

Queerowanie terapii gestalt

**Różnorodność płci
i relacji w kontekście
terapeutycznym**

redakcja naukowa
Ayhan Alman
John Gillespie
Vikram Kolmannskog

przełożyła
Dorota Przygucka

 OFICYN
ZWIĄZEK
OTWARTY

© All Rights Reserved

Authorised translation from the English language edition published by
Routledge, a member of the Taylor & Francis Group

Queering Gestalt Therapy 1 st edition ISBN: 9781032371092
which is edited by Ayhan Alman, John Gillespie,
Vikram Kolmannskog

Copyright © 2023 by Routledge

Copyright © for the Polish translation 2024 by Dorota Przygucka

Copyright © for this edition by Oficyna Związek Otwarty 2024

Redakcja: Aleksandra Małek
Konsultacja ekspercka, „sensitivity reading”
oraz korekta: Michalina Pągowska
Opieka redakcyjna: Anna Bal, Katarzyna Kurska-Wilk

Projekt okładki, grafiki, skład i łamanie:
Paweł Sky (www.pawelsky.pl)

Wydanie I

Warszawa 2024

ISBN 978-83-972220-3-8

Oficyna Związek Otwarty
www.oficynazwiazekotwarty.pl
biuro@oficynazwiazekotwarty.pl

Q

Lynne Jacobs

Ayhan Alman

John Gillespie

Vikram Kolmannskog

Daniel Morrison

Elsa Almås

Dominic Hosemans

Parvy Palmou

Rebecca Waletich

Miriam Grace

Paul V. Ricketts

Sanjay Kumar

Silva Neves

Daniel Morrison

Billy Desmond

Ayhan Alman

Vikram Kolmannskog

SPIS TREŚCI

.....

Podziękowania 10

Przedmowa 14

Lynne Jacobs

Witajcie, wszystkie osoby 18

Ayhan Alman, John Gillespie i Vikram Kolmannskog

Rozdział 1. **Zrozumieć radykalne płciowo osoby klienckie** 24

Daniel Morrison

Rozdział 2. **Identyfikacja płciowa** 46

Elsa Almås

Rozdział 3. **Wytrzymywanie niepewności tak, aby można było o niej myśleć: relacyjna terapia gestalt z dziećmi twórczymi płciowo** 72

Dominic Hosemans

Rozdział 4. **Lata drag i queer jako sposób na rozwinięcie terapeutycznego self: wprowadzanie pracy ulicznej do gabinetu** 90

Parvy Palmou

Rozdział 5. **Eksperyment i fenomenologia w leczeniu dysforii płciowej** 108

Rebecca Waletich

Rozdział 6. **„Samolubna i destrukcyjna”: gdzie lesbijka w zaawansowanym wieku szuka wsparcia terapeutycznego?** 140

Miriam Grace

Rozdział 7. **Syn gej i jego umierający heteroseksualny ojciec: relacja o niejednoznacznej stracie i ucieleśnieniu homofobii** 164

Paul V. Ricketts

Rozdział 8. **Aktywizm i terapia** 184

Sanjay Kumar

Rozdział 9. **Kompulsywne zachowania seksualne: wyjść poza granice myślenia o uzależnieniach** 192

Silva Neves

Rozdział 10. **Queerowanie relacji** 214

Daniel Morrison

Rozdział 11. **LGBTQIA w wiejskiej Irlandii: życie przeżywane twórczo** 236

Billy Desmond

Rozdział 12. **Psychoterapia gestalt wrażliwa na różnorodność płciową, seksualną i relacyjną (*Gender, Sex, and Relational Diversity, GSRD*)** 254

Ayhan Alman

Rozdział 13. **„Założyłam, że osoba, w której się zakochałam, była mężczyzną”: heteronormatywność i queerowe eksperymenty w treningu terapii gestalt** 278

Vikram Kolmannskog

Ten ważny tom, będący pierwszą recenzowaną książką tego rodzaju, zajmuje się aktualną luką w dziedzinie terapii gestalt: praktyka – i szerzej psychoterapia – nadal cierpi z powodu wszechobecnej hetero- i cis-normatywności.

