

Pregledni znanstveni članek/Article (1.02)

Bogoslovni vestnik/Theological Quarterly 80 (2020) 2, 371—378

Besedilo prejeto/Received:08/2020; sprejeto/Accepted:09/2020

UDK/UDC: 37.01

DOI: 10.34291/BV2020/02/Prijatelj

© 2020 Prijatelj, CC BY 4.0

Erika Prijatelj

Pomen kontekstualne formacije za razvijanje človekove rezilientnosti

The Importance of Contextual Formation for the Development of Human Resilience

Povzetek: Avtorica v prvem delu prispevka predstavlja razumevanje človekovega konteksta in prožne formacije z geštaltskega vidika. Pri tem namenja posebno pozornost konceptu lik – ozadje. V drugem delu spregovori o soočanju s polarnostmi v kontekstu pri razvijanju rezilientnosti in na tem mestu osvetljuje dinamiko človekovih slepih peg. V tretjem delu se posveča zdravemu in nezdravemu kontekstu kot sistemu ter njegovim implikacijam za človekovo rezilientnost.

Ključne besede: kontekstualna formacija, rezilientnost, prožnost, polarnost, inkluzivnost, geštaltski pristop

Abstract: In the first part, from a Gestalt perspective, the author presents an understanding of the human context and flexible formation and pays specific attention to the figure-ground concept. In the second part, she addresses facing polarities in the context of developing resilience. At this juncture, she sheds light on the dynamics of human blind spots. In the third part, she focuses on the healthy and unhealthy context as a system and its implications for human resilience.

Key words: contextual formation, resilience, flexibility, polarity, inclusiveness, gestalt approach

1. Uvod

Z geštaltske perspektive človek vsako izkušnjo pridobi v obstoječem kontekstu življenja. Ta je hkrati kompleksen in prožen sistem, v katerem je vse medsebojno povezano in v vzajemni odvisnosti drugo od drugega. V tem članku želimo raziskati, kaj življenjski kontekst, kot ga razume geštalt, sploh je in kako lahko človek v svojem kontekstu ter v interakciji z njim razvija rezilientnost. S poglobitvijo pomena prožne kontekstualne formacije bo v ospredju razprave prožnost kot ena bistvenih in temeljnih značilnosti človekove rezilientnosti.

2. Razumevanje konteksta in prožne formacije z geštaltskega vidika

Geštaltski pristop¹ je eksistencialen in fenomenološki. Pri prvi opredelitvi gre za to, da človek z novimi izkušnjami in eksperimenti samega sebe neprestano na novo odkriva, pri drugi pa za poudarek na človekovem zaznavanju resničnosti. Ta pristop temelji na domnevi, da je ljudi mogoče razumeti samo v kontekstu njihovega stalnega odnosa z okolico (Gerjolj 2008, 142).

Filozofi kot Edmund Husserl, Martin Heidegger in Maurice Merleau-Ponty so močno vplivali na sodobno geštaltsko psihologijo in pedagogiko, ki zagovarjata tezo, da se človekova izkušnja vedno nanaša na ‚nekaj‘. Sestavljena je namreč iz procesa in objekta oziroma fokusa tega procesa. Ko mislimo, zato mislimo nekaj – in ko čutimo, čutimo nekaj. Liki zanimanja so naravno namenski. Prav tako pod Husserlovim vplivom geštaltska psihologija in pedagogika s sprejemanjem filozofsko-fenomenološke metode ne izhajata iz predpostavk o klientu/učencu, temveč se osredotočata na klientovo/učenčevo »pojavno navzočnost v konkretnem času in prostoru« (Geller in Greenberg 2012, 107) – ta oba tudi kažeta na zelo konkreten življenjski kontekst.

