

Teoria pola we współczesnej terapii Gestalt, część 1: Modulowanie obecności terapeuty w praktyce klinicznej

Ten artykuł ukazał się w Gestalt Review, Vol. 24, No. 2, 2020.

Used with permission from Penn State University Press. / Opublikowano za zgodą Penn State University Press.

Gianni Francesetti, MD
gianni.francesetti@gmail.com

Jan Roubal MD, PhD
jan.roubal.cz@gmail.com

STRESZCZENIE | Niniejszy artykuł jest pierwszym z dwóch tekstów mających na celu zbadanie implikacji teorii pola we współczesnej terapii Gestalt. Przedstawiamy tu definicję teorii pola, na której się opieramy; w szczególności definiujemy pole fenomenalne, pole fenomenologiczne i pole psychopatologiczne. Następnie badamy implikacje tych rozróżnień w psychopatologii i praktyce klinicznej. Opisujemy wytyczne do zastosowania teorii pola w praktyce terapeutów, aby modulować sposób ich obecności na sesji w celu wspierania procesu zmiany. Kończymy ilustrującym przykładem klinicznym. Teoria, którą przedstawiamy w tym artykule jest sposobem na zajęcie się, z perspektywy terapii Gestalt, relacyjnymi zjawiskami, które psychoanaliza nazwała "przeniesieniem i przeciwprzeniesieniem". Nasze rozumienie opiera się jednak na innej epistemologii, radykalnie relacyjnej i opartej na teorii pola, która traktuje self i Drugiego jako nieprzerwane, niekończące się i stale wyłaniające się procesy.

SŁOWA KLUCZOWE | Terapia Gestalt, teoria pola, psychopatologia, fronesis, rezonans, przeniesienie, przeciwprzeniesienie

1. Wprowadzenie

Niniejszy artykuł jest pierwszym z dwóch, których celem jest zbadanie implikacji teorii pola we współczesnej terapii Gestalt. Teoria pola jest fundamentalną koncepcją w terapii Gestalt, na której zbudowana została jej teoria i praktyka (Perls, Hefferline i Goodman 1994). Nie jest ona nowa, niemniej jednak, rozwój teorii nie musi być konsekwencją nowej idei, ale może wynikać z nowego spojrzenia na istniejącą ideę, zgodnie z nowym tłem, jakie tworzą zmiany w kontekście społecznym, kulturowym i naukowym. Wierzymy, że ta perspektywa jest zarówno związana, jak i inspirowana ruchem międzysektorowym w psychoterapii w ogóle (Roubal 2019), a więc może być również istotna dla kolegów wyszkolonych w innych podejściach. Teoria pola ma potencjał, by stać się wspólną podstawową koncepcją współczesnej psychoterapii, przyczyniając się do jej ewolucji od etapu preparadygmatycznego do paradygmatycznego, gdzie nauka osiąga etap paradygmatyczny, gdy wszyscy teoretycy dzielą podstawową wspólną płaszczyznę (Evans 2007). W tym pierwszym artykule przedstawiamy definicję teorii pola, na której się opieramy; w szczególności definiujemy pole fenomenalne, fenomenologiczne i psychopatologiczne.

Następnie badamy implikacje tych rozróżnień w psychopatologii i praktyce klinicznej. Opisujemy wytyczne do praktycznego zastosowania teorii pola podczas sesji w celu wspierania procesu zmiany. Kończymy ilustrującym przykładem klinicznym. Teoria, którą tu przedstawiamy, jest sposobem na zajęcie się - z perspektywy terapii Gestalt - relacyjnymi fenomenami, które psychoanaliza nazwała "przeniesieniem i przeciwprzeniesieniem". Opieramy to rozumienie na innej epistemologii: radykalnie relacyjnej epistemologii opartej na teorii pola, która uznaje self i drugiego za nieskończone, nieustannie wyłaniające się procesy (Perls i in. 1994; Philippson 2009; Vázquez Bandín 2014; Robine 2016; Bloom 2016). Drugi artykuł (Roubal i Francesetti, wkrótce) będzie dotyczył perspektywy teorii pola w teorii zmiany i jej konsekwencji dla paradoksalnej teorii zmiany (Beisser 1970).

2. Teoria pola: Od "babilońskiego" zamętu do zróżnicowanego rozumienia

Koncepcja pola była używana w psychoterapii w różny sposób przez różnych autorów, ale także w różny sposób przez tych samych autorów w różnym czasie, zarówno w terapii Gestalt, jak i w innych podejściach. Bez wyjaśnienia znaczenia tego pojęcia istnieje ryzyko powstania babilońskiego zamętu, w którym często nie jest jasne, o czym mówimy (Staeemmler 2006). W tekście założycielskim terapii Gestalt (Perls i in. 1994) mówi się tylko i wyłącznie o polu organizm-środowisko. Poprzez tę koncepcję, założyciele odrzucili redukcjonistyczną perspektywę postrzegania organizmu bez uwzględnienia jego środowiska, i przyjęli perspektywę, która bierze pod uwagę interakcję między organizmem a środowiskiem. Taka interakcja jest ciągła, nieodzowna i nierozzerwalna, i leży u podstaw przejścia od poglądu skoncentrowanego na jednostce do poglądu skoncentrowanego na interakcjach "pomiędzy". Wydaje się, że wszyscy poszczególni autorzy terapii Gestalt zgadzają się z tym podstawowym założeniem. Różnią się oni jednak w dalszym rozwijaniu teorii pola. Niektórzy autorzy, zgodnie z oryginalnym rozumieniem Kurta Lewina (1952), twierdzą, że w każdym konkretnym czasie każdy człowiek ma określone pole organizm-środowisko, tak jak każdy ma swoje własne pole widzenia, składające się z horyzontu wszystkiego, co może zobaczyć (np. Robine 2008). Inni autorzy, bardziej zgodni z oryginalnym rozumieniem Jana Smutsa (1926), zaproponowali inną koncepcję pola, która pozwala skupić się na większej, nieredukowalnej całości, którą postrzegają ludzie zaangażowani we wspólną sytuację i która w jakiś sposób wpływa na nich wszystkich. Nie uważamy tych dwóch różnych konceptualizacji za dobre lub złe, ale raczej za dwie możliwe perspektywy, które należy wyjaśnić w dyskusji.

Malcolm Parlett (2005) przedstawia tę kluczową kwestię w jasny sposób: "Szczególne pytanie w końcu staje się nieuniknione. Czy 'pole' jest ostatecznie tylko metaforą, użytecznym pojęciem pomocniczym i ramą, która może być użyta do wyjaśnienia tego, co jest trudne do wyjaśnienia? Czy też 'coś tam' jest w formie jednoznacznego pola energetycznego w 'przestrzeni pomiędzy'?" (60; zob. też Parlett 1991). W tym artykule rozważamy fenomenalne pole nie tylko jako metaforę, ale raczej jako wyłaniające się "coś tam". Nie wchodzimy w ontologiczną debatę na temat tego, *czym to jest*, czy jest to energia, czy nie; nie musimy rozstrzygać tej kwestii dla klinicznych implikacji, na których chcemy się tutaj skupić. Po prostu uważamy, że to *coś tam* może być postrzegane jako wyłaniający się fenomen (Francesetti 2019a, 2019b), który wykracza poza sumę części. Aby pogłębić naszą eksplorację konsekwencji klinicznych, proponujemy rozróżnienie trzech różnych pojęć: pola fenomenalnego, pola fenomenologicznego i pola psychopatologicznego (Francesetti 2015,

2019a, 2019b).

2.1 Pole fenomenalne

Pole fenomenalne to horyzont zdarzeń fenomenalnych dla danej sytuacji. Stanowi ono granicę, w obrębie której pewne doświadczalne fenomeny mają tendencję do wyłaniania się, podczas gdy inne nie. Może być uważane za *horyzont tu i teraz prawdopodobnych wyłaniających się form*. Z jednej strony, tworzy ono *możliwości* dla wielu różnych form doświadczenia, które mogą pojawić się w danej sytuacji. Z drugiej strony *ogranicza je*, ponieważ nie wszystkie formy doświadczenia mogą się wyłonić. Na przykład, podczas przyjęcia z przyjaciółmi, łatwiej jest o żarty i wygłupy, chwile dobrego humoru i uczucia lekkości, a czas będzie płynął szybko. Na stypie pogrzebowej jest bardziej prawdopodobne, że wyłonią się odczucia ciężkości, spowolnienia lub rozrzedzenia czasu, przygnębienia i bezruchu.

