

ŽÍT GESTALT: ZPRÁVA Z 6. ČESKÉ A 3. ČESKO-SLOVENSKÉ KONFERENCE GESTALT PSYCHOTERAPIE, MIKULOV, 5.–7. 4. 2019

David Kremeník, Patrik Rudolf

ÚVOD

Jihomoravský Mikulov se stal v průběhu prvního dubnového víkendu dějištěm 6. České a 3. Česko-Slovenské konference Gestalt psychoterapie. Na letošní ročník, organizovaný Českou společností pro Gestalt terapii (ČSGT) ve spolupráci se Slovenskou asociáciou pre Gestalt terapiu (SAGT), dorazilo celkem 450 účastníků. Mezi přednášejícími nechyběly významné osobnosti zahraniční „Gestalt scény“ jako Nancy Amendt-Lyon, Talia Bar-Yoseph Levine nebo Jasenka Pregrad. Z českých a slovenských jmen zmiň-

me například Genovévu Almássyovou, Michala Černíka, Luciu Orlickou, Antona Poláka, Juraje Rektora, Jana Roubala nebo Miroslava Světláka.

Celé konferenční dění provázelo motto „Žít Gestalt“. Toto heslo v sobě velmi výstižně shrnuje přesvědčení, že zastávání myšlenek konkrétního terapeutického směru není pouze o využívání jeho teoretických konceptů a metod v práci s klienty, ale znamená především ztotožnění se se světonázorem daného směru a jeho žití a prožívání v každodenní realitě. Hledání odpovědí



Talia Levine Bar-Yoseph (foto Jan Haase)



Nancy Amendt-Lyon (foto Foto Daňkovi)

na otázky: „*Jak lze žít Gestalt?*“ a „*Co všechno může toto slovní spojení vyjadřovat?*“ se tak stalo jedním z ústředních témat mikulovského setkání, kterého se z větší či menší míry dotkla většina příspěvků.

PŘEDNÁŠKY ZAHRANIČNÍCH HOSTŮ

V duchu motta „Žít Gestalt“ otevřela konferenci Talia Bar-Yoseph Levine svou osobně laděnou přednáškou s titulem *Gestalt filozofie bytí* k přemostování *odlišností*. V jejím rámci se dr. Levine mimo jiné několikrát vrátila na počátek 90. let, kdy v tehdejší Československu vedla první výcvikové skupiny Gestalt terapie. Zaplněnému sálu pak připomínala, že Gestalt nepředstavuje pouhý nástroj, ale jde hlavně o filozofii bytí, která jeho zastánce do značné míry definuje, podporuje jejich kreativitu, vytváří prostor pro rozmanitost

a může sloužit jako „infrastruktura“ ke kulturní práci.

Podobně laděný byl příspěvek Nancy Amendt-Lyon zaměřený na rozvíjení osobního stylu Gestalt terapeuta/-ky. Bývalá žačka Laury Perls své posluchače vyzývala, aby se snažili vyhnout pouhému kopírování zkušenějších druhých (učitelů, lektorů, supervizorů). Namísto toho by měl každý Gestalt terapeut rozvíjet svůj vlastní osobitý styl prostřednictvím dialogu mezi teorií a zkušenostmi načerpanými v praxi. Dr. Amendt-Lyon při tom zdůrazňovala, že takový přístup vyžaduje odvahu a ochotu riskovat, být překvapený a někdy i trochu divný nebo trapný. Odměnou za toto odhodlání podle ní ale je vyhnutí se nudě a stagnaci, které do terapie vnášejí pouhé mechanické využívání technik.

Jako poslední zahraniční host přednášela Jasenka Pregrad, která představila svůj pří-

spěvek zaměřený na včasnou intervenci k léčbě traumat. Svou přednášku uvedla silnou větou: „Stejně tak, jak jsem se stala Gestalt terapeutkou ze své vůle, tak jsem se nestala expertkou na trauma ze své vůle, ale kvůli okolnostem v Jugoslávii – kvůli válce.“ Ve své přednášce představila své zkušenosti z války a to, jak ji tyto zkušenosti ovlivnily v její práci. Apelovala na terapeutický přístup, ve kterém se klient cítí v bezpečí a kde může svobodně truchlit. Nejzásadnějším aspektem k léčbě traumatu je podle ní holá lidská přítomnost a postupný proces k akceptaci traumatické zkušenosti.

