

Marek Jawor

ORCID: 0000-0003-3394-3622

Instytut Integralnej Psychoterapii Gestalt
w Krakowie

Institute of Integral Gestalt Psychotherapy
in Krakow

Agnieszka Biegalska

ORCID: 0000-0002-5653-9684

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie
Instytut Filozofii

University of Warmia and Mazury in Olsztyn
Institute of Philosophy

**AUTONOMIA KLIENTA
W RELACJI Z PSYCHOTERAPEUTĄ.
FENOMENOLOGICZNO-HERMENEUTYCZNA
PERSPEKTYWA PSYCHOTERAPII GESTALT**

**Client's Autonomy in a Relationship
with a Psychotherapist.
A Hermeneutic Phenomenological Approach
to Gestalt Therapy**

Słowa kluczowe: Gestalt, klient, autonomia, fenomenologia, hermeneutyka

Key words: Gestalt, client, autonomy, phenomenology, hermeneutics

Streszczenie

Optyka psychoterapii Gestalt jest skierowana w stronę oryginalności człowieka, dostrzega, że ludzie są wolni, wyjątkowi, przyjmują różne wartości, ideały i wierzenia, które nadają ich życiu sens. Z tego powodu pojęcie 'autonomia klienta' w polu terapii Gestalt jest tak ważne. I choć jest ono cały czas dyskutowane, odnotować można jedno z istotniejszych jej sformuło-

Abstract

Gestalt therapy focuses on the client's authenticity by recognizing that humans are free and unique individuals who adopt various ideals and beliefs that make their lives meaningful. This is why client autonomy plays a very important role in Gestalt therapy. This concept continues to stir debate, and client autonomy is generally defined as self-determination and

wań: osoba klienta jest samostanowiącą (self-determination) jednostką relacyjną zdolną do samoregulacji (self-regulated) w środowisku. Ambicją niniejszego tekstu jest wskazać fenomenologiczno-hermeneutyczne źródła tej definicji. W tym celu autorzy artykułu szczególną uwagę zwrócają na myśli Maurice'a Merleau-Ponty'ego, Thomasa Fuchsa, Emmanuela Levinasa, Williama Jamesa i Paula Ricoeura.

self-regulation. In this article, an attempt was made to define client's autonomy from the hermeneutic phenomenological perspective. To achieve this goal, special attention was paid to the work of Maurice Merleau-Ponty, Thomas Fuchs, Emmanuel Levinas, William James, and Paul Ricoeur.

*Wolność – to ta najjaśniejsza z gwiazd
Promyk słońca w gęsty las, nadzieja*
Marek Grechuta

Wprowadzenie

W poszukiwaniu źródeł określenia „autonomia klienta”¹ w polu psychoterapii Gestalt sięgnąć należy do psychologii humanistycznej (psychologii ludzkiego potencjału), z którą silnie związany jest nurt Gestalt (Chu 1993: 15). Szczególnie istotny wydaje się moment przełomu, który dokonał się w latach 30.–40. XX wieku na gruncie psychoterapii. Wyłoniły się wówczas nowe podejścia psychoterapeutyczne, a wśród nich interesujące nas z perspektywy niniejszego tekstu podejście humanistyczne, które położyło nacisk na odkrywanie potencjału ludzkiego. Historię pacjenta przestano redukować do reguł, a zaczęto doceniać jej swoiste znaczenie. Natomiast w relacji pacjent–terapeuta przyznano pacjentowi, a nie terapeutce, władzę leczenia (Spagnuolo Lobb 2016c: 101). To nowe podejście zakwestionowało decydujący głos psychoterapeuty w gabinecie, a dowartościowało pacjenta. Wzrosła ranga *ego*, czyli zdolności jednostki do kreowania rzeczywistości, w której żyje, a zmalało zainteresowanie *id* – nieuchwytną siłą nieświadomych impulsów. W ten sposób wyłoniła się nowa idea psychologii humanistycznej, której fundamentem stała się teza, że „jednostka jest samoregulująca [...] jeśli jest w pełni świadoma i jeśli dostrzega drugiego” (Spagnuolo Lobb 2016c: 101; tłum. własne). Wypracowane na gruncie psychologii

¹ Po raz pierwszy pojęcia „klient”, zamiast „pacjent”, użył Carl Rogers. Termin ten stosowany jest w nurtach humanistycznych psychoterapii w celu podkreślenia podmiotowości osoby zgłaszającej się do gabinetu i jej czynnego udziału w procesie „zdrowienia”. Szerzej zob.: Rogers (1995).

humanistycznej pojęcie autonomii jednostki stało się bazą do opracowania kluczowej zasady psychoterapii Gestalt – kategorii „autonomia klienta”. Psychoterapia Gestalt jest skierowana w stronę oryginalności człowieka, dostrzega, że ludzie są wolni, wyjątkowi, przyjmują różne wartości, ideały i wierzenia, które nadają ich życiu sens.

1. Autonomia klienta jako kluczowa zasada psychoterapii Gestalt

Pojęcie „autonomia klienta” w psychoterapii Gestalt jest cały czas doprecyzowywane. Odnotować jednak można jedno z istotniejszych jej sformułowań. W pracy *Ethics and training practices: a call for discussion* Philipa Brownella, Jaya Levina, Briana O’Neilla czytamy, że „autonomia odnosi się do promowania samostanowienia (*self-determination*) oraz wolności wyboru przez klientów własnej drogi” (Brownell, Levin, O’Neill 2015: 38; tłum. własne). W połączeniu ogólnych określeń autonomii jednostki w psychoterapii humanistycznej z uszczegółowieniami psychoterapii Gestalt wylania się osoba klienta, który jest samostanowiącą (*self-determination*) – samoświadomą jednostką relacyjną zdolną do samoregulacji (*self-regulated*) w środowisku.

1.1. Samoświadomość – pierwszy warunek samostanowienia

W psychoterapii Gestalt, jak twierdzi Fritz Perls, „samoregulacja organizmu oznacza, że w idealnym przypadku organizm sam przez się zdolny jest do sterowania własnymi zachowaniami. Ma on możliwość samorealizacji i może sobie znaleźć takie otoczenie, które najlepiej się do tego nadaje” (Chu 1993: 20). Reguła ta wydaje się dotyczyć każdej formy życia biologicznego, dlatego podkreślić w tym miejscu należy, że Perls, używając określenia „organizm”, ma na myśli świadomego człowieka. To świadomość właśnie jest pierwszym warunkiem samoregulacji klienta. Jednostka, by mogła sterować własnymi zachowaniami, musi być ich świadoma. W tym miejscu należy przywołać kategorię strumienia świadomości (*stream of consciousness*) Williama Jamesa, psychoterapia Gestalt ma bowiem na myśli określony proces świadomości, a nie jej pojedyncze, atomowe dane (por. Staemmler 2021: 150–151; Meyer 2021: 314–337). Mowa tutaj o strumieniu wrażeń ujętym