Pod Heideggerjevimi vplivom geštaltska psihologija in pedagogika trdita, da človek že na svet pride v procesu in da se pojavi v določenem kontekstu – biološkem, geografskem, religioznem, družbenem, kulturnem itd.: uči se določenega jezika, razvija specifičen smisel in interpretacijo ali določen način osmišljanja (Stolorow 2011, 25). Človekovo razodevanje in izražanje nista nikoli samo rezultat intrapsihičnih procesov, pač pa sta po svoji naravi vedno kontekstualna in večsistemska. Podobno sta geštaltska psihologija in pedagogika po Merleau-Pontyju prevzeli pogled, da je ključnega pomena situacijskost izkušnje. To pomeni, da se stik in interakcija z okoljem uresničuje skozi telo s pomočjo njegovih senzoričnih sposobnosti (Gerjolj 2017, 95). Osmišljena izkušnja utelešenega organizma se kaže v posameznikovih najbolj običajnih (in tudi izrednih) situacijah, kot je denimo pozdrav ob srečanju z domačimi ali tujci. »Človekove percepcije in interpretacije so odvisne od mesta in pozicije v situaciji, pri čemer ima lahko vsaka situacija različne perspektive.« (Carman 2014, 28)

Pri tem je za integrativno geštaltsko pedagogiko po Albertu Höferju specifično zavedanje, da človeka nenehno spremlja bližina Boga, ki deluje tukaj in zdaj (Platovnjak in Svetelj 2019). Poudarek na teološko-duhovni noti daje posebno mesto metodi simbola, ki predmeta študija ne izolira, ampak spoznanje poveže z izkušnjo. Posameznikova izkušnja se zato ne izraža denimo samo z jezikom, ampak s celovitostjo vsega, kar je človek v svoji telesni, psihični in duhovni razsežnosti; obenem odraža vsebino globlje izkušnje, ki je izkušnja živega konteksta oziroma občestva (Brownell 2011, 152).

Za razumevanje kontekstualne formacije so pomembni naslednji vidiki geštaltskega pristopa: koncept lik – ozadje, koncept bližine, poudarek na tukaj in zdaj, pomen stika, osmišljanja, pristnosti, samoregulacije in dokončevanja nedokončanega. Omenjeni vidiki so kljub navidezni neodvisnosti močno povezani. V naši

¹ Na področju psihologije je geštaltski pristop sredi 20. stoletja pomenil »revizijo psihoanalize in je bil eden prvih primerov integrativne psihoterapije, ali še bolj specifično, teoretične integracije« (Brownell 2016, 418).

raziskavi namenjam posebno pozornost konceptu lik – ozadje.² Eno izmed temeljnih geštaltskih načel je, da smo ljudje rojeni z nekaterimi osnovnimi organizacijskimi naravnostmi, na primer sposobnostjo razlikovanja določenega predmeta od njegovega ozadja. V procesu zaznavanja predmetov posameznik stremi k oblikovanju lika in ozadja. Lik oziroma figura je lahko predmet, element ali oseba, ki iz ozadja izstopi in s tem postane ospredje. Glede na zaznavanje je lik to, čemur posvečamo pozornost, in kar posledično gradi središče našega zavedanja (Wagemans in Kubovy 2012, 1174).

Ozadje lahko simbolično predstavlja človekov notranji sistem ali sistem odnosov, v katere je vključen, ali pa predstavlja širši družbeni sistem – ozadje je torej kontekst, v katerem se lik pojavi in zaradi različnosti glede na ozadje v njem izstopa. Podobno kot geštaltska tudi razvojna psihologija trdi, da se majhni otroci, celo dojenčki, pred katere postavimo neki predmet, zelo pogosto spontano trudijo, da bi ga dosegli – kar pomeni, da so ga ločili od ozadja, čeprav jih tega ni nihče učil (Cottone 2017, 24). Primer sam po sebi nakazuje, da človek pride na svet s prirojeno sposobnostjo, ki mu omogoča, da svet okoli sebe raziskuje in z njim sodeluje.

Od tega, kako določen predmet gledamo, je odvisno, ali je lik v ospredju ali v njegovem ozadju. Isti lik je lahko enkrat v ozadju in drugič v ospredju. Koncept lika in ozadja je torej lahko tudi obrnjen, kar kaže na to, da je konstrukt uma. Podoben proces lahko steče tudi na duševni ravni. Notranji duševni svet se od zunanjega fizičnega sveta po tem, kako ga zaznavamo, lahko razlikuje (Wagemans in Kubovy 2012, 1176; O'Connor 2015, 87). V katerikoli situaciji se zato lahko zgodi, da dva človeka isti dogodek zaznavata povsem različno. Poleg tega lahko celo isti človek na isti sliki enkrat vidi izstopati en lik, ko pa sliko gleda ponovno, postane pozoren na drug lik, s čimer daje prostor nastanku novega geštalta (Lobb 2019, 379). Odvisno torej od tega, čemu človek namenja pozornost, je to bodisi figura ali ozadje – in, kot smo videli, lahko glede na človekovo osredotočenost oziroma naravnost oba medsebojno zamenjata poziciji.

