



Prefață: Modelul Gestalt în context

Gordon Wheeler

Editorii

Contribuții

Introducere

Gordon Wheeler

Partea 1. Teorie

1. Sarcinile intimității: Reflecții asupra unei abordări Gestalt a lucrului cu cuplurile, *Gordon Wheeler*
2. Contact și alegere: Lucrul gestaltist cu cuplurile, *Judith Hemming*
3. Organizarea sinelui și dialogul, *Hunter Beaumont*
4. Procese de organizare experiențială în sistemele de cuplu și familie, *Netta R. Kaplan și Marvin L. Kaplan*

Partea a II-a. Aplicații

5. Terapia cuplurilor formate din persoane recăsătorite, *Patricia Papernow*
6. Terapia Gestalt pentru cupluri gay: Lărgirea fondului terapeutic de conștientizare, *Alian Singer*
7. Terapia Gestalt de cuplu cu lesbiene: aplicarea teoriei și practicii la experiența lesbianismului, *Fraelean Curtis*
8. Terapia cuplurilor recăsătorite la nivel de sistem, *Isabel Fredericson și Joseph H Handlon*
9. Grupul Gestalt de cupluri, *Mikael Curman și Barbro Curman*
10. Supraviețuitorii traumelor și partenerii lor: O abordare Gestalt
Pamela Geib și Stuart Simon

Partea a III-a. Perspective

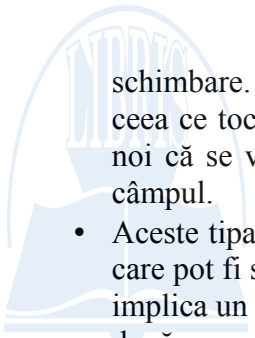
11. Rușinea cuplurilor: O problemă neabordată, *Robert Lee*
 12. Intimitate și putere în relațiile pe termen lung: O perspectivă Gestalt-terapie – Sisteme, *Joseph Melnick și Sonia March Nevis*
 13. Gramatica Relației. Terapia Gestalt cu cuplurile *Cynthia Oudejans Harris*
 14. A oferi și a primi, *Richard Borofsky și Antra Kalnins Borofsky*
 15. Estetica terapiei Gestalt de cuplu *Joseph Zinker*
- Epilog: Lentila estetică, *Stephanie Backman*

Pe cititorul care cunoaște modelul Gestalt doar în versiunea workshop-urilor târzii ale lui Perls, cu psihodrame și scaune goale, îl așteaptă o surpriză în volumul prezent – una plăcută și instructivă, credem noi. În loc de confruntarea, individualismul dus la extrem și ritmurile percutante ale modelului perlsian, avem aici o perspectivă Gestalt foarte diferită, una care vine pe linia lui Kurt Lewin, Kurt Goldstein, Laura Perls, Fritz Perls (în special opera sa timpurie), Paul Goodman, Isadore Fromm și mulți alți autori Gestalt din ultimii douăzeci de ani – familiile Nevis și Polster, Yontef, Zinker și alții. Mulți dintre ei au fost profesorii noștri și toți, în feluri diferite, pun accentul pe teme precum: contact și context, dialog, creștere în relație, perspectivă fenomenologică și o viziune constructivistă asupra sinelui ca „organizator al câmpului” și artist al vieții. Și pentru că această abordare este foarte diferită de unele preconcepții obișnuite merită să luăm în considerare, pe scurt, ce este acest model și cum anume se integrează el în contextul mai larg al modelelor psihologice și psihoterapeutice. Discuția va fi scurtă deoarece, până la urmă, întreaga istorie a psihologiei, ca știință, și a psihoterapiei, ca disciplină și practică în cadrul acestei științe, se întinde pe ultima sută de ani – suficient de mult încât să ofere o perspectivă, dar poate prea puțin pentru a permite un rezumat al câtorva curente dominante.

Modelul Gestalt în contextul altor modele

A trecut deja un secol întreg de la începuturile modelului Gestalt despre percepție, model care a revoluționat complet modul în care înțelegem cogniția și experiența umană. Odată cu trecerea timpului noi putem înțelege, mai bine decât o făceau creatorii acestui model, unele dintre implicațiile acestei perspective asupra comportamentului, afectului, cogniției și semnificației – componente intrinseci ale experienței. Unele dintre aceste implicații sunt:

