

# Sonne, Hammink og Tønnesvang: Gestalt i Danmark

I 1970-75 blev gestaltterapi introduceret i Danmark af amerikanere som Natasha Mann, Tony Horn, Walter Kempler, Michael Kriegsfield Martin Kirschenbaum, Jim and Barbara Allen, og andre .

Ligesom i andre lande ydede gestaltterapien en tiltrængt påvirkning i det traditionelle psykoterapeutiske miljø. Introduktionen af gestalt i Danmark var i høj grad båret af karismatiske amerikanske gestaltterapeuter, som kunne både imponere og forskrække – primært via korte show-lignende workshops i stil med dem Perls præsenterede i sin Esalen –periode. Der manglede formidling af det teoretiske og metodemæssige fundament og der var således en manglende sammenhæng mellem teori og praksis. Fascinationen af de gestaltterapeutiske virkemidler førte som så mange andre steder også her i Danmark til en overdreven ateoretisk teknik-fixering med uheldige resultater til følge. Danske terapeuter og kursusudbydere med manglende erfaring og manglende teoretisk forståelse efterlignede de amerikanske og kastede sig ud i at tilbyde ret så ivrige 'gestalt-kurser', og var med til at give gestaltterapien et dårligt ry. Det har siden været diskuteret i Danmark at også selve den gestaltterapeutiske stil som blev importeret fra USA, hvor gestaltterapien jo er udviklet, er præget af den amerikanske leve- og tænkemåde . Og at vi i Danmark – baseret på gestaltterapiens teoretiske fundament - må udvikle en gestalt-praksis som er mere i overensstemmelse med vor egen kultur. Først og fremmest synes det eksistentiale livssyn i den amerikanske gestalt-udgave at have en for stærk vægtning af det individuelle frihedsbegreb som værende udtryk for, at man – grænseløst - kan gøre hvad man vil. Denne polaritet af frihedsbegrebet har overskygget betydningen af eksistensens dobbelttydighed (frihed/ansvar etc) og den grundkonflikt som eksistentialisterne påpegede, f.eks den dybere forståelse af, hvad der ligger i udtrykket "vi er dømt til frihed". Samtidig har man i de senere år i stigende grad søgt tilbage til de sociale elementer i den feltteoretiske grundforståelse, fx med reference til Laura Perls' vægtlægning af den relationelle side af menneskets eksistens og den hermed givne empati og omsorg for den anden, som også betones af eksempelvis Gary Yontef under termer af relationel gestalt og er centrale i de synteseforsøg med

selvpsykologisk tænkning, som man finder hos Stephen Tobin, Bresgold og Zahm, Lynne Jacobs m.fl. Siden de første udenlandske gestaltterapeuter gæstede Danmark har vi gennem årene haft glæde af workshops i Danmark under ledelse af bl.a. andre: Erving og Miriam Polster, Joseph Zinker, Bob and Rita Resnick, Gary Yontef, Barrie Simmons, Joe Melnick, Lynne Jacobs, Sean Gaffney, Todd Burley .

### **Danske gestaltteoretiske bidrag**

Ikke meget er skrevet på dansk om gestaltterapi. Mest fremtrædende er Hanne Hostrups bog "Gestaltterapi" (1999/2009), som er en introduktion til gestaltterapiens teoretiske fundament. Bogen er systematisk bygget op omkring en tre-delning mellem hvad Hostrup opfatter som Gestaltterapiens filosofi (Eksistentialismen), dens psykologiske teori (Gestaltpsykologien) og dens metode (fænomenologien). Trods eventuelle begrænsninger i denne systematisering giver bogen en let tilgængelig og overskuelig introduktion til gestaltterapiens kernebegreber som nok har manglet også i den internationale litteratur. Bogen er nu også oversat til engelsk. Hanne Hostrup har også skrevet om gestalt- parterapi og supervision på gestaltgrundlag. Bent Falk har skrevet en meget enkel og praktisk håndbog i gestaltfunderet samtaleterapi og kommunikation: At være der hvor du er (Falk 1998) , samt "Kærlighedens Pris" (2005) med vigtige paralleller mellem gestalt og kristendom – bl.a. skyldbegrebet. Endvidere har Jan Tønnesvang (2001) arbejdet med udfordringen til den gestaltterapeutiske relationsforståelse i dialog med selvpsykologisk tænkning, hvor han også peger på et muligt behov for i gestalt terapi at arbejde med et ekspliciteret begreb om den menneskelige rettethed eller intentionalitet på linje med Merleau Ponty og som organiserende princip i menneskets livsudfoldelser (som involveret i de gestaltformationelle processer, der finder sted i kontaktrelationer og den heraf følgende vækst).