Začetnik geštaltske terapije Fritz Perls je koncept lik – ozadje uporabljal na različne načine. Trdil je, da človekove izkušnje oblikujejo ozadje, na katerem posameznik zgradi novo izkušnjo (lik), in da človekova najnujnejša potreba postane lik, ki najbolj izstopa. Na primer: človekova potreba po varnosti v nevarni situaciji postane mnogo pomembnejša kot njegova potreba po ljubezni. Ko je najnujnejša potreba potešena, izgine v ozadje in naredi prostor novi – v dani situaciji pomembnejši potrebi. Po Perlsu je sprememba prevlade potreb za človekovo preživetje in zdrav razvoj nujna (Crocker 2013, 89).

Podobno kot zamenjava potreb je za človekov zdrav razvoj pomembno rušenje starih geštaltov in formacija novih odnosov lik – ozadje. Če človek tega ne zmore, živi v preteklosti (Gerjolj 2007, 252). Še več, ob nezmožnosti rušenja preživelih geštaltov je človek pretirano, pogosto kompulzivno navezan na preteklost in nedo-

² Geštaltski pristop je pomenljivo vplival na razvoj psihologije percepcije, ki trdi, da je operativni princip percepcije holističen. To pomeni, da najprej vidimo obris celote, ki jo nato postopoma zapolnimo s podrobnostmi. S tem je geštaltska teorija ustvarila dialektiko med t. i. likom in ozadjem (Lobb 2019, 36).

končane situacije. Te vrste rigidnost, ki je pogosto posledica neozdravljene travmatične izkušnje iz preteklosti, dodatno onemogoča, da bi človek kvalitetno odgovoril na nove potrebe, s katerimi se srečuje tukaj in zdaj (Lobb 2019, 390). Cilj koncepta lik – ozadje je živeti prožno formacijo lik – ozadje, t. i. transformacijo – s tem pa izkušati dinamične in svobodno pretakajoče se odnose med likom in ozadjem.

3. Soočanje s polarnostmi v kontekstu pri razvijanju rezilientnosti

Kontekst ali širše področje življenja je vse, kar ima na človeka učinek, in se nanaša tako na njegov občutek bivanja kot na njegov individualni pojavni svet – to je vse, kar človek zaznava, da učinkuje. Gre tudi za t. i. ontični kontekst, področje moči in izrednih relacijskih, terapevtskih ali pedagoških dejavnikov, ki obstajajo in imajo svoj vpliv – ne glede na to, ali se klient/učenec tega zaveda ali ne. Po Assayu je tovrstnega vpliva do 40 %. Nekateri avtorji celotno področje imenujejo kar ‚splošna situacija‘ (Assay 1999, 49).

V tem širšem življenjskem kontekstu oz. v človekovi splošni situaciji se posameznik srečuje s številnimi polarnostmi, ki za njegovo rezilientnost predstavljajo stalen izziv. Navedimo dva primera. V družbenem okviru idejo lika in ozadja z lahkoto razumemo kot ‚jaz in okolica‘. Človek izstopa iz svojega konteksta tako, da se je sposoben z njim povezovati, a tudi od njega ločevati. Za ponazoritev si lahko predstavljamo okolje, v katerem so posamezniki, s katerimi smo v različnih odnosih bližine in oddaljenosti. »V konfluenci ali fuziji distinkcija med likom in ozadjem (seboj in drugimi) postane nejasna.« (Cottone 2017, 104) Primer tega je lahko odrasla oseba, ki živi tako, da skuša vedno ugajati svoji materi. Materino razočaranje in ločitev od nje bi za to osebo pomenila izgubo sebe. »Nasprotje konfluente je izolacija, pri kateri se povezanost z drugimi izgubi.« (105) Družbeno izoliranega človeka razumemo kot osamljenega, ker njegov resnični stik z drugimi ne obstaja.