Publikacja stanowi zbiór opartych na terapii gestalt materiałów badawczych i szkoleniowych dotyczących różnorodności płci, seksualności i relacji (GSRD), w tym rozdziały omawiające różne aspekty GSRD oraz to, w jaki sposób osoby terapeutyczne mogą stać się bardziej wrażliwe na GSRD. Osoby autorskie pozycjonują się w całym spektrum GSRD. Ich głosy stanowią zaproszenie do dalszego queerowania społeczności gestalt za pomocą różnorodnych treści, od akademickich, zorientowanych na badania, po empiryczne, refleksyjne perspektywy. W rozdziałach osoby czytające znajdą omówienie kwestii związanych z pracą z osobami klienckimi radykalnymi płciowo, płcią i seksualnością, różnorodnością relacji, integracją GSRD i terapii gestalt oraz podejściem do heteronormatywności w nauczaniu terapii gestalt.

Queerowanie Terapii Gestalt jest przeznaczona dla każdej osoby, która jest zainteresowana różnorodnością płci, seksualności i relacji, zwłaszcza w odniesieniu do praktyki terapii gestalt. Książka ta będzie szczególnie przydatna dla osób terapeutycznych, superwizorskich, trenerskich i studenckich zajmujących się terapią gestalt.

Ayhan Alman jest psychoterapeutą queer z muzułmańskim, bliskowschodnim kontekstem i zachodnim wychowaniem. Szkolił się jako psychoterapeuta gestalt w Metanoia Institute w Londynie. Terapeutycznie interesuje się tym, jak uprzedzenia wpływają na zdrowie psychiczne zmarginalizowanych społeczności.

John Gillespie jest terapeutą gestalt mieszkającym w Londynie. Jest dyrektorem i założycielem New Gestalt Voices i wieloletnim redaktorem NGV International Journal. Pracuje jako niezależny konsultant w sektorze charytatywnym/publicznym, łącząc to z niskopłatną pracą terapeutyczną.

Vikram Kolmannskog, dr filozofii, jest queerowym, kolorowym profesorem, terapeutą gestalt i pisarzem. Szkolił się i obecnie pracuje jako profesor w Norweskim Instytucie Gestalt. Ponadto prowadzi prywatną praktykę terapeutyczną i superwizję w pobliżu Oslo oraz realizuje szkolenia zarówno w kraju, jak i za granicą. Jest autorem kilku książek, w tym *The Empty Chair: Tales from Gestalt Therapy* (Routledge, 2018).

Q



P

R

S

T



Projekt ten był długotrwały, a przy jego tworzeniu korzystaliśmy z pomocy wielu osób. Chcemy w szczególności podziękować tym, które przyczyniły się do recenzji i których wsparcie odegrało kluczową rolę w przygotowaniu wysokiej jakości materiałów. Podziękowania za wsparcie zechcą przyjąć dr Bernadette Latuch, Schrusch, dr Kamila Biały, dr Rhys Price-Robertson, dr Melissa Sedmak, Chris O'Malley, dr Adam Kincel, Koyote Millar, dr Saya Karavadra, Steve Ausbury i Andrés Lekanger (Chem-friendly Norge).

Chcielibyśmy wyrazić głęboką wdzięczność New Gestalt Voices za stworzenie domu i platformy do opracowania książki oraz zaangażowanie w pozyskiwanie pierwszych materiałów.

Specjalna grupa zainteresowań GSD w IAAGT (The International Association for the Advancement of Gestalt Therapy), a zwłaszcza współprzewodniczący dr Daniel Bak i Billy Desmond, byli niezwykle pomocni na początku projektu – wierzyli w nas, a grupa pomogła ukształtować tę książkę, od załóżka pomysłu do w pełni rozwiniętej książki, którą oddajemy dzisiaj w ręce osób czytelnicznych.

