

LGA naujienų Nr. 25 priedas

2025 m. Gruodis

LIETUVOS GEŠTALTO ASOCIACIJOS (LGA) 28-oji konferencija

**Pokytis per santykį: kūrybiškas, įkūnytas, išjaustas, išžodintas
geštalas.**

2024 m. gegužės mėn. 17 d.

Pranešimai

1. Geštalto terapijos įrodymų bazės kūrimas remiantis moksliniais pragmatiškais atvejų tyrimais: pradedančiojo praktiko / tyrėjo požiūris į tarptautinį geštalto praktikų atvejo tyrimo projektą. *Nicola Lambert (JK).*
2. Geštalto dėmesingas įsisąmoninimas (Gestalt mindfulness). „Sąmonės indo“ praktika psichoterapiniame santykyje. *Dr. Rytis Stelingis.*
3. Gyvenimo istorijos ir geštaltnio pokyčio susitikimas terapijoje. *Jurgita Kuliešienė.*
4. Nematoma / matoma tiesa poros geštalto psichoterapijoje. *Dr. Laima Sapezinskienė*
5. Panikos atakos: santykis kaip saugi erdvė patirčiai įkūnyti ir transformuoti. *Lina Jurkšaitė-Pačėšienė, Jurgita Vozgirdaitė-Kučaitienė.*
6. Kas tyliai slepiasi už traumos durų? Potrauminio streso sutrikimo (PTSS) vieno atvejo analizė. Geštalto terapijos rėmuose: darbas su vidinėmis dalimis ir saugumo atkūrimas. „Įkūnyti“, „Išjausti“, „Ižodinti“. *Ilona Fenn.*
7. Įkūnyta ir išjausta geštalto terapija nėštumo ir nėštumo praradimo laikotarpiu: terapeutės ir klientės patyrimai. *Renata Jagminienė*
8. Autentiškumo beieškant: atsiskleidimo dialoge iššūkiai. *Arūnas Jankauskis.*
9. M. Gutausko „Dialogo erdvė“ santykyje su fenomenologiniu geštalto terapijos procesu. *Pranas Benikas.*

LIETUVOS GEŠTALTO ASOCIACIJOS (LGA) 28-oji konferencija

Pokytis per santykį: kūrybiškas, įkūnytas, išjaustas, įžodintas geštaltas.

Pranešimų pristatymas

Building an evidence base for Gestalt Therapy through scientific pragmatic case studies: a novice practitioner/ researcher' s perspective on the International Gestalt Practitioners Case Study Project

Nicola Lambert (UK)

This practical paper will introduce the IGP case study project which aims to build a rigorous and diverse database of practitioner written and researched case studies using well established research methods.

I am an ordinary Gestalt practitioner who has been part of the project since last Autumn. Currently a lecturer in Counselling at London School of Theology, I am also in private practice as both a therapist and supervisor. I am a novice practitioner- researcher who trained as a Gestalt Counsellor with Dr Christine Stevens, the case study project leader.

This paper will be grounded in a short video in which Dr Christine Stevens, explains her vision of the purpose of the project and how practitioners like you and me can take part in building an evidence base for the effectiveness of Gestalt therapy.

As someone involved in the IGP Case Study Project, I will share my real-world experience of being part of this exciting international initiative. I will reflect on my recent practical experience of the project methodology and the support offered by collaboration with a diverse international group of colleagues and the EAGT project team. I will explore the challenges and growth that I have already experienced as I have embarked on this experimental journey into relationship with a new world of research and academic papers. This is my experience but it is a project I would like to encourage everyone to seriously consider taking part in.

Pastaba: pranešimas vyks anglų kalba su vertimu į lietuvių kalbą.

Geštalto terapijos įrodymų bazės kūrimas remiantis moksliniais pragmatiškais atvejų tyrimais: pradedančiojo praktiko / tyrėjo požiūris į tarptautinį geštalto praktikų atvejo tyrimo projektą

Nicola Lambert (JK)

Šiame praktiniame pranešime bus pristatytas Tarptautinio geštalto praktikų (TGP) atvejo tyrimo projektas, kuriuo siekiama sukurti griežtą ir įvairiapusę praktikų parašytų ir ištirtų atvejų tyrimų duomenų bazę, naudojant nusistovėjusius tyrimo metodus.

