



Gestalt NEWS Foundation

ΕΞΑΜΗΝΙΑΙΟ ΦΥΛΛΟ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΤΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
& ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ GESTALT FOUNDATION • ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2010 • ΤΕΥΧΟΣ 13^ο



→ σελ. 2 **editorial**

Βιβλιοπροτάσεις

Σχεσιακές προσεγγίσεις
στη θεραπεία GESTALT»

→ σελ. 3 **Δράσεις του
Gestalt Foundation
στη Θεσσαλία**

→ σελ. 5 *Για την
εμπειρία στο Βερολίνο*

→ σελ. 6 *Βερολίνο: Lost in
transformation ή αλλιώς,
σπάζοντας το τείχος...*

→ σελ. 7 **Παρουσιάσεις του
Gestalt Foundation
στο Βερολίνο 10-09-2010**

→ σελ. 8 **ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ**
**Αγαπημένε μου
πελάτη**

10^ο ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

9-12 Σεπτεμβρίου 2010 - Βερολίνο

της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΝΩΣΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ GESTALT (EAGT)

σελ. 4



ΕΚΔΟΤΙΚΟ σημείωμα

Το 13^ο φύλλο
ενημέρωσης και
πληροφόρησης του
Gestalt Foundation

βρίσκεται στα χέρια σας, με παλιά και καινούργια στοιχεία και μάλλον για τελευταία φορά σε αυτήν τη «μορφή».

Σε αυτό το τεύχος, θα βρείτε ενημερωτικά άρθρα από τη συμμετοχή μας στο 10^ο Πανευρωπαϊκό Συνέδριο της EAGT στο Βερολίνο, τις νέες μας συνεργασίες στη Θεσσαλία, καθώς και τις σταθερές μας στήλες με βιβλιοπροτάσεις και ανταποκρίσεις από τους εκπαιδευόμενους και τους απόφοιτους μας.

Παράλληλα, πιστοί στην παράδοσή μας να μη μένουμε ίδιοι και να προσπαθούμε για το καλύτερο, αυτό το τεύχος εγκαινιάζει μια νέα συνεργασία με την αλυσίδα πολιτισμού «ΙΑΝΟΣ». Μια συνεργασία που προέκυψε από αμοιβαία αναγνώριση κι εκτίμηση για το έργο του κάθε φορέα και κοινές αρχές την επιθυμία για συνεχή εξέλιξη, δημιουργικότητα και προσφορά στους συμπολίτες μας.

Στο πλαίσιο αυτής της συνεργασίας το GFNews εκδίδεται με την υποστήριξη της αλυσίδας πολιτισμού «ΙΑΝΟΣ» που θα παρέχει σε κάθε μας τεύχος και μια λίστα των 12 πιο ευπώλητων βιβλίων στην κατηγορία «Δοκίμια-μελέτες - λογοτεχνία» (όπου περιλαμβάνονται και τα βιβλία ψυχολογίας και ψυχοθεραπείας).

Πέρα από τη συνεργασία για το GFNews, έχει ήδη δρομολογηθεί η φιλοξενία δύο ανοιχτών διαλέξεων στο χώρο εκδηλώσεων του «Ιανού» στην Αριστοτέλους 7 στη Θεσσαλονίκη (18 Μαρτίου 2011/ 19:00: «**Ας μιλήσουμε για τη θεραπεία Gestalt**»- Κάτια Χατζηλάκου και 8 Απριλίου 2011/ 19:00: «**Από τη διάσπαση στη Συγκέντρωση... Από το Φόντο στη Μορφή**» - Αντωνία Κωνσταντινίδου).



Εύχομαι να απολαύσετε αυτό το τεύχος και μην ξεχνάτε να μας στέλνετε θεωρητικά κείμενα για τη θεραπεία Gestalt ή προσωπικά μηνύματα από τις συμμετοχές σας στις εκδηλώσεις του Gestalt Foundation.

Καλό μας φθινόπωρο και ραντεβού την άνοιξη!

Με φιλικούς χαιρετισμούς
Αντωνία Κωνσταντινίδου

Η Αντωνία Κωνσταντινίδου είναι Κοινωνική και Κλινική Ψυχολόγος (Α.Π.Θ), Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδεύτρια και Επόπτρια Gestalt. Είναι συνιδρύτρια του Gestalt Foundation κι από τα μόνιμα μέλη του εκπαιδευτικού προγράμματος. Ζει κι εργάζεται στη Θεσσαλονίκη και την Αθήνα όπου ασκεί το επάγγελμά της ιδιωτικά από το 1994 έως σήμερα.

«ΣΧΕΣΙΑΚΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΣΤΗΝ ΘΕΡΑΠΕΙΑ GESTALT»

[Jacobs L. & Hycner R, (eds) (2009). Relational Approaches in Gestalt Therapy, New York: Routledge, Taylor & Francis Group.]

Κωνσταντίνος Κώστας

Κοινωνικός Λειτουργός, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπευτής
(email: k.konstantinos@yahoo.gr)

Το ερώτημα «Ποιά είναι εκείνο το στοιχείο που επενεργεί ιαματικά στον άνθρωπο τόσο στην καθημερινή ζωή όσο και στη διαδικασία της ψυχοθεραπείας;» δεν έπαψε να απασχολεί τους θεραπευτές που θέλουν να στοχάζονται πάνω στην εργασία τους. Η κάθε Σχολή προσεγγίζει το ερώτημα μέσα από το επιστημολογικό της φίλτρο, που επηρεάζεται από την εποχή και τις συνθήκες που επικρατούν. Τις τελευταίες δεκαετίες έχει καταγραφεί μια μετατόπιση του ενδιαφέροντος από τον παράγοντα της ενόρασης (insight), ή της επίγνωσης (awareness) ή της συνειδητότητας (consciousness) κ.λπ. προς τον τρόπο του σχετίζεσθαι και της συνάντησης, ως τον κρίσιμο θεραπευτικό παράγοντα και λαμβάνει χώρα μία μεγάλη συζήτηση γύρω από τη σχεσιακότητα (relationality). Το θέμα φαίνεται πως «ονομάζεται» για πρώτη φορά στα πλαίσια της ψυχανάλυσης τη δεκαετία του '80 (Mitchell, 1988), ώστε να μιλάμε για σχεσιακή ψυχανάλυση. Επίσης, γίνεται λόγος γενικότερα για σχεσιακή ψυχοθεραπεία (UKCP, 2010), χωρίς αναφορά σε συγκεκριμένη προσέγγιση, την οποία ασκούν όσοι θεραπευτές αντιλαμβάνονται, ότι ο τρόπος με τον οποίο οι θεραπευόμενοι τους σχετίζονται με τους άλλους, είναι ο θεμελιώδης παράγοντας βάσει του οποίου κατανοούν τον ίδιο τους τον εαυτό. Παράλληλα, η ανάγκη για διαπροσωπική συνένωση, για να δανειστούμε έναν όρο του Erich Fromm (1978:29), αποτελεί το πρωταρχικό κίνητρο

των ανθρώπων, αυτή είναι και η ανάγκη που τους ωθεί στη θεραπεία.

