

"Единственный путь - пройти через это".

Ф. Перлз

В июне 1998 г. в Петербурге, в частной бизнес-школе "Взмах", состоялась вторая ежегодная конференция "Мир Гештальта", организованная Восточно-Европейским Институтом Гештальта, возглавляемым Георгием Платоновым.

Из Питера, Москвы, Риги, Мурманска, Тюмени, Запорожья и многих других городов съехались на конференцию психологи и психотерапевты, социологи и педагоги, занимающиеся или просто интересующиеся Гештальт-психологией и терапией.

Тематический спектр семинаров на конференции порадовал своим разнообразием: "О стервах и ведьмах. Опыт исследования женской агрессивности" Ирины Голубы, "Трудность, невозможность выбора... что за этим..." Ирины Федорус (нельзя не отметить актуальность этой темы на конференции, т.к. сердце поистине разрывалось, выбирая - куда пойти), "Акмеология жизни, путь постижения" Георгия Платонова, "Близость и зависимость" Нины Голосовой, "Национальное самосознание" Нифонта Долгополова, "Мужчина и женщина. Гештальт-подход" Натальи Лебедевой и Дмитрия Овечкина, "Воздух, как психотерапевтическая среда" Алексея Зингера, "Два лика Януса" Ларисы Перловой, "Психология предвыборной борьбы" Константина Павлова, "Голос в психотерапии" Даши Бондаревой и еще столько же не менее интересных семинаров "терзали" душу, заставляя каждые полчаса откладывать от многого ради одного...

Собираясь на первую в своей жизни конференцию, я задавалась довольно меркантильным вопросом: "А что полезного для себя я смогу из нее вынести?" Честно говоря, я представляла конференцию как цикл лекций, возможно, сопровождающийся практическими тренингами и упражнениями, где большое количество и без того умных людей активно работает над собой, пополняя собственный багаж знаний в области Гештальт-психологии. Уже длительный период испытывающая интеллектуальный голод, творческую апатию и общий упадок сил, я решила обрести собственный опыт участия в работе конференции. Как человек, неопытный в подобных делах, морально настроилась на то, что иногда мне будет скучно, я буду бороться со своей сильно актуализированной потребностью поспать ("профессиональная" болезнь студентов), и не исключено, что мне не с кем будет общаться. Но все это стоит того, чтобы хоть немного пополнить мой ограниченный запас слов, тематически связанных с Гештальт-психологией. И я пошла...

Вернулась же я не с конференции, а с праздника своей души. Теперь с абсолютной уверенностью могу сказать: так глубоко я еще никогда не заблуждалась. Во-первых, за четыре дня скуку я не "словила" ни разу, если не считать тех моментов, когда мое бременное тело вынуждено было возвращаться домой. (А уж что говорить о моей обостренной потребности поспать, самоликвидировавшейся в течение первых двадцати минут конференции!) Во-вторых, я впервые увидела сразу столько "классных" людей, дружелюбных, открытых и заинтересованных в контакте, что не смогла не проникнуться духом этой теплой атмосферы. Я стала гиперкоммуникабельной и отправилась удовлетворять внезапно возникшую потребность общаться со всеми на "ты" и делиться своим позитивным эмоциональным опытом. Хочу процитировать одного из участников конференции: "Я долго думал над фразой о том, что надо всерьез в Контакт. И сегодня я поверил в него!" Нельзя точнее описать атмосферу, царившую в те дни на конференции...

Что же касается моего интеллектуального и личностного роста, то здесь мне тоже пришлось не раз удивиться. Оказывается, знаю я достаточно для того, чтобы не чув-

ствовать себя инородным телом среди людей, живущих Гештальтом. Мои ожидания теоретических лекций, естественно, не оправдались. Недоумение от первого семинара сменилось радостью: практика мне нравится больше! Причем, каждый семинар (ворк-шоп) мне много дал. Workshop в переводе с английского означает "мастерская, цех". И действительно, это были настоящие, профессиональные работы мастеров. Тренер со своим устоявшимся стилем "творил" психотерапию. На это было просто приятно смотреть, не говоря уже о пользе. Ведь, сравнивая много различных стилей, можно почерпнуть что-то и для себя. "Ага, вот это мне очень пригодится! На первом же своем клиенте обязательно это испробую! А так я не смогу никогда, мне это не подходит..."