Esu eilinė geštalto praktikė, kuri projekte dalyvauja nuo praėjusio rudens. Šiuo metu dėstau konsultavimą Londono teologijos mokykloje, taip pat užsiimu privačia terapeute ir supervizija. Esu pradedančioji praktikė-tyrėja, kuri mokėsi geštalto konsultantės specialybės pas atvejo tyrimo projekto vadovę dr. Christine Stevens.

Šis straipsnis bus pagrįstas trumpu vaizdo įrašu, kuriame dr. Christine Stevens paaiškina savo viziją apie projekto tikslą ir kaip tokie praktikai kaip jūs ir aš galime dalyvauti kuriant geštalto terapijos veiksmingumo įrodymų bazę.

Kaip TGP atvejo tyrimo projekto dalyvis, pasidalinsiu savo realia patirtimi dalyvaujant šioje įdomioje tarptautinėje iniciatyvoje. Aptarsiu savo neseniai įgytą praktinę patirtį, susijusią su projekto metodologija, ir paramą, kurią suteikė bendradarbiavimas su įvairia tarptautine kolegų grupe ir EAGT projekto komanda. Nagrinsiu iššūkius ir augimą, kurį jau patyriau leisdamasi į šią eksperimentinę kelionę, pažindama naują tyrimų ir akademinių straipsnių pasaulį. Tai mano patirtis ir tai yra projektas, kuriame norėčiau paraginti visus rimtai apsvarstyti galimybę dalyvauti.

Geštalto dėmesingas įsisąmoninimas (Gestalt mindfulness)

„Sąmonės indo“ praktika psichoterapijame santykiyje

Dr. Rytis Stelingis

Kitaip tariant, geštalto terapija yra sąmoningumo / įsisąmoninimo (awareness) praktika santykiyje.

(Naranjo, 1993. pp. 190)

Šiame pranešime pristatysiu geštalto dėmesingo įsisąmoninimą (Gestalt mindfulness) (Stelingis, 2019, 2023) bei „sąmonės indo“ koncepciją ir praktiką psichoterapijame santykiyje, kurią plėtoju remdamasis geštalto terapijos, budizmo, dėmesingo įsisąmoninimo/mindfulness mokymais bei savo asmenine ir psichoterapine patirtimi.

Geštalto dėmesingo įsisąmoninimą bei „sąmonės indo“ koncepciją ir praktiką psichoterapijame santykiyje pristatysiu žvelgdamas per geštalto terapijos bazinių teorinių požiūrių prizmę, ypač remdamasis paradoksalia pasikeitimo teorija (Beisser 1970), geštalto suvokimo/įsisąmoninimo (awareness) koncepcija (Fritz Perls, 1966, Latner, 1992, Yontef, 1993), lauko teorija (Yontef, 1988; Latner, 1992), fenomenologija ir fenomenologiniu metodu (Crocker, 1999, Mann, 2010, Joice, Sills, 2014), savasties (self) teorija (Latner, 1992, Wolfert, 2000, Gold and Zahm, 2018), transpersonaliniais geštalto terapijos aspektais bei kertiniais dėmesio koncentracijos, meditacijos, dėmesingo įsisąmoninimo/mindfulness (Fritz Perls, 1942, Naranjo, 1993, Kabat-Zinn, 2003; Germer, 2016, Surrey, Kramer, 2016) teorijos ir praktikos principais.

Aš aptarsiu, kaip šios teorijos ir praktikos gali padėti geštalto terapeutams sąmoningiau būti ir efektyviau veikti terapiniame santykiyje, aiškiau suvokiant savo situaciją, santykį ir funkciją, vieningame interaktyviame patyrimo sraute - fenomeniniame ir fenomenologiniame lauke (Francesetti, Gecele, Roubal, 2022).

Aš taip pat kelsiu hipotezę, kad šios praktikos yra tampriai susijusios su psichoterapijos veiksmingumu, vertinant tiek terapinius veiksmus ir subjektyviai išgyvenamus pokyčius, tiek ir patį terapinį procesą (Gudaitė, 2014) bei pasidalinsiu tyrimais atliktais Kauno geštalto studijų centre, geštalto terapijos praktikų-tyrėjų (Barber, 2006, Goss, Stevens, 2016), tyrinėjant geštalto psichoterapijos terapinius faktorius ir pokyčius (Stelingis, 2009; Stelingis, Sapežinskienė, Jurkšaitė-Pačėšienė, 2017; Stelingis, 2021, 2023, 2024, 2025).

