

**Mieli bendraminčiai, bičiuliai, kolegos,**

Nuoširdžiai sveikinu Jus Švenčių proga bei linkiu mums visiems jautraus atidumo ir šviesaus suvokimo, kūrybiškos energijos ir įdomios veiklos, pilnatvę teikiančio gyvenimo, meilės, džiaugsmo ir laimės!

LGA prezidentas Rytis Stelingis

### KVIETIMAS

**2019 m. gruodžio mėn. 30 d. vyks LGA naujametinis karnavalas!**

Pradžia – 19 val.

Karnavalo tema: **"Kūrybinė tuštuma ir patyriminis derlingas pobūvis"**

Karnavalo metu galėsime:

- Kūrybiškai pažvelgti į save ir bendraminčius;
- Patyrinti kieno kūrybinė tuštuma tuštesnė/pilnesnė;
- Stebėti ar tuštuma gali būti derlinga ir jei taip, kas joje auga?
- Sustoti bet kurioje patyrimo rato fazėje, nebūtina visko išbaigti.

**DĖMESIO!** Nekūrybiškai prisitaikę į pobūvį įleidžiami su kodu „Kas aš?“ ☺



Įgyvendinti karnavalo misiją padės: mūsų visų suneštos vaisės, vynas, muzika ir šokiai.

Tikrai vyks: tradicinis keitimasis dovanėlėmis. Prašome atsinešti dovanėlę: orientacinė dovanėlės kaina 5-10 eurų.

Vakarėlio vieta: Laisvės al. 84-9, Kaunas (Kauno geštalto studijų centras).

Vakarėlio data: 2019 m. gruodžio 30 d. Pradžia - 19 val.

***Linksmų Šv. Kalėdų, prasmingų ir kūrybiškų 2020-ųjų!***

## REIŠMINGIAUSI PRAĖJUSIŲ METŲ ĮVYKIAI

### ❖ 2018 m. gruodžio mėn. 28 d. LGA naujametinis karnavalas.

Naujametinio karnavalo metu, kurio tema buvo „Sukis patyrimo ratu čia ir dabar“ ☺, turėjome progą suktis patyrimo ratu. Galėjome suktis vieni, o esant poreikiui su kuo nors apsiungti; suktis savo autentišku tempu ir pažinti savo būdą; ar stebėti kitus ir autentiškai judėti kartu; sustoti bet kurioje patyrimo rato fazėje, nebūtinai viską išbaigiant; palaikyti savo kūrybinę įtampą mobilizacijos fazėje; ar net nevargti išsąmoninant poreikius jutimų fazėje; galėjome racionalizuoti tiek, kiek telpa,.. linksmi pasitinkant artėjančius Naujuosius metus! ☺



### ❖ 2019 m. gegužės mėn. 18 d. LGA suvažiavimas/konferencija.

#### • LGA suvažiavime buvo aptarti šie pagrindiniai klausimai ir priimti nutarimai:

1. LGA prezidentas Rytis Stelingis pristatė asociacijos veiklą per ataskaitinius metus.
2. Pristatyta LGA finansinė ataskaita.
3. Į LGA priimti nauji nariai.
4. Išrinkta nauja LGA valdyba, LGA prezidentas, viceprezidentas, sekretorė, revizijos ir etikos komisija. (žr. <http://www.lga-gestalt.lt/struktura-6/lt/>). LGA prezidentu išrinktas Rytis Stelingis, LGA viceprezidentu Aidas Giedraitis, LGA sekretore Jurgita Vozgirdaitė-Kučaitienė, LGA valdybos nariais taip pat išrinktos Laima Sapežinskienė, Lina Jurkštaitė-Pačėsienė, Gražina Sapiegienė, Aidana Lygnugarytė-Grikšienė, Nijolė Lukošienė.
5. Įdiegtas LGA supervizoriaus sertifikatas ir suteikti pirmieji Lietuvos geštalto supervizoriaus sertifikatai (žr. <http://www.lga-gestalt.lt/lga-sertifikatas/lga-sertifikuoti-supervizoriai-28/lt/>)
6. Patvirtinta 2019 m. LGA vasaros stovyklos vieta, data bei preliminarus tvarkaraštis.
7. Pristatytos Lietuvos psichoterapijos asociacijos (LPtA) naujienos.

#### ❖ LGA konferencijoje “Kūrybinė tuštuma geštalto terapijoje: teoriniai ir praktiniai tyrinėjimai.” „skaityti pranešimai (”LGA naujienų Nr.19 priede“ yra pateikti skaitytų pranešimų pristatymai):

1. „Terapija be savasties: derlingos tuštumos ir savasties proceso tyrinėjimas iš geštalto terapijos ir budistinės perspektyvos“. *Dr. Rytis Stelingis.*
2. „Trauma - geštalto terapijoje“. *Aidana Lygnugarytė - Grikšienė.*
3. „Karo veterano patyrimų analizė geštalto psichoterapijos požiūriu: „Kūrybinės tuštumos“ paieška“. *Jurgita Kuliešienė, Asta Lygnugarytė, dr. Laima Sapežinskienė.*
4. Post-teminis pranešimas: „Asmens duomenų apsaugos reikalavimų taikymo geštalto psichoterapijoje praktiniai aspektai“. *Asta Lygnugarytė.*





❖ **2019 m. liepos mėn. 5-6-7 d. LGA vasaros stovykla.**

Jau devintą kartą LGA vasaros stovykla vyko išpūdingoje vietoje: Aukštaitijos nacionaliniame parke, Miškiniškės kaime, Minčiagirės kaimo turizmo sodyboje.

LGA vasaros stovykloje buvo praversti šie užsiėmimai:

- Kūno/psichofiziniai procesai: Joga ir Tibeto dainuojantys dubenys (praktinis užsiėmimas). Vadovė: Diana Gabriėolaviėiūtė.
- Geštalto dėmesingo įsisąmoninimo (mindfulness) praktika ir jos panaudojimas geštalto terapijoje. (praktinis užsiėmimas). Vadovas: Rytis Stelingis.
- Terapija ant tatamio. Vadovė: Joana Auėzbikaviėienė.
- Geštalto grupė (praktinis užsiėmimas). Vadovas: Rytis Stelingis.