- Noi percepem întreguri, nu bucăți și părți sau „stimuli” individuali care se cumulează, așa cum susțineau vechile modele asociaționist și comportamental; noi soluționăm întregul câmp în același timp sau încercăm să facem asta, iar părțile capătă sens în relație cu acest context de înțelegere.
- Ceea ce noi experimentăm este această soluționare a câmpului în întregul său; felul în care experimentăm un eveniment dat nu își are originea în evenimentul în sine, ci în semnificația pe care i-o atașăm. Psihoterapia, indiferent de terminologia unei școli anume, trebuie să înglobeze explorarea acestei *semnificații construite*.
- Acest lucru înseamnă că nu există a vedea fără a interpreta, așa cum nu există percepție care să nu includă pe a simți și a evalua. Nu există experiență care să fie anterioară semnificației: ambele apar din aceeași acțiune și același proces de a prelua lumea în interiorul nostru. Acesta este un punct de vedere confirmat de cercetările neurologice contemporane care arată, într-o măsură din ce în ce mai mare, implicarea întregului creier în organizarea percepției și cogniției, precum și medierea percepției și memoriei de către afect.
- Comportamentul nostru nu este niciodată produsul simplu al „impulsurilor” interne și „programelor de consolidare”, după cum susțin modelul clasic freudian și cel comportamental. Apetitul, impulsurile și condiționările, toate pot fi importante în anumite momente, însă comportamentul nostru efectiv este întotdeauna mediat și organizat în termeni de „cartografiere” sau soluționare a întregului câmp, a întregului context al riscurilor și resurselor percepute în relație cu nevoile și scopurile pe care le simțim. Același lucru se aplică și perspectivei sistemice. Adesea, modelele sistemice vorbesc ca și când „forțele sistemice”, „homeostazia” și altele asemănătoare ar fi „lucruri” adevărate și nu doar modele sau descriptori. În viziunea Gestalt condițiile sistemice fac parte din câmp într-o măsură mare dar, din nou, ceea ce contează este modul propriu, construit subiectiv, de înțelegere a ceea ce reprezintă acele condiții sistemice, mod care, ulterior, conturează și mediază răspunsurile persoanei. Cu alte cuvinte, nu viziunea noastră asupra sistemului de cuplu este cea care contează și care necesită explorare, ci viziunea membrilor cuplului.
- Acest lucru înseamnă, la rândul său, că noi nu acționăm și reacționăm ca răspuns la evenimente în sine, ci ca răspuns la propria noastră percepție asupra *tiparelor* de evenimente și semnificației lor „în câmp”, tipare care ne ajută să ne orientăm în circumstanțe în



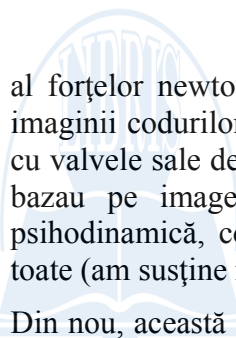
schimbare. Gândiți-vă, noi chiar trebuie să fim „programați” în acest fel: până la urmă, nu ceea ce tocmai s-a întâmplat are valoare predictivă sau de supraviețuire, ci ceea ce credem noi că se va întâmpla în continuare – ceea ce este o funcție a modului în care înțelegem câmpul.