Teorija, praktika ir refleksija kurs dirvą tolesniam šios koncepcijos ir praktikos tyrinėjimui.

Gyvenimo istorijos ir gešaltinio pokyčio susitikimas terapijoje

Jurgita Kuliešienė

Terapinis darbas vyksta, psichoterapeutui susitinkant su klientu ir kaip dviem žmonėms, ir kaip specialisto ir žmogaus, patiriančio psichopatologinius simptomus. Terapeutui tenka spręsti dilemą: kaip atliepti kenčiantį žmogų ir tuo pačiu metu dirbti su pasireiškiančiais simptomais. Tuo pačiu terapeutas bando sujungti dar du vienas nuo kito atsiskyrusius reiškinius – psichologijos mokslo žinių panaudojimą terapiniame procese ir konkrečios psichoterapinės situacijos unikalumą, metaforiškai, kiekvienos sesijos metu atlieka mokslinį tyrimą – eksperimentą – kas veikia ar/ir tinka klientui, siekiančiam pokyčio. Deja, pritaikyti psichologijos mokslo žinias klinikinėje praktikoje, nėra toks pat procesas kaip tapetais išklijuoti kambario sienas (Miller, 2004).

Žmogaus subjektyvus naratyvas arba jo gyvenimo istorija gali veikti terapinį procesą ir jo rezultata, proceso sėkmei svarbu žmogaus makronaratyvo (Wahlström, 2006) išraiška, nuoseklus jo analizavimas ir transformacija. Šis procesas leidžia sukurti vientisą ir prasmingą gyvenimo istoriją, kuri padeda geriau suprasti ir integruoti gyvenimo patirtis.

Tai dera su geštalto terapijos požiūriu, kaip padedant žmogui atsigauti po traumos, terapinio proceso metu siekiama kartu su žmogumi tyrinėti jo istoriją, jausmus, patyrimus, elgesį, emocijas ir rekonstruoti terapijoje gyvenimo istoriją, suteikiant skirtingas nei esamos prasmes, taip skatinant atsigavimo ir/ar gijimo procesą, terapinio proceso metu padedant formuoti naujas figūras, su kuriomis dirbant gali būti integruojamas trauminis patyrimas. Siekiama, kad pokytis įvyktų taip, kaip geštalto terapija geriausiai gali padėti žmogui susitikti su savimi autentišku – per įkūnijimą, įžodinimą, išjautimą, kūrybiškai sukuriant naujus būdus prisitaikyti.

Pranešime pristatysiu savo atliekamo tyrimo, kurio tikslas rasti sąsajas kaip/ar žmogaus gyvenimo istorija siejasi su geštalto terapijos efektyvumu atsigauvant po trauminės patirties, išvalgas.

Miller, R. B. (2004). Facing human suffering: Psychology and psychotherapy as moral engagement. In *American Psychological Association eBooks*. <https://doi.org/10.1037/10691-000>.

Wahlström, J (2006). The narrative metaphor and the quest for integration in psychotherapy. In E. O’Leary and M. Murphy (eds.) *New Approaches to Integration in Psychotherapy*, 38-49. London: Routledge.

Nematoma / matoma tiesa poros geštalto psichoterapijoje

Dr. Laima Sapežinskienė

Kas yra meilė ir buvimas poroje? Tai, iš tikrųjų, mokslas, slypintis už geismo, traukos ir bendrystės (Wu, 2017). Pristatymo tikslas yra tyrinėti tiesos atvėrimą, kaip pokytį, poros geštalto psichoterapijoje. Poros geštalto psichoterapijoje naudojamas dialoginio santykio modelis, kuris yra grįstas Martyno Buberio dialogine filosofija ir realiu asmens santykiu su savimi ir kitu (Fishbane, 1998:41).