Pole fenomenalne jest percypowane przez zmysły jako atmosfera sytuacji (Francesetti i Griffero 2019; Francesetti 2019d), w której poruszają się siły warunkujące pojawienie się zjawisk. Te siły pola są intencjonalnościami: *wewnętrznymi napięciami* zmierzającymi do spełnienia się potencjalności sytuacji. W polu fenomenalnym zaangażowane intencjonalności zaginają je, jak w przypadku czarnych dziur, gdzie siłą zaginającą horyzont zdarzenia jest grawitacja. W spotkaniu terapeutycznym intencjonalności są siłami ucieleśnionymi i poruszają zarówno pacjenta, jak i terapeutę. W tym paradygmacie¹ self nie jest strukturą, ale zjawiskiem, które wyłania się w sytuacji. Siły pola fenomenalnego są w ruchu zanim podmioty zostaną rozróżnione i zdefiniowane. Dlatego możemy powiedzieć, że terapeuta i pacjent wyłaniają się tu i teraz; "są tworzeni" w tej sytuacji jako funkcje pola i są poruszani przez siły pola. Z tego powodu jesteśmy nieustannie w konfluencji z polem fenomenalnym, z którego się wyłaniamy. Pole fenomenalne jest patosem, to znaczy, że jest doświadczane, a nie wybierane (Waldenfelds 2011).

2.2 Pole fenomenologiczne

Pole fenomenologiczne jest wynikiem "fenomenologicznej konwersji" (Husserl 1931), która leży u podstaw zdolności do przyglądania się z ciekawością wyłaniającym się fenomenom i poszukiwania ich sensu i intencjonalności. Taka kompetencja wymaga odejścia od bezpośredniego postrzegania/działania, którego doświadczamy jako funkcji pola fenomenalnego. To przesunięcie jest generowane przez ciekawość i uczucie zdziwienia tym, co się dzieje (Bloom 2009). Jak powiedział Eugen Fink (1933), współpracownik Edmunda Husserla, *zdumienie nad światem* jest najlepszą definicją postawy fenomenologicznej. Jest to rozwinięcie wolności i zróżnicowania, które umożliwia dystans wobec tego, co nas ogarnia.

Jako terapeuci mamy zdolność do bycia świadomymi pola fenomenalnego, do zauważania sił, które nami poruszają, do bycia ciekawymi tego, co się dzieje. W ten sposób pole fenomenalne - *któremu podlegam* - przekształca się w pole fenomenologiczne - *którego jestem podmiotem*. Teraz możliwa jest refleksja nad tym, co się dzieje i dokonywanie wyborów. Rozszerza się przestrzeń możliwości. To przejście od tego, co fenomenalne, do tego, co fenomenologiczne, jest działaniem wprowadzającym *logos*, z możliwością, jaką daje refleksja, formułowanie, myślenie, opowiadanie, nadawanie znaczenia i wybór. Wnosi

¹ Obowiązującym paradygmatem jest tu paradygmat fenomenologiczny (Wiesing 2014), zgodny z badaniami nad percepcją w psychologii Gestalt (Francesetti 2016); neuronaukowymi badaniami nad self prowadzonymi przez Damasio (2012); oraz filozoficznym podejściem estetyki patetycznej (Waldenfelds 2011; Griffero 2017; Böhme 2017).

światło w cieniu. Wprowadza możliwość wyrażania słowami, co implikuje rozróżnienie. Wymaga pauzy, czasu; *zastanowić się* (ang. *to reflect*) oznacza napiąć się (ang. *to flex*), pochylić dwa razy, by powrócić do fenomenu raz jeszcze.

Takie przejście jest bliskie temu, co Peter Fonagy (Fonagy i Target 1997) opisuje jako zdolność do refleksji i mentalizacji. Kiedy przechodzimy od bycia zaabsorbowanym przez pole fenomenalne do bycia świadomym tego pola, pojawia się zdolność do refleksji nad tym, co się dzieje, i do werbalizowania tego. Z perspektywy, którą proponujemy, nie jest to jednak tylko akt poznawczy, ponieważ zakłada on ucieleśnione dostrojenie się do fenomenów zmysłowych wyłaniających się w danej sytuacji.

2.3 Pole psychopatologiczne

Perspektywa pola zmienia epistemologiczne podłoże samej psychopatologii, w jej definicji, rozumieniu i leczeniu cierpienia. Pole, a nie jednostka, jest postrzegane jako obiekt psychopatologii (Francesetti 2015). Cierpienie nie jest przypisane do osoby, ale jest raczej postrzegane jako emergentny fenomen pola w sytuacji terapeutycznej. Takie cierpienie pochodzi z nieobecności w polu fenomenalnym. Oznacza to niemożność bycia obecnym wobec drugiego, ponieważ percepcja, poznanie lub emocje są przytłumione lub ograniczone. Lub, jak w przypadku psychotycznej jakości doświadczenia, ponieważ nie jest możliwe ukonstytuowanie się jako zróżnicowane i połączone podmioty należące do wspólnego świata (Francesetti i Spagnuolo Lobb 2013; Francesetti, wkrótce). W każdym polu istnieje pewien stopień nieobecności i obecności. Im bardziej dane pole jest psychopatologiczne, tym bardziej nieobecność jest sztywno obecna, i tym więcej jest potencjału dla obecności. Psychopatologia może być postrzegana jako studium sposobów bycia nieobecnym, a terapia jako sztuka bycia obecnym wobec tej nieobecności. W porównaniu z psychopatologią wyizolowanej jednostki, rozumienie psychopatologii jako fenomenu relacyjnego cierpienia, które staje się realne i żywe w spotkaniu terapeutycznym, może być rewolucyjne, ponieważ oferuje bezpośredni dostęp do transformacji pola psychopatologicznego (zob. Francesetti 2015).

3. Teoria psychopatologii²

3.1 Czym jest psychopatologia? Ślady nieobecnego Innego.

Cierpienie psychopatologiczne nie jest bólem egzystencjalnym; nie jest dyskomfortem wynikającym z ograniczeń czy strat, których wszyscy doświadczamy w naszym życiu (Salonia 2013; Francesetti 2019e). Psychopatologia zaczyna się wtedy, gdy doświadczenia pojawiające się w trudnych sytuacjach nie mogą zostać przetworzone i przyswojone; gdy nie ma drugiego, potrzebnego, by pozwolić sobie na trudne doświadczenia i je przetworzyć. Psychopatologia zaczyna się wtedy, gdy brakuje tego drugiego. Uczucia nie mogą zostać zasymilowane i pozostają jako mniej lub bardziej chaotyczne i nieuporządkowane ślady zmysłowe. Mamy pewne systemy, które chronią nas przed takim chaosem. Na przykład, potrafimy odłożyć uczucia na bok, aby jak najmniej nam przeszkadzały. Są one zdysocjowane i opakowane w schematy objawów, syndromów i osobowości. Spisy treści wszystkich nozograficznych systemów psychiatrycznych są spisem form tych opakowań.

² Czytelników zainteresowanych bliższym poznaniem fundamentów psychopatologii fenomenologiczno-gestaltowej odsyłamy do Francesetti (2019c), oraz do wersji w języku angielskim (Wkrótce).

Formy psychopatologiczne są wynikiem naszej zdolności do twórczego przystosowania się do tego, co nie mogło być w pełni doświadczone i przetworzone. Przy takich przekształceniach nieobecny inny staje się nieobecnością w bieżącym kontakcie. Osoba staje się ślepa, nieobecna, mniej istniejąca i mniej żywa w tych punktach doświadczalnych. Taka nieobecność jest psychopatologią, której doświadczamy podczas spotkań z naszymi klientami.

3.2 Spotkanie z psychopatologią: Nieznajomy pukający do drzwi

W jaki sposób stykamy się z psychopatologią podczas sesji terapeutycznej?