- Aceste tipare și moduri de înțelegere sunt construcții, ipoteze și așteptări subiective cu sens care pot fi sus ținute și împărtășite de un cuplu, o familie sau un grup social mai larg, sau pot implica un conflict între două persoane sau membri ai cuplului/ familiei, sau un conflict între două grupuri. Pentru terapie, din nou, din punctul de vedere al oricărei școli, este de o importanță crucială să aducem la suprafață sau să „deconstruim” aceste așteptări, care pot să nu fie conștientizate până la momentul în care începem să vorbim despre ele.
- Atunci când avem de-a face cu alți oameni reacțiile și acțiunile noastre nu se bazează pe comportamentul lor în sine, ci pe propria noastră înțelegere proiectivă referitoare la motivele și sentimentele care stau în spatele comportamentelor *acelor oameni*. Acest mod de înțelegere constituie întreaga bază a teoriei atribuirii, din psihologia socială, și derivă, în mare, din opera lui Kurt Lewin. Din punct de vedere clinic și al dezvoltării acest lucru înseamnă că, în esență, modelul Gestalt este unul interactiv, într-un mod care nu este întotdeauna sau deloc specific modelelor psihodinamic, comportamental și sistemic.
- Din nou, realitatea noastră experiențială este întotdeauna o construcție subiectivă creată printr-o integrare a ceea ce vedem „în afară”, în acest moment („figura”, în terminologia Gestalt), cu supozițiile și așteptările percepute pe care noi le aducem în acest moment („fondul”, în termeni gestaltiști, „transfer” în limbaj psihanalitic).
- Pentru ca un comportament să se schimbe într-un mod durabil trebuie să existe o schimbare în realitatea subiectivă, în această „hartă” construită sau fond al percepțiilor, așteptărilor și credințelor din trecut, care sunt „cauza” dinamică prezentă a comportamentului (în sensul de „condiții de control”, și care sunt în interacțiune cu presiunea creată de ceea ce este „acolo afară”)
- Atunci când spunem învățare ne referim la o schimbare de acest fel în „harta noastră”, în semnificația pe care am construit-o, astfel încât o nouă înțelegere a lumii să ne con figureze comportamentul în viitor. Într-un mod diferit. Din nou, acest lucru este valabil pentru orice model de învățare. Din perspectiva Gestalt a percepe, a asculta, a învăța și a reorganiza comportamentul sunt, în sine, același proces, toate testează o nouă „figură a atenției” pe fondul unei înțelegeri anterioare, și viceversa.
- Nu puteți vedea semnificația, sentimentul sau trăirea. Dacă doriți să aflați cum își construiește subiectul câmpul trebuie să-l întrebați sau să testați asta printr-o intervenție și de-abia apoi să întrebați. Această testare reprezintă metodologia lui Lewin de „cercetare prin acțiune” în aplicație clinică. Dacă doriți să cunoașteți regulile și structurile invizibile ale unui sistem („fondul”), prezentați o „figură” nouă (o intervenție sau experiment) și urmăriți modul în care sistemul îi face față. Reacția persoanei, cuplului sau familiei devine apoi subiectul dialogului. Dacă dorim să apară o înțelegere sau învățare nouă care înseamnă, de fapt, o schimbare în structura fondului, trebuie să acordăm o importanță crucială condițiilor în care are loc acest dialog. Aceasta este perspectiva fenomenologică a modelului care înseamnă, pur și simplu, că acesta își ia angajamentul să înțeleagă cum anume arată lumea, cum este organizată și construită semnificația din punct de vedere al pacientului sau clientului – toate lucrurile pe care oamenii poate că nu le recunosc în cuvinte, dar pe care le articulează, în parte, pentru prima oară, în cadrul acestui dialog. De aceea, modelul Gestalt preia tradiția fenomenologică din filosofie și o fundamentează în lumea empirică și intersubiectivă a laboratorului și practicii clinice.
- Pentru terapeut sau pentru înșiși membrii cuplului, faptul de a cunoaște o persoană trebuie să se refere la această activitate de construire pe care o face acea persoană, din punctul ei de vedere, atât din perspectiva procesului, cât și a conținutului. Asta înseamnă intimitatea – să cunoști lumea interioară a unei persoane, sau „fondul”, și să-ți faci cunoscută propria lume interioară. Acest lucru face ca intimitatea și procesul intim să fie calitativ diferite de alte

tipuri de procese interpersonale.

- Această viziune depinde de punctul de vedere. Realitățile multiple – în cuplu, familie, grup și sistem social – nu sunt doar inevitabile, ele sunt materia primă a contactului, dialogului și schimbului, dar și a conflictului, „rezistenței” și, de fapt, a creativității. Implicațiile acestui lucru pentru terapie, și în special pentru terapia de cuplu, sunt directe și importante, la fel ca și în cazul multor sau tuturor punctelor de mai sus.
- În cele din urmă faptul de a influența o altă persoană, dincolo de faptul de a-i oferi stimuli de recompensă sau durere, înseamnă „să pătrunzi în interiorul” lumii sale, în acest fel, sau, cel puțin, într-o asemenea măsură încât să creezi posibilitatea de a organiza acea lume într-un mod diferit, cu consecințe pentru comportamente și trăiri viitoare. Chiar și în configurarea unor programe comportamentale și unor factori de consolidare comportamentală eficienți, noi trebuie să știm multe lucruri despre cum arată lumea pentru persoana pe care dorim s-o influențăm, ce anume îndrăgește ea, ce vrea, la ce se așteaptă sau de ce îi este frică; altfel, factorii de consolidare a comportamentului pe care îi oferim vor rata ocazia. Din nou, diferențele pe care această perspectivă le aduce în terapia individuală, de cuplu și terapia de familie sunt provocative și profunde.

