

Badania w Gestalt
Podstawowe zagadnienia
w badaniach nad psychoterapią
Zarys historyczny i
współczesność

Spotkanie dla Członków PTPG -
30 stycznia 2026 r.

Zarząd PTPG

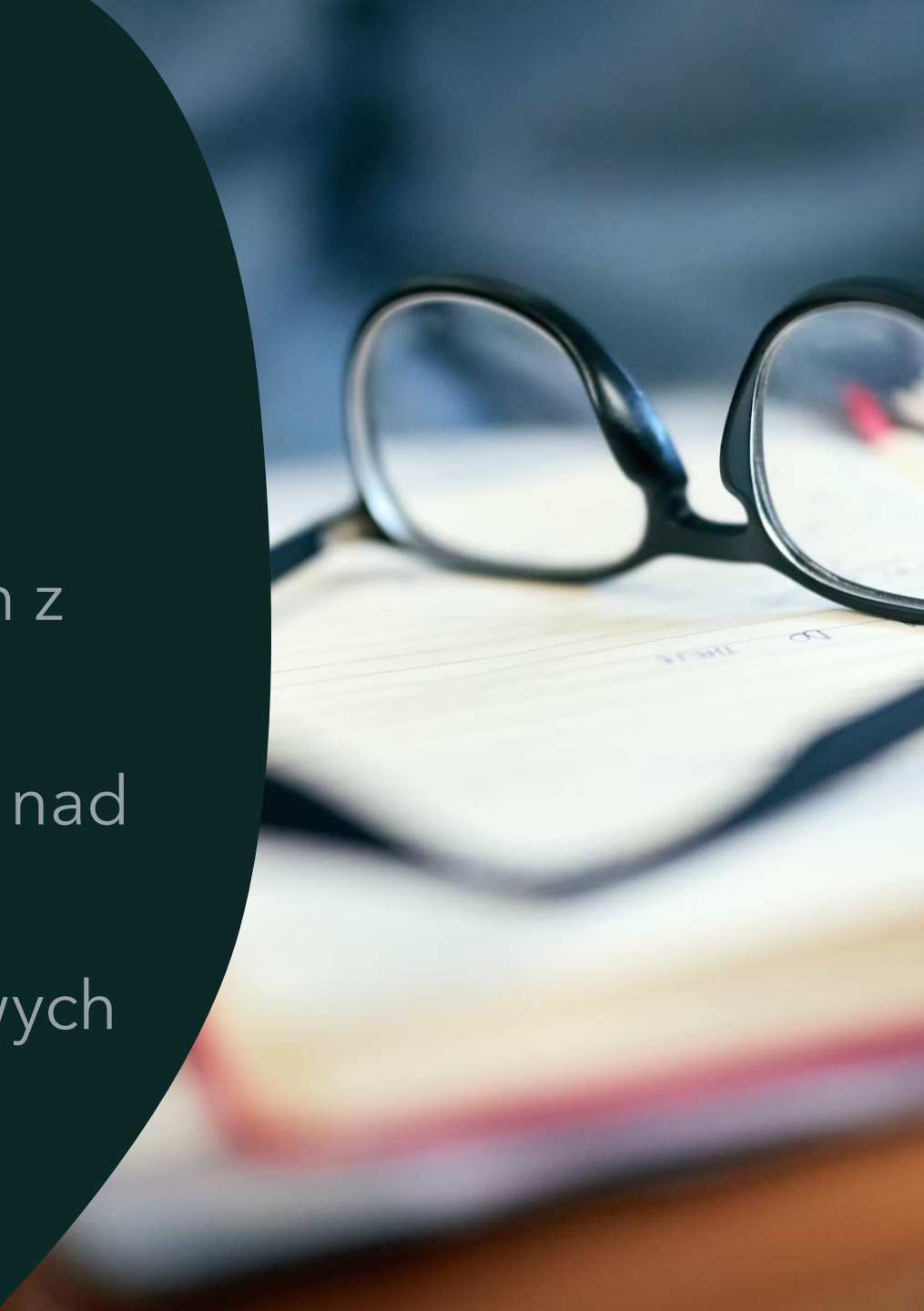
Iwo Tarkowski,
Joanna Dukiewicz, Magdalena Ryszka,
Aleksandra Andruszczak-Zin,
Andrzej Solarz