Stovykloje ne tik dalyvavome praktiniuose užsiėmimuose, bet ir smagiai leidome laiką kartu: apsiėjungdavo ir suaugę ir vaikai, žaidimams ar pokalbiams, lauke ir prie bendro stalo, o šeštadienio vakaras tradiciškai išsiskyrė pasivanojimu kaimiškoje pirtyje, maudynėmis ir šventine vakarone. ☺



❖ **2019 m. rugsėjo mėn. 19-22d. 13-oji Europos geštalto terapijos asociacijos (EAGT) konferencija (Budapeėstas, Vengrija).**

- Šioje EAGT konferencijoje dalyvavo trys LGA nariai: Rytis Stelingis, Lina Jurkėstaitė-Paėėsienė, Jurgita Kulieėienė.
- LGA prezidentas Rytis Stelingis atstovavo Lietuvos geštalto asociaciją Europos nacionalinių geštalto terapijos organizacijų atstovų susirinkime.
- Šioje EAGT konferencijoje:
  - Rytis Stelingis pravedė seminarą „Therapy without the self: exploring the fertile void and selfing process from Gestalt therapy and Buddhist perspectives“ (Terapija be savasties: derlingos tuėtumos ir savasties proceso tyrinėjimas iš geštalto terapijos ir budistinės perspektyvų).
  - Lina Jurkėstaitė-Paėėsienė ir Jurga Kulieėienė pristatė tris stendinius praneėimus:

- Gestalt Therapy for Dependent people: Fertile and Futile Void's Continuum. (Geštalo terapija priklausomiems žmonėms (Derlingos ir beprasmės tuštumos kontinuumas) Autorės: Lina Jurkškaitė-Pačėšienė, Laima Sapežinskienė.
- Silence and Dialogue in Pair/Family Gestalt Psychotherapy: Can Fertile Void Apply as an Experiment? (Tyla ir dialogas poros / šeimos geštalo psichoterapijoje: ar galima taikyti „Kūrybinę tuštumą“ kaip eksperimentą?). Autorės: Jurgita Kuliešienė, Lina Jurkškaitė-Pačėšienė, Laima Sapežinskienė.
- The Fertile Void in Individual Gestalt Psychotherapy (Kūrybinė tuštuma individualioje geštalo psichoterapijoje.) Autorės: Lina Jurkškaitė-Pačėšienė, Laima Sapežinskienė.



❖ **2019 m. spalio mėn. 19 d. Teorinis-praktinis seminaras "Europos geštalo terapijos asociacijos (EAGT) 13-os konferencijos pristatymas".**

- Šiame seminare konferencijos patyrimais ir žiniomis dalinosi LGA nariai Rytis Stelingis, Lina Jurkškaitė-Pačėšienė, Jurgita Kuliešienė, kurie 2019 m. rugsėjo mėn. 19-22 d. dalyvavo 13-oje EAGT konferencijoje (Budapeštas, Vengrija).
- Seminaro metu buvo pristatyta:
  - Europos geštalo terapijos asociacijos (EAGT) konferencija 13-oji Europos geštalo terapijos asociacijos (EAGT) konferencija An Experiential Exploration: The Fertile Void and Creative Indifference (Patyriminis tyrinėjimas: derlinga tuštuma ir kūrybinis neutralumas).
  - EAGT konferencijos seminarai ir pranešimai, kuriuose dalyvavo Rytis Stelingis, Lina Jurkškaitė-Pačėšienė, Jurgita Kuliešienė.
  - Naujausios knygos geštalo terapijos srityje.
  - Seminaras susidėjo iš vaizdinės medžiagos bei teorinių ir praktinių užsiėmimų.



❖ **2019 metai. LGA narystė.**

- Į LGA asocijuotus narius priimti: Ingrida Naburaitienė, Renata Mizgaitienė, Ieva Dambrauskaitė, Jurgita Šiuipienė, Ingrida Hiunni. Į LGA tikruosius narius priimti: Teresė Kaminskaitė, Lilija Vitkauskienė, Jelena Litvinenko, Laurai Ragulskytė Pavliuk.

❖ **2019 metai. LGA sertifikatai.**

- 2019 metais Lietuvos geštalo asociacija suteikė devyniolika LGA sertifikatų.
- Lietuvos geštalo konsultanto sertifikatai buvo suteikti Raimondai Bliūdžiuvienei ir Daivai Malūkienei (žr. <http://www.lga-gestalt.lt/lga-sertifikatas/lga-sertifikuoti-konsultantai-23/lt/>).
- Lietuvos geštalo psichoterapeuto sertifikatai buvo suteikti Svaigai Beinorienei, Aušrai Varneckienei, Teresei Kaminskaitei, Lilijai Vitkauskienei, Jelenai Litvinenko, Laurai Ragulskytei Pavliuk, Sonatai Zumbrickienei, Eglei Deksnienei (žr. <http://www.lga-gestalt.lt/lga-sertifikatas/lga-sertifikuoti-psichoterapeutai-22/lt/>).