Podczas sesji wyłania się pole psychopatologiczne. Jest ono wynikiem działania sił, które mają za zadanie znieść nieobecność i otworzyć możliwość jej przekształcenia w obecność. Nieobecności są momentami, w których pojawiają się doświadczenia, które nie zostały zasymilowane. Są to uczucia, które nie są zintegrowane z funkcją osobowości, dlatego nie możemy się od nich odróżnić. Nazywamy je *proto-uczuciami*, zgodnie z definicją *proto-self* podaną przez Antonio Damasio³. Są one znakami i śladami niedokończonej sprawy, czegoś, co z powodu braku wsparcia nie zostało przetworzone i zamknięte. Proto-uczucia mogą być zorganizowane jako powtarzające się wzorce w relacjach; jako takie "trwałe tematy relacyjne" (Jacobs 2017) stają się częścią osobowości. To, co nie zostało przyswojone i przekształcone, mimo wszystko wyłania się w sytuacji terapii wraz z potencjalnością tego przekształcenia. Im bardziej proto-uczucia są nieuformowane i zdysocjowane, tym bardziej jawią się jako coś niepokojącego dla terapeuty. *Są jak nieznajomy pukający do drzwi*. Takie niepokojące uczucia można nazwać *atopôn*⁴ ("nie na miejscu" z greki) (Francesetti 2019a, 2019b) - coś co jest pozbawione znaczenia, dziwne, żenujące, przeszkadzające, nieuporządkowane, denerwujące, niepokojące; coś nie na miejscu, czego terapeuta wolałby nie czuć lub nie myśleć. To, co nie zostało ukształtowane, uformowane i przyswojone, to, co nie miało prawa istnieć, pcha się do życia w tu i teraz sytuacji terapeutycznej. Terapia jest w zasadzie wsparciem dla potencjalności przyniesionych przez tego nieznanego u drzwi. Formy, jakie nieuformowane proto-uczucia przybierają podczas sesji, są oryginalne i niepowtarzalne. To, co popycha do działania w tej sytuacji, jest ucieleśniane zarówno przez klienta, jak i terapeutę. Terapeuta przyczynia się do pojawienia się tego, co nieuformowane, używając swojego ciała siłom pola.⁵

To, że terapeuta czuje się poruszony przez jakąś siłę, nie oznacza, że to klient go porusza, jak wynikałoby z jedno- lub dwuosobowej perspektywy psychologicznej. Siły należą do sytuacji: nie chodzi tylko o klienta i nie chodzi tylko o terapeutę. To, co powstaje, różni się od sumy części, w taki sam sposób, jak wtedy, gdy spotykają się cząsteczka tlenu i dwie cząsteczki wodoru, i pojawia się nowa, unikalna jakość wody. Dlatego nie jest ważne, a nawet niemożliwe, aby odróżnić *to, co moje, od tego, co twoje*. Ważne jest rozpoznanie sił, które napierają, i pozwolenie im na przekształcenie pola. W historii psychoanalizy i psychoterapii kwestia ujawniania siebie przez terapeutę była różnie rozpatrywana, od

³ Według Damasio (2012), pierwszym etapem wyłaniającego się self jest proto-self, etap, w którym w percepcji istnieje coś, co nie jest jeszcze zdefiniowane jako moje. Percepcja ta staje się moją percepcją dopiero w drugim etapie, czyli w stadium subiektywnego self.

⁴ "Gadamer przypomina nam, że Grecy mieli słowo na określenie tego, co zatrzymuje rozumienie. Tym słowem był *atopon*, który w rzeczywistości oznacza 'to, co nie daje się dopasować do kategorii oczekiwań w naszym rozumieniu i co w związku z tym powoduje, że jesteśmy wobec tego podejrzliwi'" (Costa et al. 2014, 356).

⁵ W filozofii Jeana Luca Mariona (2003) użyczenie swojego ciała jest podstawowym i fundamentalnym zjawiskiem w komunikacji i relacjach międzyludzkich. Przyjemność jest wtedy, gdy druga osoba akceptuje moje ciało; ból jest wtedy, gdy moje ciało jest odrzucane przez drugą osobę.

stanowiska, że należy całkowicie unikać dzielenia się, do stanowiska bezkrytycznej otwartości, typowego dla pierwszego ruchu humanistycznego.

Z naszej perspektywy możemy zidentyfikować podstawowe kryterium ujawniania siebie przez terapeutę: tak długo, jak postrzega on tylko pierwszą falę uczuć, które się pojawiają, powinien powstrzymać się od dzielenia się nimi z klientem. Tak długo, jak postrzegana jest tylko pierwsza fala uczuć, jest ona figurą bez podłoża i jeszcze bez znaczenia. Tylko wtedy, gdy druga fala uczuć przyniesie nową dynamikę, zmniejsza się ryzyko retraumatyzacji klienta i może rozwinąć się proces przemiany.

3.2.1. Przykład z warsztatów: Czy to moje czy twoje? Dzieląc się informacją zwrotną po ćwiczeniu w triadach, uczestniczka w roli terapeutki mówi, że lęk klientki był tak silny, że musiała przerwać sesję, aby poprosić o wsparcie obserwatora. Stwierdza, że nie przepracowała odpowiednio tego rodzaju lęku we własnej terapii i że w związku z tym jako terapeutka nie jest wystarczająco dobra, by poradzić sobie z taką sytuacją kliniczną. Jednak z perspektywy, którą opisaliśmy, to właśnie specyficzna jakość wyłaniającego się lęku implikuje potrzebę obecności osoby trzeciej, innej osoby, która pomieści ten lęk. Nie chodzi tu o brak doświadczenia czy dojrzałości ze strony terapeutki, ale o wewnętrzną jakość wyłaniającej się siły. Kiedy jest to wyrażone, klientka w ćwiczeniu wybucha łzami, mówiąc: "Tak, teraz rozumiem. To jest lęk związany z nadużyciami jakich doznałam w dzieciństwie". Potrzeba trzeciej strony i dewaluacja uczuć są charakterystyczne dla pola nadużyć. Postrzeganie tych fenomenów jako wynikających z wyłaniających się sił sytuacji otwiera nowy horyzont rozumienia, nie ograniczony *ani do historii klienta, ani do historii terapeuty*. Nieuformowane proto-uczucia chcą się wyłonić, a terapeuta ucieleśnia je wraz z klientem, tak że stają się one częścią afektywnego krajobrazu, który dąży do przekształcenia się. Aby jednak mogło dojść do tego przekształcenia, najpierw musi być doświadczona nieobecność. Z tej perspektywy nie jest tak ważne zrozumienie, kto co wnosi do spotkania, ale rozważenie tego, co się dzieje jako wyrazu sił pola, które nie są redukowalne do wkładu terapeuty czy klienta.

3.2.2. Przykład z pracy klinicznej: Kiedy terapeutka reaguje jako pierwsza. Podczas sesji klient mówi, że zdaje sobie sprawę, jak bardzo naraża się na niebezpieczeństwo, nie chroniąc się i nie odczuwając strachu. W ciągu ostatniego roku wszedł kiedyś do płonącego samochodu, aby uratować jakieś dokumenty, a ostatnio miał wypadek na motorze, ponieważ jechał zbyt szybko po mokrej drodze. Teraz zastanawia się, dlaczego robił tak niebezpieczne rzeczy, a także wiele innych, nie czując strachu, a więc nie mogąc nawet pomyśleć o zabezpieczeniu się. Opowiadając te historie, czuje trzepotanie w brzuchu. Pozostając z tym doznaniem, uświadamia sobie, że jest to rodzaj subtelny strachu. Zgłębianie tych uczuć ujawnia, że strach nigdy nie był w jego życiu uprawomocniony. Zawsze czuł się zmuszony do budowania osobowości, która jest niezachwianie silna, odważna i spartańska. W pewnym momencie terapeutka czuje, że coś hamuje jej własny oddech. Wydaje się, że czegoś podobnego doświadcza klient. Na chwilę czas się zatrzymuje, jest to odczuwane jako napięcie i rodzaj oczekiwania. Terapeutka odczuwa dyskomfort, nagłą pustkę między sobą i klientem, rodzaj niepokoju, od którego muszą uciec. Terapeutka zadaje jakieś niezręczne pytanie, źle sformułowane. Klient mówi, że nie rozumie pytania. Wtedy terapeutka zaczyna interesować się tym, co się dzieje, i uświadamia sobie, że sama nie rozumie swojego pytania. Zadała to pytanie tylko dlatego, że nie mogła znieść zawieszenia rytmu oddechu. Teraz, kiedy zwolnił, uświadamia sobie, że odczuwała pewien rodzaj lęku; może lęk przed pozostawieniem klienta samemu sobie, w tej pustce, która pojawiła się