Το πώς η θεραπεία gestalt προσεγγίζει το παραπάνω κρίσιμο ερώτημα είναι το αντικείμενο του βιβλίου **Σχεσιακές Προσεγγίσεις στην Θεραπεία Gestalt** που προτείνουμε σ' αυτό το σημείωμα. Πρόκειται για έναν συλλογικό τόμο με επιμελητές έκδοσης τους Lynne Jacobs και Richard Hycner. Αξίζει να σημειωθεί για τους επιμελητές, ότι έχουν γράψει από κοινού ένα από τα βασικά βιβλία της σύγχρονης gestalt, το «The Healing Relationship in Gestalt Therapy: A Dialogic/ Self Psychology Approach» (1995). Επίσης ο Hycner έχει γράψει το βιβλίο «Between Person and Person» (1991),

μια πολύ ενδιαφέρουσα ανάλυση και αφομοίωση, για λογαριασμό της θεραπείας gestalt, της σχεσιακής φιλοσοφίας του Martin Buber για μένα είναι ένα αγαπημένο βιβλίο αναφοράς.

Οι Σχεσιακές Προσεγγίσεις περιλαμβάνουν 12 άρθρα που κατανέμονται σε τρία μέρη. Το πρώτο μέρος τιτλοφορείται: «Επισκόπηση και Διερεύνηση» και περιλαμβάνει τρία άρθρα. Το δεύτερο μέρος ονομάζεται: «Το Χωνευτήρι του Δωματίου Θεραπείας» και περιλαμβάνει τέσσερα κείμενα για τις προκλήσεις, τους κινδύνους, τα ανοίγματα και τις ευκαιρίες της θεραπευτικής σχέσης. Το τρίτο μέρος έχει τίτλο «Ένας Ευρύτερος Κύκλος: Ομάδες και Οργανισμοί»

Βιβλιοπροτάσεις

BEST SELLERS ΕΞΑΜΗΝΟΥ

ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ






ΜΕΛΕΤΕΣ

ΙΑΝΟΣ

ΑΛΥΣΙΔΑ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ

ΔΕΛΤΑ 1994-2000: 1.990.000, 2.000.000, 2.000.000, 2.000.000, 2.000.000, 2.000.000, 2.000.000, 2.000.000, 2.000.000, 2.000.000
 ΠΡΟΚΑΤΑΒΟΛΗ: 10% (100.000.000) - 20% (200.000.000) - 30% (300.000.000) - 40% (400.000.000) - 50% (500.000.000)
 ΠΡΟΣΦΕΡΟΜΕΝΗ ΚΑΤΑΒΟΛΗ: 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000
 ΜΑΚΡΟ ΑΝΤΙΣΤΡΩΦΗ: 100.000.000, 100.000.000, 100.000.000, 100.000.000, 100.000.000, 100.000.000, 100.000.000, 100.000.000, 100.000.000, 100.000.000
 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000, 200.000.000










ΔΡΑΣΕΙΣ ΤΟΥ GESTALT FOUNDATION ΣΤΗ ΘΕΣΣΑΛΙΑ

«Εδώ Κεντρική Ελλάδα!!»..... «εδώ Θεσσαλία!!»..... μου ακούγεται σαν τίτλος εφημερίδας με τοπικά νέα, σαν ραδιοφωνική εκπομπή, σαν ένα κάλεσμα που χάνεται βαθιά μέσα στα ερτζιανά ραδιοκύματα, μια φωνή σιγανή μα σταθερή συνάμα..... είναι αλήθεια λοιπόν η καρδιά της Gestalt χτυπά και στη Θεσσαλία, στη Λάρισα.

Τα πρώτα βήματα ξεκίνησαν το χειμώνα που μας πέρασε. Επαφές με κοινωνικούς και εκπαιδευτικούς φορείς, με συλλόγους, συναντήσεις, προτάσεις, συζητήσεις. Η πρώτη συνεργασία έγινε με το Τ.Ε.Ι και συγκεκριμένα με το κέντρο Ψυχολογικής Συμβουλευτικής το οποίο απευθύνεται στους φοιτητές/-τριες του Ιδρύματος. Από την πλευρά του το Gestalt Foundation ανέλαβε την επιστημονική στελέχωση του τμήματος με ψυχολόγους- εκπαιδευόμενους ψυχοθεραπευτές του κέντρου. Με αυτόν τον τρόπο οι εκπαιδευόμενοι που κατοικούν στη Λάρισα και στον Βόλο είχαν τη δυνατότητα να πραγματοποιήσουν την κλινική τους άσκηση στη Θεσσαλία προσφέροντας ψυχολογική υποστήριξη και συμβουλευτική στους φοιτητές/-τριες του ΤΕΙ.

Κάπως έτσι γεννήθηκε και η ομάδα εποπτείας..... μια ομάδα με ανθρώπους διαφορετικούς, μια παλέτα από ανοιξιόχρωμα χρώματα στη μέση του χειμώνα!!!

Φέτος, μετά από ένα καλοκαίρι (ελπίζω) ξεκούρασης η ομάδα «ξαναχτυπά» και με νέες συνεργασίες όπως αυτή με τη ΧΕΝ Λάρισας καθώς και την Πανθεσσαλική Ένωση Ατόμων με Σκλήρυνση κατά Πλάκας. Όσον αφορά τη ΧΕΝ οι εκπαιδευόμενες θα προσφέρουν συμβουλευτική και ψυχολογική υποστήριξη στις γυναίκες που απευθύνονται εκεί, ενώ όσον αφορά την Ένωση Ατόμων με ΣΚΠ θα οργανώσουν και θα υλοποιήσουν εκπαιδευτικό κύκλο σεμιναρίων και ομάδα εποπτείας σε εθελοντές της Ένωσης που θα πραγματοποιούν κατ'οίκον επισκέψεις σε ασθενείς. Επίσης θα συνεχίσουν την παροχή συμβουλευτικής και ψυχολογικής υποστήριξης και στους

φοιτητές/τριες του ΤΕΙ.