Jesteśmy też winni podziękowania dr Leanne O'Shei za zachętę i oferty wsparcia rozwoju tego projektu.

Chcielibyśmy również podziękować Dominicowi Daviesowi z Pink Therapy za dostarczenie dodatkowych kontekstów wokół terminologii GSRD i jej ewolucji, a także dr. Alexowi Iantaffiemu – jednemu ze współautorów *Life isn't binary* – za wsparcie w zakresie teorii GSRD.

W obszarze psychoterapii jest wiele innych osób i organizacji, takich jak Pink Therapy, którym jesteśmy winni wdzięczność za innowacje w kwestiach związanych z GSRD. Bez nich ta książka niewątpliwie nie przybrała-

by obecnego kształtu. Jesteśmy głęboko wdzięczni wszystkim osobom, które dzieliły się swoją prawdą i wrażliwością, kształcąc nas jako autorów i poszerzając wiedzę całego środowiska psychoterapeutycznego na temat pracy z osobami klienckimi GSRD.

Dodatkowo, każdy z nas korzystał z własnego osobistego wsparcia, które utrzymywało nas na powierzchni w tych momentach, gdy aspekty naszej queerowej tożsamości nie spotykały się ze zrozumieniem w świecie psychoterapii.

Ja (John) chciałbym szczególnie podziękować osobom z mojej grupy superwizyjnej w „London Friend” – Keithowi Barberowi, Sarah Reilly, Alecowi Scottowi Rookowi i Hillary Ratnasabapathy za miłość i wsparcie, które konsekwentnie mi dawały. Chciałbym również podziękować kolegom redaktorom Vikramowi i Ayhanowi za ich wsparcie.

Ja (Ayhan) dziękuję moim kolegom redaktorom Vikramowi i Johnowi za ich nieograniczone wsparcie i opiekę podczas całego procesu redakcyjnego i poza nim. Dziękuję moim nauczycielom i trenerom z Metanoia Institute, Relational Change i Contemporary Institute for Clinical Sexology (CICS), którzy odegrali kluczową rolę w rozwoju mojej praktyki psychoterapeutycznej. Dziękuję też moim bliskim i przyjacielom, którzy stanowili dla mnie oparcie w chwilach stresu.

Ja (Vikram) dziękuję moim kolegom redaktorom, Johnowi i Ayhanowi. Praca z wami nad tą książką była dla mnie przyjemnością. Jako queerowy terapeuta gestalt czułem się również wspierany i inspirowany przez specjalną grupę zainteresowań GSD IAAGT, w szczególności mniejszą grupę psychoterapeutów LGBTQ spotykających się regularnie pod tym parasolem. Jestem wdzięczny każdej osobie członkowskiej, jak również całej grupie. Wreszcie, dziękuję

moim kolegom i koleżankom z Norweskiego Instytutu Gestalt za wsparcie i zachętę do pracy w obszarze GSRD.

Pragniemy podziękować Margaret Brady (przewodniczącej rady redakcyjnej) z „Inside Out Journal: The Irish Journal for Humanistic and Integrative Psychotherapists” za zgodę na ponowną publikację artykułu Billy’ego Desmonda oraz Gro Skottun, redaktorce „Norsk Gestalt-tidsskrift”, za zgodę na ponowną publikację artykułu Vikrama Kolmannskoga.

Na koniec dziękujemy dr Lynne Jacobs za jej wsparcie i podziękowania wyrażone w przedmowie.



dr Lynne **Jacobs**

Miałam sześć tygodni, gdy wybuchła tak zwana wojna koreańska. Mój ojciec, wówczas lekarz armii amerykańskiej, otrzymał rozkaz natychmiastowego wyjazdu do Korei. Moja matka opuściła wtedy bazę wojskową i wraz ze mną, i moim bratem przeniosła się do domu swojej matki. Moja babcia należała do amatorskiej grupy teatralnej. W bliskim kręgu jej przyjaciół było trzech mężczyzn, którzy nosili mnie, przytulali i bawili przez pierwsze 18 miesięcy mojego życia. Przez wiele lat odgrywali oni ważną rolę w moim życiu.

