie spragnionej uznania siebie za wolną, niezależną, z natury twórczą, z niezwykłym prawem do spontaniczności. Wpisywała się w nurt humanistyczny (tzw. trzecia siła w psychologii), a potrzeby odbiorców i zarazem wyznawców troskliwie pielęgnowanych wartości humanistycznych nie tylko zaspakajała, ale i znakomicie rozwijała. Tymczasem minęło przeszło pół wieku... Pozostałe dwie „siły” – psychoanaliza i behawioryzm – odnotowały znaczące, ewolucyjne zmiany, ogłaszając je tyleż często, co donośnie publikacjami wielu prominentnych myślicieli – badaczy, naukowców i psychoterapeutów. Kolejne edycje mianowano terapiami drugiej lub trzeciej generacji, powstawało też wiele nowych nurtów, by wspomnieć, dość bliską Gestaltowi, terapię skoncentrowaną na emocjach czy rozwijane ostatnio podejście narracyjne. Niepostrzeżenie zaczęły się też zacierać granice między podejściami, co w końcu zaowocowało otwartym nurtem integracji psychoterapii.

Jak przetrwała te dziesięciolecia terapia Gestalt? Wydawało się, że swoje apogeum osiągnęła w latach 80., po śmierci tak barwnych i wyjątkowych postaci jak Fritz Perls i Paul Goodman (1970, 1972). Dominująca, ustna tradycja jej upowszechniania (warsztaty, treningi grupowe) nie dodawała jej impetu rozwojowego, mimo to jednak powstały prace, których porządkujące znaczenie trudno przecenić. Należy do nich przede wszystkim wciąż cytowana (i wciąż warta przekładu!) praca Polsterów *Gestalt Therapy Integrated: Contours of Theory and Practice* (1974).

W latach 90. ruch się ożywia. Jego reaktywację rozpoczynają m.in. znakomite eseje Gary'ego Yontefa *Awareness Dialogue & Process: Essays on Gestalt Therapy* (1993). Yontef przytomnie zauważa, że testem efektywności terapii jest „prawdziwy pacjent”, nie zaś warsztat czy trening wspólny z innymi terapeutami. (Kpi trochę z widowiskowości, a nawet teatralności niektórych warsztatów, nazywając je nurtem *bum, bum, bum!*, w odróżnieniu od kluczowego podejścia *person to person*). Skierowanie uwagi na „rzeczywistego” pacjenta koncentruje na rzeczywistości klinicznej, ta zaś, podobnie jak świat społeczny, wraz z upływem lat staje się inna. Terapia Gestalt, jeśli nadal chce się liczyć wśród innych podejść, musi się zmierzyć z poważnymi zaburzeniami osobowości, nie unikając jak dotąd nawet zaburzeń psychotycznych. Dla rozwoju czy nawet rewolucji podejścia fundamentalne znaczenie ma działalność Isadore'a Froma. Ten wielki praktyk, nazywany „terapeutą terapeutów”, choć sam pisał mało, cieszył się uznaniem rozległego kręgu uczniów, stąd popularność jego idei, które złożyły się na współczesną rewizję Gestaltu, na ponowne formułowanie i precyzowanie pojęć, wreszcie na ich rozwój dostosowany do poważnych, ale też nowych zaburzeń. Można powiedzieć, że wydawany podręcznik jest zwieńczeniem, a zarazem kontynuacją poważnego nurtu rewizyjnego, który Froma wprowadził swoją praktyką w ruch. To z postawy terapeutycznej Froma, z jego praktyki i myśli teoretycznej czerpią tak znamienici autorzy tego podręcznika jak Margherita Spagnuolo Lobb czy Jean-Marie Robine.