În mod fundamental modelul gestalt este un model constructivist și „deconstructivist”, intersubiectiv, dialogal și fenomenologic în observațiile sale bazale, precum și în miezul său teoretic și fenomenologic. Cu alte cuvinte, el se bazează pe perspective pe care un număr de alte metode se străduiesc astăzi să le încorporeze, în special pe măsură ce încearcă să treacă de la o poziție de „sine-în-izolare”, la o teorie mai bine adaptată pentru a se ocupa de experiență în contextul unui cuplu sau al unei familii. (O muncă foarte fructuoasă în acest sens este activitatea de la Stone Center, cu al său model de „sine-în-relație”, bazat pe o perspectivă feministă asupra dezvoltării.) Prin *fenomenologic* ne referim pur și simplu la faptul că încercăm să înțelegem structura și dinamica construcției experienței în sine. În modelul Gestalt, noi vedem perspectiva fenomenologică nu doar ca pe un angajament clinic sau etic față de integritatea experienței proprii pacientului, ci chiar ca pe o cheie către o schimbare comportamentală, din motivele subliniate pe scurt, mai sus, și elaborate, pe larg, în capitolele care urmează. În același timp, vom argumenta că acest „constructivism fenomenologic” este calea cea mai promițătoare către țelul îndelung căutat și mereu îndepărtat al unei teorii unificatoare a câmpului experienței și comportamentului, teorie care ar unifica sau, cel puțin, ar pune într-un context variatele aplicații și teritorii ale domeniului extrem de divers pe care îl reprezintă psihologia însăși, de la neuropsihologie la subiectivism și de la munca clinică la domenii specifice de aplicare, trecând prin diferite „niveluri ale sistemului” – cuplu, familie, grup, organizație și întreaga societate. Pentru terapeutul care lucrează în special cu cupluri și familii, în maniera în care o facem noi, și anume pe pîscul viu al nivelului intrapsihic și al celui interpersonal, ar fi un avantaj mai mare dacă ar avea un limbaj unic în care să vorbească despre individ, relație, dinamici sistemice, decât dacă ar trebui să schimbe constant direcția, așa cum facem noi acum, trecând de la un nivel la altul. Fără să pretindem că modelul Gestalt, așa cum este el în prezent, se află pe undeva prin preajma acestui țel mai vast, împărțit de toată lumea, dorim, totuși, să remarcăm (și sperăm să demonstrăm în capitolele următoare) faptul că, pentru terapeutul de cuplu, unul din punctele forte ale acestui model constă în flexibilitatea cu care se mișcă printre niveluri diferite de atenție și intervenție – lucru care a fost dintodeauna un punct remarcabil al abordărilor psihodinamică, sistemică și comportamentală, din care se trage, în parte, Gestalt-ul, și pe care încercăm să le integreze. Orice model este, desigur, o hartă sau o analogie, ceva ce leagă nefamiliarul de familiar prin faptul că selectează și se concentrează pe câteva teme centrale. Un bun mod de a caracteriza orice model – și de a evalua cât de bine „se potrivește” cu stilul și valorile noastre particulare – este acela de a examina metaforele fundamentale prin care modelul reduce particularitățile infinite ale câmpului la întreguri organizate, mai simple. Metaforele centrale ale modelului Gestalt provin din viziunea contextuală și cea holistă asupra evoluției și ecologiei, a relativității și indeterminării. De aceea modelul vorbește despre organism și dezvoltare, organizare și contact, sinele ca subiect, frontieră, energie și câmp. Acest lucru contrastează puternic cu modelul clasic freudian și cu cel comportamental, care își iau analogiile din vocabularul științific mai vechi



al forțelor newtoniene și acțiunii la distanță, cauzalității lineare, obiectelor, și nu subiecților, al imaginii codurilor telegrafice din secolul al nouăsprezecelea, al hidraulicii și locomotivei cu aburi, cu valvele sale de presiune și traiectoriile sale fixe. În mod similar, modelele sistemice mai vechi se bazează pe imageria mecanicistă deși cu siguranță toate aceste trei mari tradiții clinice – psihodinamică, comportamentală și sistemică – au evoluat considerabil de-a lungul secolului, și toate (am susține noi) într-o direcție gestaltistă a „câmpului în întregul său”.

Din nou, această orientare către „un model al câmpului” face din Gestalt o perspectivă deosebit de potrivită pentru a vorbi despre câmpul social intersubiectiv al cuplului, familiei, locului de muncă sau grupului, sau, după cum am spune în termeni gestaltiști, despre lumea internă, intersubiectivă a individului însăși. Modul în care se întâmplă acest lucru, în teorie, dar și în aplicația clinică, îndeosebi pentru terapeutul de cuplu, constituie materialul următoarelor capitole. Aceste