Nematomos / matomos tiesos poros gyvenime atvėrimas tiesiogiai susijęs su poros partnerių biografinėmis trajektorijomis bei jų trauminiais patyrimais. Keliamas klausimas kiekvienam iš poros partnerių – „Kas aš esu?“, kuris neatsiejamas nuo klausimo „Koks yra mano pasaulis, kuriame aš gyvenu? (Fuchs, 2007:427). Šis pasaulis iš esmės yra socialinio pobūdžio, t.y. apima socialinius ryšius ir socialines sąveikas. Fenomenologiškai tyrinėjama partnerių gyvenamosios/išgyvenamosios erdvės struktūra, susiformavusi pagal asmens ir pasaulio atsakingumą ir atitikimą. Nematomos / matomos tiesos atskleidimo tikslu taikoma poros partnerių diferenciaciją, kai tyrinėjamos jų aklosios zonos/dėmės, nematomos kitiems ir reiškiančios sąmoningą ar nesąmoningą atsitraukimą ir pažeidžiamumą (MacMahon, 2020:33). Poros partnerių diferenciaciją iš naujo apibrėžiama, kaip autentiško ryšio būdas, o ne kaip tik atskirtis-individualizavimas (Goodrich, 1991, Fishbane, 1998:41).

Bus analizuojamos dvi teorinės – praktinės kryptys, dirbant su pora geštalto psichoterapijoje: dialoginio tyrinėjimo ir situacinė / lauko tyrinėjimo terapinė kompetencija, kai situacijos tyrinėjimas ir suvokimas yra svarbus geštalto psichoterapijos posūkis, pereinant nuo geštalto figūros paieškos bei darbo su figūra į situacinę asmens būseną, susijusią su jį supančiu aplinkos lauku (Churhill, 2023, xvi, cited from Spagnuolo Lobb & Cavaleri, 2023).

Pirmoji klasikinė terapinė kryptis, kai poros partneriai geba dirbti, palaikant kontaktą dialogine forma, – kai terapeutas tyrinėja ir taiko metaforinį geštalto poros kontakto patyrimo ratą/ciklą. Antroji, kai pora, arba vienas iš partnerių nekontaktuojantis, kai sunku surasti geštalto figūrą (pasireiškia tam tikra kūrybinio prisitaikymo psychopatologinė asmenybės adaptacija).

Fenomenologiškai orientuoti terapeutai susilaiko nuo jokios numanomos iš anksto idėjos apie poros partnerių patirtis. Jie stengiasi kuo daugiau suprasti, kaip būti su tokiais klientais kaip poros partneriai, ir kaip būti su jų pora, bei stengsis „vaikščioti kiekvieno iš partnerių ir jų poros patirtiniais pėdsakais“, savo, kaip terapeuto, išgyvenimuose atkurti kiekvieno iš jų ir poros pasaulėžiūrą ir perteikti tai, kaip buvimo su jais patirtį verbaliniu ir neverbaliniu būdu.

Literatūra: Cavaleri, P.A. (2023). Phenomenology and Gestalt Psychotherapy. A Field-Oriented Approach. New Challenges Under-the-Radar. In Psychopathology of the Situation in Gestalt Therapy. Eds.: Spagnuolo Lobb, M., & Cavaleri, P. A. London: Routledge. (70-80).

Fishbane, M.D. (1998). I, Thou, and We: A dialogical Approach to Couples Therapy. Journal of Marital and Family Therapy, 24, (1) : 41-58.

MacMahon, Paula (2020) Integrative therapists' clinical experiences of personal blind spots: an interpretative phenomenological analysis. DCPsych thesis, Middlesex University / Metanoia Institute.

Spagnuolo Lobb, M. (2023). The Relational turning – Points in Gestalt Psychotherapy: The Field and the “Dance”. In Spagnuolo Lobb, M., & Cavaleri, P. A. (Eds.). (2023). Psychopathology of the situation in gestalt therapy: A field-oriented approach. Routledge (31-37).

Spagnuolo Lobb, M. & Cavaleri, P.A. (2023). Psychopathological Situations in a Post - Pandemic World. Gestalt Therapy in Emergent Clinical Fields. In Psychopathology of the Situation in Gestalt Therapy. A Field- oriented Approach. Edited by M. Spagnuolo Lobb & P.A. Cavaleri. London: Routledge.

Wu, K. (2017). Love, Actually: The science behind lust, attraction, and companionship.