- Lietuvos geštalto supervizoriaus sertifikatai buvo suteikti Ryčiui Stelingiui, Aidiui Giedraičiui, Laimai Sapežinskienei, Linai Jurkštaitei-Pačėsienei, Gražinai Sapiegienei, Daivai Tumasonytei, Jurgitai Vozgirdaitei-Kučaitienei, Svaigai Beinorienei, Aušrai Varneckienei. (žr. <http://www.lga-gestalt.lt/lga-sertifikatas/lga-sertifikuoti-supervizoriai-28/lt/>).
- ❖ **2019 metai. EAGT sertifikatai.**
  - Europos geštalto terapijos asociacija (EAGT) suteikė Europos geštalto psichoterapeuto sertifikatus LGA nariams: Aušrai Žiobakienei, Veronikai Daugėlienei, Jelenai Litvinenko, Teresei Kaminskaitei, Lilijai Vitkauskienei, Jelenai Litvinenko, Laurai Ragulskytei Pavliuk. (žr. <https://www.eagt.org/joomla/index.php/2016-02-25-22-21-51/members-new-grid>).
- ❖ **2019 metai. Veikla Lietuvos psichoterapijos asociacijoje.**
  - LGA prezidentas Rytis Stelingis atstovauja Lietuvos geštalto asociaciją skėtinėje Lietuvos psichoterapijos asociacijoje - Lietuvos psichoterapijos asociacijoje (LPtA), kuri šiuo metu vienija 11 skirtingų psichoterapijos krypčių asociacijų ir draugijų.
  - 2019 m. gegužės mėn. 14 d., dr. Rytis Stelingis išrinktas LPtA psichoterapeutų sąvado sekretoriumi.
  - LPtA psichoterapeutų sąvadas buvo paskelbtas ir pristatytas visuomenei 2018 m. vasario mėn. 10 d.
  - Į LPtA psichoterapeutų sąvadą įtraukti psichoterapeutai, kurie priklauso į LPtA sudėtį įeinančioms asociacijoms/draugijoms bei atitinka LPtA įstatuose nustatytus psichoterapeuto kvalifikacijos reikalavimus.
  - Šiuo metu į LPtA psichoterapeutų sąvadą yra įtraukti 242 psichoterapeutai priklausantys vienuolikai į LPtA sudėtį įeinančioms asociacijoms/draugijoms, tarp jų 20 geštalto psichoterapeutų – LGA tikrųjų narių.
  - LPtA psichoterapeutų sąvadas yra skelbiamas Lietuvos psichoterapijos asociacijos svetainėje: <http://psichoterapijasociacija.lt/psichoterapeutu-savadas/>.
- ❖ **ANONSAS.** Kviečiame dalyvauti 23-oje LGA konferencijoje, kuri įvyks 2020 m. gegužės mėn. 18 d. Kaune, Laisvės al. 84-9.
  - Numatoma konferencijos tema: „Ribinės, narcistinės ir šizoidinės asmenybės adaptacijos geštalto terapijos požiūriu: teorija ir praktika“.
  - Konferencija skirta visiems, kurie domisi geštalto terapijos teorija ir metodika bei praktiniu jos panaudojimu profesinėje ir asmeninėje veikloje.
  - Kviečiame visus norinčius konferencijoje teoriškai pristatyti ar praktiškai demonstruoti teorinius, mokslinius bei praktinės patirties pasidalinimus apimančius pranešimus, atsiųsti trumpus (iki 1 psl.) savo pranešimų aprašymus iki gegužės mėn. 1 d. LGA valdybai el. paštu: [rytis@gestalt.lt](mailto:rytis@gestalt.lt) ir [marija1000@gmail.com](mailto:marija1000@gmail.com). arba perduoti pranešimo aprašymo kopijas LGA prezidentui Ryčiui Stelingiui (Tel. 8-699-54647). Kviečiame aktyviai dalyvauti!

*Rytis Stelingis*

## GEŠTALTO AKIRATIS

“Geštalto akiratyje” LGA nariai dalinasi savo patyrimais ir žiniomis, kūrybinėmis mintimis ir idėjomis, atspindinčiais besivystantį, kūrybišką ir įvairiapusį geštalto terapijos pasaulį.

### Laiškai iš Budapešto

Man pokyčiai, atradimai, patyrimai, nuotykiškai prasideda nuo laiku paklausto labai gero klausimo. Teigiamai atsakiusi į klausimą: "ar noriu prisidėti padėdama parengti stendinį pranešimą konferencijai Budapešte ir ten važiuoti?", pačią gražiausią rudens dieną, savo gimtadienį, išskridau į Budapeštą, dalyvauti Europos Geštalto konferencijoje. Tai mano pirmoji profesinė konferencija, todėl turbūt ir išpūdžiai ryškiai nuspalvinti pirmojo karto naujumo džiaugsmo. Be to, pasirinkau keliauti viena, be artimųjų, tuo išpildydama savo seną svajonę - išvažiuoti viena ir turėti visą laiką tik sau. Juokauju, kad konferencijos organizatoriai pagalvojo apie mane ir neleido registruotis į kelerius renginius vienu metu, nes skaitant konferencijos programą, akys raibo nuo galimų variantų apsilankyti įvairiuose seminaruose.

Kiekvienos konferencijos dienos patyrimą užbaigdavau pasivaikščiojimu po sutemusį ir spindintį Budapeštą, skania vengriška vakariene ir laišku apie tos dienos išpūdžius.

Esu, jaučiuosi pripildyta pirmosios konferencijos dienos. Labai džiaugiuosi, kad atvažiuavau. Įdomu pamatyti platesnį Geštalto pasaulį, matyti gyvus autorius, kuriuos skaitau, ar matau cituojamus Lietuvos Geštalto psichoterapeutų moksliniuose straipsniuose.

Posterių spausdinimas ir pakabinimas vyko sklandžiai, man tai buvo svarbu, kad taip būtų. Gera, kad prisigalvotos kliūtys ir liko tik prisigalvotomis. Nėra skirta specialaus laiko posteriams pristatyti, o kai per pertraukas ateiname - tai nebūna daug žmonių, nes visi jie bendrauja, klaidžioja vienu kampuotu koridoriumi ieškodami savo seminaro salės, tai klausinėjančių nėra, bet skaitančių mačiau.

**2019 09 20**

**Orlando, Gaspare**

PANIC ATTACKS Base relational model (MRB),  
Life Cycle and Clinic in gtk

**Roubal, Jan**

The process of change in Gestalt therapy

**Resnick, Bob**

Individual Gestalt Therapy Film  
Screening And Discussion

**Chidiac, Marie-Anne - Denham-Vaughan, Sally**

The Warrior and the Sage:  
Courage and the concept of Ethical Presence

*John Leary Joyce* savo paskaitą pradėjo nepasirodydamas ant scenos, pradėdamas kalbėti iš užkulisių - eksperimentu įmetaforinančiu (sugalvojau naują žodį) *fertile void*. Domėjosi, ką jautė auditorija jo laukdama - kurie pajuto susierzinimą, kurie ramiai laukė, kurie jautė nerimą ir taip iliustravo *fertile void*. Pagalvojau, jog labai kūrybiška taip pradėti paskaitą - nesusierzinau - bet nurašiau tai vengrų prastai organizacijai. Iš jo paskaitos man įstrigo dar toks vienas eksperimentas - kūrybinės tuštumos metafora: jis instruktavo įsivaizduoti savo pradžią: viename savo delne įsivaizduoti kiaušialąstę, ramią, sklidiną, laukiančią, kitame delne vieną spermatozoidą, pilną gyvybės,

kryptingai judantį, tada lėtai artinti delnus vieną prie kito ir juos sujungti, įsivaizduoti kaip tos dvi ląstelės susijungia ir jau naujas ląstelių darinys keliauja link įsitvirtinimo gimdos sienelėje - būtent tas momentas ir yra kūrybinė tuštuma.