jako niezróżnicowane *continuum*, z którego najpierw zmysły, a potem uwaga selekcjonują to, co jawi się istotne. James wskazał cztery cechy świadomości, które pozwalają uchwycić ideę przepływu: „1) każdy »stan« jest częścią świadomości osobowej; 2) w każdej świadomości osobowej stany ciągle zmieniają się; 3) każda świadomość osobowa zachowuje odczuwalną ciągłość; 4) świadomość interesuje się niektórymi częściami swego przedmiotu, a inne pomija; przyjmuje bądź odrzuca te poszczególne części – słowem dokonuje spośród nich *wyboru* – przez cały czas” (James 2002: 92–93)². W *The Principles of Psychology* znajdujemy jeszcze piąte określenie świadomości: „świadomość, od dnia naszych narodzin jest pełnią różnorodności przedmiotów i relacji, a to, co nazywamy pojedynczymi doznaniem jest rezultatem wyróżniającej uwagi nasilonej do najwyższego stopnia” (James 1950: 224; tłum. własne). Strumień świadomości jest więc aktualny, niepodzielny i konkretny. W ostatniej swojej pracy zatytułowanej *Filozofia wszechświata* James podkreślał, że „tak zwane stany świadomości mogą się swobodnie rozłączać i łączyć w związki nie tracąc przy tym nic ze swojej własnej indywidualności, mimo że wchodzą w skład równoczesnych pól świadomości o szerszym znaczeniu” (James 1911: 167). Tezę tę terapia Gestalt zdecydowanie podziela.

Warto w tym miejscu podkreślić, że James starał się opisać pewne modyfikacje świadomości o charakterze poznawczym, które wcześniej nie były nazwane, a na które dziś szczególną uwagę zwraca psychotherapia Gestalt. Chodzi o „szybkie, przedświadome perspektywiczne spojrzenia na schematy myśli jeszcze nie wyrażone” (James 1950: 253; tłum. własne). W opinii Jamesa z takich mentalnych stanów składa się jedna trzecia życia psychicznego człowieka. Te niezwykle subtelne stany umysłu opisuje on w następujący sposób: „Każde określone wyobrażenie w psychice jest otoczone i przesiąknięte wodą, która swobodnie przepływa wokół niego. Wraz z nim – pojawia się poczucie odnoszących się do niego relacji bliskich i dalekich, cichnące echo miejsca, skąd do nas przybyło, a kielkujące poczucie miejsca, dokąd ma prowadzić” (James 2002: 107). James dla określenia tych szczególnych stanów świadomości używa nazw: „aureola”, „psychiczne tony składowe” czy wreszcie „otoczka” relacji. „Jest to tak jak z »tonami składowymi«

² W *The Principles of Psychology* James wyróżnił jeszcze piątą cechę świadomości: „Świadomość zawsze wydaje się ma do czynienia z przedmiotami niezależnymi od niej” (James 1950: 225; tłum. własne).

w muzyce – ucho nie słyszy ich oddzielnie, łączą się one z tonem podstawowym i zabarwiają go, zmieniają go; tak jest też z narastającymi i zanikającymi procesami mózgowymi, które w każdym momencie łączą się z psychicznymi skutkami procesów znajdujących się w punkcie kulminacyjnym, zabarwiają je i zmieniają” (James 2002: 109). W ten sposób, w opinii Jamesa, na życie psychiczne jednostki wpływają jej własne relacje przeszłe i przyszłe. Zawsze bowiem mamy do czynienia z relacją, współzależnością i procesem.

Strumień świadomości Jamesa wraz z tym, co określa on jako przedświadome stany świadomości, Maurice Merleau-Ponty ucieleśnia. Zaprzecza on „zarówno doktrynom traktującym spostrzeganie jako wynik oddziaływania rzeczy zewnętrznych na nasze ciało, jak i tym doktrynom, które podkreślają samodzielność aktów świadomości. Obu tym rodzajom filozofowania wspólne jest to, że uprzywilejowują czystą zewnętrzną lub czystą wewnętrzną, zapominając o osadzeniu umysłu w ciele, o niejednoznacznym stosunku, który utrzymujemy z własnym ciałem, a w związku z tym – z postrzeganymi rzeczami” (Merleau-Ponty 1976: 25–26). Świadomość osadzona zostaje w sytuacji, czyli w ciele, dzięki któremu jednostka łączy się ze światem. „Ciało jest wehikułem bycia w świecie, a mieć ciało to dla żyjącej istoty wiązać się z określonym środowiskiem, utożsamiać się z pewnymi projektami i stale się w nie angażować” (Merleau-Ponty 2001: 100).

W ten sposób zarysowała się finalna definicja samoregulacji w polu psychoterapii Gestalt, gdzie jest ona nie tylko „naturalną tendencją ludzi do utrzymywania stanu równowagi”, ale również, jak twierdzi Hunter Beaumont, samoorganizacją, która „uwzględnia również tendencje do utrzymywania równowagi w zakresie myślenia, nadawania znaczeń, organizowania samych siebie i naszego świata” (Sills, Fish, Lapworth 1999: 18). W terapii Gestalt „ludzie są raczej istotami proaktywnymi niż reaktywnymi. Sami wyznaczają swoje reakcje na otaczający świat. Samoświadomość daje im tę możliwość wyboru. Dzięki uświadomieniu sobie, że to my sami odczuwamy, myślimy i zachowujemy się, bierzemy odpowiedzialność za to, jacy jesteśmy. Przestajemy wierzyć, że »taki już jestem i nic na to nie mogę poradzić«” (Sills, Fish, Lapworth 1999: 17). Jednostka zachowując indywidualność, potrafi wchodzić w relacje z innymi i otoczeniem, czyli – używając terminologii terapii Gestalt – potrafi nawiązywać kontakt. Jest ona w nieustannym kontakcie ze środowiskiem. Wyłania się tutaj drugi

warunek samoregulacji, którym jest znalezienie przez klienta właściwego otoczenia dla procesu ponownej integracji.

1.2. Inny/środowisko – drugi warunek samostanowienia

Pierwszą składową otoczenia klienta jest środowisko. Ucieleśniony strumień świadomości psychoterapia Gestalt umieszcza w polu relacji. Źródłem tego podejścia szukać należy w teorii pola Kurta Levina, która nie jest traktowana jako metoda, a jako podejście do terapii. Jak pisze Gianini Francesetti, „»Strategia« pola nie jest *tekhne* (tj. powtarzaniem określonych zachowań w dążeniu do osiągnięcia celu), ale raczej *phronēsis*: zdolnością do wytyczania drogi z uwzględnieniem możliwości i ograniczeń obecnej sytuacji” (Francesetti 2021: 2). Teorię organizm – środowisko Levina odczytywać zatem należy jako teorię *phronēsis* (*φρόνησις*), którą Arystoteles definiował jako „trwałą dyspozycję do działania opartego na trafnym rozważaniu i tego, co dla człowieka jest dobre lub złe” (Arystoteles 1956: 213). Terapia Gestalt kładzie więc nacisk na mądrość praktyczną, rozsądek czy też roztropność, która pozwala terapeutce i klientowi pozostającym w relacji/kontekście odpowiadać na określoną aktualną sytuację, twórczo podejmować działanie i wyznaczać cele.