Navedeno kaže, da ima pri polarnosti vsak pol tudi nasprotni pol, pri čemer gre dejansko bolj za komplementarnost in povezanost polov kot pa dihotomijo in nekaj povsem drugega. Izziv je mogoč zato, ker je mogoča podpora. Diferenciacija je mogoča, ker je mogoče sovpadanje. Nadzor je mogoč, ker je mogoča izročitev. Polarnosti se lahko izražajo na mnogih ravneh: pri posameznikih, parih, v skupinah, institucijah in družbah. Z geštaltske perspektive izražamo z njimi zavedanje in hvaležnost za človeško različnost ter hkrati paradoksalne resnice o vseh nas.

Kljub temu bolj ali manj globokemu zavedanju smo ljudje precej pogosto rigidni in stereotipni. Nekateri ljudje so pogosto pripravljeni na konfrontacijo, drugi večinoma izražajo naklonjenost. Nekateri iz večine zelo izstopajo, drugi se z njo z lahkoto ujamejo. Nekateri hočejo nad seboj in drugimi popoln nadzor, drugi se skoraj v celoti prepustijo. Morda je bil v preteklosti eden od polov za človeka v težki situaciji najboljši način preživetja in prilagoditve, a je sčasoma lahko vodil v zatrdelost. Kadar nam uspe to spoznati in se svoje zatrdelosti zavedeti, se posledično z določenim polom, tako imenovano slepo pego ali s svojo senčno stranjo, identificiramo manj (Lobb 2019, 385).

Polarnosti lahko prinesejo veliko notranjih in medosebnih konfliktov. Slepe pege ne izginejo same od sebe. Pogosto se pojavljajo kot apologetične in sabotažne šibkosti, ki drugemu polu onemogočajo delovanje.³ Tako lahko nastane začaran krog oziroma veriga trpljenja, ki ga povzročamo sami sebi in drugim več generacij – dokler in če se tega ne zavemo. Z zavedanjem, sprejemanjem sebe in drugih ter dialogom s seboj in z drugimi lahko kot posamezniki in družba postanemo prožnejši in zato sposobnejši za bolj celovito delovanje. Sprejemanje različnih polov ali strani pri sebi ali drugih ne pomeni nujno, da vse svoje skrajnosti živimo – mnogokrat to pomeni, da damo več prostora tistemu, kar je že prisotno, vendar redkokdaj sprejeto (Brownell 2018, 37). Sprejemati sebe pomeni predvsem biti sposoben na situacijo odgovarjati zavestno, polno in odgovorno in ne nanjo le avtomatično odreagirati.

Človekovo življenje je v glavnem organizirano tako, da življenje človeku postavlja meje. Odločitve, ki jih človek sprejema, besede, ki jih izgovarja, so osnovane na zavedni ali nezavedni konstrukciji ločnic. Sprejeti odločitev pomeni zarisati mejno črto med tem, kar človek je in česar ni izbral. Hrepeneti po nečem pomeni začrtati mejo med tem, kar mu je v zadovoljstvo, in tem, kar mu ni. Ko je, na primer, sposoben videti kaos in red kot pola, ki nizata različne možnosti, in ne kot sovražnika, ga to osvobaja in dela notranje prožnejšega – kar pomeni, da se lahko premakne naprej in ustvari pogoje za sprejemanje različnosti, ki iz obeh polov izhajajo. Ta proces sprošča povsem novo ustvarjalno energijo. Običajni proces osmišljanja polarnih različnosti dobi svoje mesto v čistem bivanju s pomočjo osvobajajočega dejanja polarne indiferenciacije. Bolj ko se človek približa bivanju, bolj se odpre in naredi rodoviten prostor, v katerem lahko poženejo nove možnosti. To stanje doseže, če je »prožno centriran v svojem indiferentnem središču« (Geller in Greenberg 2012, 88). Indiferentnost na tem mestu ne pomeni brezbrčnosti, ampak svobodo brez vsake navezanosti ali tako imenovano ustvarjalno nepristranskost.

Človek živi med dvema nasprotujočima si percepcijama. Če ali ko zmore doseči točko na sredini ali jeziček na tehtnici, mu to daje občutek ravnotežja – trdnosti in hkrati odprtosti, ukoreninjenosti in hkrati osredotočenosti. To je njegova ‚ničelna točka‘ (Brownell 2016, 411), vzmetna točka zdrave rezilientnosti. Bolj ko človek spoznava, da je prav vsaka njegova izbira v življenju izbira življenja ali smrti, bolj zares v ta proces vstopi in se osebno angažira. Bolj ko je doseganje ničelne točke celosten proces – čustveni, umski, telesni in duhovni –, globlji in trajnejši je.