między nimi. Uświadomienie sobie tego, co czuła, pomaga terapeutce swobodniej oddychać, rozluźnić się. Wydaje się, że teraz może pojawić się światło, że coś może się otworzyć w tej sytuacji. Terapeutka postanawia podzielić się swoim doświadczeniem z klientem. Dotyka go to głęboko i otwiera poczucie samotności. Mówi: "Miło jest wiedzieć, że boisz się zostawić mnie samego, że się o mnie boisz. Tego mi właśnie brakuje. Że ktoś, komu na mnie zależy, może poczuć moją samotność i może się o mnie bać. Mam dobre życie, jestem szczęśliwy, są ludzie, którzy mnie kochają i których ja kocham, ale brakuje mi kogoś, kto poczuje moją samotność i będzie się o mnie bał. Zawsze mi tego brakowało".

W tym przykładzie widzimy, jak terapeutka została zawładnięta przez pole fenomenalne, w którym strach został zdelegitymizowany. (Własne poczucie strachu terapeutki było uczuciem, które nie miało prawa istnieć w tym polu). Zadając pytanie, terapeutka zareagowała na ten lęk, zamiast poczekać i uznać, że bała się zostawić klienta samemu sobie. Dopiero po swojej reaktywnej interwencji terapeutka mogła rozpoznać swoje uczucia i postanowiła się nimi podzielić. Wewnętrzne napięcie w polu - intencjonalność - dążyło do legitymizacji lęku: lęku, który otwierał nie tylko poczucie samotności, ale także potrzebę bycia postrzeganym jako ograniczony i kruchy. Pole to początkowo zawładnęło terapeutką; następnie zmodulowała ona swoją obecność, aby wesprzeć transformację, a nie potwierdzenie wzorca.

4. Modulowanie Obecności Terapeutki

Psychoterapia jest sztuką bycia obecnym dla wyłaniających się nieobecności. Sztuki w ogóle nie można zredukować do wiedzy czy technik, chociaż wiedza i techniki są fundamentalną częścią drogi do nauki jakiegokolwiek sztuki. Sztuka wymaga *phronesis*⁶, która jest umiejętnością odnalezienia się w specyficznych warunkach - możliwościach i ograniczeniach obecnej sytuacji. Ponieważ każda sytuacja jest niepowtarzalna, każda interwencja terapeutyczna, podobnie jak każda ekspresja sztuki, jest niepowtarzalna. Ponieważ jesteśmy tego świadomi, naszym celem nie jest zalecanie zestawu technik. Staramy się raczej opisać model, który może pomóc terapeutom orientować się w delikatnych tonach ciągle zmieniającej się złożoności ich własnych doświadczeń w obecności klienta. Mamy nadzieję, że model ten może pomóc im w modulowaniu swojej obecności w celu wspierania sił transformacyjnych pola psychopatologicznego.

Zajmujemy się pewnymi szczególnymi momentami⁷ procesu terapeutycznego, momentami, w których nieznajomy puka do drzwi i pojawia się *atopòn*. Są to szczególne i kluczowe wydarzenia, punkty przecięcia między transformacją a powtórzeniem, między retraumatyzacją a zmianą terapeutyczną. Takie cenne chwile są możliwe dzięki całemu procesowi terapeutycznemu, który oferuje sojusz, zaufanie, więź, wsparcie i pomieszczenie. Nawet jeśli koncentrujemy się na pewnych specyficznych momentach procesu zmiany, są one nierozzerwalnie związane z całym procesem, który zapewnia niezbędny grunt dla zmiany. Nasze wskazówki nie odnoszą się więc do całego procesu terapii. Odnoszą się jedynie do konkretnych momentów, w których terapeuta doświadcza pewnego rodzaju

⁶ Podczas gdy *tekhnē* to odtwarzanie działań w celu wytworzenia przedmiotu jak najbardziej identycznego z prototypem (jak rzemieślnik wytwarzający filiżanki z terakoty), *phronēsis* to zdolność do działania zgodnie z aktualną sytuacją, która nigdy nie jest dokładnie taka sama, a zatem wymaga kreatywności i zdolności do uchwycenia wszystkich istotnych aspektów w niej obecnych (jak żeglarz wykorzystujący siły danej sytuacji: wiatr, fale, wielkość statku, prądy, odległość od lądu, itp.) W *phronesis* tkwi artystyczny charakter terapii (Francesetti 2019a).

⁷ Frans Meulmeester podjął ten sam temat w niepublikowanej pracy "Gestalt w siedmiu krokach".

niepokojącego lub bezcelowego rezonansu, i oferują wsparcie w jego przepracowaniu. Rezonansem może być uczucie, doznanie, ból fizyczny, emocja, obraz, metafora, melodia, piosenka lub cokolwiek innego, co wypływa z przepływu dostrojenia z klientem (Francesetti 2015; 2019a; Frank i La Barre 2010; Spagnuolo Lobb 2018). *Atopòn* to rezonanse, o których myślimy, że są "nie na miejscu". Odnoszą się do tego, co znajduje się poza granicą akceptowanego i znanego. *Atopòn* jest nieznanym pukającym do drzwi, tym, który zaburza ustalone wzorce powtarzalnej organizacji pola i pobudza terapeutę do aktualizacji. Kiedy terapeuta zostaje porwany przez rezonans, który wydaje się nie na miejscu, niepokojący i nieodpowiedni, jest to moment o szczególnym znaczeniu. Coś, co zostało zdysocjowane, co pcha, by wyjść na światło dzienne i zostać przetworzone i zintegrowane, puka do drzwi. Niektóre rezonanse są bardziej niepokojące lub odczuwane jako nie na miejscu niż inne. Im bardziej wydają się one nie na miejscu i im bardziej terapeuta jest skłonny je zignorować, tym są cenniejsze. Ta cecha bycia nie na miejscu wskazuje, jak bardzo są one zdysocjowane, a zatem jak ważne jest, aby zwracać na nie uwagę i traktować je z delikatną troską. To właśnie w tym momencie terapeuta używa swojego ciała siłom pola, aby wydobyć na światło dzienne to, co zostało odrzucone, a więc pozostało nieuformowane. W tym momencie terapeuta zostaje zawładnięty przez proto-uczucie, które potrzebuje innego ciała, otwartego na jego przyjęcie, aby mogło się ujawnić. Drugi, którego brakowało, teraz ofiarowuje swoje ciało. Jest to proces transformacji, który potrzebuje dwóch ciał, aby się wydarzyć. To właśnie tutaj rozpoczyna się proces przemiany. Tutaj "niedokończone sprawy" pola, świat nieuformowanych proto-uczuciów, powstaje i jest gotowy do przepracowania. I to właśnie tutaj istnieje duże ryzyko bycia zawładniętym/ą przez utrwalaony wzorzec bez wspierania jego przemiany, co oznacza, że ryzyko retraumatyzacji jest wysokie.

Wskazówki omówione w następnej części oferują terapeutce sposób orientowania się w tych delikatnych momentach, kiedy powtarzające się wzorce organizacji pola mogą ulec zmianie. Podczas procesu transformacji, terapeutka nieustannie ma do czynienia z niepewnością rozwijającego się pola. Musi być w stanie tolerować niewiedzę i być gotowa do zmiany kierunku zgodnie z siłami pola. Metafora bycia zanurzoną w rzece poruszanej przez większe siły wyraża tę postawę. Terapeutka postępuje zarówno ostrożnie, jak i z wiarą, gotowa do bycia niezręczną i skłonna do podejmowania błędnych kroków i nieustannego ich korygowania.