Egentlig forskning på gestaltterapeutisk grundlag er der ikke foretaget meget af i dansk regi. Et af de mest centrale bidrag er Hanne Hostrups arbejde med udvikling af kontaktbegrebet under inspiration af Salonia og med anvendelse af nyere udviklingspsykologisk viden (herunder som denne repræsenteres af Daniel Stern). Endvidere pågår der aktuelt et kombineret uddannelses- og forskningsarbejde omkring udvikling af en såkaldt integrativ gestalt teori/terapi. Dette arbejde foretages af denne artikels forfattere med inspiration fra Ken

Wilbers integrale tænkning og med reference til bl.a. Todd Burleys identifikation af the basics of gestalt (hhv. feltteori, organisme/organismisk selvregulering, fænomenologi/awareness og kontakt/dialog). Det centrale fokus i dette arbejde er - i overensstemmelse med Perls, Hefferline og Goodmans oprindelige definition af gestaltterapi - studiet af gestaltdannelses- og opløsningsprocesser. De gestaltformationelle processer søges udforsket i den måde, hvorpå de udgør en figur / grund polaritet i et forhold mellem mentale organiseringsmønstre og fænomenologiske intentionalitets/rettethedsprocesser. Og det særlige ved måden, hvorpå gestaltformations processer søges udforsket, er at det sker i kombination med en bestræbelse på at udvikle et integrativt grundlag for at lave systematiseret feltanalyse, i såvel individual og gruppeterapeutiske, som supervisionelle og organisationspsykologiske sammenhænge. Bogen *Integrativ Gestalt Praksis* forventes publiceret i løbet af 2013.

### **Uddannelsesinstitutter i Danmark.**

De første institutter i Danmark startede sidst i halvfjerdserne: International Psychotherapy Training Institute (Natasha Mann, Barrie Simmons og andre), The Kempler Institute (Walter Kempler og Jesper Juul), GIS (gestaltinstitute of Scandinavia), - og flere mindre institutter. I begyndelsen af firserne begyndte Hanne Hostrup i København og Mikael Sonne i Aarhus at træne gestaltterapeuter, og andre institutter er også opstået rundt i landet, bl.a. Jarmsted centret under ledelse af psykiater Ole Ry. Mens de fleste træningsinstitutter henvender sig enten specifikt til psykologer og psykiatere eller mere bredt til behandlersektoren, har teologen og gestaltterapeuten Bent Falk gennem de senere år fokuseret på træning af præster. Mikael Sonnes institut for Integrativ gestalt Praksis (tidligere Gestaltterapeutisk Uddannelsescenter) har som eneste sted en gestaltuddannelse som er godkendt i forbindelse med psykologernes specialistuddannelse i psykoterapi. Der findes idag flere Gestalt institutter hvor man som ikke psykolog kan kvalificere sig til optagelse i Psykoterapeutforeningen.

### **Gestaltterapeutisk Forum**

Der har gennem mange år manglet et forum, hvor vi kunne diskutere og udvikle gestaltterapien i Danmark. I 1997 tog vi initiativ til etablering af Gestaltterapeutisk Forum ([www.gfdk.dk](http://www.gfdk.dk)) – en paraplyorganisation for danske gestaltterapeuter, med grunduddannelse som psykolog, psykiater eller tilsvarende samt med en

gestaltterapeutisk videreuddannelse. Organisationen tæller i dag ca 150 medlemmer. Foreningen udgiver et tidsskrift og afholder løbende medlemsarrangementer. Med to års mellemrum har Gestaltterapeutisk Forum indtil nu afholdt fire nationale gestaltkonferencer med titlerne 'Den globale grund - den lokale figur' (2003), 'Kreativitet i Gestalt' (2005), 'Gestalt i andre kontekster end den terapeutiske' (2007), og 'Gestaltterapiens integrative teori og praksis' (2009). Ved konferencen i 2003 deltog der udelukkende nationale gestaltteoretikere og terapeuter, ved de andre konferencer var der international deltagelse.