Ir dar buvo įdomus jo pasidalinimas, kad jo mama niekuomet nesuprato jo veiklos, visuomet buvo nepatenkinta viskuo gyvenime, ir jis visuomet buvo ne toks, kokio ji tikisi, bet kai ji susirgo Alzheimeriu, ji pamiršo, kuo ji buvo nepatenkinta, o jis patyrė gražiausias tiesiog paprasto būvimo kartu su mama akimirkas. Eilinį kartą pagalvojau, kad požiūris ir buvimas realybėje yra svarbiausia.

*Bob Resnick* paskaita buvo iš tų, kur be skaidrių - tai mano dėmesys, nemaitinamas vizualiais vaizdais visaip šokinėjo. Įstrigo metafora apibūdinanti kūrybišką prisitaikymą ir fiksuotus geštaltus - kailiniai, dėvimi vasario mėnesį Sibire yra gyvybę išsaugantys, o tie patys kailiniai liepos mėnesį Karačyje - gali būti ir mirties nuo perkaitimo priežastimi. Bet patys kailiniai čia niekuo dėti. Dar suskambėjo jo mintis - "teorija nėra gera arba ne, svarbu ar ji naudinga ir ji naudinga, tol, kol naudinga". O Bob Resnick terapinių sesijų įrašai prikaustė mano dėmesį ir iš jų pasiėmiau į savo įrankių skrynutę tokius kelis atradimus: terapija vyksta tada, kai susitinka kliento figūra ir terapeuto figūra, kuri jam kyla būnant su klientu, atveriantis klausimas, susiformavus kliento reikšmingai figūrai, paklausti - ką tu jau žinai apie tai (tą figūrą), kai žmogui nepatogu (*embarrassed*), reiškia jis yra kažkokioje srityje, kuri jam nauja ir norima, o kai jautiesi įstrigęs ar pasimetęs - reiškia esi ne ten, kur nori tuo metu būti, ir jeigu terapinio proceso metu kyla dilema terapeutui, verta su klientu dalintis ta dilema.

Iš *Jan Roubal* seminaro giliai įstrigo mintis - "kai nustoju labai norėti padėti klientui, nesu tarsi barjeras tarp jo ir pokyčio". Ir dar viena metafora man pasirodė vertinga - "kai žiūrime į saulėlydį, neturime lūkesčių, kad jis būtų truputį rausvesnis ar dar koks nors, taip pat ir kai būname su klientu ir neturime jam lūkesčių, nestovime jo pasikeitimo procese kaip stabdis."

*Marie-Anne Chidiac* seminare buvo nagrinėjama drąsos sąvoka, per kario (daryti - angliškai *stepping in*) ir išminčiaus (būti - *opening up*) metaforas - drąsa yra ir susikaupimas ir darymas, ir išbuvimas savo bejėgiškume ir pažeidžiamume. Drąsa yra kažkur per vidurį tarp šių dviejų pozicijų. O labai dažnai visuomenėje drąsa siejama tik su narsumu (kariai, gaisrininkai) ir su rezultatu - gelbėti iš gaisro vaiką arba katiną yra drąsa/narsa, o pulti gelbėti savo pinigines - kvailumas. O iš esmės drąsa - nežinant koks bus rezultatas, išbūti su pažeidžiamumu. Svarbiausia - abu reikalingi, ir karys, ir išminčius.

Buvo pristatytas Marie Anne ir Sally sukurtas modelis, kurį jos naudoja pristatydamos geštaltą ir jo panaudojimą organizacijose - SOS modelis - asmens (*self*), dialogo (*others*) ir field (*situation*) - kuris nusako, jog etiškam, o ne *ego-logical* verslui vystyti jame labai svarbu, kad visos šios trys dalys, kaip trys susiliejančios apskritimai, ir ten kur visi trys susilieja ten yra etiškas buvimas - reiškia atsižvelgiama ir į aplinką arba situaciją, į santykius ir į individą.

Ir pirmos dienos pabaigai trumpa istorija apie vertimą, išgyvenimo pajutimą ir drąsą. Marie Anne seminare, pasidalinimo metu vienas dalyvis iš Rusijos paprašė, ar jis gali savo drąsos istorija pasidalinti gimtąją kalba, nes jam dienos pabaigoje sunku rinkti angliškus žodžius, o jo kolegė išversianti į anglų kalbą. Kai jis pradėjo pasakoti, istorija liejosi jo gimtąją kalba su visais jo patyrimais ir jausmų atspalviais, o jo kolegė, po kiekvieno sakinio prašydavo stabtelėti, kad galėtų išversti, kaskart nutraukdama jos tėkmę (jai matyt buvo baisu, kad neįsidėmės visko, jei leis jam sakyti daugiau nei po vieną sakinį) ir Sally paprašė, kad jis papasakotų savo istoriją rusiškai, kad mes (auditorija) galėtume ją išjausti ir po to jau kolegė išvers trumpai esmę į anglų kalbą (atskirti turinį ir jausmą?). Kolegė ir jis nesuprato, ir jam išvertė - jog jam neleidžia kalbėti - jai versti ir jis tuomet kalbėjo toliau angliškai. Iš karto nutrūko pasakojimo tėkmė, o aš piktinausi, kad jam neteisingai išvertė, tuo labiau ir istorija buvo asmeniška ir skaudi, galbūt tik gimtąją kalba ir pasakoti tinkama. Seminare apie drąsą - aš visa tokia drąsi - neturėjau drąsos pasakyti, kad neteisingai suprato Sally ir drąsos pasisiūlyti po to pasakyti santrauką....