5. Wskazówki dotyczące modulowania obecności terapeutki

Opisujemy tu, w jaki sposób terapeutka może pracować z własnymi doświadczeniami. Proces ten zwykle wydaje się szybki. Dzieje się on w krótkiej chwili pomiędzy początkowym doświadczeniem terapeutki "nieznajomego w drzwiach", a końcową interwencją terapeutki. Postaramy się opisać proces, który zazwyczaj zachodzi w ciągu kilku sekund, choć może on długo powracać w terapii w powtarzalny sposób, gdy nieznajomy puka tak długo, aż zostanie wysłuchany, a siły pola osiągną transformację. Ze względów dydaktycznych podzielimy ten proces na sekwencję kroków, choć w praktyce doświadczają go raczej jako przepływu wolniejszych i szybszych odcinków. W naszym opisie będziemy również używać perspektywy pierwszoosobowej, aby podkreślić subiektywność i intymność doświadczalnej pracy. Możemy zatem wyróżnić trzy podstawowe fazy (podzielone na etapy cząstkowe):
(1) Uwaga bez osądu (*Epoché*: etymologicznie pochodzi od starożytnego greckiego terminu *étymo*, który oznacza "zawieszenie");
(2) Odbieranie pierwszej i drugiej fali ("Pożyczanie ciała");

(3) Wspieranie nowej, wyłaniającej się dynamiki (*Poiesis*: etymologicznie wywodzi się od starożytnego greckiego terminu *ποιεῖν*, który oznacza "czynić").

5.1. Uwaga bez osądu (Epoché)⁸.

5.1.1. *Skupiam się na sobie*. Przenoszę swoją uwagę z klienta na siebie. Skupiam się na własnych zasobach, czyli na własnym ciele. Staram się czuć się komfortowo i być gotowym na spotkanie z tym, co nadejdzie. Jestem otwarty na to, co się wydarzy bez żadnego konkretnego wspomnienia lub pragnienia (Bion 1967). Kiedy w tym momencie pojawia się oczekiwanie, może być ono sygnałem potrzeby większego ugruntowania lub ruchu siły z pola. Jest to początek postawy epoché: zawieszenia osądu tego, co się dzieje. Po prostu zastanawiam się. Jeśli pojawia się tu osąd, przyjmuję go bez osądzania.

5.1.2. *Zwalniam i czekam*. Polegam na własnych zasobach, aby poradzić sobie z ryzykiem, co pozwala mi nie robić jeszcze nic aktywnie skierowanego do klienta. Nie staram się zmienić sytuacji, ani nawet kierować uwagi, mieć koncepcji czy wizji. Mogę się wspierać poprzez zwolnienie tempa i przyjęcie postawy oczekiwania na to, co nadejdzie. Przygotowuję wolną przestrzeń, polanę (Lichtung, oryg. en: 'clearing')⁹ na to, co zaczęło się pojawiać i może się rozwinąć. Nabieram dystansu do wyłaniającego się szumu, nie skupiając się zbyt mocno na jego zawartości; nie przywiązuję wagi do niczego konkretnego (Bloom 2009, 2019).

5.1.3. *Wystawiam się na działanie sił pola*. Wystawiam się na to, co nadchodzi, ze zmysłami otwartymi i przebudzonymi, gotowymi i wolnymi od określonego obiektu skupienia. Jestem otwarty i uziemiony cielesnie, skupiony na moich zmysłach, aby przyjąć cokolwiek nadejdzie. Koncentruję się na tym, co mnie porusza, co się ze mną dzieje, nie odrzucając żadnego elementu czy możliwości. Dostrajam się do wymiaru patycznego¹⁰, półmroku, niezróżnicowanego i synestetycznego momentu pojawienia się doznań.

5.2. Odbiór Pierwszej i Drugiej Fali (Pożyczenie Ciała)

5.2.1. *Odbieram pierwszą falę bez reagowania*. Kiedy coś przychodzi do mnie jako moje doświadczenie, nie odrzucam tego, ani nie reaguję na to. Jestem świadomy, że im bardziej to, co przychodzi jest dziwne, niepokojące, nie na miejscu i nieodpowiednie, tym ważniejsze może być dla procesu zmiany. Może to być nieprzyjemne, wstydlive, a nawet niepokojące. Nie przypisuję przedwcześnie tego doświadczenia sobie lub klientowi. Raczej witam je i

⁸ Epoché to akt wstrzymania się, zatrzymania i oczekiwania ('holding on, of stopping and waiting'). Husserl zaczerpnął to pojęcie od pyrronistów (np. Sekstusa Empiryka), dla których epoché oznaczało zawieszenie osądu, definiowane jako stan intelektu, dzięki któremu nie można ani zaprzeczyć, ani niczego potwierdzić; służyło to ostatecznemu celowi, jakim była ataraksja (czyli jasny stan spokoju). W fenomenologii epoché jest więc aktem nawiasowania wszelkich założeń i sądów na temat pojawiających się fenomenów, aby przyjąć je takimi, jakimi są. Aby zapoznać się z rewizją terapii Gestalt, zobacz Bloom (2009, 2019). Dziękujemy George'owi Giaglisowi za podzielenie się swoją wiedzą i pasją do etymologii.

⁹ Lichtung to neologizm ukuty przez Heideggera, odnoszący się do doświadczenia chodzenia po ciemnym lesie i nagłego dotarcia do polany, na której pojawia się światło odsłaniające na chwilę nieoczekiwany krajobraz. Dla Heideggera Lichtung jest zarówno światłem, które ujawnia, jak i pracą nad przygotowaniem warunków do pojawienia się prawdy, czyli tego, co ukryte, do wyjścia na światło, do zaistnienia.

¹⁰ Patyczny wymiar doświadczenia odnosi się do doznań cielesnych, które nie mogą być wybrane, są więc patosem (zob. §2.1).

utrzymuję dystans wobec niego, polegając na moim cielesnym samo-wsparciu. Utrzymuję pozycję zdziwienia i ciekawości: "Co się ze mną dzieje?". Cokolwiek czuję, na razie nie utożsamiam się z tym. To, co czuję, jest sposobem na wykrzycie siły pola ("Nie jestem tym, co czuję, jestem czymś więcej niż tym, co czuję, patrzę z ciekawością na to, co czuję"). Ciekawość pomaga mi zachować pewien dystans do impulsu wywołanego przez uczucie. W ten sposób dokonuję przejścia z pola fenomenalnego do fenomenologicznego. Interwencja w tym momencie jest zazwyczaj sposobem na uniknięcie niepokoju związanego z tym, co się pojawia. Staram się więc nie podejmować żadnych działań w stosunku do klienta na podstawie tego, co przychodzi jako pierwsze, na pierwszej fali mojego doświadczenia. W ten sposób wprowadzam w pole większy stopień wolności. Działanie zgodnie z pierwszym odczuciem prawdopodobnie wspierałoby powtarzające się wzorce, ponieważ to właśnie sposób, w jaki jestem przejmowany przez nieobecność, charakteryzuje psychopatologię pola. Działanie teraz niesłoby ze sobą duże ryzyko uruchomienia "trwałych tematów relacyjnych" (Jacobs 2017), i retraumatyzacji klienta.

5.2.2. *Znowu czekam, teraz na drugą falę.* Teraz znowu muszę czekać, ale to jest inna jakość czekania. Wcześniej było to czekanie w otwartej przestrzeni, na polanie. Tutaj sytuacja jest inna. Coś już przyszło, już mnie objęło; przestrzeń jest zajęta i afektywnie dostrojona. Trzymając się tego, co już się pojawiło, czekam teraz na to, co nadejdzie. Muszę tolerować pewien stopień dyskomfortu i niepewności (Staemmler 1997). Dobrym pytaniem w tym momencie jest: "Jakie jest moje doświadczenie jako terapeuty w odczuwaniu takiego doznania/emocji w tej sytuacji?". Ważne jest, aby rozpatrywać uczucie w ramach sytuacji terapeutycznej, w której się ono pojawia. To zakotwicza mnie w osobowości sytuacji, podczas oczekiwania na drugą falę mojego doświadczenia. Pomaga mi to również nieco bardziej odróżnić się od uczuć, które mną zawładnęły. Wykrywam to, co wyłania się z obrzeży pierwszego uczucia, z tła (co zostało nazwane drugim impulsem terapeuty, który informuje nas o niespełnionych potrzebach relacyjnych z historii klienta [Evans i Gilbert 2005]). Daję czas, przestrzeń i ciało temu, co zwykle się nie wyłania i nie jest jeszcze sformułowane (Stern 2015), aby nabrało kształtu i zaistniało.