<https://sitn.hms.harvard.edu/flash/2017/love-actually-science-behind-lust-attraction-companionship/>

Panikos atakos: santykis kaip saugi erdvė patirčiai įkūnyti ir transformuoti

Lina Jurkškaitė-Pačėšienė, Jurgita Vozgirdaitė-Kučaitienė

Panikos ataka tai ūmus intensyvios baimės pojūtis, pasireiškiantis ypač išreikštais fiziologiniais pojūčiais bei intensyviais nerimo simptomais. Panikos atakos nėra gyvybei pavojingas sutrikimas, bet stiprus nerimas gali rimtai sutrikdyti įprastą gyvenimą, asmeninius santykius su kitais žmonėmis, darbinę veiklą ir kita.

Geštalto terapijos požiūriu, panikos ataka gimsta ir vystosi santykių lauke. Pagal šį požiūrį, panikos atakas galima laikyti sudėtingu išgyvenimu, kurios metu patiriama vienatvė; kaip nutrūkusio ar nepakeliamo kontakto išraiška, kai vidiniai impulsai lieka neįsisąmoninti.

Moksliniai tyrimai rodo, kad panikos atakų klinika yra susijusi su vidiniu konfliktu, atsirandančiu aktyvuojantis dviem priešingoms varoms, t.y. afektinio artumo poreikio ir atsisakymo būti priklausomuose santykiuose. Šis konfliktas gali būti sprendžiamas per įkūnytą, išjaustą ir įžodintą geštalto terapinį santykį.

Šis pranešimas sudarytas iš dviejų dalių. Pirmoje dalyje kalbėsime apie geštalto terapijos požiūrį į panikos atakas: šio sutrikimo priežastis, atsiradimo veiksniai, klinikinius stebėjimus bei terapijos kryptis. Antroje pranešimo dalyje, pateiksime atvejo analizę darbo su individualiu klientu, patiriančiu panikos atakas, įtraukiant chatGPT, kaip pagalbinę priemonę suteikiant pagalbą, patiriant panikos atakas.

**Kas tyliai slepiasi už traumos durų?
Potrauminio streso sutrikimo (PTSS) vieno atvejo analizė
Geštalto terapijos rėmuose: darbas su vidinėmis dalimis ir saugumo atkūrimas
„Įkūnyti“, „Išjausti“, „Ižodinti“**

Ilona Fenn

*“Kontaktas reiškia būti kartu su kažkuo arba su kažkuo savyje, be baimės prarasti save.”
(Erving Polster)*

Savo pranešime pristatysiu potrauminio streso sutrikimo (PTSS) vieno atvejo analizę, kurioje darbas vyko taikant geštalto terapijos principus, ypatingą dėmesį skiriant saugumo atkūrimui ir darbui su vidinėmis asmenybės dalimis.

Ši tema natūraliai įsilieja į bendrą konferencijos kryptį — kūrybišką požiūrį į santykį, siekiant atrasti naujus, veiksmingus būdus išreikšti save.

Mano darbas su klientu kvietė tyrinėti patyrimą ne tik intelektualiai, bet ir per kūną bei jausmus, įkūnijant, išjauciant ir įžodinant savo vidinę tikrovę.

Darbas su vidinėmis dalimis atskleidė jautrią realybę: kiekvienas susitikimas su saugančiomis traumą dalimis reikalavo abipusės drąsos — tiek iš kliento, tiek iš manęs.

- ✓ Ar klientas pasiruošęs pažvelgti ten, kur ilgai buvo tylu?
- ✓ Ar klientas gali parodyti tai, apie ką buvo nutylima?
- ✓ Ar aš turiu drąsos pažiūrėti į tai ką man taip nedrąsiai nori parodyti klientas?
- ✓ Ar mes abu išdrįsime pamatyti ir priimti šią tikrovę?

Šio darbo pagrindas buvo susitikimas ties kontakto riba — ten, kur gimsta tikri pokyčiai.

Geštalto terapijoje viena svarbiausių užduočių yra padėti individui tyrinėti savo suvokimą ir pasipriešinimą pokyčiams.

Psichoterapeuto tikslas nėra priversti keistis — jo tikslas sudaryti erdvę, kur žmogus gali pamatyti pasikeitimo poreikį, atrasti galimybes ir mokytis pačiam valdyti pokyčio procesą. Pokytis prasideda tik tada, kai žmogus išdrįsta pilnai patirti ir priimti tai, kas jis yra dabar — prieš siekdamas tapti tuo, kuo dar nėra.

Kviečiu jus į šią jautrią kelionę — susitikimą su tuo, kas tyliai slepiasi už traumos durų.