2019 09 21

**Bloom, Dan**

Out of the Night before Being:  
the Other and creative non-indifference

**Kondurov, Sergej**

From emptiness to fertile void:  
glance on a depressive experience

**Resnick, Rita**

Resnick Couples Therapy: A Unique Gestalt  
Field/  
Process Model With Difference as  
Connective Tissue  
From A Fusion Model To A Connection  
Model

Antroji diena, buvo sunkesnė nei pirma, ir prie plenarinės sesijos paskaitų niekaip negalėjau prisijungti. Nežinau, ar todėl, kad jos buvo man per daug filosofiškos ir nesu tiek paruošusi filosofijos namų darbų, todėl man *Friedlander* (jeigu teisingai rašau jo pavardę) analizė kažkaip neprikibo ir po to ėjusi *Gordon Wheeler* paskaita taip pat

nebuvo kažkas tokio wow. Gal turėjau užaukštintus lūkesčius? Visgi *Wheeler!*

Iš *Gordon Wheeler* visdėlto pasiėmiau kelis svarbius momentus: asmeninės neurobiologijos sąvoką - kai kalbame vienas su kitu, mūsų smegenys per akis, uoslę, klausą ir etc. nuskaitymo informaciją ir vienos su kita bendrauja ir tokį paprastą eksperimento tikslo paaiškinimą - "eksperimentą darome tam, kad atskleistume tai, kas yra".

*Dan Bloom* seminarą pradėjo eksperimentu - instruktavo įsivaizduoti, kad miegame, tuomet po vieną žodį, įsijausti į padubimą. Pagalvojau, kad gali būti tinkamas kaip įsižeminimo eksperimentas. O *Dan Bloom* nuomone - tas mūsų prabudimo momentas ir yra *fertile void*. Dar parsivežu, mano nuomone puikią pradžią bet kuriam pranešimui - "per šias kelias dienas, jūs girdėjote daug visko, žinote daug teorijų ir turite praktikos, ir noriu, kad klausydami manęs, nes aš irgi pakartosiu jums žinomų dalykų, ir galbūt pasakysiu naujų, mintis ir idėjas, kurias išgirsite dar kartą perleistumėte per save, ir pasitikrintumėte ką jos jums reiškia".

O po to buvo pietų pertrauka, kurios metu - buvo vienas iš vakar dienos keistų patyrimų. Einame prie savo posterių ir matome, kad jų nėra. Ką? Einame pas organizatorius - kur mūsų posteriai? Supykau, ir toks bjaurus sužeidimo ir nunaikinimo jausmas - kaip taip galima??!! Einame pas organizatorius - klausiu - kur mūsų posteriai?, jos manęs klausia - jums jų reikia?. "Man reikia, kad jie kabėtų," sakau. Organizatorės sako - mes pritrūkome vietos. Viskas labai gražu, kad pritrūkote vietos, bet būtų smagu, kad jie vėl, kabėtų. Organizatorės nenusileidžia: iš Lietuvos buvo tik vienas posteris. Ką??!! Sakau - ne, buvo trys, ir vakar buvo, o šiandien ne??!! Gerai, sugalvosiu kažką. Sugalvokit, sakau. Einam pietauti, su Lina kuriam keršto planus - pykštam ir vis nepalieka tas teisėtoms vietoms po saule atėmimo jausmas...

*Sergej Kondurov* seminaras apie depresiją ir žmogaus patiriamą tuštumą depresijos metu: depresija sergantys pacientai daro viską, kad nuo jos bėgti - kuria sau malonias veiklas, hobius, bet tai nepadeda ir galiausiai depresija gilėja. Jo nuomone depresija sergantis žmogus turi tam tikrą retrofleksijos formą. Ir reikia nebėgti nuo tos tuštumos, o joje išbūti. Pirmas eksperimentas individualus, ir jis jį taiko net ir kaip diagnostinį, vadina kūno skeneriu. Atsisėdi, užsimerki ir esi instruktuojamas pajusti savo kūną, pėdas, blaudas, ir viską, paeiliui iki pakaušio. Tada prisiminti savo būseną iš bet kada kai ir tu, ir pasaulis buvo ok ir į ją įeiti. Autoriaus nuomone - jei pacientas tai sugeba - vadinasi depresija negili.

O tada, šiame seminare manęs laukė viena didžiausių mano pamokų konferencijoje: trumpa konsultacija-eksperimentas, kurio esmė - terapeutui surasti savo būdą būti su klientu jam neviltį keliančioje situacijoje, o eksperimento struktūra - kliento vidinių paramos resursų paieška. Man būdinga rinktis šaltą dušą, žinoma, nė nenutuokiant, kad jis toks bus. Taigi, nėra į eksperimentą - buvau terapeutė. Ir mano klientė buvo terapeutė iš Norvegijos, kuri atsisėdo prieš mane ir iškėlė temą: aš nėščia, darysiu abortą, noriu mirti. Oho, mano įsižeminimas išgaruoja. Jos veide skausmas ir nepasitikėjimas. Pirmiausia noriu reaguoti pasidalindama, kad esu tai išgyvenusi, o tai, ką noriu padaryt - suteikti jai paramą. Žodžių trūksta, balsas ne mano. Ji, tarsi, užsidaro dar labiau. Tada išsigelbėju - klausimu kaip jautiesi? Po to, kaip su tavimi nori, kad būčiau. Apsiverkia, būnu. Tada pagalbos minutės man ir jai, grįžtame į sesiją, kalbame toliau, jaučiu ryšį. Kai tik vėl kažkuo savo pradėdu dalintis, ji užsidaro, ypač kai teikdama paramą pasakau, kad bus gerai viskas galiausiai. Baigiasi laikas. Labai gera pamoka ir patirtis - mano nuolatinis noras daryt daugiau stabdo, o buvimas paprastas veda. Labai faina, kad išdrįsau. Nors stresas buvo toks, kad galvojau *wow*, ar išgyvensiu. Dramatizuoju truputį, tiesiog buvo stiprus išgyvenimas.