Fremtidige udfordringer

En af udfordringerne er både internt i fagkredse og også ud ad til at formidle hvad gestaltterapi er. Opfattelsen af gestaltterapi som værende lig med bestemte teknikker er desværre stadig relativt meget udbredt, hvilket bl.a. understøttes af at der fortsat er mangelfuldt trænedede terapeuter, der tilbyder gestaltterapi og drømmearbejde, gestaltterapi og coaching, gestaltterapi og kropsarbejde osv osv..... , - hvor gestaltterapi opfattes som sidestillet med de andre teknikker der anvendes, fremfor at blive forstået som det integrative fundament, der kan danne grundlag for forståelse af sådanne andre teknikkers relevans i en mere omfattende gestalttilgang. Sådanne misforståelser giver fortsat næring til en overfladisk og meget begrænsende forståelse af den gestaltterapeutiske tilgang. I forhold til dette ser Gestaltterapeutisk Forum det i høj grad som en udfordring at skabe den berettigede respekt omkring gestaltteori og praksis indenfor såvel det akademiske som det mere officielle kliniske miljø i Danmark. Forfatterne til denne artikel er af den opfattelse, at dette arbejde bedst kan gøres med udvikling af den ovennævnte integrative gestalt tænkning, hvor der på den ene side søges mod fortsat afklaring i det gestalt teoretiske begrebskompleks, med henblik på at klargøre, hvor dette eventuelt trænger til opdatering og fornyelse, hvis det er nødvendiggjort af nyereforskningsindsigter indenfor almenpsykologi, neuroscience, kulturpsykologi og klinisk psykologi, og hvor der på den anden side søges mod at placere og forstå andre fremtrædende nutidige terapeutiske skoler og retninger (herunder systemisk, kognitiv, narrativ, og nyere psykoanalytisk terapi etc) i relation til en teoribaseret gestalt-forståelse. Der foreligger i den sammenhæng et fortsat udviklingsarbejde i at beskrive gestaltterapiens teoretiske fundament og udfolde det faktum at det er gestaltningsprocesser i organisme/omverden-feltet, der er det egentlige fokus for gestaltteori og-praksis.

## **Dansk produceret gestaltlitteratur:**

Falk, B. (1996;2.rev.udg.2006). At være der hvor du er,Kbh: Nyt Nordisk Forlag.

Falk, B. (1998; 3.Udvidet udg. 2006)). Kærlighedens pris,København: Forlaget Anis

Falk, B. (2006). I virkeligheden. Supervision i gestaltterapeutisksjælesorg. København: Forlaget Anis.

Falk, B. (maj 2010) Kapitel11: Den svære samtale med patienten i: Kim Jørgensen (red.) Kommunikation for sundhedsprofessionelle. København: Gads Forlag.

Fog, J. & Hem, L.(1998). Oplevelsesorienteret psykoterapi. I: Esben Hougaard, Birgitte Diderichsen og Thomas Nielsen (eds.). Psykoterapiens hovedtraditioner: 73-132. København: Dansk Psykologisk Forlag.

Fog, J. & Hem, L.(2009). Psykoterapi og erkendelse: Personligt anliggende og professionel virksomhed, 76-86. København: Akademisk Forlag

Groth, J. (1994). Drømmearbejde: om at anvende de ubevidstes symboler. København: Frydenlund.

Haahr, U. H. (1995). At fortælle selv – tegneterapi og selvudvikling. Matrix, 2: 5-25.

Hostrup, H. (1987): Gestaltterapi med borderline klienter. Matrix, 3:23-51

Hostrup, H. (1999;rev. udg. 2009). Gestaltterapi - en indføring i Gestaltterapiens grundbegreber Hans Reitzels Forlag.

Hostrup, H. (2000): Gestaltterapi i Danmark. Psyke og Logos, 20 (1).

Hostrup, H. (2002). Supervision- på gestaltterapeutisk grundlag. Hans Reitzels

Forlag,

Hostrup, H. (2003):Etik og moral - om retten til ansvar. Matrix, 4: 440-447

Hostrup, H.(2004). Tæft, trit og retning - parforhold og parterapi. Hans Reitzels Forlag.

Krüger, E. S. & Rasmussen, E. M. S. (1997). Psykodrama:at blive sig selv sammen med andre.København: Munksgaard

Laursen, V. (1980). FritzPerls. København: Forum

Nielsen, O. Ry.(2005). Er den varme stol stadig varm?. I: Susanne van Duers og Stig Dankert Hjort. (red). Psykoterapi i Danmark: brikker af en helhed: 125-138. København: Psykoterapeutforeningens Forlag

Nielsen, O. Ry (2002) : Gestaltterapi. I: Ole Andkjær Olsen: Psykodynamisk leksikon: 278-281.Kbh.: Gyldendal.

Sommer, U. & Tønnesvang, J. (2008). Gestalt terapi og kognitiv terapi – en mulighed forgensidig befrugtning. Psyke & Logos, 29 (2).

Sonne, M. & Tønnesvang, J. (2013): *Integrativ Gestalt Praksis kompleksitet og helhed i arbejdet med mennesker*. København: Hans Reitzels forlag.

Sonne, M. & Tønnesvang, J. (2015): *Integrative Gestalt Practice – Transforming Our Ways of Working with People*. London: Karnac Books

Sørensen, L. Jørgensen, E.F. 1980):Gestaltterapi med indlagte shizofrene patienter. Nordisk Psykologi, 32 (1), 1-25.

Tønnesvang, J.(2001): Gestaltterapi som relationel, psykodynamisk og strukturel teori og terapitilgang. Matrix: Nordisk Tidsskrift for Psykoterapi

Tønnesvang, J., Sommer, U., Hammink, J. & Sonne, M. (2010): Gestalt Therapy and Cognitive Therapy – contrasts or complementarities? I: *Psychotherapy, Theory, Research, Practice, Training*, Vol. 47, no. 4, p. 586-602.