Odmienne, choć niezwykle interesujące rozwinięcie teorii pola Levina odnajdujemy w fenomenologicznych dociekaniach Merleau-Ponty’ego, który podkreśla, że całe życie psychiczne człowieka toczy się w środowisku. W *Fenomenologii percepcji* czytamy: „świat nie daje się oddzielić od podmiotu, który nie jest niczym innym niż projektem świata, a podmiot jest nieodłączny od świata, ale od świata, który on sam projektuje” (Merleau-Ponty 2001: 452), czy „ciało jest wehikułem bycia w świecie, a mieć ciało to dla żyjącej istoty wiązać się z określonym środowiskiem, utożsamiać się z pewnymi projektami i stale się w nie angażować” (Merleau-Ponty 2001: 100). W tym samym tonie wypowiada się współczesny fenomenolog i psychiatra Thomas Fuchs, który pisze: „Fenomenologia jest w zasadzie przeciwna wszelkiemu umieszczaniu życia psychicznego w odcieleśnionej przestrzeni wewnętrznej. Postrzega osobę nie jako oddzielną monadę, która reprezentuje świat wewnętrzny, ale raczej jako ucieleśnioną istotę uwikłaną w świat i wchodzącą w interakcję ze światem. Ucieleśnienie oznacza ludzkie doświadczenie posiadania i bycia ciałem; termin ten definiuje ciało jako »dynamiczne

miejsce sensownego doświadczenia, a nie jako obiekt fizyczny odrębny od jaźni lub umysłu». W ten sposób, zamiast być zamkniętymi we wnętrzu głowy, ludzie zamieszkują swoje ciała i za pośrednictwem ciała odgrywają swoje życie, rozciągnięte w przestrzeni i zaangażowane z innymi. Odpowiada to ucieleśnionemu, enaktywnemu i ekologicznemu spojrzeniu na umysł i mózg” (Fuchs 2019: 67–68; tłum. własne). Ucieleśniony umysł klienta jest więc w nieustannym kontakcie z otaczającym go środowiskiem. W psychoterapii Gestalt kontakt jest podstawową regułą samoregulacji i rozwoju. „Rodzimy się i rozwijamy dla kontaktu i w kontakcie” (Spagnuolo Lobb 2016a: 151).

Dla porządku dalszych rozważań scharakteryzować należy kategorię figury i tła w psychoterapii Gestalt, które są niezbędne dla opisu doświadczenia kontaktu. Doświadczenie człowieka organizuje się w figury, zaś prawo tej organizacji psychologowie postaci określili jako zasadę pregnancji, czyli dopełniania, domykania figury. Chodzi tutaj o różne sposoby uzupełniania braków tak, by skonfigurować całość. W tym znaczeniu motywacją ludzkiego odniesienia do środowiska są niedomknięte figury, niewypełnione całości doświadczeniowe ujawniające się w określonych sytuacjach i kontekstach, w których człowiek sam siebie reguluje przez zaspokajanie dominującej potrzeby (figura na tle). Kiedy jedna figura jest domknięta, człowiek pozostaje w równowadze i może w pełni zaangażować się w kolejną (por. Clarkson, Mackewn 2005: 67–72). Gestalt jest więc rodzajem figury, która ujawnia się na jakimś tle jako postać pierwszoplanowa, zaś związek między figurą a tłem, ich wzajemny stosunek określa się mianem znaczenia, sensu. Jeżeli związek ten jest wątki, bądź człowiek z różnych powodów nie jest w stanie go rozpoznać czy zrozumieć, doświadcza on wtedy danej rzeczywistości jako absurdalnej, bezsensownej (Perls 1992: 137, 149).

Fritz Perls, Ralph Hefferlin i Paul Goodman opisują doświadczenie kontaktu w czterech fazach: prekontakt (*fore-contact*), kontaktowanie (*contacting*), kontakt finalny (*final-contact*), postkontakt (*post-contact*) (Perls, Hefferlin, Goodman 2022: 339–340). W pierwszej wyróżniają prekontakt, gdzie rozpoczyna się proces wkraczania organizmu w środowisko poprzez pobudzenie. Figurą na tym etapie jest określony element środowiska, w kierunku którego podąża organizm ku kontaktowi granicznemu. Następnie w fazie kontaktowania człowiek orientuje się w dostępnych możliwościach, by poprzez wybór jednych, a odrzucenie

innych dokonać manipulacji środowiskiem. W trzeciej fazie dochodzi do kontaktu finalnego, gdzie organizm karmi się ostatecznie wybraną częścią środowiska, odżywia się nią, nasycy i tym samym rozwija się. W fazie ostatniej człowiek przechodzi w postkontakt, w którym integruje nabytą nowość z systemem swoich wcześniejszych doświadczeń i wycofuje się z kontaktu (por. Perls, Hefferlin, Goodman 2022: 339–374). Podkreślić w tym miejscu należy postulat stałego odniesienia organizmu do otoczenia w terapii Gestalt, które nazywa się „intencjonalnością kontaktu”. Chodzi tutaj bowiem o proces wkraczania człowieka w środowisko dzięki spontanicznej i pozytywnej sile agresji (*ad-gredere*, „iść ku”, „iść w kierunku”)³, który umożliwia przetrwanie podmiotu i nawiązywanie więzi społecznych.

Drugim komponentem otoczenia klienta jest konkretny inny/drugi/ nie ja. Świadoma jednostka widzi drugiego. Inspirację dla tej tezy Gestalt odnaleźć można w myśli Emmanuela Lévinasa, gdzie Inny nie jest tożsamy ze mną, a jest kimś transcendentnym, kogo wprawdzie nie mogę w pełni zrozumieć, ale mogę nawiązać z nim kontakt (Skarga 2002: XIV)⁴. Kontakt, relacja jest w myśli Lévinasa kluczowa, okazuje się bowiem, że nie można odseparować Toż-Samego od Innego: „Inność, radykalna heterogeniczność Innego, możliwa jest tylko pod warunkiem, że Inne jest innym w stosunku do członu, który z istoty pozostaje w punkcie wyjścia, służąc za punkt wyjścia relacji, który jest Toż-Samym nie w sensie względnym, lecz w sensie absolutnym. Członem, który może pozostać absolutnie w punkcie wyjścia relacji, jest tylko Ja” (Lévinas 2002: 22).

Co niezmiernie istotne, klient w psychoterapii Gestalt autonomicznie wkracza w kontakt i równie autonomicznie powinien wycofywać się z niego.

1.3. *Self*. Uwaga ogólna

Dla porządku dalszych rozważań określić należy kategorię *self*, która w Gestalt, w odróżnieniu od innych nurtów, a zwłaszcza od psychoanalizy, nie jest rozumiana strukturalnie, lecz funkcjonalnie i egzy-

³ Nie można mylić zdrowej agresji odwołującej się do pierwotnego instynktu dziecięcego związanego z głodem – gryzienie, ssanie, czyli pochłaniania pokarmu i odrzucania części nieprzydatnych do strawienia – z przemocową formą istnienia w środowisku. Szerzej na ten temat zob. Perls (1969: 107–111).

