

Recenze - Phil Joyce, Charlotte Sills: Základní dovednosti v gestalt psychoterapii

Autoři při psaní této knihy postupovali s velkou otevřeností a proto je kniha velmi čtivá, psána laskavě, občas i s jemným humorem. Při čtení vzbuzuje nejen zájem o dané téma, ale také u čtenáře zvyšuje uvědomování, přemýšlení o sobě a klientech, o vztazích a kontaktování – aspoň mě se to tak dělo.

Ačkoli z názvu knihy, je patrné zaměření na gestalt psychoterapii, jistě přinese mnoho zajímavého i terapeutům jiných směrů. Buď si mohou vybrat to, co je zaujme. Anebo popsaná doporučení podrobit kritice, více si uvědomit svou odlišnost a výhody svého vlastního způsobu práce s klienty. Velký prostor k tomu skýtá i styl, jakým je kniha napsaná. Autoři si nekladli za cíl nějaké dogmatické udělování rad. S jistou dávkou skromnosti, při zachování terapeutického sebevědomí, nabízí mnoho cenných podnětů a nechávají na čtenáři, ať sám posoudí a vybere si, co je pro něj užitečné. Já sama jsem cítila velký užitek z konkrétních návrhů, jak formulovat některé obtížné situace (např. odmítnutí klienta na počátku terapie, přijmutí odpovědnosti terapeuta za vlastní chybu, formulování nepohody, kterou terapeut při sezení zažívá), které byly v přímé řeči.

Celou knihou se prolíná laskavá podpora čtenáři. Z celkového tónu, jakým je kniha psána, je zjevné, že byla zamýšlena jako praktická pomoc pro začínající terapeuty. Autoři pravidelně poukazují na některá obtížná místa, kde je třeba větší opatrnosti a uvědomění. Z určitého pohledu je kniha příručkou, jak lépe projít „nástrahami“ psychoterapeutické práce od samého počátku (přípravy na první setkání s klientem) až k ukončení celé psychoterapeutické práce a což je asi těžší, ukončení vztahu mezi klientem a terapeutem.

Knihu vnímám jako určité osvěžení v „písemném poli“ gestalt psychoterapie. Čtenář tápající po informacích, měl dosud jen málo možností více si přečíst o aktuální klinické praxi gestalt terapie – např. o zaměření na proces klienta, uvědomování, kontaktování, kontaktním cyklu, nebo třeba o posouzení a zvládání rizikových stavů. V české a do češtiny přeložené odborné literatuře se pod názvem gestalt psychoterapie často citoval její zakladatel F. Pearls a byly připomínány způsoby jeho práce. Často ve formě experimentů s prázdnou židlí s řadou dramatických aha zážitků u klienta. Myslím si, že s ohledem na aktuálního stav a vývoj gestalt terapie, je takovéto setrvávání u práce zakladatele tohoto směru zavádějící, až škodlivé. Vnímám, že nyní se věnuje více pozornosti vztahu mezi klientem a terapeutem, je kladen větší důraz na bezpečí klienta a respektování důvěrnosti jejich vzájemného vztahu, důležitý je také velký respekt ze strany terapeuta. Respekt ke klientovi, který mi v Pearlových experimentech často chyběl. Respekt, který je zároveň prodchnutý celou touto knihou – respekt ke klientům i začínajícím terapeutům.

Rozpaky ve mně však budila část knihy věnovaná práci s tělem. Opakovaně bylo zmíněno, že doteky mezi klientem a terapeutem jsou vždy rizikové a bez speciálního výcviku v této oblasti by neměly být aplikovány. I přes opakovaná varování bylo popsáno, jak se s dotekem dá pracovat. Při čtení této části jsem vnímala určitou dvojnou vazbu. Měla jsem pocit chybění nějakého bezpečného rámce – toho, který je jinak v celé knize obsažen.

Kdybych v závěru tuto knihu zkusila hodnotit, dostala by kladné body. Opravdu čtivá, nikoli na úkor odbornosti či kvality – pravděpodobně i proto, že je lehčí psát o klinické aplikaci než o samotné teorii.

Byla mi velmi sympatická výše zmíněná otevřenost a laskavost obou autorů. Jsem ráda, že knihu mám a můžu se k ní vracet.

V Ústí nad Labem, leden 2012

Pavλίna Pavlišová