5.2.3. *Odbiór tego, co nadejdzie później:* Druga fala przynosi logos. Kiedy wyłania się coś następnego, zwykle odczuwam ulgę, jako sygnał, że nie utknąłem w pierwszym ograniczającym uczuciu. Druga fala przynosi *logos*, aby przejść z pola fenomenalnego do pola fenomenologicznego. Sytuacja jest zmieniona przez to, co nastąpiło później; nie jest już zablokowana i istnieje sposób, aby iść dalej, nawet jeśli nie wiem, w jakim kierunku. Mogę odczuwać ulgę, radość, nadzieję, lekkość lub szczęście. Kiedy pojawia się to "coś więcej", zaczyna tworzyć się dynamika figury/tła pomiędzy pierwszym uczuciem i nowym, drugim. W drugim oczekiwaniu ucieleśniam pierwsze uczucie i użyczam swojego ciała polu (Francesetti 2019a, 2019b). Pozwalam, by niesformułowane (Stern 1997) i niezróżnicowane proto-uczucia wyłoniły się przede mną i stały się uczuciami. Często znaczenie nie jest od razu jasne. Mogę jednak dostrzec, że otwiera się coś istotnego.

5.2.4. *Niech przyjdzie znaczenie.* Z drugiej fali, która wyłania się z tła pierwszego uczucia, zaczyna pojawiać się rodzaj nowego zrozumienia i znaczenia, które przygotowuje mnie do ewentualnej aktywnej interwencji. Często znaczenie to nie jest jeszcze jasne; ma ono raczej charakter intuicyjny. Jednak teraz jest dla mnie jasne, że to, co się dzieje, ma znaczenie, otwierając nieobciążony sposób poruszania się w nowym, choć może jeszcze nie do końca jasnym kierunku. Znaczenie nie musi być pojmowane poznawczo. Może przyjść do mnie

jako metafora, obraz, dźwięk, wspomnienie, film, albo może mnie przyciągnąć szczegół, który staje się figurą, i tak dalej. Może się zdarzyć, że istnieje tylko poczucie, że to, co się dzieje, jest znaczące, nie znając jeszcze istoty tego znaczenia.

5.3. Wspieranie przepływu wyłaniającej się dynamiki (Poiesis)¹¹

W tym momencie grunt pod aktywną interwencję jest gotowy. Istnieje wiele różnych możliwości aktywnego interweniowania w złożoną konfigurację uczuć i ruchów, które się wyłoniły. Świadomość sytuacji jest teraz rozwinięta i dojrzała, i wspiera funkcję mojego ego, dzięki czemu mogę podjąć decyzję i podjąć działanie. Przez aktywną interwencję rozumiemy każdą decyzję, którą podejmuję i wprowadzam w czyn w tym momencie, także wtedy, gdy postanawiam nie robić nic. Moim celem jest wspieranie ruchu, który już się dzieje w tym momencie. Siły są w ruchu; ja muszę tylko za nimi podążać i je wspierać. Decyzja jest oparta na estetycznym kryterium wewnętrznym w obecnej sytuacji (Bloom 2003; Francesetti 2012; Roubal, Gecele i Francesetti 2013). Pozwalam się wykorzystać nowej dynamice przepływu pola, z moją już rozwiniętą świadomością tego przepływu. Moje działanie jest fronetyczne, ponieważ moja decyzja opiera się na siłach działających w tym wyjątkowym momencie. Oto kilka przykładów możliwych aktywnych interwencji:

- *Nie robię nic (na poziomie behawioralnym)*. Dzieje się tak wtedy, gdy czuję, że ruch już trwa i może trwać dalej znajdując dobrą formę sam z siebie. To "nicnierobienie" nie jest brakiem wsparcia, ale raczej specyficzną postawą: Jestem świadomy, rozpoznaję, pozwalam i witam ruch, i wypuszczam w pole moje zaufanie, że ruch jest dobry sam w sobie, i moją wiarę, że rozwinie się w dobry sposób. Moim zadaniem w tym przypadku jest nie wchodzić w drogę procesowi zmian i nie przeszkadzać mu.
- *Proponuję eksperyment*. Jest to przypadek, w którym muszę dalej badać aktywne siły i wspierać ich ruch (Roubal 2019). Takie wsparcie pojawia się, gdy potrzebuję większej jasności co do znaczenia, lub większej intensywności, lub ucieleśnienia aktywnych sił i ruchów.
- *Ujawwiam siebie*. Dzielę się tym, co przeżywam, z zamiarem znalezienia znaczenia razem z klientem. Samoujawwienie zawiera mniejsze ryzyko retraumatyzacji, jeśli następuje po pojawieniu się drugiej fali. Tak więc, jako podstawową zasadę przyjmuję, że nie dzielę się swoimi uczuciami, dopóki nie mam tła dla pierwszego uczucia. Przydatne wydaje się podzielenie się nie tylko jednym z tych dwóch uczuć, ale dynamiką pomiędzy nimi. Może być bezpieczniej zacząć od dzielenia się drugim uczuciem, ponieważ stanowi ono tło dla pierwszego. Dzielenie się ma na celu wspieranie postępu ruchu od teraz do potem. W tym momencie ruch wyłania się z powtarzającego się wzorca i zmierza w kierunku nowej konfiguracji. Ważne jest, abym dzielił się swoim doświadczeniem z klientem, kiedy jestem świadomy tego ruchu.
- *Nie ujawniam siebie i pozostaję ciekawy swoich rezonansów*. Nie rozumiem jeszcze ich znaczenia i czuję, że ich eksplorowanie i dzielenie się nimi byłoby ryzykowne. Zachowuję moje rezonanse dla siebie jako ważne informacje, nie dzieląc się nimi. Potrzebuję więcej czasu i rozważam zwrócenie się o sesję superwizyjną.
- *Odbieram drugą falę, nie mogąc jej połączyć z pierwszą*. Nie ma jasności ani kierunku, jest tylko różnica; dwa silne i pozornie niezależne ruchy. W tym przypadku *czekam i witam wszystko, co się pojawia, jednocześnie to pomieszczając*. Rozważam znaczenie takiej

¹¹ Poiesis - co oznacza tworzyć, czynić - pochodzi od tego samego greckiego rdzenia co "poemat". Interwencja terapeutyczna może być pomyślana jako akt działania zgodnie z wewnętrznym kryterium estetycznym Gestaltung, a więc jest to forma aktu poietycznego i poetyckiego ('poietic and poetic act').

sytuacji, łącznie z tym, że kiedy proces różnicowania jest trudny (jak w zaburzeniach osobowości i doświadczeniach psychotycznych), potrzebny będzie dłuższy czas terapii. Muszę przyjąć to, co przychodzi, dopóki nie pojawi się znaczenie. W takich przypadkach rozważam proces ciągłej superwizji.

6. Przykład kliniczny: "Nie mogę! Musisz!"

Doświadczenie kliniczne¹² jednego z autorów zostało tu przedstawione w celu zilustrowania opisaną powyżej sekwencji, jak również ryzyka retraumatyzacji i możliwości wspierania transformacji. Podczas warsztatu, w grupie Weronika czuje się głęboko poruszona i staje się bardzo emocjonalna, prosi więc o pracę osobistą: "Mój syn, obecnie dziesięcioletni, był wykorzystywany seksualnie, gdy miał dwa lata, przez chłopca znacznie od niego starszego". Opowiada mi, że kiedy jej syn opowiedział jej i jej mężowi o zabawach, w które kazał mu grać starszy chłopiec, zdenerwowała się i zaczęła krzyczeć, mówiąc, że to nie może być prawda, że to jest złe, że to jest niemożliwe, i uciekła z krzykiem i płaczem, zostawiając dziecko z jego ojcem. Uciekła do matki, a kiedy później wróciła, była spokojniejsza, ale nie potrafiła mówić o tym, co się stało. Po dwóch latach zdecydowali się na terapię rodzinną, która wyszła im wszystkim na dobre. Od tego czasu, przez ostatnie sześć lat, nikt w rodzinie nie wspominał o molestowaniu.

