

GESTALT TERAPIJA

Geštalt terapija (v nadaljevanju GT) je kompleksni psihoterapevtski pristop, ki se je iz svojega izvirnega namena prelevil tudi v svetovalni pristop in celo način življenja (za tiste, ki so razumeli in sprejeli njegovo globoko filozofsko in antropološko ozadje). Nikakor pa GT ni ideologija, vera, doktrina ali kakšna druga oblika 'zapeljevanja' misli in psihe, v katero bi oseba slepo verjela ali jo kar tako prevzela. Ker je GT kompleksna, jo je nemogoče enostavno definirati, zato se avtorji pri tem raje poslužujejo prikaza njenih sestavin, ki tvorijo dialektiko njega delovanja in so osnovne komponente. To so naslednji pojmi: *geštalt psihologija, kontakt, dialog, fenomenologija, eksistencializem, teorija polja, self in ego, eksperiment, zavedanje, plasti nevroze, telesni vidiki, tukaj in sedaj, delo s sanjami, meje in kontakt itd.* Avtorji, ki poskušajo zajeti in predstaviti vse dimenzije GT, se razlikujejo po poudarkih, detajlih, preferencah ali/in povezavah, ki so značilne za njihov način njenega dožemanja. Z izkušnjami in "kilometrino" pa se osredotočijo na iste osnovne vsebine.

Način srečevanja oz. spoznavanja z GT ni mogoč drugače kot izkustveno. Ni "pričanja o..." ("about-izem"), temveč je že od samega začetka doživljajno-izkustvena vsebina ali kot danes temu strokovno pravimo 'izkustveno-didaktična'. Vsako izkušnjo, vsak neposreden lastni doživljaj je nato možno prepoznati tudi skozi temeljne pojme GT, ki spet nadalje odpira nove dimenzije oz. smeri neposrednega doživljanja. Krog je torej s tem zaprt/odprt. 'Neposredna izkušnja in poznavanje GT' je gradivo razvoja, bodisi osebnega ali poklicnega.

Tokratna delavnica bo le prvi stik z GT, uvod vanjo, z možnostjo takojšnje prilagoditve udeležencem. Potrebe, želje in druga motivacija bodo upoštevana v časovnem okvirju 8-ih ur. Iz lastnih izkušenj vem, da je prva delavnica polna radovednosti in različnih pričakovanj, je pa vedno PRVO SREČANJE LJUDI, ki se zgodijo v tem danem trenutku in prostoru.

Toplo vabljeni,

Zoran Zeljić