Ir dienos pabaigai - *Ritos Resnik* porų terapijos seminaras. Buvo ir jos vyras, jis realiai grojo pirmuoju smuiku, bet tai buvo gražu jų poroje, ne dominavimas, o toks susitarimas. *Resnick* porų terapijos modelyje dominuoja darbas su kiekvieno poros nario skirtumais, ir kaip kiekvienas iš poros narių būna su tais skirtumais. Kaip terapeutai *Resnick* pora nedirba su poros teoriniu modeliu: "two became one and became none", nes svarbiausia - kaip pora gyvena ir save reguliuoja nenunaikindami kiekvieno nario skirtumų.



Buvau juodai pavargusi, namo grįžau pėsčiomis greitu žingsniu, kad išsivėdintų kūnas ir galva. Tada - burtų lazdelė ir graži suknelė - *gala* vakarienė. Maistas buvo skanus labai, ypač vengriška žąsis ir troškinti lengvai marinuoti violetiniai kopūstai. Sutikom Rytį, kuris pasidomėjo kaip pasiekėm, kad mūsų posterius perkabino į geriausią vietą. O, valio! - jie išsprendė situaciją!

Esu pripildyta platesnio geštalto pasaulio, tarsi perskaičiusi ir priėmusi į save kelių skirtingų knygų turinį, praturtėjusi nuo patyrimo, nuo nuoširdaus bendravimo, pamačiusi ir išgirdusi autorių, kurių darbus skaitau, geštalto korifėjus, naktinio Budapešto grožio, nes tik tuomet jį mačiau, dar vis jaučianti guliašinės sriubos skonį, šiandien manau - tai mano geriausia sau gimtadienio dovana, ši kelionė į EAGT Budapeštę. Manau esu tam tikroje kūrybinėje tuštumoje, tarsi dvi susijungusios ląstelės prieš pat įsitvirtinimo momentą gimdos sienelėje. Tuo prasidės kažkas naujo.

*Jurgita Kuliešienė*

Kauno geštalto studijų centro 4-ųjų metų studentė

## GEŠTALTO TERAPIJOS KONFERENCIJŲ EUROPOJE ISTORIJA IR DABARTIS




Europos geštalto terapijos konferencijos, organizuojamos kiekvieną kartą vis kitos šalies geštalto instituto ir Europos geštalto terapijos asociacijos kas tris metus, ir yra tradicinė mokslinės veiklos raiška. Šių konferencijų tikslas - pristatyti geštalto terapijos mokslinių tyrimų, atliktų įvairiose šalyse, rezultatus, aptarti teorines geštalto terapijos taikymo koncepcijas ir seminarus įvairiose srityse.


### Europos geštalto terapijos asociacijos (EGTA) (anglų k. – EAGT) organizuotų geštalto terapijos konferencijų Europoje istorinis sąrašas, pateiktas lentelėje:

<b>Data</b>	<b>Vieta, organizatoriai</b>	<b>Pavadinimas</b>
1984	Vokietija	
1986	Maincas, Vokietija	
1989	Veldhovenas, Olandija	
1992	Paryžius, Prancūzija	
1995	Kembridžas, Jungtinė Karalystė	
1998	Palermo, Italija	Hermeneutika ir klinika (Hermeneutics and Clinical)
2001	Stokholmas, Švedija	Žmogiškasis dialogas (A Human Dialogue)
2004	Praha, Čekija	Tradicijos ir atsinaujinimas (Tradition And Renewal)
2007	Atėnai, Graikija	Žmogiškasis konfliktas (Human Conflict)
2010	Berlynas, Vokietija	Pasimetimas transformacijose? – Identitetų pokytis besikeičiančiame pasaulyje (Lost in Transformation? – Changing Identities in a Changing World)
2013	Krokuva, Lenkija	Menas, jungiantis bendrai kuriančius asmenis ir bendruomenes (The ART of connecting Co-creating individuals and communities)
2016	Taormina, Italija	Kitoniškumo estetika: susitikimas ties nusijautrinusio pasaulio ribomis (The Aesthetic of Otherness: meeting at the boundary in a desensitized world)
2019	Budapeštas, Vengrija	Patyriminis tyrinėjimas: derlinga tuštuma ir kūrybinis neutralumas (Exploring the fertile void with creative indifference)



**KVIEČIAME DALYVAUTI BŪSIMOSE MOKSLINĖSE IR KVALIFIKACINĖSE  
KONFERENCIJOSE, SEMINARUOSE AR PROJEKTUOSE**

Data, vieta	Organizatoriai	Pavadinimas	Tikslas	Kam skirta	Registracija ir mokestis
<p><b>2020.03.26-29</b> <b>Varšuva, Freta</b> <b>20/24A, 00-227</b> <b>Lenkija</b> (seminaro kalba: anglų k.)</p> 	<p>EGTA (EAGT) mokslinių tyrimų komitetas (The Research Committee of the European Association for Gestalt Therapy) dėmėjai: Lenkijos geštalto psichoterapijos draugija supported by Polish Society for Gestalt Psychotherapy (TPG))</p>	<p>Seminaras: Tyrimai ir kompetencijų vertinimas geštalto terapijos mokymuose (Research and competencies evaluation in Gestalt therapy trainings)</p>	<p>1) paremti mokymo (-si) bendruomenę, kuriant ryšius tarp geštalto terapijos mokymų dėstytojų, vadovų; 2) papildyti jų kompetencijas apie tyrimais pagrįsto atskiro atvejo tyrimą (kaip baigiamojo darbo rašymo mokymą); 3) pagrindinis dėmesys bus skiriamas kompetencijų, skirtų nuolatinio reflektatyvaus mokymosi geštalto terapijos mokyme panaudojimui, įsivertinimui. Tikslai, susiję su dabartiniais Europos psichoterapijos asociacija (EAP - European Association for Psychotherapy) planais taikyti Europinę kvalifikacinę sistemą (EQF - the European Qualifications Framework), siejant mokymosi rezultatus su griežta kreditais paremta sistema.</p>	<p>Jaunesnieji ir vyresnieji geštalto terapijos dėstytojai ir geštalto terapijos mokymų vadovai</p>	<p>180 Eur (be apgyvendinimo ir maitinimo išlaidų)</p>
<p><b>ICGPGT</b> <b>2020.10. 22-23,</b> <b>Londonas,</b> <b>Jungtinė</b> <b>Karalystė</b> (konferencijos kalba: anglų k.) <a href="https://waset.org/gestalt-psychology-and-gestalt-therapy-conference-in-october-2020-in-london">https://waset.org/gestalt-psychology-and-gestalt-therapy-conference-in-october-2020-in-london</a></p>	<p>WASET (The World Academy of Science, Engineering and Technology is an open science research organization dedicated to promoting the advancement of science, engineering, and technology).</p>	<p>4 – toji Tarptautinė geštalto psichologijos ir geštalto terapijos konferencija (International Conference on Gestalt Psychology and Gestalt Therapy)</p>	<p>1) siekiama suburti pagrindinius akademinis mokslininkus, tyrinėtojus ir praktikus, kad jie galėtų keistis savo patirtimi ir tyrimų rezultatais bei dalintis jais visais geštalto psichologijos ir geštalto terapijos aspektais. 2) pateikti svarbiausią tarpdisciplininę platformą tyrėjams, praktikams ir dėstytojams, kad būtų galima pristatyti ir aptarti naujausias naujoves, tendencijas ir rūpesčius, taip pat praktinius iššūkius, su kuriais susiduriama, ir priimti sprendimus geštalto psichologijos ir geštalto terapijos srityse.</p>	<p>Praktikams, tyrėjams ir geštalto psichologijos ir geštalto terapijos dėstytojams</p>	<p>Pranešimų santraukų pristatymo galutinė data: 2019.12.30.</p> <p>Registracija: 1) (ne studentai) žodinio ar stendinio pranešimo pranešėjai: 500 Eur 2) Studentai, žodinio ar stendinio pranešimo pranešėjai – 400 Eur. 3) Klausytojai - 300 Eur.</p>