Γράφοντας για τις δράσεις του Gestalt Foundation και την ομάδα εποπτείας μου έρχονται στο νου στιγμές και συναισθήματα από τα χρόνια που ήμουν εκπαιδευόμενη και συμμετείχα και εγώ με τη σειρά μου σε αντίστοιχες ομάδες..... Σταματώ για λίγο, χαμογελώ μπροστά στην οθόνη του υπολογιστή, τα ματιά μου πια δεν βλέπουν το κείμενο που έχω μπροστά μου έχουν χαθεί πίσω από τις λέξεις... «καθισμένες στο χώρο των ομάδων στο γραφείο στη Θεσσαλονίκη, σε κύκλο να συζητάμε, να οργανώνουμε, να διαφωνούμε και συμφωνούμε, να ανατροφοδοτούμε η μία την άλλη με ενέργεια και ιδέες, να συναντάμε το «εγώ « μας μέσα από το «εμείς» , να συγκινούμαστε, να κλαίμε και να γελάμε, μαζί.....ως αργά!!! «Μαζί» τη μαγική λέξη στ' αλήθεια.

«Έλα

-τι?

-να κυνηγήσουμε ένα σύννεφο μαζί

-και αν το πιάσουμε?

-θα βουλιάξουμε μέσα του βαθιά και κανείς δεν θα μας ξαναδεί

-έλα να φουσκώσουμε μαζί το πιο μεγάλο μπαλόνι του κόσμου

-κι αν μου σωθεί η ανάσα?

-θα σου δώσω τη δική μου...»

Ευγένιος Τριβιζάς,(«ΜΑΖΙ»)

Ευχαριστώ από καρδιάς το Gestalt Foundation για τη στήριξη και την εμπιστοσύνη, ευχαριστώ τα κορίτσια της ομάδας εποπτείας της Λάρισας για τις στιγμές που ζήσαμε και θα ζήσουμε παρέα. Καλό μας ταξίδι!!!!

Γιάννα Καλώτα, MSc Συμβουλευτικής Ψυχολογίας,
Ψυχοθεραπεύτρια Gestalt, απόφοιτος Gestalt Foundation



και περιλαμβάνει πέντε άρθρα για τη σχεσιακή gestalt σε σύνθετα/πολύπλοκα συστήματα.

Κατά την ανάγνωση του βιβλίου στάθηκα σε πάρα πολλά σημεία με ενδιαφέρον. Ωστόσο, θέλω να αναφερθώ σε ορισμένα, μόνο, που βρήκα να ξεχωρίζουν:

A. Η Σχεσιακότητα.

1. «Τί ονομάζουμε σχεσιακό και με ποιους τρόπους είναι η gestalt σχεσιακή;» αναρωτιέται ο Stuart Stawman (σελ. 11-35). Απαντά, ότι η θεραπεία gestalt είναι κατεχορήγη σχεσιακή και μάλιστα πρωτοπόρος. Κάνει ανάλυση του πώς στο θεωρητικό σύστημα της gestalt αφομοιώθηκε η αυξανόμενη γνώση, ότι ο άνθρωπος είναι γεννημένος να βρίσκεται σε σχέση, δηλαδή είναι σχεσιακός στη φύση του. Αυτή η εξέλιξη παρουσιάζει τέσσερις φάσεις σύμφωνα με τον Stawman, τις οποίες ονομάζει κύματα:

Φάση 1^η: Το σχεσιακό εκφράζεται στην έννοια της επαφής οργανισμού-περιβάλλοντος. Κεντρική είναι η έννοια του εαυτού. Ο εαυτός προσεγγίζεται να έχει στον πυρήνα του το θεμελιακό γεγονός, ότι προσδιορίζει και προσδιορίζεται από την επαφή οργανισμού-περιβάλλοντος. Ο εαυτός είναι το σύστημα των επαφών. Γίνεται αντιληπτός ως «είναι» και «γίνεσθαι», ως «δομή» και «λειτουργία».

Φάση 2^η: Το σχεσιακό εκφράζεται μέσα από την αφομοίωση της «Μπουμπεριανής» Φιλοσοφίας για την κατανόηση του ανθρώπου ως απαρχής σχεσιακού όντος (In the beginning is the relation): σχέση I-Θου.

Φάση 3^η: Το σχεσιακό εντάσσεται σε μια πρόωθη σχέση συζήτησης για την I-Θου σχέση, με φόντο την ανάπτυξη της Διυποκειμενικής Ψυχολογίας του Εαυτού (Kohut).

Φάση 4^η: Το Σχεσιακό Έδαφος. Η εμπειρία των

ανθρώπων καθορίζεται από την κουλτούρα, τη γλώσσα και το βιολογικό τους υπόστρωμα, τα τρία στοιχεία που συνιστούν το σχεσιακό έδαφος. Κατά τον Stawman, αυτοί οι παράγοντες προκαθορίζουν ή καθορίζουν τον τρόπο με τον οποίο συνδεόμαστε και αλληλοεπιδρούμε με τους άλλους, σε πολύ έντονο βαθμό. Το ερώτημα που γεννιέται από την έννοια του σχεσιακού εδάφους είναι τι περιθώρια ελευθερίας υπάρχουν ή μπορούν να δημιουργηθούν.

Αυτό που τονίζεται ιδιαίτερα από τον Stawman είναι ότι η θεραπεία gestalt, εκφράζει διαχρονικά κάτι που βρίσκεται στη βάση της θεωρίας της, ότι, δηλαδή, η ύπαρξη είναι συνύπαρξη (to be is to be with), μια φράση που αποδίδεται στους Martin Heidegger και Gabriel Marcel.

2. Ο Yontef στο δικό του κείμενο (σελ.37-50) τονίζει πως η θεραπεία gestalt είναι συστηματικά σχεσιακή στη θεωρία και τη μεθοδολογία της. Η σχεσιακότητα πηγάζει από τρεις περιοχές:

α. Την Υπαρξιακή Φαινομενολογία: η πραγματικότητα και η αντίληψη είναι διαδραστικές συνοικοδομήσεις & αποτελούν σχέση ανάμεσα σε αυτόν που αντιλαμβάνεται και σε αυτό που γίνεται αντιληπτό.

β. Τη Θεωρία Πεδίου: Όλα τα γεγονότα θεωρούνται μια λειτουργία της σχέσης μεταξύ πολλαπλών αλληλεπιδρώντων δυνάμεων... Κανένα γεγονός δεν λαμβάνει χώρα σε απομόνωση.