ČESKÉ A SLOVENSKÉ PŘEDNÁŠKY

Co v bohatém konferenčním programu nabídli „domácí“ přispěvatelé? Všechny

přednášky se nějakým způsobem držely motta konference „Žít Gestalt“ a rozmezí témat bylo vsutku široké – od témat psychoterapie dětí a dospělých, ke specifickým aspektům gestalt psychoterapie a způsobům práce s různými tématy, až k příspěvkům, které si daly za cíl propojit teorii s praxí. Najít si „to své“ mohl skutečně každý účastník. Na konferenci zaznělo 28 přednášek, a proto jsme je ani ve dvou lidech nemohli stihnout navštívit všechny. Vybíráme proto jen ty, které nám nejvíce utkvěly v paměti.

Miroslav Světlák ve svém příspěvku hledal společné prvky fenomenologické metody a mindfulness, zabýval se mechanismy jejich působení a možnostmi využití obou konceptů v terapii i běžném životě. Jan Roubal hovořil o změně v Gestalt terapii. Konkrétně představil tři perspektivy změny



Adam Suchý, David Čáp, Miroslav Světlák (foto Foto Daňkovi)



Juraj Rektor (foto Jan Haase)

– osobní, vztahovou a perspektivu teorie pole. Zdůraznil, že každá z těchto perspektiv je hodnotná a vzájemně se doplňují. Nejvíce pozornosti věnoval perspektivě teorie pole – zdůraznil, že změna může přijít skrz samovolné působení pole a jeho dynamiky a pro terapeuty je zásadní s klientem být způsobem, při kterém opouští očekávání a udržují naději.

Zdeněk Faldyna a Kateřina Havránková hovořili o pohledu na závislost jako na kreativní přízpůsobení a také představili odlišný koncept léčby závislostí v prostředí psychiatrických oddělení. Na jejich oddělení ani tolik nejde o léčbu závislosti, jako spíše o vytvoření nového postoje k sobě samému a naučení se schopnosti využívat ve svém životě podporu okolí.

Své osobní zkušenosti k psychoterapii psychóz přidali Dominika Trmalová a Andrej Biskupič. Ve svém příspěvku představili specifika psychoterapie s psychotickými klienty a zdůraznili koncept lepidla – aby terapeut působil jako člověk, který pomáhá takovému klientovi držet pohromadě, který klientovi pomáhá vytvořit strukturu a který je klientova „kotva“. Také zdůraznili aspekt, že tito klienti často přicházejí pod vnějším nátlakem, přičemž je dobré zaměřit se nejen na to, co chtějí doktoři a příbuzní, kteří klienty do psychoterapie přivedli, ale především na to, co chce samotný klient.

Genovéva Almássyová a Lucia Orlická se zamýšlely nad významem ticha jakožto prvku vnášejícího do terapie, každodenní

mezilidské komunikace, ale také do našeho soukromého prožívání, důležitý rozměr umožňující otevření, rozvíjení i zpracování nových témat. Z pohledu dnešní doby plné „hlukového smogu“ šlo o příspěvek nanejvýš relevantní.

Tomáš Divéky ve svém osobním příspěvku s názvem *Terapeut hledající bezpečí přijetí a uznání* mluvil o tom, že i terapeut je „jen člověk“ a má své primární potřeby, které, pokud nejsou uspokojeny, výrazně ovlivňují práci s klienty. Zdůraznil užitek supervize, jakožto prostředku k hlubšímu poznání sama sebe a ocenění své práce.

Třídenní program uzavřel Juraj Rektor tématem nediferencovaného pole. Přednáškou se prolínaly různé významy, které s sebou toto slovní spojení nese. Nediferencované pole, které může způsobem své nediferenciace dát vzniknout patologii. Nediferencované pole jako pozadí, z něž se rodí figura a které se kolem figury organizuje. Ale také nediferencované pole jako něco plného a plodného, klidného a zároveň živého.

ATMOSFÉRA

Celý víkend nebyl pouze setkáním odborné komunity plným poutavých přednášek, diskuzí a workshopů. Již od úvodu totiž celková atmosféra vytvářela spíše dojem setkání široké rodiny nebo, jak trefně poznamenal na závěr konference předseda ČSGT Michal Černík, jednoho velkého „Gestalt kmene“. I „nezasvěcení“ účastníci si nemohli nevšimnout přátelského ducha, bezpočtu objetí a radostných setkání, které bylo možné zaznamenat doslova na každém kroku. Komunitní nádech konference podtrhli svou vtipnou divadelně pojatou přednáškou Adam Suchý, Miroslav Světlák a David Čáp. V necelé půlhodině bavili naplněný sál při sisyfovském hledání odpovědi na otázku: „*Dělám Gestalt lépe Já než Ty?*“

V duchu závěrečného, více než symbolického, příspěvku Juraje Rektora, tak lze celou konferenci chápat jako jedno velké nediferencované pole. Plné, klidné, živé a plodné pole, které dalo vzniknout řadě figur – podnětům k zamyšlení, inspiraci pro terapeutickou praxi i běžný život, zkrátka každodennímu žití Gestaltu.