Į kelionę, kurioje svarbu išdrįsti liudyti, prisiliesti prie giliausių patyrimų, ir mokytis kurti santykį su tuo, kas buvo nutylėta.

**Įkūnyta ir išjausta geštalto terapija nėštumo ir nėštumo praradimo laikotarpiu:
terapeutės ir klientės patyrimai**

Renata Jagminienė

Šio praktinio pranešimo metu pasidalinsiu unikalios atvejo analize. Mano ir klientės terapinio darbo metu ji patyrė du nėštumo praradimus. Be abejo, tai jau savaime yra be galo sunkūs patyrimai, reikalaujantys ypatingo jautrumo ir ypač saugaus terapinio santykio. Šiuo laikotarpiu ir aš sužinojau, kad laukiuosi. Žinodama klientės išgyvenimus ir jausmus nėščioms moterims, supratau, kad jai mano žinia apie artėjančią terapinio darbo pabaigą ar ilgą pertrauką (ir priežastį) gali sukelti dar daugiau išgyvenimų negu kitiems klientams. Nebuvau tikra, ar klientė norės ir galės tęsti terapiją su manimi, kai ji, savo pačios metafora, sėdi tuščiomis rankomis ir žinos, su kuo „sėdžiu“ aš. Tai terapinį santykį keitė, bet mano nuostabai – net prisidėjo prie klientės sveikimo. Ji nori kalbėti šia sunkia tema, žino, kad nėra viena su savo patyrimais, bet dažnai jaučia, kad tai tabu, pritrūksta palaikymo ir kitokios pagalbos be individualios terapijos. Jos ir mano viltis – išdrįsti

kalbėti, mokytis suprasti, galbūt net atrasti, kokia dar palaikymo forma būtų svarbi moterims ir šeimoms, gedintiems savo negimusiu vaikeliu.

Pasidalinsiu savo klientės refleksija apie mūsų darbo ir sukurto santykio poveikį jos gyvenimui bei savo išgyvenimais, suvokimais šiame santykiyje ir šioje kelionėje.

Tai nebus lengvas ir malonus klausymas, nebus labai paprasta ir man, tad pasiruoškite, pasirūpinkite savimi, klausykite savo kūno signalų. Būkite kartu tiek, kiek jums pavyks ♥

Klientės sutikimas dalintis jos patirtimi gautas, ji supranta riziką ir konfidencialumo ribas.

Autentiškumo beiškant: atsiskleidimo dialoge iššūkiai

Arūnas Jankauskis

Geštalto terapijoje skatinamas autentiškas neredukuojantis santykis, kuriame terapeutas ir klientas susitinka, kaip lygiateisiai žmonės, o ne kaip objektai. Geštalto terapijoje dialogas suprantamas ne tik, kaip žodinis bendravimas, bet kaip visapusiškas kontaktas, apimantis kūno kalbą, emocijas ir energiją, kur terapeutas aktyviai dalyvauja procese, o ne tik stebi ar interpretuoja.

Paskaitoje aptarsiu terapeuto atsiskleidimo dialoge naudą, bei pavojus sau, klientui, bei terapiniam procesui.

Vienas iš terapijos tikslų didinti sąmoningumą ir vystyti dialoginį santykį, kaip rezultatas klientas geba duoti terapinio darbo refleksiją

Pranešimo tikslas: supažindinti su terapeuto atsiskleidimo dialoge nauda, bei įtaka klientui, bei terapiniam procesui.

Turinys:

1. Dialoginis santykis ir savęs atsiskleidimas.
2. Atsiskleidimo terapijoje tyrimai.
3. Atsiskleidimo dialoge nauda klientui, terapiniam procesui.
4. Atsiskleidimo dialoge pavojai ir iššūkiai.

Išvados: Atsiskleidimas dialoge pasireiškia autentiškame santykiyje ir priklauso nuo lauko, kurį sukuria terapiniai santykiai. Psichoterapeutas turi būti sąmoningai susipažinęs su savo reakcijomis ir naudoti jas, kaip informacijos šaltinį, kartu išlaikant profesionalų atsiskleidimą, kuris tarnauja kliento, o ne terapeuto poreikiams.

Problemos/temos aktualumas: aktualu kiekvienam dirbančiam geštalto metodu.