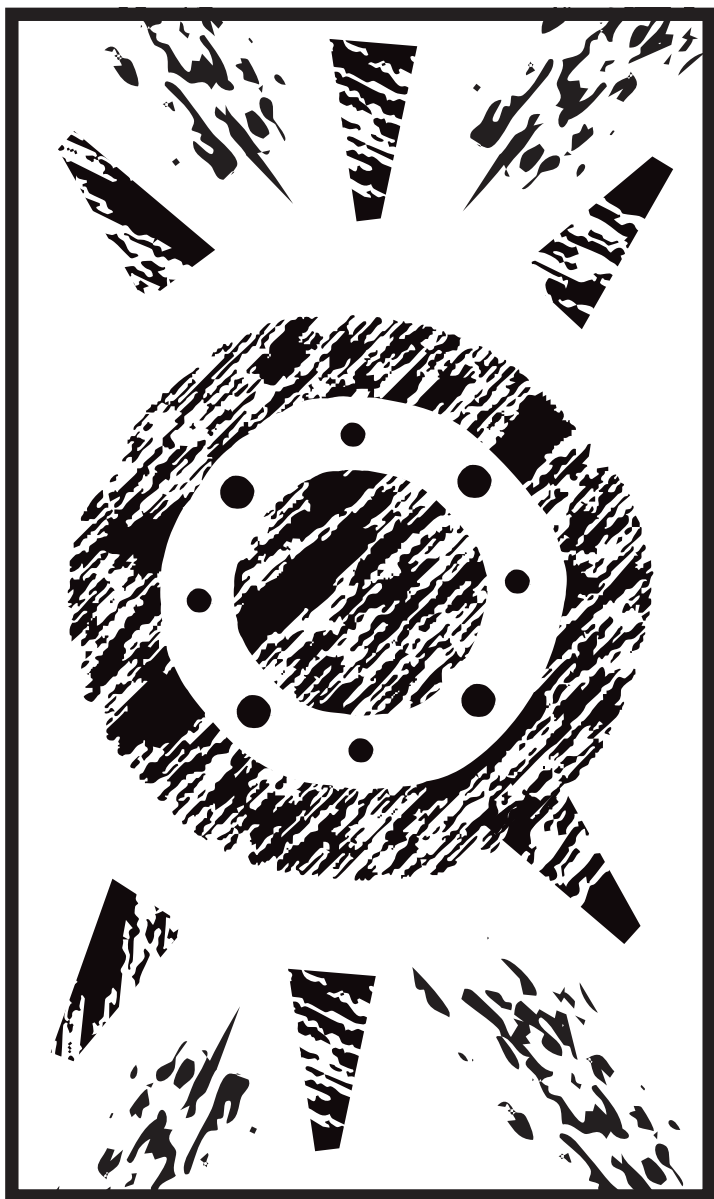
Nikt nigdy nie wspomniał o tym, że ci drodzy przyjaciele mojej babci byli gejami. To musiała być tajemnica poliszynela. Każde z nas zapłaciło za to swoją cenę. Kochaliśmy się, ale ze staranną wyważoną bliskością.

Czasy się zmieniły, o czym świadczy ten odważny zbiór tekstów. Ale czasy *nie* zmieniły się wystarczająco, o czym także świadczy ten zbiór artykułów! W wielu z tych rozdziałów pojawiają się podteksty, w niektórych momentach brzmiące jak prośba o przyznanie takiej samej wolności do życia w pełni człowieczeństwa. Człowieczeństwa, które ja jako heteroseksualna biała kobieta mam przyznane w większym stopniu (choć nie w pełni). W innych fragmentach po-brzmiewa bunt, nacisk, by nie odmawiano wolności do życia w pełni człowieczeństwa. Jest również silna determinacja, aby wykorzystać kliniczne i osobiste doświadczenie, aby pomóc nam wszystkim stworzyć dla naszych osób klienckich przyjazną, kompetentną, afirmującą płęć i gender przestrzeń terapeutyczną.