⁴ Kategoria Innego w psychoterapii Gestalt zob.: Bloom (2021: 116–142), Jacobs (2020: 170–174).

stencjalnie. Oznacza to, że *self* jest procesem kontaktu i wycofywania się z kontaktu, „self to system bieżących kontaktów i czynnik wzrostu” (Perls, Hefferlin, Goodman 2022: 294). Fritz Perls mówi o trzech aspektach czy też funkcjach *self*. Jako pierwszą wyróżnić należy funkcję *id*, która jest zdolnością człowieka do nawiązywania kontaktu ze środowiskiem w odniesieniu do potrzeb fizjologicznych, doznań cielesnych i czucia emocjonalnego. Druga to funkcja osobowości, która pomaga w nawiązywaniu kontaktu ze środowiskiem na podstawie określenia siebie, definiowania znaczeń, jakie się sobie nadaje, odpowiada na pytanie o to, kim jestem, jaką funkcję społeczną pełnię. Ostatnia funkcja, *ego*, jest pośrednia między dwiema pierwszymi, pozwala na identyfikowanie się i alienowanie w stosunku do różnych aspektów środowiska poprzez podejmowane decyzje i działanie, pozwala na spontaniczne ustosunkowywanie się do otoczenia (Perls, Hefferlin, Goodman 2022: 299–310). Zintegrowany, pełen kontakt z otoczeniem to kontakt odpowiadający na pytanie: kim jestem (*funkcja osobowości*), odczuwając określone doznania, pobudzenia, uczucia (*id*) i dokonując spontanicznego wyboru pociągającego za sobą działanie (*ego*) na rzecz realizacji określonej potrzeby. Jak zauważa Salonia, „samoregulacja nie jest własnością organizmu, ale relacji, jest to samoregulacja *self* jako organizmu w ciągłej interakcji ze środowiskiem” (Salonia 2022).

W funkcji osobowości określonej przez terapię Gestalt, która jest skierowana ku temu, kto dokonuje decyzji, wydaje się odsłaniać odniesienie do dociekania Paula Ricoeura. Tożsamość w myśli Ricoeura reprezentują dwa modele bycia sobą: *idem* (względna stałość) i *ipse* (pewna zmienność) (Ricoeur 2005: 193 i n.). Człowiek posiada zdolność (*capacité*) do mówienia czy też opowiadania o sobie, działania, ciągłego odnoszenia się do tego, czym jest. „Te wzorcowe, acz spolaryzowane postaci tożsamości – *idem* i *ipse* – w konfigurującej życie opowieści mogą na siebie zachodzić (co przeważnie się dzieje) lub w skrajnych wypadkach zupełnie się rozchodzić: na tym właśnie polega dynamika narracyjnej tożsamości” (Grzywacz 2020: 164). Patogenna opowieść, którą człowiek snuje o samym sobie, utrwała się na poziomie *idem*. Jednak dzięki przejawiającej się w *ipse* autonomii może on nieustannie odnosić się do tego, czym jest w *idem*, i dzięki świadomemu rozumieniu zacząć snuć nową autonomiczną opowieść. Propozycja Ricoeura realizuje kluczowy postulat fenomenologii, jakim jest integralność doświadczenia.

Hermeneutyczna idea tożsamości narracyjnej jest niezwykle ważnym postulatem terapii Gestalt.

Podkreślić należy, że koncepcja *self* w terapii Gestalt jest zbieżna z myślą Marleau-Ponty'ego (por. Kennedy 2013; Bloom 2019: 36–39; Alvim 2021: 31–63). W *Fenomenologii percepcji* czytamy, że „jeśli podmiot jest w sytuacji, jeśli nawet nie jest niczym innym niż możliwością sytuacyjną, to znaczy, że realizuje on swoją tożsamość, jedynie będąc faktycznie ciałem i wkraczając dzięki niemu w świat. Jeżeli zastanawiając się nad istotą podmiotowości, odkrywam jej związek z istotą ciała i z istotą świata, znaczy to, że moje istnienie jako podmiotowości stanowi jedno z moim istnieniem jako ciałem i z istnieniem świata, i że ostatecznie konkretny podmiot, którym jestem, jest nieodłączny od tego ciała i od tego oto świata. Świat i ciało jako byty ontologiczne, jakie odnajdujemy w centrum podmiotu, nie są ideą świata czy ideą ciała. Jest to sam świat skondensowany w globalnym ujęciu, jest to samo ciało rozumiane jako ciało poznające” (Merleau-Ponty 2001: 428–429).

* * *

Dotychczasowe ustalenia pozwalają stwierdzić, że w psychoterapii Gestalt świadomość klienta pozwala mu na wyraźne odróżnienie „ja” i „nie-ja” (Sills, Fish, Lapworth 1999: 9). „Ja” wchodzi w relacje z Innym, który jest „nie-ja”. W ten sposób tworzy się psychologiczne poczucie „ja” klienta, jego „bycie sobą”, które określa się wyłącznie w relacji do „nie-ja”. Tym „nie-ja”, na którego w gabinecie trafia klient, jest terapeuta, z którym nawiązuje on kontakt. Warto jednak w tym miejscu wskazać na subtelność tego spotkania, bowiem „to co jednoczy nas jako ludzi, niekoniecznie jest widoczne czy namacalne, to raczej niewidoczny i nie-namacalny wymiar pomiędzy nami. To duch ludzki, który przenika każdą naszą interakcję. To »tajemnicze tło«, które otacza nas i przenika, i z którego wyłania się nasza odrębność i niepowtarzalność, stając się figurą. To źródło zdrowienia” (Hycner, Jacobs 2020: 38–39).

2. Autonomia klienta w kontakcie z psychoterapeutą

Autonomiczna jednostka, zdolna do samoregulacji i odpowiedzialna wobec innego, przychodzi do gabinetu psychoterapeutycznego z poczuciem, jak pisał Marcin Luter, że „wszystko dzieje się z absolutnej