Teraz Weronikę ogarniają silne emocje, trzęsie się, płacze. Jestem wzruszony i dostrojony, daję jej wsparcie cielesne, aby uczucia mogły się ujawnić między nami. Ona dochodzi do punktu kulminacyjnego, jej ciało jest roztrzęsione i drżące: "Jestem roztrzęsiona, boję się, jest mi niedobrze, zaraz zwymiotuję". Zaczyna mieć odruch wymiotny, na granicy wymiotów. W tym nieznośnym napięciu mówi: "Nie mogę! Nie mogę! Nie mogę tego znieść! Nie mogę!"

• Trzymam ją za rękę i natychmiast odczuwam zmianę w sobie. Czuję, że moje ciało staje się coraz silniejsze i sztywniejsze, i myślę, że "ona musi", że to na pewno jej odpowiedzialność jako matki, że powinna była to udźwignąć, że powinna była zostać przy dziecku, zamiast uciekać. Czuję to "musisz!" bardzo mocno i staję się tym zaciekawiony Wydaje się to zbyt silne, wręcz brutalne. . . Czuję taką intensywność i absolutną pewność do tego stopnia, że mam wrażenie, że moja reakcja jest nie na miejscu. Czuję, że moje ciało jest pełne mocy - wiem, co trzeba zrobić, i chcę to narzucić. Jej "nie mogę" nie jest w ogóle istotne.

• Jestem zaskoczony tym, jak mocno zawładnęły mną te uczucia. Więc czekam... . i czuję, że stałem się zimny i potężny, czuję nieproporcjonalną władzę nad nią. . . Uświadamiam sobie, że popełniam wobec niej rodzaj przemocy. Nie mogę zaakceptować tego, że ona mówi "nie mogę"; ona musi to znieść! Zostaję z tym.

• Coś mięknie w moim ciele, gdzieś w mojej piersi. I uświadamiam sobie, że forsuję jej granice, jej ograniczenia ... i to skłania mnie do myślenia: "Oczywiście, ona ma prawo nie być w stanie tego znieść... Co ja bym czuł na jej miejscu? Oczywiście, jej prawem jest mieć ograniczenia i nikt nie ma prawa ich przekraczać."

• I wtedy, bardzo prosto, mówię: "Nie, oczywiście, że nie możesz... nie możesz".

• Atmosfera i emocje natychmiast się zmieniają. Nadal są skrajne, ale nie ma już odruchu wymiotnego. Zamiast tego pojawia się szloch: uwalniający, głęboki, łkający płacz.

• Pojawił się motyw przekraczania i forsowania granic, obecny w każdym nadużyciu.

Ucieleśniłem go. Dzięki temu, że czułem, że to jest nie na miejscu, że nie reagowałem, tylko czekałem, byłem w stanie poczuć coś miękkiego, poczuć do niej szacunek. To mnie

¹² Ten przykład kliniczny został zaakceptowany przez klientkę i jest publikowany za jej zgodą.

ukierunkowało. Nie poszedłem za tym; uprawomocniłem ograniczenie, granicę, która w obszarze nadużyć jest kluczowa i transformująca.

- Po tym jak emocjonalne apogeum mija, kobieta mówi, że "nie mogę" było zawsze obecne, ale było ono postrzegane jako nieznośne poczucie winy, całkowicie delegitymizowane, więc szybko zostało odtrącone i zapomniane. W każdym razie było to niewysłowione. W obu przypadkach - poczucia winy lub odłączenia winy - nie mogła się tym podzielić z mężem, ponieważ poczucie winy z powodu ucieczki było zbyt wielkie. Ale to pozostało w jej umyśle każdego dnia, każdego dnia przez ostatnie osiem lat.
- Teraz, kiedy ograniczenie i granica zostały uprawomocnione między nami i w grupie, wszystko płynie. Pojawia się nowa świadomość, że chce się dzielić z mężem. Wyraźnie zdaje sobie sprawę, że oboje potrzebują wsparcia: sesje rodzinne sprzed sześciu lat były dobre, ale jest jeszcze więcej spraw do przetworzenia, zwłaszcza teraz, gdy ich syn wchodzi w wiek dojrzewania.

- "Jak się czujesz Weroniko?"

- "Czuję się wyczerpana ... tak, naprawdę wyczerpana ... i wolna".

Mamy nadzieję, że ten przykład może zilustrować, w jaki sposób terapeuta pracuje poprzez modulowanie swojej obecności, poprzez spontaniczne pozwalanie siłom pola na ujawnienie się i wspieranie podróży w kierunku transformacji, zamiast próbować zmienić klienta.

7. I co?

Brakowało drugiego i doświadczenie nie mogło być przetworzone; teraz drugi przychodzi i doświadczenie może być zasymilowane Czy życie jest grą o sumie zerowej? Nie do końca. Kiedy terapeuta jest obecny dla pojawiających się nieobecności, to co czekało na drugiego, przybywa na granicę kontaktu. Wyłania się pielęgnowany ból, który zostaje przekształcony. W tym momencie następuje wzrost obecności i bycia (Weil 2002), produkcja obecności (Gumbrecht 2003), którą postrzegamy jako pojawienie się czegoś pięknego. Tak więc suma tej egzystencjalnej gry nie jest równa zero - piękno jest tu resztą. Piękno wyłania się i jest to korzyść, jaką świat otrzymuje z przekształcenia cierpienia w ból, a bólu w piękno. Piękno jest sednem niektórych poglądów egzystencjalnych i filozoficznych, do tego stopnia, że może być pojmowane jako to, co zbawi świat (Dostojewski 2003), lub jako wewnętrzne prawo tego, co dobre (Weil 2002), lub jako ostateczny cel ewolucji wszechświata (Whitehead 1978). Jesteśmy zaintrygowani tymi perspektywami, choć nie mamy odwagi posunąć się tak daleko. Możemy jednak powiedzieć, że pojawiające się piękno w procesie przekształcania cierpienia wydaje się być namacalnym znakiem, że ten fragment świata - jakkolwiek małeńki - został uzdrowiony.

Tłumaczenie: Ula Krasny

Bibliografia

- Beisser, Arnold. 1970. "The Paradoxical Theory of Change." In *Gestalt Therapy Now: Theory, Techniques, Applications*, edited by Joen Fagan and Irma Lee Shepherd, 77–80. New York: Harper & Row.
- Bion, Wilfred. 1967. "Notes on Memory and Desire." *Psycho-analytic Forum* 2 (3): 271–80. (rpt. *Melanie Klein Today*, vol. 2: *Mainly Practice*, edited by Elizabeth Bott Spillius, 17–21. London: Routledge, 1988).

Bloom, Dan. 2003. "Tiger! Tiger! Burning Bright.' Aesthetic Values as Clinical Values in Gestalt Therapy." In *Creative License: The Art of Gestalt Therapy*, edited by Margherita Spagnuolo Lobb and Nancy Amendt-Lyon, 63–77. Wien: Springer.

———. 2009. "The Phenomenological Method of Gestalt Therapy: Revisiting Husserl to Discover the Essence of Gestalt Therapy." *Gestalt Review* 13 (3): 277–95.

———. 2016. "The Relational Function of Self: Self Function on the Most Human Plane." In *Self, A Polyphony of Contemporary Gestalt Therapists*, edited by Jean-Marie Robine, 67–87. St Romaine Virvée, France: L'Exprimerie.

———. 2019. "Gestalt Therapy and Phenomenology: The Intersection of Parallel Lines." In *Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy*, 2nd ed., edited by Philip Brownell, 183–202. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing.

Böhme, Gernot. 2017. *The Aesthetics of Atmospheres*. New York: Routledge.

Costa, Cristina, Sergio Carmenates, Luis Madeira, and Giovanni Stanghellini. 2014. "Phenomenology of Atmospheres: The Felt Meanings of Clinical Encounters." *Journal of Psychopathology* 20 (4): 351–57.

Damasio, Antonio. 2012. *Self Comes to Mind: Constructing the Conscious Brain*. New York: Vintage.

Dostoevsky, Fedor. 2003. *The Idiot*. New York: Vintage (originally published 1869).

Evans, Ken. 2007. "Living in the 21st Century: A Gestalt Therapist's Search for a New Paradigm." *Gestalt Review* 11 (3): 190–203.