γ. Τον Διαλογικό Υπαρξισμό... Για τον Yontef, η σχεσιακή θεραπεία gestalt αναπτύχθηκε εν μέρει από την αυξανόμενη ευαισθητοποίηση και το στοχασμό πάνω στη ντροπή. Αυτό με τη σειρά του οδήγησε στην ευαισθητοποίηση στις σχεσιακές πτυχές της θεραπευτικής διαδικασίας.

3. Ο στίχος του Holderlin «Όμως εκεί που είναι ο κίνδυνος, / Εκεί και το σωτήριο φύεται» (1996:145) ταιριάζει τέλεια στο άρθρο της Lynne Jacobs (σελ.131-169). Με βάση το άρθρο, «Το σωτήριο φύεται» στη διάθεση για συνάντηση υπό τον όρο της υπέρβασης και ανταπόκρισης από την πλευρά του θεραπευτή προς την κατεύθυνση της ανάγκης του «α-σθενή» για παρουσία (Presence). Δύσκολη δουλειά... Στο Χωνευτήρι του Δωματίου Θεραπείας υπάρχουν στιγμές που ο θεραπευτής «ιδρώνει». Πάντως το εν λόγω άρθρο διαβάεται με κομμένη την ανάσα.

B. Η Ερμηνεία στη Θεραπεία Gestalt.

Χρειάζεται οι θεραπευτές gestalt να κάνουν ερμηνείες παρά τη ρητή «απαγόρευση» του Perls «Ποτέ μα ποτέ μην ερμηνεύετε»; Καταφατικά απαντά ο Frank M. Staemmler (σελ. 65-110) με αφετηρία την ερμηνευτική και φαινομενολογική φιλοσοφία. Για τον Staemmler έχει ιδιαίτερη σημασία η προθυμία για ανοχή/αντοχή στην αβεβαιότητα από πλευράς του θεραπευτή προκειμένου να γίνει εφικτή η κατανόηση της αλήθειας του άλλου, μια ιδέα που έρχεται σαν ηχώ από τον Winnicott. Ο Staemmler δίνει ένα παράδειγμα με μια ιστορία του Gabriel Garcia Marquez για το πώς η προκατάληψη ή αλλιώς η «προ-κατανόηση» μπορεί να παίξει καταλυτικό ρόλο σε σχέση με τον άλλο και την αλήθεια του. Η ιστορία έχει τίτλο: «Ήρθα Μόνον για να Χρησιμοποιήσω το Τηλέφωνο» και θέλω να δώσω μια περιλήψη της περιλήψης, καθώς παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Η ιστορία έχει ως εξής:

Μια γυναίκα ξεμένει στο δρόμο από βλάβη του αυτοκινήτου της. Η γυναίκα θέλει να πάει στο πλησιέστερο σημείο όπου υπάρχει τηλέφωνο για να

Συνέχεια σελ.6

9-12 Σεπτεμβρίου 2010 - Βερολίνο

10^ο ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ

της Ευρωπαϊκής Ένωσης Θεραπείας Gestalt (EAGT)

Δήμητρα Χατζιάρα

BSc(hons)Psychology, εκπαιδευμένη στην ψυχοθεραπεία Gestalt και στην τραυματοθεραπεία με τη μεθοδο EMDR.

Στο τέλος του προηγούμενου, 9^{ου} πανευρωπαϊκού συνεδρίου της EAGT, που έγινε στην Αθήνα το 2007, ανατέθηκε η διοργάνωση του επόμενου συνεδρίου, μετά από 3 χρόνια, στο Βερολίνο. Ο τίτλος του 10^{ου} συνεδρίου ήταν «Lost in Transformation: Changing Identities in a Changing World».

Πώς θα αντιμετωπίσουμε τις προφανείς αλλαγές, στις οποίες είμαστε μάρτυρες, σήμερα και πώς επηρεάζουν τον τρόπο ζωής και εργασίας μας;

Ποιες είναι οι πηγές και οι δεξιότητες, που μας επιτρέπουν να δημιουργήσουμε την ταυτότητά μας και να δρούμε σε ένα περιβάλλον, που αλλάζει γρήγορα; Ένα περιβάλλον, που χαρακτηρίζεται από συνεχόμενη ροή και επιτάχυνση, είναι πολύπλοκο και απρόβλεπτο.

Αυτά είναι κάποια από τα ερωτήματα που έθεσαν οι διοργανωτές του συνεδρίου. Τώρα, ένα μήνα, σχεδόν, από τη λήξη του, δεν ξέρω αν έχω απαντήσεις (δεν ξέρω καν αν είναι και αυτός ο στόχος ενός συνεδρίου). Ξέρω όμως ότι στο Βερολίνο οι περισσότεροι μπήκαμε



σε διάλογο σε σχέση μ' αυτά. Προσωπικά είμαι σε διαδικασία να τοποθετηθώ και να βρω το χώρο μου στο παρόν πεδίο. Μιλώντας με ανθρώπους που ήμασταν εκεί, συχνά αναφερόμαστε σε θέματα σχετικά με αυτά τα ερωτήματα και την εμπειρία μας από το συνέδριο.

Αρχίζοντας να γράφω την εμπειρία μου από το συνέδριο, αυτό που θέλω να αναφέρω είναι, ότι εμένα μου αρέσει να συμμετέχω και να παρακολουθώ συνέδρια, οπότε το κείμενο αυτό είναι γραμμένο μέσα από αυτή την οπτική. Είναι μια μοναδική ευκαιρία να δω και να ακούσω καινούρια πράγματα. Να βλέπω την εξέλιξη της «gestalt», μιας και πιστεύω ότι η «gestalt» είναι ένας ζωντανός οργανισμός που εξελίσσεται και όχι κάτι fixed και δογματικό. Να ακούω, ακόμα και γνωστά πράγματα ειπωμένα από διαφορετικές οπτικές και

εμπειρίες. Είναι μια μοναδική εμπειρία, να το βιώσω αυτό, μέσα από διαφορετικές κουλτούρες και πολιτισμούς.

Είναι πολύ διαφορετικό από το να παρακολουθείς ένα σεμινάριο. Ο στόχος δεν είναι η διεξοδική ανάλυση ενός θέματος, αλλά η ευαισθητοποίηση και η παράθεση διαφορετικών οπτικών σε κάποιο θέμα. Πολλά ερεθίσματα και η ευκαιρία να μπεις σε διάλογο με ανθρώπους με κοινές και διαφορετικές εμπειρίες. Και είναι, εξίσου, ενδιαφέρουσα η παρακολούθηση των παρουσιάσεων, όσο και η συναναστροφή με τους ανθρώπους σε συζητήσεις την ώρα του καφέ ή της διασκέδασης.