Isadore From pozostawał w kręgu Perlsa, zawsze jednak zachowywał swoje zdanie, swoje – wobec twierdzeń Perlsa – „*ale*”. „*Ale*” Froma było znaczące. Dostosowując terapię do psychopatologii, zrewidował pojęcia psychoanalizy, a nawet sam kanon Gestaltu. „Terapia Gestalt – uczył – nie jest metodą samo-realizacji, lecz pokonywania przeszkód w rozwoju. [...] Terapia jest potrzebna, lecz w porównaniu do takich rzeczy jak wzrost, przetrwanie czy życie jest po prostu trywialna” (za: Latner 1996: 82). O ile Perls podkreślał znaczenie trybu/funkcji id, o tyle From kładł nacisk na kierownicze funkcje ego. Skupiony na zakłóceniach wzrostu, a nie na wzroście jako takim, znakomicie potrafił znajdować nowe drogi i nowe metody terapii trudnych zaburzeń, współczesnych.

Spagnuolo Lobb, kreśląc w rozdziale wstępnym podręcznika istotne zmiany we współczesnym świecie społecznym, akcentuje, że zasadniczą potrzebą człowieka współczesnego nie jest, jak wówczas kiedy terapia Gestalt powstawała, pozbycie się więzów i zdobycie autonomii, lecz przeciwnie – tworzenie więzi. Także zatem terapeuta, dawniej wspierający indywidualność pacjenta, dzisiaj skupia się na wspieraniu procesu kontaktu. W obliczu pacjentów z tak

poważnymi zaburzeniami osobowości jak borderline czy narcyzm słynna reguła tu-i-teraz ustępuje regule teraz-dla-potem (ang. *now-for-next*), redefinicji wymaga samo pojęcie kontaktu, nowego omówienia potrzebują też pojęcia świadomości i dialogu, uważane za dwa najważniejsze narzędzia terapeutyczne. Podejście, odpowiadając na potrzebę czasów, zmienia się bowiem z indywidualistycznego i/lub skoncentrowanego na zjawiskach wewnętrznych w skoncentrowane na kontakcie i dialogu. Przestrzeń „pomiędzy” pacjentem a sobą, w której współcześnie działa terapeuta Gestalt, to przestrzeń budowania nowych wzorców kontaktu, które dopiero uwalniają (zgodnie z klasyką podejścia) spontaniczność self.

Znaczenia nabiera pojęcie kontaktu granicznego (ang. *contact boundary*), które przecież nie jest pojęciem nowym, teraz jednak staje się bardzo podstawowe (niezbędne): kontakt jako integralny aspekt doświadczenia zakłada zarówno połączenie z drugą osobą, jak i wycofanie, odseparowanie się. W optymalnych warunkach kontakt jest ciągłym ruchem pomiędzy przyłączaniem się a odłączaniem. Pojęcie to oznacza więc nie tyle kontakt szczególny, ile specyficznie gestaltowski. Uaktualnianie pojęć teorii i terapii Gestalt stało się najważniejszym współcześnie zadaniem terapeutów pracujących w tym paradygmacie.

Podręcznik składa się z czterech części: I. „Podstawowe zasady psychoterapii Gestalt w praktyce klinicznej”, II. „Konteksty i przybliżenia” (m.in. kontekst społeczny, polityczny, rozwojowy), III. „Wybrane sytuacje życiowe” (jak trauma, samobójstwa czy strata i żałoba), IV. „Wybrane problemy kliniczne” (m.in. demencja, depresja, lęk, ataki paniki, borderline, narcyzm). W 33 rozdziałach każdy czytelnik znajdzie coś, co interesuje go szczególnie – pacjenta, którego prowadzi, problem, z którym się zmagają, mechanizm, którego poszukuje, motyw, którego dotąd nie widział. Każdy znajdzie też coś dla siebie nowego, czego dotąd nie wiedział, z czego nie zdawał sobie sprawy, co widział inaczej, czego nie doceniał...