Atlikti arba cituojami moksliniai tyrimai: mokslinių tyrimų šia tema nėra daug, pagrinde remsiuosi Laura Perls, Xarm Siemens, Phil Joyce, Gary M. Yontef, F. Perls darbais, bei Heidi M. Levitt, Takuya Minami, Scott B. Greenspan, Jae A. Puckett, Jennifer R. Henretty, Catherine M. Reich & Jeffery S. Berman 2015 m. Genevieve Marais and Alistair McBeath 2021 tyrimais.

M. Gutausko „Dialogo erdvė“ santykiyje su fenomenologiniu geštalto terapijos procesu

Pranas Benikas

Šio pranešimo tikslas – iš naujo patyrinėti ir aktualizuoti dialogo teorinius ir praktinius metmenis fenomenologiniu aspektu, geštalto terapiniame procese. Prieš 15 metų (2010 m.) mūsų akademiniame ir kultūriniame kontekste pasirodžiusi Mintauto Gutausko monografija *Dialogo erdvė: fenomenologinis požiūris* gali puikiai pasitarnauti artikuliuojant dialogo fenomeno (vyksmo) perspektyvą gyvosios, terapinės – gešaltinės, patiriamos dabarties pagrindu.

Dialogas pirmiausia yra įvykis, kuris įvyksta man: Aš dalyvauju dialoge, suvokių, patiriu; Aš sąveikauju su kitu, esu santykiyje, susikalbu, priimu bendrą prasmę; Ir galiausiai, Aš esu ištinkamas dialogo – Aš patiriu *dialogo įvykį*. Kasdieninė, neklausianti patirtis suima į save visą dialogo formų

įvairovę, tarsi savaime. Ši patirtis nepastebimu būdu sulieja, suvienija tai, kas turi požymius, bruožus, struktūrą, tai kas yra skirtinga, tačiau norint atlikti išsamią analizę, kritiką ar refleksiją pirmiausia reikia įveikti dialogo fenomeno savaime suprantamumą.

Šios analizės kontekste, iš M. Gutausko tyrinėjamų autorių perspektyvos, atskleidžiamas *trinarės* dialogo struktūros modelis, kuris parodo tris pagrindines santykių kryptis: 1) santykį su savimi, 2) santykį su kitu ir 3) santykį su dalyku (turiniu). Fenomenologinio, o ne pvz. komunikacinio, dalykinio, požiūrio išskirtinumas – tai, kad šis požiūris padeda maksimaliai priartėti prie dialogo patirties tiesioginėje, gyvoje, terapinėje sąveikos erdvėje. Dėmesio centre yra fenomenalus ir dialogiškas *susitikimas* – kūniška sąveika ir bendros prasmės kūrimosi, kointencionalumo patyrimas.

Geštalto terapiniame procese vykstanti *dialogo ištiktis* pasirodo kaip laikina santykio struktūra. Santykis nėra išankstinė socialinė duotybė, bet tai, kas mane ištinka, kas įsisteigia kaip vienatinis mano ir kito buvimo vienas priešais kitą *įvykis*. Terapinis santykis steigia būvį ir tuo terapinė dialogo erdvė tampa išskirtinė. Ištiktis (laikinumai, įvykiškumas) taip pat atskleidžia pasyvųjį dalyvavimo aspektą, kai pokalbio dalyvis nėra situacijos valdovas, bet tas, kuris įeina į situaciją ir paklūsta „dialogo dvasiai“. Svarbu pastebėti, kad nevalia šio momento pernelyg mistifikuoti, nes toks tiesiog yra dialogo vyksmo sluoksnis, kuris išvengia individo refleksyvaus, analitinio, pragmatinio sugriebimo ir aktyvių pastangų kontrolės.

Dialogui yra būdingas „ištirpimas“ veiksmas. Dialogui yra būdinga asimetrija, tai yra savęs „išcentriškumas“ į kitą, abipusiškumas ir apsijungimas dialogo sąveikos patyrimas. Ir dar vienas svarbus aspektas yra tai, kad *dialogo rezultatai* gali būti fiksuoti ir asimiliuoti tik po dialogo ir tik kaip bandymas reintegruoti dialogą į mano paties gyvenimą. Pasak M. Gutausko dialogo prasmės negali būti išsemtos, dialogas negali būti užbaigtas. Baigtis gali tik kūniška sąveika.