konieczności”. Jej sytuację określić można jako kryzysową, graniczną. Klient przychodzi z cierpieniem, któremu najczęściej towarzyszy lęk lub obniżony nastrój. Jednak „cierpienie psychopatologiczne nie jest bólem egzystencjalnym; nie jest dyskomfortem wynikającym z ograniczeń czy strat, których wszyscy doświadczamy w naszym życiu [...]. Psychopatologia zaczyna się wtedy, gdy doświadczenia pojawiające się w trudnych sytuacjach nie mogą zostać przetworzone i przyswojone; gdy nie ma drugiego, potrzebnego, by te doświadczenia przetworzyć” (Francesetti, Roubal 2022: 4). Okazuje się, że w polu psychoterapii Gestalt jako kluczowa wyłania się relacja klienta z psychoterapeutą, który jest innym/drugim. Psychopatologią jest właśnie nieobecność innego w bieżącym kontakcie. W terapii Gestalt „cierpienie pojawia się w sesji terapeutycznej jako fenomen współtworzony przez klienta i terapeutę i może zostać przekształcony w procesie kontaktu” (Roubal, Francesetti, Gecele 2017: 2; tłum. własne). Podkreślić w tym miejscu jeszcze należy, że wprawdzie klient przychodzi do gabinetu psychoterapeutycznego w pewnej dezintegracji *self*, to jednak przychodzi z najzdrowszej części siebie i ma możliwość dostrzec, że przystosował się do środowiska w najlepszy z możliwych sposobów, by przetrwać, jednak potrzebuje pomocy innego, aby jego doświadczenie siebie i środowiska było bardziej spontaniczne, elastyczne, zdrowsze. Co niezmiernie istotne, przychodzi on z własnym doświadczeniem, z pierwszoosobową perspektywą siebie, jako podmiot usytuowany w środowisku. Kluczowe więc staje się zachowanie autonomii klienta w kontakcie.

2.1. Zachowanie autonomii klienta jako główne zadanie psychoterapeuty

Zadaniem terapeuty jest wejść w świat klienta, w jego pole psychologiczne, które Gestalt nazywa za Merleau-Pontym „polem fenomenalnym”. Jako pierwsza przed terapeutą otwiera się pierwszoosobowa perspektywa klienta, struktura jego percepcji (figura-tło, usztywnione domykanie całości). Klient zaprasza do swojego świata, a terapeuta uobecnia siebie jako ten, który ma wspierać jego niezależność. Wprawdzie mamy tutaj do czynienia z intencjonalnością kontaktu klienta, to jednak terapeuta, który widzi strukturę, nie może dać się jej pochłonać. Terapeuta wchodzi w to, co zawładnęło klientem – lęk, obniżony nastrój, poczucie winy, wstyd czy obsesyjne myśli, ale to pole fenome-

nalne nie może go opanować. Odsłaniający się pierwszoplanowo objaw, z którym klient przychodzi do gabinetu, powinien być odebrany przez terapeutę jako jedyny i najlepszy z możliwych sposobów, w jaki przystosował się on do środowiska. Gestalt używa w tym miejscu określenia „twórcze przystosowanie” (por. Spagnuolo Lobb 2016b: 74–75). Kluczowym zadaniem psychoterapeuty jest zachować autonomię klienta, który przyszedł do gabinetu, gdyż to właśnie uaktualnienie potencjalnej sprawczości klienta i jego umiejętności sięgania po wsparcie w otaczającym go świecie jest celem psychoterapii.

2.2. Autonomia klienta w gabinecie psychoterapeutycznym

Psychoterapeuta, aby mógł podjąć z klientem właściwą pracę, która utrzyma jego autonomię, musi dysponować określonymi normatywnymi kryteriami tej współpracy.

Brownell, Levin i O’Neill w pracy *Ethics and training practices: a call for discussion* podkreślają, że w obliczu różnych standardów wspólnotowych daje się wyróżnić pewne uniwersalne kryteria, które mogą stać się podstawą pracy psychoterapeuty z klientem. Mowa tutaj o „autonomii, dobroczynności, nieszkodzeniu oraz sprawiedliwości lub uczciwości” (Brownell, Levin, O’Neill 2015: 38; tłum. własne). Jak już wyżej omówiono, klient ma prawo do realizacji samostanowienia i decydowania o wyborze kierunku terapii. Pod pojęciem dobroczynności (*beneficence*) widzieć należy promowanie dobra klienta. Nieszkodzenie (*nonmaleficence*) oznacza niekrzywdzenie, nieranianie klientów, a sprawiedliwość (*justice*) i uczciwość (*fairness*) zapewnić mają klientowi równe traktowanie.

Z kolei w pracy Katarzyny Marchewki *Etyka w psychoterapii* opisane zostały podstawowe reguły rządzące psychoterapią, które pozwalają wspierać i chronić autonomię klienta. Wśród nich wymienić należy: świadomą i dobrowolną zgodę klienta, zasadę zachowania tajemnicy i granic poufności, unikanie konfliktu ról, obowiązek superwizji, neutralność światopoglądową (w jej współczesnym rozumieniu) (Marchewka 2014: 125–138)⁵.

W obu prezentowanych pracach widać, że zasada zachowania autonomii klienta jest kluczowa dla zdrowego i prawidłowego procesu terapeutycznego. Zatem już podczas wstępnej konsultacji służącej ini-

⁵ O neutralności światopoglądowej w psychoterapii Gestalt zob.: Morasiewicz, Opoczyńska-Morasiewicz (2013: 5–12). O zgodzie pacjenta na proces psychoterapeutyczny szerzej zob.: Opoczyńska-Morasiewicz, Morasiewicz (2015: 26–28).

cji kontraktu terapeuty z klientem zasadnicza musi być świadoma i wolna zgoda klienta na podjęcie terapii. W kolejnym kroku odsłaniają się rudymenarne reguły pracy, czyli kategoriyczny zakaz manipulacji, poufność, niemieszanie ról, neutralność światopoglądowa i niezwykle ważny, a często przez terapeutów pomijany obowiązek superwizji.

Nakaz zachowania przez terapeutę neutralności światopoglądowej łączy się z zakazem „niemieszania ról”. Psychoterapeuta wchodzi w kontakt z klientem, aby poznać jego pierwszoosobową perspektywę. Jest to możliwe pod warunkiem, że obaj nie mają wspólnej historii, a ich doświadczenie kontaktu jest pierwszorazowe. Naruszenie tej zasady naraża klienta na manipulację (Marchewka 2014: 131–132). Terapeuta, który stosuje manipulację, wiedziony jest realizacją własnego pożytku i wówczas stosuje takie metody, które w odpowiedni dla niego sposób będą oddziaływały na nieświadomego klienta.

Wymóg superwizji, ale i terapia własna⁶ psychoterapeuty chronią klienta przed uwikłaniem w kontakcie. Chodzi o zabezpieczenie klienta przed powtarzającymi się trwałymi tematami relacyjnymi (Jacobs 2021), czy mówiąc językiem psychoanalitycznym, przed utknięciem terapeuty w przeciwprzeniesieniu. Uwikłanie może mieć dwa oblicza: uległości i dominacji. Uległość widzieć należy jako brak stabilnej obecności terapeuty, ślepe podążanie za klientem. Dominacja zaś wiąże się z silną dyrektywnością, tendencją przyjmowania postawy tego, który wie lepiej, dlatego że to on zna historię klienta, natomiast historia psychoterapeuty pozostaje zakryta. Pojawia się w tym miejscu niezwykle ważna kategoria wstydu u klienta, z którą musi umieć pracować psychoterapeuta, bowiem to właśnie przed nim klient staje odsłonięty, obnażony.