³ Klient/učenec lahko doživlja, da so njegovi starši in drugi ljudje prepričani, da mora imeti posameznik vedno vse pod nadzorom ali pa mora biti nadzorovan. S pomočjo introjekcije lahko razvije samokritičnost in notranji konflikt z drugim polom, ki od njega zahteva, naj ima popoln nadzor. Z retrorefleksijo lahko šibka stran kot nasprotje nadzora degradira v del telesa, ki se ga človek manj zaveda. Ko človek svojo šibkost projicira na drugega, lahko med klientom/učencem in drugim posameznikom nastane konflikt. Vse to lahko vodi v vedno večje zaplete.

4. Zdravi in nezdravi kontekst kot sistem ter njegove implikacije za rezilientnost

Geštalski koncept razumevanja konteksta zagovarja stališče, da je vsaka človekova izkušnja del širšega konteksta (Gerjolj 2017, 96). Človekovi simptomi, njegovo izražanje oziroma pojavljanje niso le rezultat njegovih intrapsihičnih procesov, ampak nanje vpliva širši kontekst s svojimi številnimi sistemi in podsistemi. Kontekst je tudi poln kompleksnosti (učinek vzrok – posledica je relacijski, kontekstualen in ne linearen), a je prav zato prožen in prilagodljiv sistem. Situacija je stvar trenutne dinamike – tukaj in zdaj –, obenem pa se nenehno spreminja, razvija in nastaja na novo (Brownell 2016, 413–414).

Kontekst ali splošna situacija kot celota definira svoje delovanje v enem ali več večjih sistemih, katerega del je tudi sam(a). Ker je v osnovi odvisen od interakcij med svojimi posameznimi deli, sistem ne more biti razdeljen na neodvisne dele, če svojih značilnosti ne želi izgubiti. Z geštalske perspektive nobena oseba, skupina, družba ali organizacija ni popolnoma samostojna enota. Le skupaj namreč oblikujemo bolj ali manj »funkcionalen sistem, v katerem imamo vzajemen vpliv drug na drugega« (Mann 2020, 49). Pogoji splošne situacije so kombinacija tega, kar je zgradil posameznik, in tega, kar so oblikovali drugi.⁴

Pri oblikovanju pogojev, ki omogočajo tako osebni razvoj, povezanost z drugimi kot tudi življenjskemu kontekstu primerno rezilientnost, ima zelo pomembno vlogo inkluzivnost. Inkluzivnost ni niti preprosto sprejemanje niti ne empatičnost. Pri empatičnosti človek vsaj začasno izgubi občutek bivanja v tem svetu. Inkluzivnost pa je izraz spoštovanja in priznanje izkušnje drugega človeka, ne da bi pri tem pozabili svojo lastno izkušnjo (Gerjolj 2007, 247). Ali kot pravi Mann:

»Potrebno je, da kolikor mogoče spoštljivo vstopimo v svet drugega človeka, v njegov življenjski prostor, ne da bi ga sodili, analizirali ali interpretirali, pri tem pa ohranjamo občutek za svojo lastno, ločeno in avtonomno eksistenco. Drugemu ne vsiljujemo svojih prepričanj o njegovi izkušnji v dani situaciji. Izhodišče je vedno poslušanje tega, kar nam ima povedati drugi. Z načelom inkluzivnosti iščemo smisel, kot ga vidi drugi človek, pri tem pa se zavedamo informacije, ki se razodeva v naših reakcijah.« (Mann 2020, 179)

Zdrav kontekst torej »ni nekaj togega, vnaprej zapečatenega in še manj izključujočega« (Robine in Jurado 2019, 3021). Zdrav kontekst krepi posameznikovo rezilientnost s prožnostjo, ki spodbuja harmonijo med posameznikovimi mislimi, čustvi in dejanji ter omogoča odpiranje sebi, drugemu – in srečanje z drugim. Šele tako je človek za sočloveka lahko polno navzoč. Biti za drugega navzoč pa ne po-

⁴ To kaže na subjektivni in objektivni vidik situacije – čeprav je tu treba opozoriti, da geštalski pristop ne uporablja nujno te distinkcije in terminologije. Vseeno je pri spremljanju posameznika treba biti pozoren, kako razume dogajanje širšega konteksta, kako recimo presoja motive drugih. Eno je, če je posameznik ujet v disfunkcionalnem sistemu, drugo pa, če se, na primer, spopada z osebno notnjo.

meni le biti z njim – pomeni biti z njim in mu biti na razpolago kognitivno, čustveno in duhovno (Geller in Greenberg 2012, 84).