Настоящая работа на семинаре обеспечивает не только приобретение профессионально полезных навыков, она обуславливает и личностный рост самих участников. Ведь суть Гештальт-терапии в необходимости осознания клиентом настоящего и важности конкретного эмоционального переживания. Информацию для каких-либо выводов черпают из непосредственного поведения клиента на Гештальт-сеансе в ситуациях, моделирующих повседневную жизнь. Таким образом, все ворк-шопы на конференции позволяли так или иначе коснуться своих трудностей или ограничений на данный момент, подойти к проблемам, которые наиболее важны. Выполняя упражнения, можно было пережить новый эмоциональный опыт или примерить на себя роли, отношения, чувства, с которыми раньше не приходилось сталкиваться.

Надо сказать, что все семинары слегка направлены в будущее, потому что они обозначают для человека "здесь-и-сейчас" трудности, о которых нужно будет думать, с ко-

положительный эмоциональный опыт, что теперь, когда меня переполняют эмоции, понимаю, что не могу не поделиться ими с читателями "ПВ". И, в-третьих, мне понравилось быть "активной по жизни". Так что я "пошла в народ", собирая впечатления и мнения по поводу конференции, наиболее интересные из которых теперь хотелось бы предложить вашему вниманию.

Елена Просветина, переводчик совместной обучающей программы Парижской школы Гештальта и С.-Петербургского Института Гештальта, преподаватель французского языка в РГПУ им. А. И. Герцена: "Гештальт для меня, - это стиль жизни, особый взгляд на нее, некая жизненная философия. Я принимала непосредственное участие в организации этой конференции: в оформлении помещений, регистрации участников, расселении приезжих, и очень устала. Но зато я поняла, что в 30 лет, начиная заниматься Гештальтом, я была совсем юной. Теперь, спустя 4 года, ощущаю зрелость: появились реальные надежды относительно Гештальта. Хочу не просто "обслуживать" Гештальт, а создать что-то свое (может быть, это будет обучение французскому языку при помощи Гештальта...) Шла на конференцию я с желанием работать для себя, сделать несколько терапевтических работ, хотелось совершить скачок в личностном развитии, встретить старых друзей, завести новых, пригласить своих учеников и просто побыть в этой приятной атмосфере. По сравнению с прошлогодней конференцией эта - лучше организована, больше участников и больше теплоты; очень радует участие в конференции множества молодых гештальтистов, выпускников петербургских школ Гештальта".

Александр Рязанцев, практикующий гештальт-терапевт из Мурманской области: "На конфе-

прикольности названий. В этом смысле, когда я смотрел работы разных терапевтов, у меня появилась потребность увидеть больше ориентации на ценности в работе. Для меня важно в терапии говорить о ценностях, с которыми приходит клиент, это возможность установить контакт, основанный не просто на эмоциональной связи, а на уровне ценностей. Для меня конференция стала важным шагом к пониманию того, какой ворк-шоп я хотел бы сделать на будущий год: это будет что-то связанное с духовными ценностями. Атмосфера на конференции складывалась из двух вещей. Во-первых, это жизнь и непосредственное участие ее организаторов и ведущих. А во-вторых, это некий особый настрой, с которым люди приходят на конференцию. Для меня конференция - ценность, я ожидаю, что люди будут открыты, дружелюбны и приветливы. Это некое пространство, где можно быть уверенным, что эти ожидания совпадают. Конференция есть точка совпадения желаний. А вообще, культура конференций идет издалека, здесь много людей, которые часто ездят на конференции. В этой связи, люди, пришедшие впервые, начиная ориентироваться и видя открытость и дружелюбие, позволяют себе проявлять то же самое".

В качестве яркого завершения сей статьи, хотелось бы предложить вниманию читателей "ПВ" интервью с директором Восточно-Европейского Института Гештальта, главным организатором конференции "Мир Гештальта" Георгием Платоновым:

- Георгий, что привело Вас в Гештальт-психологию и терапию?