Ogólne zasady rządzące pracą terapeuty w psychoterapii Gestalt sformułowane zostały w *Kodeksie etycznym Polskiego Towarzystwa Psychoterapii Gestalt*: „1. Każde istnienie ludzkie jest dla nas równie cenne. 2. Szanujemy unikalność, indywidualność i godność jednostki. 3. Odnosimy się z szacunkiem do różnic rasowych, etnicznych, pochodzenia, płci, orientacji lub preferencji seksualnych, niepełnosprawności, wieku, religii, języka, statusu społecznego lub ekonomicznego oraz potrzeb duchowych. 4. Uznajemy prawo do niezależności i samostanowienia każdej osoby wchodzącej w relację interpersonalną” (*Kodeks etyczny...*

⁶ Zalecana przez Polską Radę Psychoterapii liczba godzin terapii własnej indywidualnej lub grupowej to 100 godzin (Mizerska i in. 2019: 10).

2019: 2). Jednak wszelkie spisane normy i kodeksy nie zastąpią etyki podmiotu, takich jak etyka cnót czy etyka troski, które wskazują na osobistą odpowiedzialność terapeuty wobec klienta, który jest dla niego, jak powiedziałby Lévinas, Innym. Prywatne sądy terapeuty dotyczące rozumienia zdrowia i choroby, cierpienia i ulgi w cierpieniu czy ważności stosowanych technik mogą stanowić zagrożenie dla klienta. Aksjologia, którą kieruje się w procesie terapeutycznym terapeuta, najczęściej łączy się z aksjologią nurtu, w którym on pracuje i który podziela. Okazuje się jednak, że etyka podmiotu, którą określa się też etyką najlepszych intencji psychoterapeuty, nie może przesłonić etyki nazwanej przez Dana Blooma podstawową (Bloom 2016: 163–171). W jej perspektywie dokonuje się pierwotna problematyzacja (dostrzeżenie możliwości totalizacji Innego), pierwotne otwarcie na Innego, uruchamia się pierwotna wrażliwość etyczna terapeuty na klienta. W opinii Blooma etyka podstawowa jest warunkiem zaistnienia psychoterapii w ogóle, bowiem pierwotne otwarcie kontaktu dokonuje się w przedpoznawczym otwarciu na twarz Innego.

Kierowany wskazanymi powyżej zasadami psychoterapeuta wie, że do zachowania autonomii klienta, jego zdrowia i rozwoju najlepiej przyczyniają się jego relacje z innymi ludźmi. Terapeuta powinien wyzbyć się wszelkich wstępnych założeń, sądów czy przypuszczeń, powinien zaś klienta widzieć, słyszeć i akceptować. Kluczowa jest jego koncentracja na uczuciach, myślach, pragnieniach i dążeniach klienta, przy jednoczesnym zachowaniu należytej uwagi, dystansu i szacunku. Taka fenomenologiczna postawa terapeuty może bowiem stać się inspiracją dla klienta, by w taki sam sposób potraktował samego siebie⁷.

Najczęściej dopiero w gabinecie klient po raz pierwszy znajduje się w centrum uwagi i to doświadczenie może stać się najbardziej leczącym składnikiem terapii. Zwrócić jednak w tym miejscu należy uwagę na fakt, że „mocy leczenia nie posiada terapeuta ani klient. Moc tkwi w tym, co dzieje się między nimi” (Sills, Fish, Lapworth 1999: 9). Terapia Gestalt kładzie nacisk na relację/kontakt, nie prowokuje klienta do zmiany siebie, nie chce dysponować jego osobą. Ważne jest, by klient cały czas był świadomy siebie, wolny w decyzjach i mógł siebie wyrażać, czyli był w pełni autonomiczny. Terapia Gestalt jest uwrażliwiona na autono-

⁷ Szerzej o wpływach fenomenologii na psychoterapię Gestalt zob. Jawor (2021: 121–127).

mię klienta, ponieważ tylko wówczas będzie on mógł rozwiązywać swoje problemy, dokonywać wyborów i brać za nie odpowiedzialność.

Postawą terapeuty, która wspierać ma autonomię klienta, jest „kulturowana niepewność” (Staemmler 1997: 40–48), czyli takie budowanie relacji terapeutycznej, w której terapeuta nie staje się tym, który „wie lepiej”, ale tym, który jest „podmiotem relacji w spotkaniu z klientem” (Pierzchała 2022: 94). Całe zaplecze terapeuty, jego wiedza kliniczna i teoretyczna z zakresu psychoterapii muszą zostać zawieszane. Musi on umieć powstrzymać się od przedwczesnych syntez, natomiast rozbudzona powinna być aktywna ciekawość (por. Joyce, Sills 2020: 41–51)⁸. Terapeuta pozostaje w pewnym rodzaju niewiedzy, aby pełniej ujrzeć klienta, siebie i relację, jaką tworzą, i uobecnić siebie w świecie klienta, a nie w świecie teoretycznego ujęcia klienta. Te postulaty łączą się z przekonaniem terapii Gestalt o leczącej sile kontaktu.

W podsumowaniu warto podkreślić za Brownellem, Levinem i O’Neillem, że praktykę psychoterapeutyczną przenika postawa światopoglądowa terapeuty (Brownell, Levin, O’Neill 2015: 39). Powyższa uwaga wydaje się kluczowa w odniesieniu do postulatu zachowania autonomii klienta w gabinecie psychoterapeutycznym, należy bowiem pamiętać, że tak jak klient przychodząc na terapię, znajduje Innego, tak on sam staje się Innym dla psychoterapeuty. Rodzi się więc pytanie, na które odpowiedzieć samemu sobie musi terapeuta: kim dla mnie jest Inny/klient?⁹

3. Autonomia klienta po zakończeniu procesu terapeutycznego

Autonomia klienta jest zagadnieniem tak delikatnym i złożonym, że nie wystarczy skonkludować: jeśli terapeuta zastosuje wszystkie kryteria i zasady kontaktu z klientem, to nie naruszy jego wolności. Jak wykazaliśmy w toku przeprowadzonych rozważań, autonomia klienta w terapii Gestalt jest realna, a nie abstrakcyjna. Jej realność polega na tym, że klient jest w żywej relacji z innymi i otaczającym go środowiskiem, a jego autonomia jest w nieustannym procesie, podlega ciągłej zmianie.

⁸ Szerzej zob.: Husserl (1982: 35 i n.).

⁹ Próba odpowiedzi na postawione pytanie zob.: Opoczyńska (2018: 163–185).

Warto w tym miejscu podkreślić, że wolność człowieka w otwartości na świat nie wyklucza głęboko osadzonej jego samodzielności wewnętrznej. Jak pisze Roman Ingarden, autonomia człowieka nie wypływa „z jego peryferii, nie z jego codziennych sposobów zachowania [...], musi być zakorzeniona w ostatecznym rdzeniu człowieka” (Ingarden 1989: 234). Jeśli więc nie ma wolności, nie ma człowieka. W tym świetle naruszenie autonomii klienta jest zamachem na jego życie. Słusznie podkreśla Tadeusz Gadacz, że „wolności doświadczamy jako początku autonomii. Jestem wolny, o ile moje działanie ma swój początek we mnie, o ile jest moim własnym działaniem. Jestem wolny w takiej mierze, w jakiej sam to działanie określam” (Gadacz 2007: 34). W tak definiowanej wolności każda decyzja człowieka musi pozostać jego własną decyzją, co pozwala mu wziąć za nią odpowiedzialność.