Το χαρακτηριστικό, που θα ξεχώριζα από αυτό το συνέδριο, είναι ο κοινωνικός προσανατολισμός των περισσότερων διαλέξεων και workshops. Γενικότερα, περιφερόμενη στο συνεδριακό χώρο, παρακολουθώντας και τις διαλέξεις, έβλεπα συνέχεια ανθρώπους να μιλούν για την «παγκόσμια κρίση» (να δείχνουν όλοι μεγάλο ενδιαφέρον για τα δρώμενα στην Ελλάδα), να μιλούν για νέα φαινόμενα, για πολιτισμικές διαφορές και ομοιότητες, για την κοινωνική ευθύνη, για την ανάγκη να βρούμε νέους τρόπους να διαχειριζόμαστε τις νέες συνθήκες.

Άκουσα και συμμετείχα σε παρουσιάσεις, συζητήσεις και διαδικασίες στις οποίες ένιωθα ενθουσιασμό, χαρά, ενδιαφέρον. Άλλες στις οποίες βαρέθηκα, διαφωνούσα, θύμωσα. Και με όλα αυτά μαζί γύρισα πίσω γεμάτη. Άφησα πολύ γρήγορα προσδοκίες, απαιτήσεις και μυθοποίηση του χώρου και των ανθρώπων και απόλαυσα αυτό που γινόταν. Έτσι, αυτό που κρατάω από το συνέδριο είναι, ότι έγιναν όλα πολύ ανθρώπινα.

Τα θέματα που κυριαρχούσαν στο συνέδριο ήταν σχετικά με τη διαμόρφωση της ταυτότητας, σε προσωπικό και κοινωνικό επίπεδο, σε σχέση με τις αλλαγές που προκύπτουν από το σύγχρονο τρόπο ζωής. Η πορεία και η θέση της «gestalt» στο σύγχρονο πεδίο, όπως αυτό διαμορφώνεται. Αρκετά θέματα σε σχέση με την εποπτεία και την εκπαίδευση των θεραπευτών. Πολλές διαλέξεις σε σχέση με το τραύμα σε προσωπικό επίπεδο, αλλά και με τον τρόπο που επηρεάζει, το τραύμα, τη διαμόρφωση της πολιτισμικής ταυτότητας. Επίσης, ένα πολύ ενδιαφέρον κομμάτι, και αυτού του συνεδρίου, ήταν οι διαλέξεις και τα workshops που παρουσίαζαν δημιουργικές προτάσεις στον τρόπο προσέγγισης των θεμάτων, μέσα από το χορό, το σώμα και στοιχεία άλλων προσεγγίσεων.

Η ελληνική συμμετοχή ήταν πολύ μεγάλη σε αυτό το συνέδριο. Οι παρουσιάσεις και τα workshops είχαν μεγάλη προσέλευση και θετικό feedback. Θυμάμαι, ότι κατά τη διάρκεια του συνεδρίου και του gala, σχολιάζαμε πως αυτό το συνέδριο έχει Έλληνες, Νορβηγούς και αρκετούς Γερμανούς. Συνολικά, από τα 124 workshops και διαλέξεις που πραγματοποιήθηκαν, οι 15 διεξήχθησαν από Έλληνες. Είναι πολύ όμορφη εμπειρία να βλέπεις ότι έχουμε το χώρο μας μέσα σε αυτή την κοινότητα. Νομίζω, ένα μεγάλο μέρος, αυτής της συμμε-





τοχής, οφείλεται στη διεξαγωγή του προηγούμενου συνεδρίου στην Αθήνα. Στην πρώτη επαφή με ανθρώπους από άλλες χώρες, συχνά, η συζήτηση ξεκινούσε με την εμπειρία μας από την «Αθήνα». Ανέφεραν τη θετική τους εμπειρία από τη διοργάνωση, το πόσο τους εντυπωσίασε το γεγονός ότι η προετοιμασία και η διεξαγωγή βασίστηκε κατά πολύ σε εθελοντές, και φυσικά όλοι αναφέρονταν με ενθουσιασμό στο «διονυσιακό» gala.

Ένα άλλο, βέβαια, θέμα που ερχόταν κάθε φορά που αναφέραμε πως ήμασταν Έλληνες, ήταν το θέμα της οικονομικής κρίσης. Οι περισσότεροι είχαν ενδιαφέρον να ακούσουν πώς είναι τα πράγματα, αυτή τη στιγμή, στη χώρα μας και σε κοινωνικό αλλά και σε επαγγελματικό επίπεδο. Μου έκανε εντύπωση, πως αρκετοί πίστευαν πως ξυπνήσαμε ένα πρωί και «δεν είχαμε να φάμε». Άλλοι ήταν επιφυλακτικοί ακόμα και επιθετικοί με το γεγονός πως όλη η «Ευρώπη δουλεύει για μας» τώρα. Οι περισσότεροι είχαν ενδιαφέρον και ενσυναίσθηση να ακούσουν τις εμπειρίες μας και να πάρουν πληροφορίες.

Ένας τρόπος συνάντησης των διαφορετικών πολιτισμών, που χαρακτήριζε το συνέδριο του Βερολίνου, ήταν η μουσική. Με τραγούδια, από διάφορες χώρες και συμμετοχή του κοινού σε φωνητικούς και ρυθμικούς πειραματισμούς, έγινε η έναρξη του συνεδρίου, και με παρόμοιο τρόπο έγινε η λήξη του. Αλλά και στο gala υπήρχαν μουσικές από διάφορα μέρη. Επίσης, για όσους ξενύχτησαν μέχρι το τέλος του gala, με αυθόρμητο τρόπο ξεκίνησε μια διαδικασία κατά την οποία σηκώνονταν στο κέντρο της πίστας, όσοι είχαν μείνει από κάθε χώρα, και τραγουδούσαν και χόρευαν ένα παραδοσιακό τραγούδι τους, και οι υπόλοιποι συμμετείχαν κρατώντας και ενισχύοντας το ρυθμό!