- Моя собственная жизнь, мои проблемы и желание в них разобраться. Лучше я отвечу на вопрос, почему я до сих пор занимаюсь Гештальтом: просто ничего другого не умею делать. Был у меня период спада, когда я пришел к относительно миру с самим собой и даже думал заняться чем-нибудь другим. Но теперь появилось новое отношение к Гештальту. Он стал не только зоной личной заинтересованности моей души, но и творческой деятельностью. У меня появилось достаточно свободы, чтобы творить. Именно творчество привело к созданию отрасли, которую мы сейчас разрабатываем - акмеология жизни, которая во многом основывается на Гештальте.

- Какие эмоции Вы испытываете от профессиональной психотерапевтической деятельности?

- Я немного перегружен, поэтому страдаю от некоторого недостатка времени для дружеского общения. А от работы получаю большое удовольствие. Удовольствие есть специфическое переживание. И, если быть точнее, я получаю от терапевтической деятельности радость. Радость, связанную с непосредственной работой, и несколько более сложные переживания, связанные с организационной работой вокруг деятельности нашего института: потихонечку всему приходится учиться.

- Расскажите немного о людях, которых можно было бы считать Вашими "проводниками" в Гештальт, о Ваших учителях.

- Самые первые мои учителя - Пол Даймонд и Рой Персоне - американские гештальтисты из института Дискавери (штат Калифорния, США). Следующим, очень важным для меня учителем был Томас Бунгард (директор Франкфуртского института Гештальта), первый, предавший мне систематический Гештальт. Не менее значимые для меня люди - Серж и Анна Гингер, замечательные терапевты, которые внесли совершенно новую творческую струю в мою жизнь, в мое видение Гештальта и помогли мне создать собственный стиль. И, нако-

пец, очень большой вклад в мое теоретическое понимание вопроса внес Жан Мари Робин (Французский Институт Гештальта).

- Как родилась идея создания конференции "Мир Гештальта"?

- Сама идея родилась наивно. Мы создали институт, который, с моей точки зрения, является оригинальным по своей форме творческим союзом специалистов, где не занимаются коммерцией. Мы сосредоточились на творческой (создание программ) и сертификационной деятельности, то есть помогаем людям определиться в отношении требований к уровню подготовки специалистов. Институт как некая организация, естественно, должен себя репрезентировать. И на уровне "вроде бы надо и хотелось бы себя показать" родилась идея создания конференции. А потом мы стали прикидывать, что бы нас выделило из ряда других конференций, как сделать, чтобы людям было интересно, и что мы хотим заявить? Посланием нашего института является нечто, связанное с творчеством, созданием мира - конференция "Мир Гештальта", реально отражающая этот мир. Поэтому по каналам своих дружеских связей приглашаем лучших специалистов, известных не только в России, но и в мире. Также захотелось отразить питерскую индивидуальность - белые ночи, на время которых мы и назначили проведение конференции.

- Чем отличается эта конференция от прошлогодней?

- Мы очень внимательно относимся к тому, что хочется именно в этот раз. Если в прошлом году конференция прошла под знаком первого хеппинга, в несколько заливчатом ключе, в форме непрерывной тусовочки, то во второй раз мне было очень важно снять флер одиозности с Гештальта, к которому в России, к сожалению, до сих пор относятся как к чему-то несерьезному, отчасти грубому и эпатающему. Тогда как в Европе Гештальт давно приняли как очень серьезное и значимое направление, обучаться которому нужно по времени не меньше, чем любому другому психотерапевтическому направлению. Оргкомитет апеллировал к памяти одного из основателей Гештальта - Фредерика Перлза и постарался придать дух человечности открытию конференции, обратиться к Перлзу как к человеку, который жил, страдал и разрешил свои страдания. Мне кажется, что этот дух передался всей конференции целиком, ее закрытию и постконференционному отдыху.

- Что Вы ожидали от этой конференции, что получили, что - нет, и какие эмоции Вы испытываете теперь?

