

GEŠTALT PSIHOTERAPIJA: NAUKA ILI KVAZINAUKA?

*Stefan Timčić¹, Igor Živković¹, Staša Krasić², Marko Anđelković¹, Ivan Nešić¹,
Milan Ćirković¹, Miodrag Perić^{1,3}*

Univerzitet u Nišu, Filozofski fakultet, Departman za psihologiju, Niš, Srbija

Kontakt: Jana Milić
Pariske komune 21/20, 18000 Niš, Srbija
E-mail: jana.milic.psihologija@gmail.com

Pojam geštalt je pojam koji se prvi put pojavljuje u geštalt psihologiji, čiji su stvaraoci Verthajmenr, Keler, Kofka i Rubin, kako bi označio celinu, dobru formu. Elementi ne determinišu celinu, a celina nije puki zbir elemenata. Treba naglasiti i to da određeni deo unutar neke celine nije isti deo kada je izdvojen ili kada je uključen u neku drugu celinu, jer taj deo poprima osobine koje proizilaze iz njegovog mesta i njegove uloge u različitim celinama (npr. vriska u pustoju ulici nije isto što i vriska dece koja se igraju).

Dokaz o uspešnosti geštalt terapije je introspektivni izveštaj o doživljaju subjektivog boljitka kod osobe ili preciznije rečeno "održavanje i razvijanje ravnoteže i dobrog stanja celog organizma". Za naučni pristup geštalt psihoterapiji potrebno je operacionalizovati pozitivne efekte ili promene koje ova terapija donosi. Svi termini kojima se validiraju efekti psihoterapije subjektivni su konstrukti. Introspektivni doživljaj boljitka pokazatelj je pozitivnog efekta psihoterapije. Intersubjektivna usaglašenost klijenata, koji su na psihoterapiji, da posle izvesnog vremena, uz primenu geštalt terapijskih tehnika osećaju poboljšanje, jeste garancija da je postignuti terapijski efekat objektivan. Geštalt psihoterapija je grana psihoterapije koja svoju teoriju bazira na geštalt teoriji i to pre svega na teoriji polja, a svoje terapijske tehnike zasniva na tzv. praznoj stolici. U okviru ovog psihoterapijskog pravca, bazični ciljevi su usmereni na rešavanje problema sada i ovde, a kao i ostale psihoterapijske škole, svoje istraživačke metode bazira uglavnom na studiji slučaja. To se jasno vidi u časopisima i člancima u kojima se razmatra ova psihoterapijska škola. Kao terapija, pogodna je za lečenje blagih mentalnih poremećaja i anksioznosti. Njeni terapeuti konstantno napreduju, a učenici ili budući psihoterapeuti smatraju je izazovnom.

Acta Medica Medianae 2020;59(1):158-163.

Ključne reči: *psihoterapija, individualni rast i razvoj, rad na sebi, vreme i čovek*