Czy podręcznik, który tak szeroko omawia psychopatologię i który zawiera wszystkie proponowane w ostatnim dwudziestolecu aktualizacje i teorii, i terapii, jest rewolucyjny? W takim sensie, w jakim wciąż, jak sądzę, rewolucyjna pozostaje sama terapia Gestalt – z pewnością jest! Jaki inny paradygmat dostrzegłby, że „cała istota pacjenta [borderline – K.D.-R.] dąży do ochrony zarysu self, z harmonią i z godnością”? Że usiłuje w ten sposób, w kontakcie granicznym, przezwyciężyć swoje cierpienie (zob. rozdział 30 „Borderline. Zranienie kontaktu”)? Poza Gestaltem trudno o podejście, które znalazłoby



tak dobroczynne, a nawet wielkoduszne słowa dla opisanego pacjenta, który wielu jawi się jako impulsywny, nieprzewidywalny, destrukcyjny i który niemal z definicji nieustannie dąży do wyprowadzenia terapeuty z równowagi! Postawa terapeuty to nie przeciwprzeniesienie, lecz odzwierciedlanie, dialog i wsparcie.

Namawiam, by do podręcznika zajrzeć już dla samego rozdziału 12 „Wstyd”. Kto jeszcze bowiem, prócz gestaltysty, powie nam, że nie można zawstydząć dziecka i pozostawiać go z tym wstydem samego? Wówczas bowiem, wyjaśnia Jean-Marie Robine, rodzic „wyrzeka się wszelkiej odpowiedzialności za uczucia dziecka, tak jakby nie brał udziału w podsuwanym afekcie”. Czyż nie pozwala nam to zobaczyć czegoś, czego dotąd nie dostrzegaliśmy?

Jak napisał Joel Latner, terapia Gestalt nie tylko „usuwa przeszkody”. Terapia ta ćwiczy w dostrzeganiu tego, co dotąd było dla nas niewidzialne; uczy tolerowania, a nawet entuzjazmu dla tego, co ignorowaliśmy lub czego unikaliśmy. Rozbudza apetyt na chwile „bez przeszkód” i pozwala odzyskać nasze naturalne pragnienie takich chwil (Latner 1996: 83).

Na końcu dodajmy jednak pewne, istotne „ale”. Szkopuł, czyli niedogodność, jaką podręcznik stwarza, polega na tym, że jest wymagający. Wymaga naszego udziału, naszej, podczas lektury, obecności. Wymaga powolności w czytaniu, „przeżuwania”, namysłu, powrotów do tego, co przeczytaliśmy przed chwilą. O dorobku Paula Goodmana ktoś powiedział, że każdą jego stronę charakteryzuje nie tylko oryginalność i blask, ale też mądrość pozostawiania czegoś „do przemyślenia”. To także wartość tego podręcznika – trzeba się nad wieloma zdaniami zatrzymać, by zobaczyć, że napisano je specjalnie dla nas. Wtedy jednak będziemy lepiej rozumieli to, co robimy, będziemy lepiej rozumieli to, co robią nasi pacjenci, i ostatecznie to, co („tu-i-teraz”) dzieje się wokół nas.

Czytając, pamiętajmy, że „duch” Gestaltu ze swej natury jest bardziej emocjonalny niż intelektualny, że wymaga osobistego doświadczenia, osobistego, uczestniczącego przeżycia. Wciągający i poruszający w przekazie bezpośrednim, bywa trudny w przekazie pisanym, a czasem, zwłaszcza dla nie-gestaltystów, może okazać się zbyt hermetyczny. Trudność tę w swojej „biblii” Gestalt (1951) Perls wyraził otwarcie: „opisana tu teoria Gestalt – czytamy – jest zrozumiała tylko dla czytelnika z mentalnością Gestalt. By jednak nabyć tę mentalność, czytelnik musi... przeczytać książkę” (!).

Czy zatem jest to podręcznik dla każdego, czy tylko dla wtajemniczonych, znających ducha paradygmatu – terapeutów Gestalt? Niewątpliwie dobrze jest być przygotowanym do tej lektury, lecz może warto też dać się zaskoczyć?

Czytelnik wie przecież, co to jest wstyd, czym są ataki paniki, przeżył stratę, doświadczył lęku, jest lub będzie terapeutą, jest lub będzie rodzicem, jest człowiekiem. Więc może nie jest to lektura zbyt hermetyczna, lecz przeciwnie – dostępna i otwarta? Może jesteśmy dostatecznie wtajemniczeni?

*Krystyna Drat-Ruszczak*  
*dr hab., prof. Uniwersytetu SWPS*

Sopot, 20 października 2016 r.