Postulat autentycznej wolności klienta jest niezwykle trudny do realizacji w gabinecie psychoterapeutycznym ze względu na to, że wolność wydarza się w przestrzeni międzyludzkiej, a „w wolnych aktach musimy zawsze uwzględniać wolnościowe uprawnienia innego (innych)” (Gadacz 2007: 36). W terapii spotyka się dwoje Innych i każdy z nich chce zachować swoją niezależność. W literaturze przedmiotu Gestalt autonomia klienta często opisywana jest jako: „czuć się sobą w relacji”, ponieważ tylko relacja i dialog są drogą ku pełnej jego autonomii. W procesie terapeutycznym następuje rekonstrukcja zakłóconej opowieści klienta, zaś przywrócony do spontaniczności kontaktu ze środowiskiem klient integruje się z otoczeniem. Kreatywność, twórczość i elastyczność jego zachowań oraz otwartość na nowe pozwalają mu w sposób wolny ustosunkowywać się do różnych sytuacji środowiskowych. Wprawdzie klient opuszczający gabinet nadal nie jest w stanie przewidzieć wszystkich skutków swoich działań, ponieważ nie zna swojej przyszłości, to jednak za niektóre rezultaty własnych decyzji może wziąć odpowiedzialność, ponieważ jest ich świadomy i podjął je w wolności.

Klient w psychoterapii Gestalt przychodzi do gabinetu terapeuty wolny i z zachowanym poczuciem wolności powinien go opuścić. Wydaje się to najbardziej interesującym postulatem Gestalt. Terapeuta zachowuje autonomię klienta, by wesprzeć go w drodze do stanu samoregulacji w naturalnym środowisku. W toku procesu terapeutycznego klient zaczyna układać wydobyte przez psychoterapeutkę dowartościowujące wątki, do tej pory skrywane pod prezentowaną główną opowie-

ścią. Opuszcza gabinet, jak powiedziała Ricoeur, ze zrozumieniem, ze zbudowaną nową autonomiczną opowieścią o sobie i w ten sposób otwierają się przed nim nowe możliwości egzystencjalne.

Rację ma Nancy McWilliams, pisząc, że „psychologia jest nauką, psychoterapia to sztuka” (McWilliams 2011: 14). Mając na uwadze autonomię klienta, powiedzielibyśmy, że jest ona sztuką balansu między nieopuszczeniem klienta w jego cierpieniu, niepominięciem, czy wręcz obojętnością, a zdominowaniem klienta przez nadmierną dyrektywność czy autorytarność. „Tylko cieniutka linia dzieli troskę od ucisku” (Bauman 1996: 124). Wolność klienta wymaga od terapeuty, aby w wyniku najlepszych intencji i najlepszej wiedzy nie dokonał totalizacji Innego. Świadomość terapeuty tego zagrożenia oraz jego otwarcie się na bardziej osobową, pozakodeksową perspektywę etyczną mogą stworzyć przestrzeń, w której autonomia klienta stanie się faktem.

Bibliografia

- Alvim M.B. (2021), *Sensing with the Other: The Pathic-Aesthetical Dimension of Human Experience*, „Gestalt Review” 25 (1): 31–63.
- Arystoteles (1956), *Etyka nikomachejska*, tłum. D. Gromska, PWN, Warszawa.
- Bauman Z. (1996), *Etyka ponowoczesna*, tłum. J. Bauman, J. Tokarska-Bakir, PWN, Warszawa.
- Bloom D. (2016), *Etyka sytuacyjna i świat etyczny w psychoterapii Gestalt*, [w:] *Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej. Od psychopatologii do estetyki kontaktu*, G. Francesetti, M. Gecele, J. Roubal (red.), tłum. L. Kalita, S. Pikiel, A. Sawicka-Chrapkiewicz, A. Uściłowska, Harmonia Universalis, Gdańsk: 163–182.
- Bloom D. (2019), *From Sentience to Sapience: The Awareness-Consciousness Continuum and the Lifeworld*, „Gestalt Review” 23 (1): 18–43.
- Bloom D. (2021), *From the Night Before Being: Contacting the Other*, „Gestalt Review” 25 (1): 116–142.
- Brownell Ph., Levin J., O'Neill B. (2015), *Ethics and training practices: a call for discussion*, [in:] *Global Perspectives on Research, Theory, and Practice. A Decade of Gestalt!*, B.J. Mistler, Ph. Brownell (eds.), Cambridge Scholars Publishing.
- Chu V. (1993), *Psychoterapia Gestalt. Wykład podstawowy*, tłum. S. Lisiecka, A. Wilkołazka, Oficyna Wydawnicza KANON, Łódź.
- Clarkson P., Mackewn J. (2005), *Perls*, tłum. J. Giczela, GWP, Gdańsk.
- Francesetti G. (2021), *Perspektywa pola w praktyce klinicznej: W kierunku teorii terapeutycznej phronēsis*, tłum. I. Tarkowski, URL = http://bibliotekagestalt.pl/dokumenty/Perspektywa_Pola_w_praktyce_klinicznej_pokorekcie.pdf [dostęp z dnia 15.09.2022].