Evans, Ken, and Maria Gilbert. 2005. *An Introduction to Integrative Psychotherapy*. Houndmills, UK: Palgrave Macmillan.

Fink, Eugen. 1933. "Die phänomenologische Philosophie Husserls in der gegenwärtigen Kritik." *Kant-studien* 38 (1–2): 319–83.

Fonagy, Peter, and Mary Target. 1997. "Attachment and Reflective Function: Their Role in Self-organization." *Development and Psychopathology* 9 (4): 679–700.

Francesetti, Gianni. 2012. "Pain and Beauty: From Psychopathology to the Aesthetics of Contact." *British Gestalt Journal* 21 (2): 4–18.

———. 2015. "From Individual Symptoms to Psychopathological Fields: Towards a Field Perspective on Clinical Human Suffering." *British Gestalt Journal* 24 (1): 5–19.

———. 2016. "'You Cry, I Feel Pain': The Emerging, Co-created Self as the Foundation of Anthropology, Psychopathology and Treatment in Gestalt Therapy." In *Self: A Polyphony of Contemporary Gestalt Therapists*, edited by Jean-Marie Robine, 147–68. St Romain la Virvée: L'Exprimerie.

———. 2019a. "The Field Strategy in Clinical Practice: Towards a Theory of Therapeutic Phronesis." In *Handbook for Theory, Research and Practice in Gestalt Therapy*, 2nd ed., edited by Philip Brownell, 268–302. Newcastle Upon Tyne, UK: Cambridge Scholars Publishing.

———. (2019b). "A Clinical Exploration of Atmospheres. Towards a Field-based Clinical Practice." In *Psychopathology and Atmospheres. Neither Inside nor Outside*, edited by Gianni Francesetti and Griffero Tonino, 35–58. Newcastle Upon Tyne, UK: Cambridge Scholars Publishing.

———. 2019c. *Fundamentos de psicopatología fenomenológico-gestáltica: una introducción ligera*. Madrid: Los Libros del CTP.

———. 2019d. "Psychopathology, Atmospheres, and Clinical Transformations: Towards a Field-Based Clinical Practice." In *Atmospheres and Aesthetics. A Plural Perspective*, edited by Tonino Griffero and Marco Tedeschini, 223–40. London: Palgrave.

- . 2019e. “La metamorfosi del dolore.” In *Avere a cuore. Scritti in onore di Giovanni Salonia*, edited by Valeria Conte and Antonio Sichera, 109–18. Cinisello Balsamo, Milan: Edizioni San Paolo.
- . Forthcoming. *Fundamentals of Phenomenological-Gestalt Psychopathology: A Light Introduction*. St. Romain la Virvée: L’Exprimerie.
- Francesetti, Gianni, and Margherita Spagnuolo Lobb. 2013. “Beyond the Pillars of Hercules. A Gestalt Therapy Perspective of Psychotic Experiences.” In *Gestalt Therapy in Clinical Practice: From Psychopathology to the Aesthetics of Contact*, edited by Gianni Francesetti, Michela Gecele, and Jan Roubal, 393–432. Milano: FrancoAngeli.
- Francesetti, Gianni, and Tonino Griffero, eds. 2019. *Psychopathology and Atmospheres: Neither Inside nor Outside*. Newcastle Upon Tyne, UK: Cambridge Scholars Publishing.
- Frank, Ruella, and Frances La Barre. 2010. *The First Year and the Rest of Your Life: Movement, Development, and Psychotherapeutic Change*. London: Routledge.
- Griffero, Tonino. 2017. *Il pensiero dei sensi. Atmosfere ed estetica patica*. Milano: Guerini Scientifica.
- Gumbrecht, Hans Ulrich. 2003. *Production of Presence: What Meaning Cannot Convey*. Stanford: Stanford University Press.
- Husserl, Edmund. 1931. *Ideas: General Introduction to Pure Phenomenology*. New York: MacMillan (original work published 1913).
- Jacobs, Lynne. 2017. “Hopes, Fears, and Enduring Relational Themes.” *British Gestalt Journal* 26 (1): 7–16.
- Lewin, Kurt. 1952. *Field Theory in Social Science: Selected Theoretical Papers*. New York: Harper.
- Marion, Jean Luc. 2003. *Le phénomène érotique*. Paris: Grasset.
- Parlett, Malcolm. 1991. “Reflections on Field Theory.” *British Gestalt Journal* 1 (1): 69–81.
- Parlett, Malcolm. 2005. “Contemporary Gestalt Therapy: Field Theory.” In *Gestalt Therapy: History, Theory, and Practice*, edited by Ansel L. Woldt and Sarah M. Toman, 41–65. London: Sage.
- Perls, Frederick S., Ralph F. Hefferline, and Paul Goodman. 1994. *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. Gouldsboro, ME: Gestalt Journal Press (original work published 1951).
- Philippson, Peter. 2009. *The Emergent Self: An Existential-Gestalt Approach*. London: Karnac.
- Robine, Jean-Marie. 2008. “Le fond du champ. En arrière-plan du concept.” *Cahiers de Gestalt-thérapie* 22 (1): 197–210.
- , ed. 2016. *Self: A Polyphony of Contemporary Gestalt Therapists*. St Romaine Virvée: L’Exprimerie.
- Roubal, Jan. 2019. “Foreword. Theory of Change in Gestalt Therapy Clinical Work.” In *Obsessive-compulsive Experiences: A Gestalt Therapy Perspective*, edited by Gianni Francesetti, Carmen Vázquez Bandín, and Elizabeth Reed, 4–11. Madrid: Los Libros del CTP.
- Roubal, Jan, and Gianni Francesetti. Forthcoming. “Field Theory in Contemporary Gestalt Therapy, Part 2: Paradoxical Theory of Change Reconsidered.” *Gestalt Review*.
- Roubal, Jan, Michela Gecele, and Gianni Francesetti. 2013. “Gestalt Therapy Approach to Diagnosis.” In *Gestalt Therapy in Clinical Practice: From Psychopathology*

to the Aesthetics of Contact, edited by Jan Roubal, Michela Gecele, and Gianni Francesetti, 87–115. Milano: FrancoAngeli.

Salonia, Giovanni. 2013. "Social Context and Psychotherapy." In *Gestalt Therapy in Clinical Practice: From Psychopathology to the Aesthetics of Contact*, edited by Jan Roubal, Michela Gecele, and Gianni Francesetti, 189–200. Milano: FrancoAngeli.

Smuts, Jan C. 2013. *Holism and Evolution*. Gouldsboro, ME: Gestalt Journal Press (originally published 1926).

Spagnuolo Lobb, Margherita. 2018. "Aesthetic Relational Knowledge of the Field: A Revised Concept of Awareness in Gestalt Therapy and Contemporary Psychiatry." *Gestalt Review* 22 (1): 50–68.

Staemmler, Frank-M. 1997. "On Cultivating Uncertainty: An Attitude for Gestalt Therapists." *British Gestalt Journal* 6 (1): 40–48.

———. 2006. "A Babylonian Confusion? On the Uses and Meanings of the Term Field." *British Gestalt Journal* 15 (2): 64–83.

Stern, Donnel B. 1997. *Unformulated Experience. From Dissociation to Imagination in Psychoanalysis*. Hillsdale, NJ: Analytic Press.

———. 2015. *Relational Freedom. Emergent Properties of the Interpersonal Field*. New York: Routledge.

Vázquez Bandín, Carmen. 2014. *Sin tí no puedo ser yo. Pensando según la terapia Gestalt [Without You I Cannot Be Myself: Thinking According to Gestalt Therapy]*. Madrid: Los Libros de CTP.

Waldenfels, Bernhard. 2011. *Phenomenology of the Alien: Basic Concepts*. Evanston, IL: Northwestern University Press.

Weil, Simone. 2002. *Gravity and Grace*. Translated by Emma Crawford and Mario von der Ruhr. London and New York: Routledge (originally published 1952).

Whitehead, Alfred N. 1978. *Process and Reality*. New York: Free Press (originally published 1929).

Wiesing, Lambert. 2014. *The Philosophy of Perception: Phenomenology and Image Theory*. London: Bloomsbury.