Zdrav življenjski kontekst se zavzema za življenje in s tem krepi zdravo rezilientnost vseh. Njegovi nosilci si prizadevajo za dobro drug drugega in za dobro sistema kot celote. Prav tako si za lastno dobro prizadeva celoten sistem, hkrati pa promovira rast, razvoj ter fizično, psihično in duhovno zdravje vseh svojih delov (Platovnjak 2020, 264–265). Gre za proces medsebojne skrbi tako med posameznimi deli kot v celoti. Vsakdo se zaveda, da je zaradi medsebojne povezanosti in odvisnosti zdravje in dobro vsakega posameznika odvisno od zdravja in dobrega vsakega drugega.

Če sistem postane nezdrav in življenje ugaša, to pomeni, da se celota in posamezni deli med seboj ne podpirajo več – s tem oslabi tudi rezilientnost. Ko hočejo ljudje od družbe zase iztržiti kar največ, ne da bi pri tem skrbeli drug za drugega in za celotno družbo, postane družba disfunkcionalna. Podobna škoda se lahko zgodi, ko sistem ne skrbi več za dobro svojih članov. Primer tega je neprofitna organizacija, ki je tako osredotočena na svoje poslanstvo in služenje drugim, da pri tem pozablja na svoje člane – posledica tega je lahko izgorelost in zamenjava ljudi, kot da bi bili deli stroja. Obstaja tudi sistem, za katerega ne moremo trditi, da življenje spodbuja, čeprav ga ne duši. Njegovi člani in sistem kot celota sicer lahko preživijo, vendar ne cvetijo (Lobb 2019, 394).

Življenjski kontekst kot sistem sčasoma lahko razvije ‚osebnost‘, podobno kot posameznik. Po eni strani ima v sebi moč, da raste in se spreminja, po drugi strani pa teži k ohranjanju svoje identitete ali homeostaze. Če je druga stran zelo dominantna, se oblikuje močna potreba po ohranjanju sistema takšnega, kot je, in posledično po večjem nadzoru – to lahko vidimo denimo v avtoritarnih družinah, diktatorskih sistemih in fundamentalističnih skupinah. Če se človek pritiskov, ki jih sistem (primer tega je lahko potrošniška družba) nanj izvaja, ne zaveda ali se pred njimi čuti nemočnega, pritiskom podleže in nanje reagira refleksno po eni od treh tipičnih možnosti: čuti se žrtev in pasivno čaka, da bo sprememba prišla od zunaj; v sistemu se izgubi, pri čemer pozablja na lastne cilje, vrednote in morda tudi potrebe; izgublja svojo ustvarjalnost in se počuti izčrpanega. V vseh treh primerih človek pristane na izgubo sposobnosti izbiranja, ki je pogoj za rezilientnost.

5. Sklep

Za geštalt je bistveno razumevanje človeka kot celote ‚organizma – konteksta‘. Človek ni le bitje v svojem kontekstu ali od njega ločen ali le pod njegovim vplivom, ampak je ontološko gledano ‚od konteksta‘: okolje je od človeka neločljivo, človek je neločljiv od okolja. Tako je definicija človeka dejansko definicija človeka – konteksta. Človek in njegov kontekst sta v nenehnem odnosu in gibanju, zato tudi v spreminjanju in preoblikovanju, zaradi česar govorimo o prožni kontekstualni formaciji ali transformaciji.

Rezilientnosti človek ne krepi v nezdravem procesu kontekstualne formacije – ko na svoj življenjski kontekst reagira avtomatično in klone pod njegovimi pritiski; v zdravem procesu te formacije si človek neprestano prizadeva za ravnotežje. To se dogaja ob soočanju z napetostmi, polarnostmi in v njih porajajočimi se konflikti, ki jih lahko razrešuje tako, da vzpostavlja stik s svojim najbolj notranjim temeljem, središčem svoje biti, v katerem je navzoča preobražajoča in presegaajoča moč – stik s to resničnostjo ga osvobaja. Obenem krepi njegovo ustvarjalnost in sposobnost, da kljub oviram sprejema svoje odločitve z odgovornostjo in v skladu s tem, kar v življenju hoče, s čimer ohranja prožnost in razvija rezilientnost.

