

Università degli Studi di Enna Kore
Facoltà di Psicologia e Scienze della Formazione
Corso di laurea in Scienze e Tecniche psicologiche

Seminario di studi

27 ottobre 2010

Introduzione alla Gestalt Therapy



www.gestalththerapy.it

Dott.ssa Elisa Amenta
Istituto di Gestalt Therapy Kairòs
Ragusa Roma Venezia

GESTALT

"struttura unitaria"

"configurazione armonica".

GESTALT

- ***la psicologia della Gestalt***

- ***la psicoterapia della Gestalt***

Gestalt Therapy

New York 1950

Friedrich Perls

Paul Goodman, Laura Polsner (moglie di Perls),
Isadore From, Paul Weisz, Lotte Weisz, Elliott Shapiro,
Allison Montague, Sylvester Eastman

Aggressività dentale

1920

spontanea, fisiologica possibilità di aggredire il mondo

- ❑ idea rivoluzionaria
dell'apporto fisio-psicologico della dentizione
- ❑ nel contesto culturale
si delinea il primato della soggettività e dell'esperienza

Teoria e pratica della **terapia della Gestalt**

Vitalità e accrescimento della personalità umana 1951

- ❑ di fronte alle “nuove” patologie
- ❑ rileggono in chiave clinica i saperi del tempo sulla condizione umana
- ❑ elaborano un nuovo modello di psicoterapia
 - esperienza
 - forza creativa dell'organismo
 - adattamento creativo all'ambiente
 - autoregolazione dell'organismo
 - intenzionalità di contatto.

Gestalt Therapy

ciò che cura
non è
la comprensione razionale del disturbo
bensì
il sentirsi riconosciuti
nella **intenzionalità di contatto**
verso l'altro significativo

Gli sviluppi successivi

Le tre "anime" della psicoterapia della Gestalt

- ❑ La scuola di New York
- ❑ Il movimento cosiddetto "viscerale"
- ❑ La scuola di Cleveland

Istituto di Gestalt Therapy Kairòs

Καιρός

Quarta “anima” della psicoterapia della Gestalt

Istituto di Gestalt Therapy Kairòs

modello di cura e di crescita
del soggetto
e
della sua competenza relazionale

CRESCERE

COSTRUIRE

attraverso un processo di masticazione

una nuova integrazione tra Soggetto e Ambiente.

IL CONTATTO CON L' AMBIENTE

- ❑ una fase conflittuale tra O e A
- ❑ una fase costruttiva

se questo travaglio si interrompe o viene precocemente evitato non avviene il contatto con il nuovo, la persona blocca o riduce la propria crescita

PSICOPATOLOGIA = BLOCCO DELLA CRESCITA

valore primario alla RELAZIONE

ogni BLOCCO INTRAPSICHICO

- ❑ si forma in una relazione primaria
- ❑ si ritualizza nella relazione attuale
- ❑ è curato all'interno di una relazione terapeutica

INTENZIONALITA' RELAZIONALE

la tendenza dell'organismo a muoversi **verso**
un sano **contatto** con l'A, con il Tu

CONTATTO

il dispiegarsi di una intenzionalità relazionale del
soggetto che si intreccia con quella dell'altro

SINTOMO

la ricerca fallita ma non dismessa dell'altro

INTENZIONALITA' RELAZIONALE

fa emergere
dall'intimo di ogni sofferenza psichica (o patologia)
la ineliminabile anche se inconsapevole
ricerca dell'altro.

ANALISI FENOMENOLOGICA

DELLA RELAZIONE / CONTATTO

L'analisi e l'esperienza delle trame relazionali
che la persona
costruisce nella vita e nel setting terapeutico

IL PROCESSO TERAPEUTICO

L' attenzione al “cosa” e al “come”
piuttosto che al “perché”

L'attenzione al processo terapeutico

guida il terapeuta nella lettura di ciò che accade
di seduta in seduta all'interno della relazione

in che modo paziente e terapeuta in ogni seduta
riescono a sperimentare e a costruire
in misura sempre più piena e creativa
il contatto
che è il qui e adesso della relazione

Il terapeuta della Gestalt

osservando il contatto

ciò che accade nel qui e ora della relazione

osserva il paziente e se stesso

non come entità separate, ma

come globalità relazionale

il paziente in relazione con il terapeuta / il terapeuta in relazione con il paziente

Le domande che attraversano la seduta

- ❑ quali vissuti tra di noi?
- ❑ Come io vedo me di fronte a te, come io vedo te di fronte a me?
- ❑ Come e quando i rispettivi vissuti sembrano non autoregolarsi reciprocamente?
- ❑ Quale il senso relazionale dei vissuti percepiti non congruenti?

consentono di cogliere
la componente relazionale del sintomo

L'analisi fenomenologia del ciclo di contatto

attraverso e dentro la relazione terapeutica
il paziente potrà conoscersi

alla ricerca dell'insight viene sostituita
l'analisi fenomenologia del ciclo di contatto
e dei suoi percorsi evolutivi

La relazione terapeutica

scoprire

osservare

integrare

alcuni aspetti della sua personalità,
sulla base dell'esperienza diretta con il terapeuta

L'intervento gestaltico

mira ad approfondire
la capacità dell'individuo
di essere in contatto
con la pienezza dell'esperienza

L'intervento gestaltico

- sui vissuti esperienziali nel qui ed ora della seduta

- sui processi corporei (modi di respirazione, grounding, tensioni croniche, postura, voce, gesto..),

L'intervento gestaltico

vengono così alla luce e messi in discussione
i vecchi schemi
inefficaci, controproducenti o autosabotanti,
e diventa possibile

la loro destrutturazione e riorganizzazione creativa
in soluzioni flessibili ed adeguate

Bibliografia consigliata

- F. PERLS, R.F. HEFFERLINE, P. GODMAN, Teoria e pratica della Terapia della Gestalt. Vitalità e accrescimento della personalità umana, *Astrolabio*, 1997
- G. SALONIA, Tempo e relazione. L'intenzionalità relazionale come orizzonte ermeneutico della Gestalt Therapy, *Quaderni di Gestalt n.14*, 1992
- G. SALONIA, Cambiamenti sociali e disagi psichici. Gli attacchi di panico nella postmodernità, in G. Francesetti: Attacchi di panico e postmodernità, Franco Angeli, 2005
- G. SALONIA, Sulla felicità e dintorni. Tra corpo, tempo e parola, *Argo*, 2004
- G. SALONIA, L'innamoramento come terapia e la terapia come innamoramento, *Quaderni di Gestalt n.4*, 1987
- G. SALONIA, Disagio psichico e risorse relazionali, *Quaderni di Gestalt n. 32/33*, 2001
- A. SICHERA, La diagnosi in psicoterapia della Gestalt: fondamenti epistemologici, *Quaderni di Gestalt n.20/21*, 1995