Bez wątpienia moje osoby pacjenckie skorzystają na tym, że przeczytałam tę książkę. A ja skorzystałam na tym osobiście. Niektóre eksploracje poszerzyły moją wiedzę, niektóre podważyły kilka moich założeń, zwłaszcza eksploracje do-

tyczące seksualności. Zostałam zaproszona do wczucia się w światopogląd, który rzuca wyzwanie powszechnym binarnym opozycjom dzielącym ludzi na homo/hetero i mężczyzn/kobiety. Kiedy otworzymy się na mniej binarne spojrzenie na każde ludzkie doświadczenie i poddamy krytyce przyjęte normy dotyczące płci i seksualności, będziemy bardziej wolne, pełniejsze, bardziej ekspansywne, bardziej płynne w tym, jak przyjmujemy nasze osoby pacjenckie, a także w tym, jak rozumiemy siebie. Doświadczenie czytania tej książki zmieniło mnie i jestem dzięki temu bogatsza.

Wszyscy już wiemy, że tło, z którego wyłaniają się nasze figury, jest dogłębnie nasycone kulturowo. Nasze figury zainteresowania noszą cień kulturowo zdefiniowanych norm i są kształtowane oraz ograniczane przez nasz brak świadomości ich normatywnej natury. Kiedy tracimy z oczu to, jak związany z kulturą jest nasz proces figury/tła, łatwo jest tym z nas, które znajdują się na „uprzywilejowanych” pozycjach społecznych, patologizować ludzi, którzy łamią społecznie usankcjonowane normy. Nie uznajemy norm za normy. Przyjmujemy, że są one po prostu „tym, jakie rzeczy są (powinny być)”. Otrzymałam dar nauczania się, że moje białe amerykańskie tło nie jest rzeczywistością, ale zbiorem norm. Dar ten pochodzi z możliwości czytania i rozmawiania z czarnoskórymi osobami autorskimi, przyjacielskimi i koleżeńskimi, które widzą moje tło wyraźniej niż ja. Częściowo dlatego, że zostały zranione przez białe normy, które są traktowane jak „rzeczywistość”. To samo dotyczy tej książki. Osoby autorskie rzuciły mi wyzwanie, abym była lepszym człowiekiem, lepszą klinicystką i bardziej wolną osobą w moim własnym ciele. Zrobiły to, kwestionując sposób, w jaki definiujemy płęć i seksualność, i w ogóle starając się je zdefiniować!





Ayhan **Alman**
John **Gillespie**
Vikram **Kolmannskog**

Zapraszamy te z was, które uczą się terapii gestalt, są w pełni wyszkolonymi osobami terapeutycznymi gestalt, trenerskimi lub badawczymi, a także te z was, które należą do innych tradycji terapeutycznych lub nie należą do żadnej z nich. Zapraszamy te z was, które są nowe w tematach takich jak ten, a także te z dużym doświadczeniem w tej dziedzinie. Witamy wasze ciała – ciała o różnych rozmiarach, zdolnościach i wyzwaniach, zarówno widocznych, jak i niewidocznych. Zapraszamy osoby w każdym wieku. Witamy wszystkie tradycje wiary, w tym te osoby, które straciły wiarę lub nigdy jej nie miały. Witamy ludzi wszystkich grup etnicznych, w tym czarnoskórych, śniadych, rdzennych, osoby o mieszanym pochodzeniu etnicznym i tych, którzy nie są pewni, gdzie przynależą. Witamy ludzi o różnym pochodzeniu ekonomicznym i sytuacji życiowej. Zapraszamy wszystkie języki, którymi się posługujemy oraz wiele sposobów mówienia i pisania po angielsku. Witamy osoby wszystkich płci, w tym osoby identyfikujące się jako transpłciowe, niebinarne, queer i wszystkie, dla których etykiety nie mają zastosowania. Witamy wszystkie orientacje seksualne i związki, w tym queer i hetero, partnerskie, samotne, monogamiczne, poliamoryczne lub inne. Witamy każde z was w całej bogatej złożoności waszej tożsamości, w tym w wymiarach, o których nie wspomnieliśmy. Chcemy uczcić każde z was w tej pracy, którą podejmujemy i mówimy wam: WITAJ*.

