

## Hvad er IGP: Integrativ Gestalt Praksis?

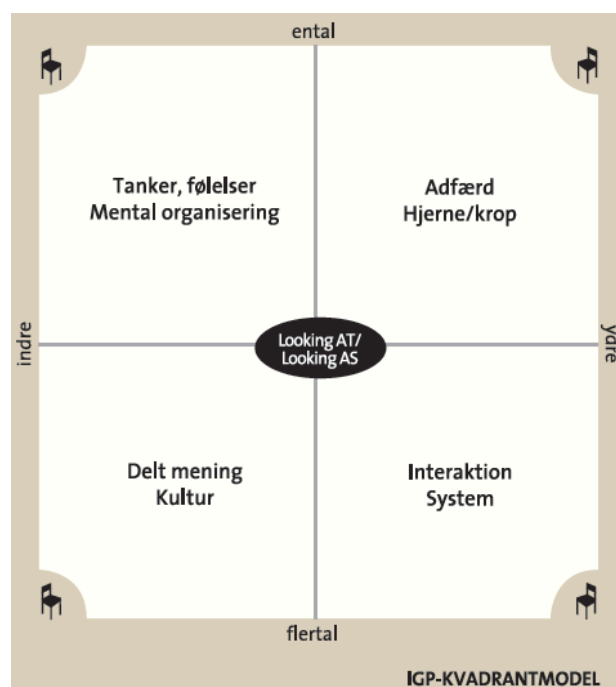
IGP er et bud på en reformulering af gestaltterapiens grundlagsteori og metode. Formålet er at opdatere gestalt med forskning og udviklinger indenfor psykologien, som er sket siden Perls' tid. Og samtidig vise hvordan grundteorien i gestalt kan være central i en mere almenpsykologisk forståelse og tilgang i arbejdet med mennesker i andre kontekster end terapi.

IGP er beskrevet i bogen: *Integrativ Gestalt Praksis – kompleksitet og helhed I arbejdet med mennesker*, som er udkommet på Hans Reitzels forlag.

IGPs grundlagsteori omfatter i overensstemmelse med gestaltterapi de tre elementer: Felt-begrebet, organisme-begrebet, samt selvreguleringsbegrebet og herunder gestaltningsproces-forståelsen.

Til at sammenknytte grundelementerne i gestalt-teorien med praksis har vi så de centrale gestalt-begreber Kontakt, Awareness og Eksperimentet.

I IGP arbejder gestaltpraktikeren med den systematiserede feltmodel, kvadrantmodellen, der hjælper til at skærpe opmærksomheden på, hvilke perspektiver man har i spil, når man arbejder som **integrativ gestalt praktiker**. Differentieringen af de mulige perspektiver på virkeligheden, som gestalttilgangen netop rummer (fx individets fænomenologi, individets adfærd, interaktioner og kontekstforhold) og systematikken i perspektivdifferentieringen er særkendet og noget af det nyskabende i IGP. IGP-kvadrantmodellen (inspireret af Ken Wilber) anvendes som implicit eller eksplicit redskab i skærpelsen af praktikerens perspektivtagnings evne.



Kvadrantmodellen er en systematik til at klargøre fra hvilket perspektiv fænomenerne anskues.

De venstre kvadrantperspektiver er de fænomenologiske, de højre vedrører de objektive vilkår (herunder de eksistentielle grundvilkår).

De øvre perspektiver vedrører entals (individ) perspektivet, De nedre vedrører flertalsperspektivet

Med reference til motivationsforskning, selvdetermineringsteori og vitaliseringspsykologi, udfolder IGP med nyere psykologiske begreber, hvad vi i Gestalt mener, når vi fx taler om organismisk selvregulering, introjektion og assimilation.

Et andet bidrag til udfoldelsen og opdatering af gestaltterapiens teori og praksis er koblingen til hukommelsesforskning. IGP skærper opmærksomheden på at gestalt til forskel fra flere andre terapiretninger i væsentlig grad arbejder på det procedurale hukommelsesniveau (til forskel fra det semantiske og episodiske). Med IGP introducerer vi i den forbindelse begrebet procedural gestaltningsparathed om den parathed, man på et mere organismisk niveau, kan have til at danne gestalter på en given måde.

Vi søger at give mere præcise definitioner af begreberne awareness, kontakt, eksperimentet og andre gestaltbegreber, så det bliver helt tydeligt, hvad det er gestalt kan bidrage med til andre dele af psykologien og hvordan gestalt-verdenen bedre kan være i dialog med de forskellige dele af psykologien.

Litteratur:

Sonne, M. og Tønnesvang, J. (2013): *Integrativ Gestalt Praksis – kompleksitet og helhed i arbejdet med mennesker*. Hans Reitzels forlag , Kbh.