

## Современные тенденции в гештальт-теории

Джоэл Латнер

Перевод А.Гронского

Latner, Joel. PhD, "The Theory of Gestalt Therapy". in Nevis, Edwin C., PhD, Ed: *Gestalt Therapy Perspectives and Applications*. Gestalt Institute of Cleveland (GIC) Press, 1992

Оригинальный текст опубликован на сайте Ассоциации содействия развитию гештальт-терапии (AAGT)

Характеры идей и личностей, вовлеченных в гештальт-терапию, переплелись в теории и практике, которые были сформулированы в 1951 году и в том же году обнародованы в книге "Гештальт-терапия". На протяжении 20 лет среди профессиональных психотерапевтов в Соединенных Штатах гештальт-терапия была наиболее часто упоминаемой альтернативой психоанализу. Выступления и публикации ее наиболее известных практиков, и самого видного из них Ф.С. Перлза, и упоминаемые в этих работах техники были хорошо известны не только в профессиональном кругу, но и за его пределами.

В последующие годы, фокус общественного внимания сместился с гештальт-терапии, так же как и вообще с интереса к психологии, который был характерен для 60х и начала 70х годов. И все же гештальт-терапия, входя в пятое десятилетие своей истории, продолжает развиваться. Определенную часть того энтузиазма, с которым гештальт-терапия была воспринята в Соединенных Штатах, можно было отметить в Восточной Европе, Канаде и Латинской Америке, где есть дюжина институтов, обучающих гештальт-терапии.

В то же время некоторые аспекты мировоззрения и практики гештальт-терапии были ассимилированы в работу психотерапевтами многих других направлений. Главные среди них - это акцент на важности настоящего момента и готовность сделать терапевтический процесс открытым для наблюдения. Гештальт-терапевты участвовали в некоторых из наиболее ранних аудио- и видеозаписей и стенографировании сессий, которые на сегодняшний день становятся все более известными и распространенными. Значимо и то, что все большее понимание теории поля, признание того, что терапевтический процесс включает не только офис терапевта, но и его окружение, усилил готовность некоторых психотерапевтов брать на себя более значительную роль в терапии и одновременно призывать клиента к большей активности в интересах его же собственного роста. Возникший впоследствии интерес к стратегической и семейной терапии, рост количества психологических книг по самопомощи, распространение воркшопов и других форм работы, направленных на помощь в личностном росте является отражением различных влияний гештальт-терапии.

Особой тенденцией в развитии теории гештальт-терапии является отход от исключительной опоры только на личность, изречения и работу Ф.С. Перлза, и обращение к более полной и строгой приверженности теории, созданной не только им, но и другими авторами. Ф.С. Перлз был наиболее заметной личностью в гештальт-терапии, вплоть до его смерти в 1970 г. Он был чрезвычайно эффективным и харизматическим учителем и, конечно же, центральной фигурой в вынашивании и взращивании гештальт-терапии. На протяжении поздних 60х и вплоть до ранних 80х фигура Перлза, практически единолично, определяла стиль гештальт-терапии, ее практику и структуру. Но дело в том, что записи Перлза, его беседы, обучающие воркшопы и терапевтические демонстрации были созданы не только для дидактических, но и для популяризаторских целей.

Упрощение, почти неизбежное в таких обстоятельствах, приводило к искажениям и ошибочному пониманию гештальт-теории, или к тому, что принципы гештальт-подхода не согласовывались с терапевтической практикой, также как и практика не согласовывалась с теоретическими принципами.

К примеру, "воркшопный метод" проведения терапии Ф.С. Перлза, при котором клиент работает с терапевтом, в то время как оба они находятся под наблюдением других людей, был предназначен для демонстраций и фактически игнорировал интерактивные феномены поля. Это порождало мнение, что гештальт-терапия является только индивидуальной психотерапией и неприемлема для групповой и семейной работы. Другой пример касается утверждения Перлза о том, что здоровые люди "покинули свой разум и обратились к своим чувствам". Оно прямо противоречило холистическому обязательству гештальт-терапии охватывать все, что могло бы помочь индивиду в выделении фигуры: будь то интеллектуальное и духовное, или физическое и эмоциональное. Вследствие того контекста и того способа, которым это утверждение было выдвинуто, оно стало одной из частей распространенного убеждения того времени, которое Перлз одновременно и поддерживал и опровергал, о том, что значительный и устойчивый рост может быть достигнут легко и быстро.

Хотя Перлз был широко начитанным и очень чувствительным к интеллектуальным влияниям соответствующим его интересам, в то же время, его антипатия к интеллектуализации доходила иногда до отвержения серьезной мысли. Его стиль поведения и действия иногда подталкивал студентов к копированию, подражанию его методам, бездумному повторению его слов, интроецированию его личности и отказу от поисков собственной индивидуальности, которые предполагались его учением. В то же время, следуя его примеру, некоторые студенты решали для себя практиковать гештальт-терапию без различения ее идей от лозунгов.