Międzynarodowe Stowarzyszenie na rzecz Rozwoju Terapii Gestalt (IAAGT) organizuje co dwa lata konferencję

* To powitanie jest zainspirowane utworem „Canticle – We Welcome You” z którym Vikram zetknął się jako student w Mindfulness Meditation Teacher Certification Programme (<https://mmtcp.soundstrue.com/>, dostęp: 4.08.2024).

dla osób praktykujących gestalt. W 2018 roku w Toronto, podczas konferencji zatytułowanej „Radical Respect” i skupionej na różnorodności, wiele (nie wszystkie) terapeutek gestalt o queerowej tożsamości doświadczyło czegoś, co trudno wyrazić słowami. Hodgson* w poruszający sposób opisuje jedno ze swoich osobistych doświadczeń:

Pod koniec wieczoru inauguracyjnego organizatorzy docenili mężczyzn, którzy wspierali obecność kobiet. Heteronormatywność tego gestu była uderzająca. Jako lesbijka czułam się zepchnięta na margines i wykluczona. Milczałam. Rozejrzałam się, by sprawdzić, czy ktoś jeszcze zareagował: najwyraźniej nie, więc jeszcze bardziej odczułam swoją izolację. Ten moment uwypuklił bardzo trudny temat – jak zabrać głos, jednocześnie zdając sobie sprawę z ryzyka zawstydzenia drugiej osoby.

Napięcie między milczeniem a zabieraniem głosu, ciężarem izolacji a ryzykiem zawstydzenia drugiej osoby jest powszechnym tematem dla zmarginalizowanych społeczności. Stąd właśnie wziął się pomysł na tę książkę: sztywny gestalt, który krzywdzi społeczności queer.

Pomysł na tę książkę narodził się po konferencji w ramach specjalnej grupy zainteresowań Gender and Sexual Diversity (GSD) IAAGT i przy wsparciu Johna Gillespie przeniósł się do społeczności New Gestalt Voices. My, redaktorzy, zaprosiliśmy do współpracy osoby ze społeczności

* Hodgson, D. (2018). Reflections on radical respect. *British Gestalt Journal*, 27/29, s. 62–63.

terapii gestalt i spoza niej, z których większość sama jest queer.

Zdajemy sobie sprawę, że wszyscy trzej redaktorzy to mężczyźni. Jest to ograniczenie, które staraliśmy się złagodzić poprzez świadome zapraszanie szerokiego grona do współpracy, w tym również osób, które nie są mężczyznami. Mimo to, większość osób autorskich jest płci męskiej. Należy również wspomnieć, że w antologii na temat różnorodności płci i relacji (GSRD)** można było uwzględnić znacznie więcej perspektyw, doświadczeń i refleksji. W pewnym momencie musieliśmy jednak zacząć pracować z materiałem, który mieliśmy, i wierzymy, że ta książka jest znaczącym dodatkiem do omawianej dziedziny. Mamy nadzieję, że w ślad za nią pojawi się wiele kolejnych.