- Francesetti G., Roubal J. (2022), *Teoria pola we współczesnej terapii Gestalt, część 1: Modulowanie obecności terapeuty w praktyce klinicznej*, tłum. U. Krasny, URL = http://bibliotekagestalt.pl/dokumenty/Teoria_pola3.pdf [dostęp z dnia 15.09.2022].
- Fuchs T. (2019), *The Interactive Phenomenal Field and the Life Space: A Sketch of an Ecological Concept of Psychotherapy*, "Psychopathology" 52 (2): 67–74.
- Gadacz T. (2007), *Granice wolności, [w:] Wolność w epoce poszukiwań*, M. Szulakiewicz, Z. Karpus (red.), Wyd. UMK, Toruń: 29–43.
- Grzywacz R. (2020), *Świadek przekonań – podmiot sumienia. Paul Ricoeur i filozofia świadectwa*, Wyd. Księgarnia Akademicka, Kraków.
- Husserl E. (1982), *Medytacje kartezjańskie z dodaniem uwag krytycznych Romana Ingardena*, tłum. A. Wajs, PWN, Warszawa.
- Hycner R., Jacobs L. (2020), *Terapia w dialogu. Od psychologii self do terapii Gestalt*, tłum. K. Makaruk, D. Przygucka, Oficyna Związek Otwarty, Warszawa.
- Ingarden R. (1989), *Wykłady z etyki*, PWN, Warszawa.
- Jacobs L. (2020), *Engaged Surrender: The Polarity of Dialogue in Gestalt Therapy*, "Gestalt Review" 24 (2): 163–177.
- Jacobs L. (2021), *Nadzieje, lęki i trwałe tematy relacyjne*, tłum. A. Haderek, URL = <https://gestalt.edu.pl/artykuly/trwale-tematy-relacyjne/> [dostęp z dnia 15.09.2022].
- James W. (1911), *Filozofia wszechświata. Wykłady w Kollegium w Manchester o filozofii współczesnej*, tłum. W. Witwicki, Lwów–Warszawa.
- James W. (1950), *The Principles of Psychology*, t. I, authorized edition, Dover Publication, first published New York.
- James W. (2002), *Psychologia. Kurs skrócony*, tłum. M. Zagrodzki, PWN, Warszawa.
- Jawor M. (2021), *Fenomenologiczny paradygmat psychoterapii Gestalt*, „Filozofia Chrześcijańska” 18 (1): 111–128.
- Joyce Ph., Sills Ch. (2020), *Umiejętności psychoterapeuty Gestalt*, przeł. A. Haderek, Wyd. IIPG, Kraków.
- Kennedy D.J. (2013), *Healing Perception An Application of the Philosophy of Merleau-Ponty to the Theoretical Structures of Dialogic Psychotherapy*, Ravenwood Press and Create Space Publishers, Queensland.
- Kodeks etyczny Polskiego Towarzystwa Psychoterapii Gestalt* (2019), URL = <https://gestaltpolska.org.pl/wp-content/uploads/2021/04/Kodeks-Etyczny-PTPG-2019.pdf> [dostęp z dnia 15.09.2022].
- Lévinas E. (2002), *Całość i nieskończoność. Esej o zewnętrznosci*, tłum. M. Kowalska, PWN, Warszawa.
- Marchewka K. (2014), *Etyka w psychoterapii*, „Diametros” 42: 124–149.
- McWilliams N. (2011), *Psychoterapia psychoanalityczna. Poradnik praktyka*, tłum. A. Sawicka-Chrapkiewicz, Wyd. Harmonia, Gdańsk.
- Merleau-Ponty M. (1976), *Wyznanie wiary, [w:] M. Merleau-Ponty, Proza świata. Eseje o mowie*, tłum. S. Cichowicz, Czytelnik, Warszawa.

- Merleau-Ponty M. (2001), *Fenomenologia percepcji*, tłum. M. Kowalska, J. Migasiński, Aletheia, Warszawa.
- Meyer K. (2021), *Self: od amerykańskiego pragmatyzmu do terapii Gestalt*, [w:] *Self. Polifonia współczesnych terapeutów Gestalt*, J.-M. Robine (red.), tłum. J. Sienkiewicz-Urbaniak, Oficyna Związek Otwarty, Warszawa: 314–337.
- Mizerska R., Pinkowska-Zielińska H., Jankiewicz A., Modrzyńska D., Kostrzewski M., Wojtysiak S. (red.) (2019), *Psychoterapia. Vademecum*, Polska Rada Psychoterapii, Warszawa.
- Morasiewicz J., Opoczyńska-Morasiewicz M. (2013), *W stronę pacjenta – neutralność czy lojalność psychoterapeuty*, „Psychoterapia” 3 (166): 5–12.
- Opoczyńska M. (2018), *Dialog Innych albo inne monologi. Przypisy do psychoterapii*, Wyd. UJ, Kraków.
- Opoczyńska-Morasiewicz M., Morasiewicz J. (2015), *Etyka i psychoterapia*, „Psychoterapia” 4 (175): 21–31.
- Perls F. (1969), *Ego, hunger and aggression. The beginning of Gestalt therapy*, Random House, New York.
- Perls L. (1992), *Living at the Boundary. The Collected Works of Laura Perls. Edited by Joe Wysong*, Gestalt Journal Press, New York.
- Perls F., Hefferlin R., Goodman P. (2022) *Terapia Gestalt. Pobudzenie i wzrost w osobowości człowieka*, t. I, tłum. P. Mierkowski, E. Canert-Łąka, M. Paruzel-Czachura, J. Sienkiewicz-Urbaniak, B. Konieczniak, Oficyna Związek Otwarty, Warszawa.
- Pierzchała Z. (2022), *NIE WIEM w psychoterapii Gestalt*, [w:] *Psychoterapia między wiedzeniem a niewiedzeniem*, W. Drath, B. de Barbaro (red.), Wyd. UJ, Kraków: 77–95.
- Ricoeur P. (2005), *O sobie samym jako innym*, tłum. B. Chełstowski, PWN, Warszawa.
- Rogers C.R. (1995), *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory*, Constable & Robinson Ltd, London.
- Roubal J., Francesetti G., Gecele M. (2017), *Aesthetic Diagnosis in Gestalt Therapy*, Behavioral Sciences” 7 (4): 1–13.
- Salonia G. (2022), *Teoria Self*, tłum. E. Fifielska, URL = <https://gestalt.edu.pl/artykuly/teoria-self/> [dostęp z dnia 05.10.2022].
- Sills Ch., Fish S., Lapworth Ph. (1999), *Pomoc psychologiczna w ujęciu Gestalt*, tłum. E. Bielawska-Batorowicz, Instytut Psychologii Zdrowia, Warszawa.
- Skarga B. (2002), *Wstęp*, [w:] E. Lévinas, *Całość i nieskończoność. Esej o zewnętrzności*, tłum. M. Kowalska, PWN, Warszawa.
- Spagnuolo Lobb M. (2016a), *Perspektywa rozwojowa w psychoterapii. Polifoniczny rozwój dominiów*, [w:] *Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej. Od psychopatologii do estetyki kontaktu*, G. Francesetti, M. Gecele, J. Roubal (red.), tłum. L. Kalita, S. Pikiel, A. Sawicka-Chrapkiwicz, A. Uściłowska, Harmonia Universalis, Gdańsk: 135–157.
- Spagnuolo Lobb M. (2016b), *Podstawy i rozwój psychoterapii Gestalt we współczesnym kontekście*, [w:] *Psychoterapia Gestalt w praktyce klinicznej. Od*

psychopatologii do estetyki kontaktu, G. Francesetti, M. Gecele, J. Roubal (red.), tłum. L. Kalita, S. Pikiel, A. Sawicka-Chrapkiwicz, A. Uściłowska, Harmonia Universalis, Gdańsk: 41–75.

Spagnuolo Lobb M. (2016c), *Psychotherapy in Postmodern Society – a Social Tool to Support Human Resources of the Time*, “Gestalt Today Malta” 1: 97–113.

Staemmler F.M. (1997), *Cultivated uncertainty: An attitude of gestalt therapists*, “British Gestalt Journal” 6 (1): 40–48.

Staemmler F.M. (2021), *Self jako proces usytuowany*, [w:] *Self. Polifonia współczesnych terapeutów Gestalt*, J.M. Robine (red.), tłum. I. Tarkowski, Oficyna Związek Otwarty, Warszawa: 140–163.