

Kontakten er det centrale *interview med Gary Yonteff*

af: Birgit Erichsen, Mikael Sonne, Lise Winther-Jensen.

Vi mødte Gary Yontef på et seminar på Mariedal Slot i Sverige, hvor han var indkaldt som træner. Da vi med denne artikel for øje bad ham beskrive sit eget arbejde, satte vi ham åbenlyst i forlegenhed, for han tøvede længe med sit svar og gav også udtryk for, at en sådan beskrivelse er svær at give:

"Det er svært. Jeg sætter mig sammen med mennesker og lytter til deres oplevelser og til det, der sker. Jeg er tilbøjelig til at være blid, jeg kan godt lide mennesker! Jeg prøver at rense mit sind og ikke have forventninger. Hvad træder frem ved mødet med klienten? Så spejler jeg klienten eller siger, hvad jeg selv oplever. Resten styres af det relationelle, jeg er blevet mere relationel med årene."

I vores samtale bliver det klart, at Gary Yontef arbejder ud fra sin intuition, og at denne arbejdsmåde vanskeliggør beskrivelsen af arbejdet. Han udtrykker sig selv således: "Jeg prøver at blive klar over, hvordan forskellige dele passer ind i klientens mønster, men jeg gør det ikke på en teoretisk måde – jeg gør det intuitivt, prøver at høre musikken. For mig kommer intuitionen før de andre funktioner, og den er helt pålidelig. Relationen til klienten udvikles ud fra intuitionen, ud fra min følelse af, hvordan jeg er berørt."

Gary Yontef har en lang historie med gestaltterapi. Han blev MA i "Social Work" i 1964. Denne grad kvalificerer til terapeutisk arbejde i psykiatriske institutioner, og Gary Yontef blev ansat på et hospital i Los Angeles. Her var Arnold Beisser leder, og han sørgede for, at Fritz Perls holdt en workshop hvert år for de ansatte. Perls gjorde et stort indtryk på Gary Yontef: "Jeg kunne ikke lide Perls, men jeg blev fascineret. Han provokerede og kunne få alle helt ud af den, også erfarne analytikere. Han var spændende, meget levende, han fik fat i folk, og han kunne gennemskue manipulation. Perls bragte også inspiration fra østlig filosofi, og det var vigtigt for mig."

Med inspirationen fra den rolige, perspektiverende Beisser og den provokerende Perls søgte Gary Yontef ind hos Jim Simkin på Esalen og deltog i en træningsgruppe i 1965-66 og har arbejdet som gestaltterapeut siden. I 1970 blev det også til en psykologisk doktorgrad. På spørgsmålet om, hvorfor han arbejder som han gør, svarer Gary Yontef: "Jeg tror på folks evne til at bestemme over deres eget liv. Spørgsmålet bliver så, hvordan man bedst kan interagere med dem for at støtte dem i det? Jeg kan ikke lide en autoritær tilgang, og jeg har erfaret, at det ikke virker. Det er bedre at interessere sig for, hvad klienten faktisk oplever – den fænomenologiske tilgang. Fænomenologi og dialog i Martin Bubers forstand bringer jeg sammen i feltteorien med dens forståelse af, at ingen udvikling finder sted i isolation. Desuden er jeg meget påvirket af zenbuddhisme. Psykoanalysen har været med allerede fra min træning som social worker."

Vi spørger til forholdet mellem gestaltterapi og den såkaldte nye psykoanalyse, der også bruger "relation" som et nøgleord:

"De nye psykoanalytikere – Greenberg, Stolorow og Selv-psykologerne i mindre grad - bruger begreber, som er identiske med vore. De fokuserer på relationen og bruger tolkninger, som er baseret på, hvad klienten oplever og ikke på (drifts)teori. De fokuserer på afbrydelser i kontakten og på, hvad terapeuten gør. Gestaltterapi og psykoanalyse tilnærmer sig og overlapper hinanden. Gestaltterapi er imidlertid mere åben over for relationens betydning end psykoanalytikerne – de ved ikke, de bliver påvirket af gestaltterapien! De nye psykoanalytikere mangler terapeutisk træning og har stadig den psykoanalytiske arrogance. Gestaltterapien har feltteori, awareness, paradoks-teorien, zen og figure-ground, som alt sammen er noget, mange psykoanalytikere vil acceptere men ikke skrive om!"

Gary Yontef har ikke noget imod at bruge psykoanalytiske begreber som f.eks. overføring, men han taler om at "hold it lightly" (mulig oversættelse: at omgås det med lethed), så begrebet ikke lukker for det relationelle aspekt. Gary Yontef husker os på, at i den klassiske psykoanalyse regnes enhver følelsesmæssig reaktion hos terapeuten for uønsket modoverføring. Han definerer selv overføring som en følelsesmæssig reaktion, der hører til i et fortidigt felt – en aktuel og relevant reaktion kan således ikke kaldes overføring.

Diskussionen af forholdet mellem gestaltterapi og psykoanalyse leder os til udtrykket relationel gestaltterapi:

"Gestaltterapi har altid været fundamentalt relationel. Formålet med udtrykket relationel gestaltterapi er at understrege, at kontakten er det centrale og primære. Erving og Miriam Polster har været med til at bevæge gestaltterapien i denne retning. Det er især Hycner (1993), og Lynne Jacobs (Hycner and Jacobs, 1995) der har udviklet og beskrevet den relationelle gestaltterapi, hvor alt, hvad der sker i den terapeutiske relation betragtes som del af feltet. Traditionelt har terapeuten holdt sig selv ude af feltet. Der er tale om en justering af praksis i forhold til teorien. Relationen har hele tiden været vægtet i teorien."

Når vægten også i praksis lægges på relationen bliver der mere plads til medfølelse, og den meget provokerende gestaltterapeutiske stil er således ved at være gammeldags. Gary Yontef betragter denne udvikling som god og nødvendig, fordi han finder, at den meget offensive og provokerende stil gjorde skade på klienterne ved at gå efter at nedbryde forsvaret. I stedet bliver støtte, medfølelse og venlighed nøgleord for den terapeutiske praksis, og Gary Yontef mener, at en del mennesker, der tager afstand fra den gammeldags stil, er interesserede i relationel gestaltterapi.

Litteraturhenvisninger:

Yontef; Gary: Awareness, Dialogue & Process. Gestalt Journal Press 1993.

Hycner, Richard: Between Person and Person. Towards a dialogical psychotherapy . The Gestalt Journal Press 1993.

Hycner, R. & Jacobs L.: The healing Relationship in Gestalt Therapy.

A dialogic/Self psychology approach. The gestalt journal Press 1995.