

Contatto Gestalt

Fra le varie discipline nate all'interno del filone umanistico-esistenziale, troviamo la Gestalt. Tante persone hanno contribuito al suo sviluppo e alla sua diffusione, ma se dovessimo indicare il principale artefice questo sarebbe sicuramente Fritz Perls. Fra i vari approcci di questo filone, la Gestalt è in particolare quella che costituisce, a mio parere, la miglior integrazione alla modalità rogersiana. La tecnica di Rogers è estremamente femminile e non-direttiva, utilizzando ascolto, accoglienza, comprensione,



accettazione. La Gestalt, più maschile e semi-direttiva, introduce nella relazione d'aiuto maggior intraprendenza, attività, cambio dello schema esistente, sperimentazione, aggressività che in Gestalt acquisisce la semplice e positiva connotazione etimologica dell'andare verso. L'orientamento è rivolto al promuovere il processo di crescita e sviluppare il potenziale umano. Nel suo operare non va soltanto al di là dei ruoli recitati, ma riempie i vuoti, per restituire alla persona integrità e completezza. Per fare questo occorre ascoltare i sintomi intesi come messaggi esistenziali, con attenzione e rispetto, incoraggiarne la massima espressione attraverso la modalità dell'amplificazione, intensificandoli per meglio comprenderli e chiedersi cosa vogliono significare, quale messaggio veicolano. La loro gerarchia è stabilita dall'emergenza della Gestalt più urgente, nel qui e ora del soggetto e della sua relazione con l'ambiente. Il significato della parola Gestalt, richiama una forma completa, alludendo al completamento di un processo che parte da un bisogno che trova la sua soddisfazione.

All'interno di questa prospettiva globale, olistica, il compito della Gestalt è lo sviluppo ed il mantenimento di una soddisfacente armonia e non la "riparazione" o la semplice "eliminazione" dei sintomi. La riparazione ed eliminazione si riferiscono piuttosto ad un'idea di normalità a cui uniformarsi. Visione totalmente contraria allo spirito della Gestalt, che valorizza il diritto alla differenziazione ed all'originalità individuale. La "normalità" in Gestalt non è adattamento sociale, ma la capacità di inventare nuove regole attraverso l'adattamento creativo all'ambiente.

Fabrizio Rossi

Dottore in Filosofia - Counselor, Formatore e Supervisore Direttore della Scuola di Counseling Lasu di Parma (www.lasu.it). Autore del libro "Tutto è Relazione" edito da Crisalide (2019).