Reference

- Assay, Ted.** 1999. The Empirical Case for the Common Factors in Psychotherapy: Quantitative Findings. V: Mark A. Hubble, Barry L. Duncan in Scott D. Miller, ur. *The Heart and Soul of Change: What Works in Psychotherapy*, 33–56. Washington: American Psychological Association.
- Brownell, Philip.** 2011. Spirituality in the Praxis of Gestalt Therapy: Advances in Theory and Practice. V: Talia Levine Bar-Yoseph, ur. *Gestalt Therapy*, 147–165. Abingdon: Routledge.
- . 2016. Contemporary gestalt therapy: An early case of theoretical integration come of age. V: Howard E. A. Tinsley, Suzanne H. Lease in Noelle S. Giffin Wiersma, ur. *Contemporary Theory and Practice in Counseling and Psychotherapy*, 407–433. Los Angeles: Sage.
- . 2018. *Gestalt Psychotherapy and Coaching for Relationships*. New York: Routledge.
- Carman, Taylor.** 2014. *Merleau-Ponty*. New York: Routledge.
- Cottone, Robert.** 2017. *Theories of Counseling and Psychotherapy: Individual and Relational Approaches*. New York: Springer Publishing Company.
- Crocker, Sylvia.** 2013. *A Well-Lived Life: Essays in Gestalt Therapy*. Cleveland: Gestalt Institute of Cleveland Press.
- Geller, Shari, in Leslie Greenberg.** 2012. *Therapeutic Presence: A Mindful Approach to Effective Therapy*. Washington: American Psychological Association.
- Gerjolj, Stanko.** 2007. Biographisch-ganzheitliches Lernen: ein Weg zur Dialogfähigkeit. V: Peter Hünermann, Janez Juhant in Bojan Žalec, ur. *Dialogue and Virtue: Ways to Overcome Clashes of our Civilizations*, 247–261. Münster: Lit.
- . 2008. Geštaltpedagogika kot celostna pedagogika. V: Petra Javrh, ur. *Vseživljenjsko učenje in strokovno izrazje*, 139–148. Ljubljana: Pedagoški inštitut.
- . 2017. Holistic Approach and Experiential Faith Formation. V: Jadranka Garmaz in Alojzije Čondić, ur. *Challenges to Religious Education in Contemporary Society*, 91–102. Split: Crkva u svijetu.
- Lobb, Spagnuolo.** 2019. Teaching and Conducting Gestalt Research through the Istituto di Gestalt HCC Italy: Capturing the Vitality of Relationships in Research. V: Philip Brownell, ur. *Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy*, 370–397. Cambridge: Cambridge Scholars Publishing.
- Mann, David.** 2020. *Gestalt Therapy: 100 Key Points and Techniques*. New York: Routledge.
- O'Connor, Zena.** 2015. Color, Contrast and Gestalt Theories of Perception: The Impact in Contemporary Visual Communications Design. *Color Research and Application* 40, št. 1:84–93.
- Platovnjak, Ivan.** 2020. Spiritual Help for Persons Suffering from Depression. *Nova prisutnost* 18, št. 2:259–277.
- Platovnjak, Ivan, in Tone Svetelj.** 2019. To Live a Life in Christ's Way: the Answer to a Truncated View of Transhumanism on Human Life. *Bogoslovni vestnik* 79, št. 3:669–682.
- Robine, Jean-Marie, in Elvira Duenas Jurado.** 2019. Use of Self in Practice. V: Philip Brownell, ur. *Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy*, 303–340. Cambridge: Cambridge Scholars Publishing.
- Stolorow, Robert.** 2011. *World, Affectivity, Trauma: Heidegger and Post-Cartesian Psychoanalysis*. New York: Routledge.
- Wagemans, Johan, in Michael Kubovy.** 2012. A Century of Gestalt Psychology in Visual Perception: Perceptual Grouping and Figure-Ground Organization. *Psychological Bulletin* 12, št. 138:1172–1217.