Την τελευταία μέρα του συνεδρίου ήρθε η ώρα του αποχαιρετισμού και η ώρα για την απόφαση του τόπου διεξαγωγής του επόμενου συνεδρίου. Το 2007 είχε δοθεί, από τους διοργανωτές του συνεδρίου της Αθήνας, μια γλάστρα με μια ελιά στους εκπροσώπους του Βερολίνου, που διοργάνωσαν το επόμενο συνέδριο. Τη γλάστρα αυτή τη φρόντισαν και τη μεγάλωσαν και θα δινόταν στους επόμενους διοργανωτές (έτσι, εμείς στη «Gestalt» δε δίνουμε σκυτάλη, δίνουμε ελιά). Οι υποψήφιοι ήταν το Όσλο και η Κρακοβία. Έγινε η παρουσίαση των προτάσεων των δύο χωρών. Ακολούθησαν σχόλια σε σχέση με τα χαρακτηριστικά των υποψηφιοτήτων (προτεινόμενα θέματα για το συνέδριο, προσβασιμότητα, επάρκεια για τη διοργάνωση του συνεδρίου, προσιτό κόστος για την πλειοψηφία των συνέδρων). Μέσα από τη διαλογική αυτή διαδικασία ακολούθησε η ψηφοφορία από τους συνέδρους.

Ραντεβού, λοιπόν, στην Κρακοβία το 2013.

Για την εμπειρία στο Βερολίνο

στο 10ο Συνέδριο της EAGT (9-12 Σεπτεμβρίου 2010)

«Αν η μισή μου καρδιά βρίσκεται, γιατρέ, εδώ πέρα η άλλη μισή στην Κίνα βρίσκεται...»

Συχνά χανόμαστε στη μεταμόρφωση των καιρών. Για την ακρίβεια, χανόμαστε στη μετάφραση κατά τη μεταμόρφωση. Στο Βερολίνο, στο εργαστήριό μου, είχα συμπαθέστατους Κινέζους, που μόνο χαμογελούσαν και έγνεφαν όταν τους ρωτούσα αν χρειάζονται κάτι με τη γλώσσα. Στις 2 ώρες βεβαιώθηκα, ότι οι 4 στους 5 δεν ήξεραν ούτε λέξη Αγγλικά κι ας χαμογελούσαν. Αργότερα, σε κάποιο διάλειμμα, σκεφτόμουν τι να βιώνουν στο εργαστήριο. Και έγιναν, απλά, η αφορμή να θυμηθώ το τραγούδι του Μικρούτσικου, όπου ο Ναζίμ Χικμέτ, «τότε», υπονοούσε μια ιδεολογική ενότητα ανά την υφήλιο. Στο δωμάτιό μου, το βράδυ, κάτι με πίκραινε. Ένιωσα ότι το ίδιο τραγούδι, στη μεταμόρφωση των καιρών, σήμερα, μπορεί να μεταφραστεί αλλιώς. Να δηλώνει άλλα πράγματα. Να σημαίνει, ας πούμε, πως η καρδιά μου έσπασε. Διχάστηκε. Χωρίστηκε από «εμένα». Και χάθηκε παρασέρνοντας στα κομμάτια της το κέντρο μου. Και κατάλαβα ότι μπροστά σε μια τέτοια πιθανή μετάφραση, χρειάζεται πλέον συνειδητή επίγνωση και εγρήγορση. Χρειάζεται πλέον, να την αγαπήσω κι άλλο και κυρίως διαφορετικά. Για να την κρατώ σίγουρα και τρυφερά μ' «εμένα». Για να μπορώ να αγγίζω και να υπερασπιζόμαι μια



«άλλη» ενότητα με τον κόσμο, ακόμη πιο βαθιά από τις φυλετικές και ιδεολογικές μας διαφορές.

Την άλλη μέρα στο εργαστήριό μου ήμουνα αλλιώς. Πολύ πιο «κεντρωμένος» σε ό,τι «είμαι». Πολύ πιο συντονισμένος με την καρδιά μου. Και βέβαια πολύ πιο κοντά στους τόσους διαφορετικούς «Άλλους» που με τίμησαν με την παρουσία και την εμπιστοσύνη τους.

Πέτρος Θεοδώρου, ψυχοθεραπευτής Gestalt
Οκτώβρης 2010



Συνέχεια από σελ.3

ζητήσει βοήθεια. Κάνει ότο-στοπ. Ο χρόνος περνά και δεν σταματάει κανείς. Αρχίζει να σκοτεινιάζει. Κάποια στιγμή σταματάει ένα όχημα. Η γυναίκα επιβιβάζεται. Στο όχημα υπάρχουν και άλλοι επιβάτες, αλλά είναι σκοτάδι και δεν τους βλέπει. Της δίνουν ένα σκέπασμα και αποκοιμείται. Κάποια στιγμή το όχημα σταματάει. Οι επιβάτες αποβιβάζονται και η γυναίκα συνειδητοποιεί πως βρίσκεται μέσα σε μια ψυχιατρική κλινική και ότι οι άλλοι επιβάτες δεν είναι παρά τρόφιμοι του ιδρύματος. Η γυναίκα λέει την ιστορία της στον ψυχίατρο που τους υποδέχεται την άλλη μέρα, λέει πως εκείνη ήθελε απλά να χρησιμοποιήσει το τηλέφωνο. Ο γιατρός δεν την πιστεύει, κάνει τη διάγνωση και προτείνει αγωγή. Η γυναίκα προσπαθεί να πείσει το προσωπικό για την ιστορία της αλλά μάταια. Μετά από λίγες εβδομάδες καταφέρνει να ειδοποιήσει το σύζυγό της, ο οποίος και έρχεται να την επισκεφτεί. Τον υποδέχεται ο γιατρός, ο οποίος τον ενημερώνει με κάθε λεπτομέρεια για την κατάσταση της συζύγου του. Ο σύζυγος φέρνεται με πολύ μεγάλη συμπάθεια και αγάπη στη σύζυγό του και της υπόσχεται πως θα έρθει σύντομα να την επισκεφτεί... (The End).

Πόσο διαφορετική θα ήταν η πορεία αυτής της ιστορίας αν ο γιατρός δεν είχε τέτοια βιασύνη προς τη βεβαιότητα, αναρωτιέται ο Staemmler.

Ο Staemmler με αφετηρία τον Heidegger και κυρίως τον Gadamer, που ήταν μαθητής του Heidegger, επισημαίνει πως είναι στη φύση του ανθρώπου να προσπαθεί να ερμηνεύσει, να κατανοήσει και να βγάλει νόημα, δίνοντας έτσι συνοχή στον κόσμο του. Αυτό δεν είναι απλώς δραστηριότητα του ανθρώπου αλλά θεμελιώδες γνώρισμα της ανθρώπινης ύπαρξης. Στη θεραπευτική σχέση συναντώνται δύο άνθρωποι, που ο καθένας κομίζει τη δική του αντίληψη των πραγμάτων. Ο θεραπευόμενος δεν έχει ανάγκη μόνο τη συμπάθεια και υποστήριξη του θεραπευτή, απεναντίας χρειάζεται την ερμηνεία του θεραπευτή. Χρειάζεται την εμπειρία του θεραπευτή ως άλλου. Μόνο, που θα πρέπει να γίνεται ξεκάθαρο, ότι πρόκειται για την κατανόηση και τον τρόπο που ο θεραπευτής αντιλαμβάνεται τα πράγματα και όχι για την αντικειμενική και απόλυτη αλήθεια.

