

(Mobile ebook) Was ist Gestalttherapie

## Was ist Gestalttherapie

*Von Frederick S Perls*

*\*Download PDF / ePub / DOC / audiobook / ebooks*



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrank: #226763 in BcherVerffentlicht am: 2004-01-01Abmessungen: 8.07 x .94b x 4.88l, Einband: Taschenbuch160 Seiten | File size: 33.Mb

**Von Frederick S Perls : Was ist Gestalttherapie** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Was ist Gestalttherapie:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen5 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Thermen, Tanz und TherapieVon GHDas Buch besteht zum grten Teil aus Transkripten jener Demonstrationsbungen,

die Fritz Perls in seiner Zeit in Esalen (1964 - 1969) gemacht hat. Esalen bei Big Sur, etwa 300 km von San Francisco entfernt: Das war, wie die Herausgeber im Vorwort erklären, zu dieser Zeit ein Mekka der Hippie- und Gegenkultur und Fritz Perls war ein Teil dieser Gegenkultur. Das war Flutenspielen und Nacktbaden, das war Weintrinken und Jointrauchen, das war Bewusstseinsweiterung und Zen-Meditation, das war Encounter- und Gestalttherapie. Auf Seite 64 sind zwei Photos wiedergegeben. Eines zeigt eine Folk-Band (u.a. mit Mama Cass von den Mamas and Papas und Arlo Guthrie), eines Fritz Perls eben dort beim Festival mit einer jungen Musikerin. So wird diese Atmosphäre von Esalen etwas greifbarer. Wie liefen die Seminare ab? Die Transkripte zeigen, dass Perls v.a. mit Träumen arbeitete, mit der Technik des "leeren Stuhles" und mit der Bewusstmachung von Körperhaltungen. Perls Arbeit mit Träumen unterscheidet sich ziemlich deutlich von der psychanalytischen Traumdeutung. Gedeutet wird nämlich gar nichts. Der Teilnehmer erzählt den Traum (in Gegenwartsform) und wird dann von Perls aufgefordert, in verschiedene Traumelemente zu schlüpfen, sich auf den "leeren Stuhl" zu setzen und aus dieser Perspektive zu erzählen. So tritt die Person mit Teilen von sich selbst in einen Dialog. Diese Teile (Traumelemente) müssen nicht Personen sein. Das können auch Dinge sein wie Eisenbahnschienen sein oder Körperteile wie ein Mund oder sogar auch nur die "Stimme". Die Idee dahinter ist, dass diese Elemente abgespaltene Persönlichkeitsanteile darstellen, die durch die Arbeit am Traum bewusst werden und so wieder integriert werden können. Die Transkripte zeigen aber auch noch anderes: Trotz der Beteuerungen von Perls, dass nicht "Technik", sondern "Haltung", "Beziehung", "Kontakt" in der Gestalttherapie die Hauptrolle spielen, zeigt sich doch eine ziemlich mechanische Abfolge in diesen Demonstrationen. Und trotz der Beteuerungen, dass der Patient die Arbeit mache, zeigen sie einen sehr steuernden und direktiven Perls. Zwar werden die Teilnehmer aufgefordert, ihre eigenen "Skripts" (Drehbücher) zu entwickeln und doch folgen sie dabei sehr subtil einem "Megaskript" von Perls. Das wird erst richtig deutlich, wenn man die Transkripte hintereinander liest. Von Theorie hält Perls in jenen Jahren nichts. Es geht nicht um theoretische Einsicht, sondern um Erfahrung und Erlebnis und um spontane "Mini-Satoris" (Aha-Erlebnisse). Deshalb gibt es in diesem Buch und in diesen Transkripten von ihm auch keine theoretische Antwort auf die Frage, was Gestalttherapie sei, sondern immer wieder nur Demonstration von ihr. Das halte ich durchaus für legitim und für konsistent mit dem Ansatz, im Hier und Jetzt und in der Begegnung zu arbeiten. Es hat aber auch den Geruch der Beliebigkeit und der Immunisierung gegen Kritik. Das fanden wohl auch die Herausgeber, weshalb sie in einem knappen aber doch informativen Nachwort einen solchen Überblick zur Verfügung stellen. Summa summarum: Das Buch ist keine ausführliche Einführung in die Gestalttherapie. Es ist keine Darstellung aller Richtungen und Nebenrichtungen, ihrer prägenden Vertreter und ihrer Weiterentwicklungen. Es ist eine Sammlung von Original-Transkripten von Fritz Perls Therapien/Demonstrationen aus seiner Zeit in Esalen. Und da Fritz Perls für die Gestalttherapie in etwa die Bedeutung hat, die Sigmund Freud für die Psychoanalyse hat, ist es schon aufregend, nachzulesen, wie er (zu dieser Zeit, an diesem Ort) gearbeitet hat. Wer allerdings an einem Überblick interessiert ist, ist sicherlich mit einem anderen Buch besser bedient. 4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Für Laien kaum nachvollziehbare Transkripte Von Stephan Das Buch Was ist Gestalttherapie? verspricht eine Antwort auf genau diese Frage zu geben, kann es aber nur bedingt. Vielmehr ist es eine Sammlung von Transkripten aus Sitzungen von Fritz Perls in Esalen. Leider sind die Sitzungsprotokolle zwischen Perls und Klienten für Laien nur schwer nachvollziehbar. Irgendwie scheint das zu fehlen, was im Hintergrund (nonverbal?) abgelaufen ist anders kann ich mir die Gesprächsverläufe nicht zusammenreimen. Bei manchen Protokollen steht davor eine mehrseitige Einleitung, in der Perls zu einigen Themen seine Meinung darlegt. Insgesamt kann das Buch nicht wirklich beantworten, was denn nun alles zur Gestalttherapie dazugehört und ist für Laien als Einführung nur wenig geeignet. Lesenswert dagegen für alle, die mehr am Gründer Fritz Perls, einigen seiner Ideen und Beispielen für seine Interventionen interessiert sind. Spannend fand ich dazu sowohl das Interview als auch seine autobiographischen Notizen am Ende des Buchs. Gesamtwertung: leicht enttäuschte 3 Sterne.~