Jak wskazano w akapicie otwierającym, książka ta jest przeznaczona dla każdej osoby, która jest zainteresowana GSRD i terapią, zwłaszcza terapią gestalt. Każdej, bez względu na tożsamość płciową, orientację seksualną czy preferencje dotyczące relacji. Chociaż serdecznie witamy osoby czytające, które należą do innych tradycji terapeutycznych lub w ogóle nie należą do żadnej z nich, trzeba zaznaczyć, że kilka rozdziałów przyjmuje za pewnik podstawowe zrozumienie teorii i koncepcji terapii gestalt. Istnieje szereg innych książek, które mogą służyć jako wprowadzenie do terapii gestalt i odsyłamy do nich zainteresowane

** Termin „Gender & Sexual Diversity” został pierwotnie ukuty przez seksuologa Dominica Daviesa (2007) i dalej rozwinięty do „Gender, Sexuality & Relationship Diversity” (GSRD) przez dra MJ Barkera (Davies i Barker, 2015). Davies poinformował nas w e-mailu, że w najnowszej iteracji terminu GSRD zmieniono słowo „sexuality” na „sex”, aby bardziej uwzględnić doświadczenia osób interpłciowych, ponieważ termin „sex” może oznaczać „seksualność” i „biologiczny aspekt płci” (patrz także Davies i Pink Therapy, 2021).

osoby*. Ta książka jest również zaproszeniem do dalszego queerowania społeczności gestalt za pomocą różnorodnych treści, od akademickich, zorientowanych na badania, po doświadczeniowe, refleksyjne perspektywy. Doceniamy akademicki rygor, jednak wiemy, że środowisko akademickie samo w sobie wyklucza wiele głosów, które zasługują na wysłuchanie. Dlatego też poddaliśmy wszystkie rozdziały procesowi wzajemnej weryfikacji, ale ostatecznie przedłożyliśmy doświadczenie nad teorię, wrażliwość nad doskonałość, dostępność nad ograniczenia.

Osoby autorskie wielu rozdziałów przedstawiają i badają złożoność GSRD, dlatego zdecydowaliśmy się ustrukturyzować książkę, zaczynając od rozdziałów, które koncentrują się na płci (tekst o osobach klienckich *gender radical* Morrisona, teksty Almás, Hosemansa, Palmou, Waletich); następnie te koncentrujące się na seksie i seksualności (teksty Grace, Rickettsa, Kumara, Nevesa); następnie jeden dotyczący różnorodności relacji (queerowanie relacji Morrisona); kończąc na trzech nadrzędnych, ogólnych rozdziałach: jeden na temat sekretnego życia LGBTI w wiejskiej Irlandii (Desmonda), jeden na temat integracji GSRD i terapii gestalt (Almana), i ostatni na temat zajmowania się heteronormatywnością w szkoleniu terapii gestalt (Kolmannskoga).

Ukończenie tego projektu zajęło nam cztery długie lata. Był to zbiorowy wysiłek. Wiele osób wolontariackich włożyło swoje serca, umysły i ciała w ten projekt, aby doprowadzić go do mety. Z pewnością wpłynęło to i wzbogaciło nas, redaktorów, osobiście i zawodowo. Mamy nadzieję, że Ty,

* Jeden z redaktorów, Vikram Kolmannskog, napisał książkę, która jest zarówno zbiorem opowieści terapeutycznych, jak i wprowadzeniem do terapii gestalt: *The Empty Chair. Tales from Gestalt Therapy* (Routledge, 2018).

osobo czytająca, doświadczysz prowokacji, ciekawości, znajomości, ekscytacji, a także będziesz nadal uczyć się i rozwijać, pomagając uczynić terapię gestalt i inne dziedziny bardziej wrażliwymi na GSRD.

LITERATURA

- Davies, D. (2007). Not in Front of the Students. *Therapy Today: BACP*, 18.
- Davies, D., Barker, M. J. (2015). Gender and Sexual Diversity: respecting difference. *The Psychotherapist*, 60, 16–17.
- Davies, D., Pink Therapy, 2021. *What does GSRD mean*, https://pinktherapy.org/gsr_d_en/ (dostęp: 29/07/2024).
- Hodgson, D. (2018). Reflections on radical respect. *British Gestalt Journal*, 27(29), 62–63.
- Kolmannskog, V. (2018). *The Empty Chair. Tales from Gestalt Therapy*. Routledge.