Ο Staemmler κάνει ορισμένες βασικές δηλώσεις για την αντίληψη και κατανόηση του άλλου, με ορισμένες από τις οποίες θα κλείσουμε αυτό το σημείωμα:

1. «Είναι αδύνατον να μην ερμηνεύουμε.
2. Η κατανόηση οιασδήποτε κατάστασης ξεκινάει αναπόφευκτα από μία προκατάληψη ή για να το θέσουμε πιο ήπια με μία προ-κατανόηση.
3. Η κατανόηση βασίζεται σε αυθεντικές ερωτήσεις.
4. Η κατανόηση συνεπάγεται την αφομοίωση του οριζοντα του άλλου που οδηγεί σε μια αντίστοιχη διεύρυνση του δικού μας οριζοντα.
5. Η κατανόηση ενός προσώπου «...δεν είναι απλώς μια αναπαραγωγή, αλλά αποτελεί συγχρόνως μια παραγωγική δραστηριότητα». Το νόημα δεν ανακαλύπτεται μόνο αλλά και δημιουργείται. Τέλος, το νόημα διαρκώς μεταβάλλεται.

ΠΗΓΕΣ

1. Fromm E. (1978). Η Τέχνη της Αγάπης. Αθήνα: Εκδόσεις Μπουκουμάνης
2. Holderlin F.(1996). Ελεγείες, Ύμνοι και Άλλα Ποιήματα (προλογικό σημείωμα, μετάφραση, σημειώσεις Στέλλα Γ. Νικολούδη). Αθήνα: Εκδόσεις Άγρα.
3. Hycner, R.(1993). Between Person and Person: Toward a Dialogical Psychotherapy. Gestalt Journal Press, Inc
4. Hycner, R. and Jacobs, L. (1995). The Healing Relationship in Gestalt Therapy: A Dialogic/ Self Psychology Approach. Gouldsboro: The Gestalt Institute Press.
5. Mitchell A. S. (1988). Relational Concepts in Psychoanalysis: An Integration. Cambridge,MA: Harvard University Press.
6. UK Council for Psychotherapy (2010). www.psychotherapy.org.uk



Βερολίνο: Lost in transformation ή αλλιώς, σπάζοντας το τείχος...

*«Κι αν δεν μπορώ ν' αλλάξω,
Αναδιπλώνομαι.
Περνώ από στέγη σε στέγη,
φτιάχνω κορυφές,
κι ας μην τις βλέπω.*

*Την ανάγκη γνωρίζω,
να πατήσει κανείς κάπου,
να βάλει σημαία.
Στο πιο μικρό βουναλάκι μου να σταθεί.*

*Κι εγώ του φτιάχνω κορυφές
και χιόνια
και δυσπρόσιτες άκρες,
να μοιάσει άθλος
κι άθλημα
και νίκη λαμπρή,
το μικρό του το βήμα»*

(Από στέγη σε στέγη)

Μας στήνει όμως, καμιά φορά, κι αυτή η μοίρα μας κάτι παιχνίδια... Μας κοιτά όλο νάζι και μας βγάζει, περιπαιχτικά, τη γλώσσα... Εκεί που θαρρούμε πως στρώσαμε σιγά-σιγά τη ζωή μας, πως καταφέραμε να σχεδιάσουμε με κάθε λεπτομέρεια κάτι, πως ρίξαμε άγκυρα σε στεριά παραδεισένια... Ωπ! Μας δίνει μια σπρωξιά γερή και στο ταξίδι, ανέτοιμους, μας ξαναστέλνει. Ωπ! Με μια τέτοια σπρωξιά προσγειώθηκα στο Βερολίνο, σχεδόν, «ουρανοκατέβατη» (όπως με αποκάλεσε η αγαπημένη μου Αντωνία).

Σκέφτομαι, κάποιες στιγμές, πόσο τελικά ανέτοιμους μας βρίσκουν καταστάσεις, από καιρό προγραμματισμένες, και πόσο, στ' αλήθεια, «έτοιμους από καιρό», μας συναντούν συνθήκες, που ούτε καν τις είχαμε φανταστεί.

Έτσι, λοιπόν, «σχεδόν ανέτοιμη και κάτι λίγο έτοιμη», με το ένα πόδι μετέωρο πάνω από την Ελλάδα, βρέθηκα στην πόλη των μεγάλων αντιθέσεων. Στην πόλη της μεγαλόπρεπης αρχιτεκτονικής, των μουσείων, των ποδηλατιστών και του πολιτισμού, στην πόλη του διχασμού, του καθωσπρεπισμού, της απολυτότητας, στην πόλη του τείχους.

Πόσες φορές, αλήθεια, δε βρέθηκα διχασμένη, ανάμεσα σε δύο ή σε πολλά, στη σκέψη του «μαύρο ή άσπρο», «αυτό ή εκείνο», στη λογική του «δίπλα ή πολύ μακριά»; Πόσες φορές, δεν έχτισα μόνη μου το δικό μου τείχος γιατί δεν άντεξα να ιδωθώ με την άλλη μου

ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ...



Αγαπημένε μου πελάτη

μένα, γιατί έβαλα ανάμεσά μας το μοτίβο της ζωής μου και ξέχασα να με εμπιστευτώ, να με στηρίξω και να με υπερασπιστώ και απαιτήσα, για άλλη μια φορά, το αδύνατο: να είμαι τέλεια.