- Не получилось, чтобы приехали все те, кого я ожидал. Было бы здорово, если бы в следующий раз "Мир Гештальта" был бы более полным. Хочется рассказать о вынесенном с этой конференции опыте. Бродя по коридорам, я увидел ту жизнь, которую не видел никто, и понял, что для конференции еще необходима специальная комната, в которой бы лежали коврики и стояли загородки, где можно было бы просто побыть с собой. Я видел, как люди ищут места уединения на конференции, а мы их не предусмотрели, и, наверно, в следующий раз мы создадим такую комнату. А что касается моих эмоций от состоявшейся конференции, так это много благодарности, радости и даже удовлетворения. Я благодарен всему оргкомитету и директору частной бизнес-школы "Взмах" Елене Юрьевне Морозовой, которая второй раз любезно предоставляет помещения для проведения нашей конференции. Очень много положительных обратных связей, и это радует! Думаю, все участники конференции ощутили тепло "Мира Гештальта".

*Елена Булина,
3-й курс психолого-педагогического факультета*

ОТКРЫТЫЙ "МИР ГЕШТАЛЬТА"

торами нужно будет работать. Опять хочу привести высказывание одного из участников шеринга: "На ворк-шопе терапевта так мало, а жизни в пространстве группы так много..." Играя и экспериментируя, за короткий отрезок времени мы проживали такой огромный опыт, на осуществление которого в жизни потребовалось бы несколько лет. Оказывается, подобный сжатый во времени путь к интеграции личности очень приятен, т.к. позволяет "одним махом" избавиться от тяжелого груза интровертов, осознать, что происходит со мной в настоящий момент, что и как я чувствую, и, возможно, достичь своего рода аутентичности, обрести способность к переживанию и выражению своих эмоций.

На общих ежевечерних шерингах не переставали звучать слова благодарности тренерам за теплую, искреннюю и доверительную атмосферу на ворк-шопах. И, правда, было настолько тепло и спокойно, что участники чувствовали уверенность и раскрывались, выходя на индивидуальную работу с психотерапевтом в группе или просто делая своими мнениями и переживаниями с другими. Со стороны тренеров тоже "летели" чувства благодарности к пришедшим на их семинары. **Наталья Лебедева:** "Работа была очень спонтанна и креативна... Впервые было трудно работать с группой из-за того, что хотелось самой принять участие в действии". **Георгий Платонов:** "Нужно обязательно поблагодарить участников, потому что без них мы были бы только прекрасными ведущими с хорошо организованной ситуацией..."

Когда конференция подходила к своему логическому завершению, я поняла, что она очень многое мне дала. Во-первых, я увидела перспективу своего дальнейшего развития и в профессиональном, и в личностном плане. Во-вторых, я обрела настолько значимый для меня

ренция я ожидал увидеть светил российского Гештальта, о которых раньше только слышал. Для меня было важнее (хоть темы семинаров и интересны сами по себе) познакомиться с новыми стилями тренеров, понять, что могу взять для себя, что мне не подходит. Мне не хватило времени посмотреть на разные группы. Может быть, не столь много семинаров следовало делать в один день. Конечно, я понимаю, что это сопряжено с финансами, временем и возможностями ведущих. Зато активно проверяется личностная функция выбора: отдается предпочтение тому, что хочется увидеть или взять для себя. Конференция - это обучающий фактор, где надо выбрать, что важнее. Атмосфера на конференции была просто замечательная. Я каждый вечер приобретал новых друзей или не расставался со старыми. Очень признателен Георгию Платонову, который все так здорово организовал. Относительно моего семинара ("Гештальт-подход в работе с детскими страхами в процессе обучения"), я испытываю некоторую грусть, что он был коротким, признательность группе, пришедшей на эту простую тему, и удовольствие, потому что - получилось! Я думаю, что могут возникнуть какие-то более тяжелые процессы. С одной стороны, радостно, что они не произошли; с другой - немного грустно (вдруг, кто-то не решился раскрыть свои важные переживания, связанные со школой)".

Петр Бондаренко, практикующий психотерапевт, работающий в Центре детства и юношества: "Для меня конференция - это возможность посмотреть на работу других людей. И я хочу получить кайф от этого. Для меня это своего рода праздник, психологическая отяжка. С этим я и пришел на конференцию. В какой-то момент я стал искать новый опыт, делать находки для себя. В конце я уже стал выбирать семинары по тематике, а не по