			<p>Bus išleista trijų recenzentų recenzuotų konferencijos pranešimų medžiaga, indeksuojama mokslinėse bazėse: Open Science Index, Google Scholar, Zenedo, OpenAIRE, BASE, WorldCAT, Sherpa/RoMEO, and other index databases. Impact Factor Indicators. <a href="https://panel.waset.org/ImpactFactor">https://panel.waset.org/ImpactFactor</a></p>		
<p><b>Kvietimas dalyvauti SPR projektuose</b> Projektai Psichoterapijos tyrimų draugija (SPR) siūlo dalyvauti trijų tipų projektuose: kelionių, tyrimų ir karjeros (angl. Travel Awards * Research Awards * Career Awards) paramos projektuose.</p> 	<p>Psichoterapijos tyrimų draugija SPR (Society for Psychotherapy Research -SPR)</p>	<p>Trijų tipų projektai: kelionių, tyrimų ir karjeros (angl. Travel Awards * Research Awards * Career Awards) paramos projektai.</p>	<p>Projektų tikslai: 1) dalyvaujant kelionių paramos projekte suteikiama galimybė apsilankyti ir skaityti pranešimą SPR tarptautinėje konferencijoje; 2) dalyvaujant tyrimų paramos projekte, suteikiama mokymosi stipendija ir yra nedideli tyrimų apdovanojimai pilotinių tyrimų projektų paramai; 3) karjeros paramos projektas skirtas karjeros stipendijoms arba, pripažįstant ilgalaikį indėlį SPR veikloje.</p>	<p>Parama studentų kelionei (angl. Student Travel Awards): 1) magistrinių ir doktorantūros studijų studentams, pirmą kartą besilankantiems SPR tarptautinėje metinėje konferencijoje 2) magistrinių ir doktorantūros studijų studentams, kurie jau vieną kartą dalyvavo SPR tarptautinėje metinėje konferencijoje 3) baigusiems doktorantūros studijas ir jauniems specialistams (mažiau kaip 3 metai po daktaro laipsnio suteikimo)</p>	<p>Iki 2020.03.01 (Application deadline is March 1, 2020)</p>
				<p>Emerging Scholar Awards Taylor &amp; Francis leidykla, leidžianti SPR žurnalą, įkūrė Emerging Scholars' programą. Jauniems, perspektyviems tyrėjams (dalyviai nuo 2 iki 4) bus suteikta kiekvienam stipendija iki \$2500. Kriterijai: (1) būti rekomenduotam kaip psichoterapijos tyrimų atlikėjui; (2) turėti ekonominių tyrimų veiklos vykdymo iššūkių ir prašyti paramos dalyvavimui tarptautinėje konferencijoje. Teikti paraiškas gali SPR nariai, kurie jau 5 metai kaip turi suteiktą daktaro laipsnį ar baigę</p>	<p>Iki 2020.02.15 (Application deadline is February 15, 2020)</p>

				<p>psichiatrijos rezidentūrą. Taip pat gali aplikuoti ir seniau turintys daktaro laipsnį, bet kaip tyrėjai naujai pradedantys psichoterapijos tyrimų veiklą</p>	
				<p>Nedideli tyrimų grantų projektai (angl. Small Research Grant Awards)  Dalyvaujant šiame projekte galima aplikuoti prašant paramos pilotiniam būsimo didesnio psichoterapijos tyrimo, projektui. Remiami bus daugiausia 4 individualūs tyrimai (iki \$2500 kiekvienas) ir 2 kolektyviniai tyrimai (iki \$5000 kiekvienas).  Parama bus suteikiama vieneriems akademiniam metams - nuo rugsėjo mėn. 1, 2020 iki rugpjūčio 31, 2021)  Psichoterapijos tyrimų draugijos nariams (dabartiniams/ atsistatydinusiems ir studentams), kurie yra vertinami draugijos.</p>	<p>Iki 2020.03.01 (Application deadline is March 1, 2020)</p>
<p><b>Lietuvos geštalto asociacijos ir Kauno geštalto studijų centro organizuojama konferencija</b></p> <p>2020 m. gegužės 16 d., Kaunas, Kauno geštalto studijų centras, Laisvės al. 84 - 9, Kaunas LT-44250 Lietuva</p>	<p>Lietuvos geštalto asociacija ir Kauno geštalto studijų centras</p>	<p>Konferencija „Ribinės, narcistinės ir šizoidinės asmenybės adaptacijos geštalto terapijos požiūriu: teorija ir praktika“</p>		<p>Praktikams, studentams, dėstytojams, tyrėjams, psichologams psichiatrams, socialiniams darbuotojams, slaugytojams ir visiems kitiems besidomintiems geštalto psichoterapija</p>	<p>LGA nariams nemokamai. Ne LGA nariams - 20 Eur.</p>

*Laima Sapežinskienė*

### Europos geštalto terapijos asociacijos (EAGT) konferencija “An experiential exploration: the fertile void and creative indifference.