Αγαπημένε μου πελάτη

Έχουν περάσει αρκετοί μήνες από την πρώτη μας συνάντηση και ο φόβος μου έγινε πια άγχος. Ανακαλύπτω έναν άλλον τρόπο να σταθώ απέναντί σου. Μου ταιριάζει περισσότερο. Μου αφήνει περιθώριο να είμαστε οι δυο μας, αλλά και πάλι δεν είμαι απόλυτα σίγουρη, αν αυτός, ο δικός μου τρόπος, αυτήν τη φορά, είναι αρκετός. Περισσότερο προσπαθώ, παρά είμαι. Προσπαθώ να μη με αμφισβητώ κάθε στιγμή, προσπαθώ να με εμπιστευτώ, προσπαθώ να μη θέλω να έχω τον έλεγχο, προσπαθώ να σε ακολουθήσω. Προσπαθώ να σε δω, να σε ακούσω, να σε νιώσω και να μείνω σε αυτό που, τιμώντας με, μου αποκαλύπτεις. Άλλοτε τα καταφέρνω, άλλοτε η αλαζονεία μου και ο φόβος με νικούν. Όμως δεν κρατά πολύ. Ξαναγυρίζω σε μας και συνεχίζω να προσπαθώ. Νιώθω σίγουρα πιο ελεύθερη, πιο έντιμη, πιο δίκαιη, περισσότερο αυθεντική και ανθρώπινη. Είναι στιγμές που θυμώνω μαζί σου, που κουράζομαι, που δε σε καταλαβαίνω, που δε θέλω να σε συναντήσω. Είναι στιγμές που μου φτιάχνεις τη μέρα, που είμαι ευγνώμων που υπάρχουν, που σε περιμένω. Δικά μου συναισθήματα που, τουλάχιστον, δε με τρομάζουν πια. Δε με κατηγορώ γι' αυτά, δεν

απαιτώ να τα αλλάξω. Τα καλοδέχομαι και συνεχίζω να προσπαθώ να βρω τον εαυτό μου, για να συναντηθούμε αληθινά.

Ένα χρόνο μετά έμαθα, πως αυτό που χρειαζόμαστε δεν είναι οι γνώσεις μου, αλλά η παρουσία μου. Το να είμαι εδώ, μόνο για σένα, με όλες μου τις αισθήσεις προσανατολισμένες στα όσα βιώνουμε. Δεν έχεις ανάγκη να είμαι αλάνθαστη (ίσως και σένα μια τέτοια απαίτηση να σε έφερε εδώ), αλλά να αποδέχομαι τα λάθη μου, να είμαι ειλικρινής μαζί σου, να με εμπιστεύομαι και να μην κρύβομαι πίσω από ένα ρόλο που εμποδίζει την επαφή μας.

Τώρα είσαι εσύ ο καβαλιέρος στο χορό μας. Θα σε βοηθήσω, αν το θες, θα σε παρηγορήσω, αν το χρειάζεσαι κι αν όχι, «υπάρχω» ακόμα. Θα σε δυσαρεστήσω, αν πρέπει και ας φοβάμαι, λίγο, το θυμό σου γι' αυτό.

Ακόμα χρειάζομαι την εξέλιξή σου για να χαρώ (μπορεί αυτό ποτέ να μην αλλάξει) και ακόμα νιώθω ένα σφιξιμο στο στήθος κάθε φορά που κάνεις μια επώδυνη διαπίστωση. Ποιος ξέρει, μπορεί να μην έχω αποδεχτεί, ακόμα, πως στον πόνο, αυτό που θα σε οδηγήσει στην εξέλιξη, είναι κάτι που έχω συμβάλλει κι εγώ. Δεν μπορώ να σου απαντήσω, ακόμα, σε αυτό, ίσως του χρόνου να μου το έχεις μάθει. Γιατί, τελικά, δεν ξέρω ποιος βοήθησε περισσότερο ποιον...

Μαργαρίτα Ταρνάρη
Ψυχολόγος, Εκπαιδευόμενη Gestalt
Foundation

Σήμερα είναι η πρώτη μας συνεδρία και φοβάμαι. Φοβάμαι, πως κάτι θα πω ή κάτι θα κάνω λάθος και θα σε βλάψω, αλλά περισσότερο φοβάμαι, πως θα με βλάψεις εσύ, γιατί θα σκεφτείς πως δεν είμαι αρκετά καλή για σένα και θα με απορρίψεις. Για να με αποδεχτείς (και έτσι να με αποδεχτώ κι εγώ) πρέπει να σου έχω την καλύτερη λύση για ό,τι και αν σε απασχολεί, πρέπει να σε βοηθήσω πάση θυσία και αν τυχόν αρνηθείς τη βοήθειά μου, θα το έχεις κάνει γιατί εγώ δεν είμαι αρκετή. Σε σέβομαι, σε νοιάζομαι, σε σκέφτομαι. Όμως περισσότερο σε φοβάμαι. Μου χρεώνω ό,τι κι αν πεις, με κατηγορώ για ό,τι κι αν πω. Όμως, στα αλήθεια σε βλέπω; Ποιον βλέπω απέναντί μου; Πώς γίνεται να θεωρώ ότι ένας άνθρωπος που με βλέπει για πρώτη φορά, για 5 μόλις λεπτά, περιμένει τόσα από μένα, του είμαι τόσο απαραίτητη, για να «σωθεί», είμαι εγώ υπεύθυνη για τη ζωή που θέλει να ζήσει;

Ήρθα, λοιπόν, σε αυτήν την πρώτη μας συνάντηση, όχι σαν ενήλικας, αλλά όπως ήμουν παιδί και μας αδίκησα και τους δυο. Εσένα, γιατί δε σε είδα πραγματικά και στάθηκα απέναντί σου, με σιγουριά πως με χρειάζεσαι και με αλαζονεία πως ξέρω περισσότερα για σένα, από σένα και

Εκδοτική ομάδα:

Αντωνία Κωνσταντινίδου
Υπεύθυνη έκδοσης
Μαρίνα Βαμβακά
Συντάκτρια ύλης
Ζωή Μπαχαλιά
Γραμματειακή
υποστήριξη

K&D Webber
Μετάφραση
Σοφία Μαμαλίγκα
Σελιδοποίηση
www.mamalinga.gr

Σ' αυτό το τεύχος συνεργάστηκαν:

È ĀĪ ĀŪŃĪ ŌΘΆŌŃĪ Ō, ĒĀĒŪŌĀ ĀĒĪ Í Ā, ĒŪŌŌĀŌĒŪÍ ŌŌĀÍ ŌĒ Ī Ō,
ŌĀŃĪ ĀŃÇ Ī ĀŃĀĀŃĒĒĀ, ŌŃĀĀĀĒĪ ŌĀĒĒÇ, ×ĀÍ ŌĒĒĀŃĀ ĀÇĪ ÇŌŃĀ,
×ĀŌĒÇĪ ĒĪ ŌĀĒĀ ĀĀĒĒŌ

IANOS.GR

ΔΕΙΤΕ ΤΟ
SITE ΜΑΣ

www.gestaltfoundation.gr