Было бы неправильным расценивать эти установки в гештальт-терапии только как следствие антиинтеллектуализма, личной несостоятельности и ошибочного понимания. Они также отражают некоторые моменты, которые являются основными для нее. Гештальт-терапевт обычно испытывает недоверие к ортодоксальности и поощряет каждого индивида искать свой собственный путь. Эти установки, тесно связанные с теорией гештальт-терапии, работают против любого импульса к установлению стандартов для ее теории и практики. Но гораздо более важным, однако, является парадокс, который лежит в самом сердце гештальт-терапии. С одной стороны, это психология, состоящая из теории, методов и практики, которая стоит на фундаменте построенном из важных психологических воззрений, и материалов философии и науки. Эти источники находят непосредственное отражение в языке, на котором она основывается, и влияниях, которые она включила в себя. Но в то же время, она опирается на что-то большее, чем эти важные прародители, на что-то, что существует параллельно с ними, и приближение к чему может быть достигнуто даже без понимания теории и практики гештальт-терапии. Авторы "Гештальт-терапии" указывали на это во введении: "Совершенно необходимой для написания и полного понимания этой книги является установка, которая как и теория действительно пронизывает содержание и метод книги... Авторы не выдумали такой склад ума. Напротив, мы верим, что гештальтистский взгляд является первоначальным, неискаженным, естественным подходом к жизни, т.е. человеческим мышлением, действием, чувствованием... Целостный взгляд... похоронен, но не разрушен, как мы намерены это показать, и он может быть вновь полностью восстановлен".

Авторы "Гештальт-терапии" опираются на самые существенные процессы - взаимодействие фигуры и фона, формирование фигуры, нарушения контактной границы и функционирование сэлф. В последние годы жизни Ф.С. Перлз часто говорил об этом: "Гештальт также древен и стар, как и сам мир," - отмечал он, - "Мир, и каждый организм в отдельности, поддерживает самого себя и только. Закон, который неизменен - это формирование гештальтов - достижение целостности, завершенности."

Но если гештальт-подход является изначальным, естественным подходом к жизни, он не нуждается в том, чтобы говорить о нем в понятиях, которые развивали Перлз, Хефферлин, Гудмен и их соратники. Из текстов написанных раньше "гештальта" могут быть названы Дао-Дэ-Цзин, даоистский манускрипт, который демонстрирует и даже учит этому подходу. Таким образом, гештальт-терапия является частным проявлением этого исконного, древнего подхода. В "Гештальт-терапии" Перлз, Хефферлин и Гудмен создали исчерпывающее ее представление в терминах, которые были приспособлены для времени их написания, и составившие сборник терминов и концепций исходящих из современной психологии и философии. Их работа была обращена к образованной, глубокой публике и значительной части профессионалов.

Спустя 40 лет со дня публикации "Гештальт-терапии" покупатели книг по психологии драматически изменились, потому что изменились ценности и стандарты популярности, изменилось общее и профессиональное образование. Многие профессионалы находят книгу далекой от них. Но те, кто счел книгу недоступной для понимания вправе требовать другого нежели "Гештальт-терапия" источника для понимания гештальт-подхода, основанного на ясных определениях этого исконного подхода к жизни. Даже безотносительно текста своей книги, Перлз, Хефферлин и Гудмен все таки говорят о том, что они понимают гештальт-терапию, возможно как то, что является современным домом для этого исконного подхода в психологии. Некоторые гештальт-терапевты могли бы охарактеризовать самого Ф.С.Перлза как его выразителя. Другие приверженцы гештальт-терапии годами использовали эти же принципы, но создается впечатление, что они делали это с меньшей ясностью и точностью, чем они используются в "Гештальт-терапии", а также не демонстрируя убедительно, что они полно понимали книгу или даже сам подход. Результатом этих процессов явилось разнообразие в ценностях гештальт-терапевтов, а также конфликт, противоречия и запутанность. "Гештальт" гештальт-терапии стал размытым, иногда более чем колеблющимся - для гештальт-терапевтов более предпочтительной была бы более четко очерченная фигура.

Главная тенденция последних 10 лет направлена на признание, изменение и разрешение этой ситуации. Многие гештальт-терапевты пришли к убеждению, что гештальт-терапия, ее психотерапевты и люди, которые работают с ними, извлекают пользу из строгости, фокуса и точности, которые в большей степени достигаются благодаря знанию гештальт-теории. Это основной урок о фигурах, и конечно, любое целое становится наполненным влиянием и жизненными силами, когда оно последовательно, ясно и согласованно.

Следствиями этой самой тенденции стали большее количество дискуссий о природе гештальт-теории и более ясное разделение взглядов в гештальт-терапии. Значительное количество статей, которые появились в последние шесть лет в профессиональном журнале по гештальт-терапии Соединенных Штатов "Гештальт-журнале", посвящены теории и связи между теорией и практикой, демонстрации того как гештальт-терапия старается придти в соприкосновение со своей теоретической подоплекой. (Данная глава книги является отражением этой тенденции, включая

вероятность того, что некоторые гештальт-терапевты захотели бы сделать возражения по поводу некоторых из ее формулировок).

Другим следствием этой же тенденции является еще более серьезная дискуссия между гештальт-терапевтами относительно гештальт-психотерапии, ее связи с теорией и попытки обогатить и усовершенствовать ее теорию и практику. Главными среди этих последних устремлений являются проекты, направленные на создание диагностической номенклатуры, содержащей вместе с гештальт-подходом попытки осветить теорию развития основанную на концепциях формирования фигуры и ментального метаболизма.

По материалам <http://gestaltnsk1.narod.ru/lathner.htm>