**Kurzbeschreibung** Was in der Gestalttherapie heilend wirkt, sind neue Erfahrungen, nicht einfach neue Erklärungen. Nach dieser Einsicht hat Fritz Perls, einer der Begründer der Gestalttherapie, gearbeitet und das spiegeln die Vorträge und Demonstrationen in diesem Buch: Erlebnis- und erfahrungsbezogen, verwurzelt im Hier und Jetzt der therapeutischen Situation finden die Begegnungen statt, die Bewegung auslösen und Heilungsprozesse in Gang setzen. Die zweite Ausgabe ist um einen Anhang erweitert, in dem Stefan Blankertz und Erhard Doubrawa die Arbeitsweise der Gestalttherapie erläutern. Der Verlag über das Buch Dieses Buch ist ein wichtiges historisches Dokument. Gestalttherapie an ihren Wurzeln. Einfach und kraftvoll. Immer im Hier und Jetzt. Erlebnis- und erfahrungsbezogen. Denn das, was in der Psychotherapie wirkt, sind neue Erfahrungen und nicht einfach neue Erklärungen. Dieses Buch ist ein wichtiges historisches Dokument. Zum großen Teil erscheinen die hier veröffentlichten Texte von Fritz Perls, dem weltberühmten Mitbegründer der Gestalttherapie, zum ersten Mal in Schriftform: Vorträge, Demonstrationen, ein wirklich außergewöhnliches Interview und schließlich seine autobiographischen Stichworte. Mit seltenen Fotos von Fritz Perls. Gemeinsam veröffentlicht von Peter Hammer Verlag und Gestalt-Institut Kln / GIK

Bildungswerkstatt. Herausgegeben und mit einer Einföhrung von Anke und Erhard Doubrawa. Der Verleger END