2019 09 19-22  
Budapeštas, Vengrija



**Konferencijos tinklalapis: <https://gestaltconference2019.com/>**

Šių metų rugsėjo mėn. 19-22 d. Budapešte įvyko 13-toji Europos geštalto terapijos asociacijos (EAGT) konferencija “Patyriminis tyrinėjimas: derlinga tuštuma ir kūrybinis neutralumas“ („An experiential exploration: the fertile void and creative indifference“), kurios metu kartu su kitais geštalto psichoterapijos atstovais iš viso pasaulio kūrėme erdvę, kurioje galėjome mokytis, dalintis, bendrauti bei kitais būdais tyrinėti kūrybinę tuštumą (Fertile void).

Konferencijoje dalyvavo daugiau kaip septyni šimtai dalyvių iš įvairių pasaulio šalių; buvo pristatyta 160 žodinių pranešimų, praktinių sesijų bei plakatinių pranešimų.

Konferencijoje pagrindinius pranešimus skaitė Gordon Wheeler, Lynne Jacobs, John Leary-Joyce, Kathleen Höll ir Nancy Amendt Lyon. Be to, čia dalyvavo ir savo patirtimi dalinosi tokie žymūs geštalto terapijos atstovai kaip Gianni Francesetti, Robert W. Resnick, Christine Stevens, Margherita Spagnuolo Lobb, Jan Roubal, Rytis Stelingis ir kiti.

Konferencijoje dalyvavo trys LGA atstovai iš Lietuvos – tai Rytis Stelingis, Jurgita Kuliešienė ir Lina Jurkškaitė-Pačėsiene.

Rytis dalinosi patirtimi praktinėje sesijoje “Terapija be savasties: derlingos tuštumos ir savasties proceso tyrinėjimas iš geštalto terapijos ir budistinės perspektyvų (Therapy without the self: exploring the fertile void and selfing process from Gestalt therapy and Buddhist perspectives)”, o Jurgita ir Lina atstovavo trijų autorių moksliniais tyrimais pagrįstas ir plakatiniuose pranešimuose pateiktas išvadas: “Geštalto terapija priklausomiems žmonėms: derlingos ir beprasmės tuštumos kontinuumas (Gestalt Therapy for Dependent people: Fertile and Futile Void’s ContiJurkškaitė-Pačėsiene, Laima Sapežinskienė); “Tyla ir dialogas poros / šeimos geštalto psichoterapijoje: ar galima taikyti „Kūrybinę tuštumą“ kaip eksperimentą? (Silence and Dialogue in Pair/Family Gestalt Psychotherapy: Can Fertile Void Apply as an Experiment?)” (Jurgita Kuliešienė, Lina Jurkškaitė-Pačėsiene, Laima Sapežinskienė); “Kūrybinė tuštuma individualioje geštalto psichoterapijoje (The Fertile Void in Individual Gestalt Psychotherapy)” (Jurgita Kuliešienė, Lina Jurkškaitė-Pačėsiene, Laima Sapežinskienė).

*Lina Jurkškaitė – Pačėsiene*



Europos geštalo terapijos asociacijos interneto svetainė - [www.eagt.org](http://www.eagt.org)

## GEŠTALTO KLUBO NAUJIENOS

### GEŠTALTO KLUBO NAUJIENOS

Smagu įprasmingi, kad niekas iš esmės nepasikeitė – kas antrą pirmadienį Gedimino g.47 renkasi geštalo klubas ir jau pradėjo 23-čius metus. Gal per aukštai šoku, bet pagalvojau, kad sukūrėm ar išradom specifinę geštalo rūšį – „klubinis geštaltas“ ☺. Žmonės taip seniai pažįstami, todėl lengva sukurti saugią aplinką, pastebėti nebaigtus neišspręstus geštaltus bei pasikartojančias situacijas. Tačiau būtų naudinga sąmoningai pasitikrinti ar netapome pernelyg gynybiški, ar nesukaupėme nuoskaudų, ar tikrai reaguojame „čia ir dabar“, o ne iš praeities, ar pastebime grupės narių pasikeitimą. Ir gyvenimas iškelia naujus iššūkius, todėl visada yra ką veikti. Klubas tai vieta, kur galima stabelėti, pastebėti, pasidalinti, išgirsti ir pasijausti išgirstu bei suprastu. Linkiu visiems kūrybingų, sėkmingų 2020 metų ir tepadedu Jums geštaltas ☺  
Dėl klubo tvarkaraščio skambinti Vilijai Gelšvartienei tel. 8-612-47489

*Vilija Gelšvartienė*

## PADĖKOS

***Nuoširdžiai dėkojame visiems LGA nariams, kurie finansiškai parėmė Lietuvos geštalo asociaciją pasinaudodami LR gyventojų pajamų mokesčio įstatymo 34 str. 3 dalies nuostatomis.***

Kviečiame Jus paremti LGA ir 2020 m., pasinaudojant LR gyventojų pajamų mokesčio įstatymo 34 str. 3 dalies nuostatomis, kurios įtvirtina Jūsų, kaip nuolatinio Lietuvos gyventojo teisę - nuo per mokestinį laikotarpį (kalendorinius metus) gautų pajamų išskaičiuota (mokėtina) pajamų mokesčio dalimi (iki 2 %) paremti pasirinktą ūkio subjektą (šiuo atveju LGA), kuris pagal LR labdaros ir paramos įstatymą turi teisę gauti paramą.

Tai paramos teikimo būdas, nereikalaujantis iš Jūsų papildomų materialinių išlaidų. Formą, kuri turi būti pateikta Valstybinei mokesčių inspekcijai iki 2020 m. gegužės mėn. 1 d., galite rasti LGA interneto svetainėje <http://www.lga-gestalt.lt/parama-15/lt/>

Iš anksto dėkojame už jūsų paramą!

***LGA valdyba***