Polskie Towarzystwo
Psychoterapii Gestalt

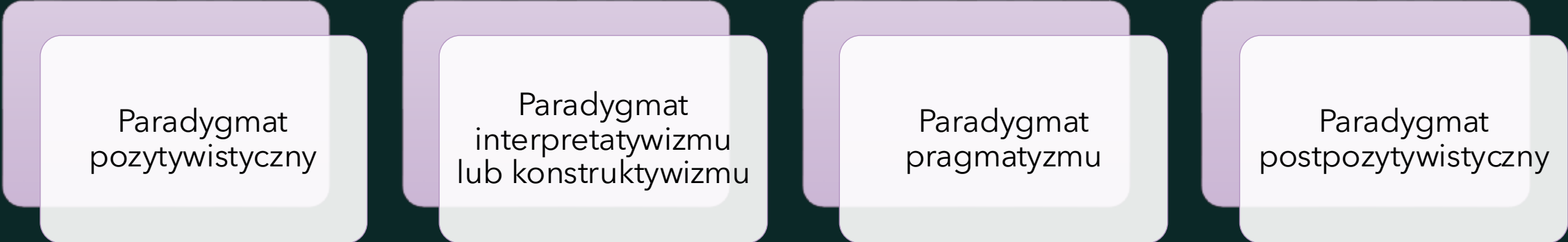
Intencja spotkania

- Procesy dotyczące psychoterapii, w tym Terapii Gestalt - zachodzące w Polsce i w Europie - omówienie.
- Wprowadzenie do zagadnień związanych z badaniami naukowymi w psychoterapii.
- Zarys historyczny i współczesność badań nad psychoterapią.
- Przedstawienie przeglądu badań naukowych dotyczących efektywności psychoterapii Gestalt.



Paradygmaty badawcze

- **Paradygmat badawczy to zbiór założeń, wartości i praktyk, który stanowi wzorzec lub model prowadzenia badań w danej dziedzinie.**
- Określa on, jak badacze powinni postrzegać rzeczywistość, jakie pytania zadawać oraz jakich metod powinni używać do zbierania i interpretowania danych. Paradygmaty kształtują ramy koncepcyjne pracy naukowej i definiują granice akceptowanych metod badawczych.



Paradygmat
pozytywistyczny

Paradygmat
interpretatywizmu
lub konstruktywizmu

Paradygmat
pragmatyzmu

Paradygmat
postpozytywistyczny

Paradygmat pozytywistyczny

- **Pozytywiści wierzą w pojedynczą rzeczywistość, którą można zmierzyć i zrozumieć.** W rezultacie podejścia ilościowe są wykorzystywane do kwantyfikacji tej rzeczywistości.
- Filozofia badawcza oparta na pozytywizmie wykorzystuje rygorystyczne podejście do systematycznego badania źródeł danych.
- Skupia się dążeniu do wytworzenia wiedzy, która umożliwia racjonalne (skuteczne) przewidywanie i projektowanie działań (ma to uczynić świat bardziej przewidywalnym i uporządkowanym, a przez to zrozumiałym).
- **Badacz i przedmiot badania są rozłączne.** Badanie naukowe powinno opierać się na obserwowalnych i mierzalnych faktach, a nie na subiektywnych doświadczeniach.

Paradygmat pozytywistyczny

- Dąży do wytwarzania takiej wiedzy, która pozwala w sposób pewny przewidzieć zachowania ludzi.
- **Przyjmuje istnienie świata obiektywnego** i zakłada możliwość obiektywnego poznania świata przy pomocy adekwatnych narzędzi.
- Stosuje metody badawcze wykorzystywane w naukach przyrodniczych (skupia się na hipotezach i ich weryfikowaniu oraz liczbach).
- **Zajmuje się tylko tymi obiektami czy zjawiskami, które można zmierzyć lub policzyć.**
- Dąży do ustalenia związków przyczynowo - skutkowych.

Paradygmat interpretatywizmu

- Interpretatywizm jest stosowany w większości badań jakościowych prowadzonych w naukach społecznych; **opiera się na istnieniu wielu rzeczywistości, a nie jednej prawdziwej rzeczywistości.**
- Według interpretatystów **ludzkie zachowanie jest złożone i nie można go przewidywać na podstawie z góry określonego prawdopodobieństwa.**
- **Ludzkie zachowanie nie przypomina zmiennej naukowej, którą można łatwo kontrolować.** Słowo interpretatywizm odnosi się do metod zdobywania wiedzy o wszechświecie, które opierają się na interpretowaniu lub rozumieniu znaczeń, jakie ludzie przypisują swoim zachowaniom.

Paradygmat konstrukttywizmu

- Zasada się na przekonaniu, że **ludzie postrzegają rzeczywistość poprzez pryzmat swojej kultury i doświadczeń, przypisując temu, co odnotowują określone znaczenia**, i w związku z tym nikt nie może zaobserwować obiektywnej rzeczywistości, oderwanej od nadawanych znaczeń i kontekstów.

Paradygmat pragmatyzmu

- Pytanie badawcze jest tym, co determinuje pragmatyzm. W zależności od charakteru zagadnienia badawczego, pragmatyka może obejmować zarówno podejście pozytywistyczne, jak i interpretatywne w ramach jednego badania.
- **Jest to filozofia rozwiązywania problemów, która utrzymuje, że najlepsze techniki badawcze to te, które przyczyniają się do najbardziej skutecznej odpowiedzi na pytanie badawcze.** Po tym następuje badanie wielu aspektów problemu badawczego przy użyciu kombinacji podejść ilościowych i jakościowych.

Paradygmat pragmatyzmu

- Pragmatyczna teoria prawdy zakłada, że **użyteczność stanowi kryterium prawdziwości sądów i pojęć**. Na przykład sądy naukowe są prawdziwe, ponieważ przyjmując je za prawdziwe możemy bardziej skutecznie postępować.
- Poznanie temu służy i nie ma innego kryterium: działanie jest zasadniczą potrzebą człowieka, a poznanie – czy to naukowe, czy też potoczne – pełni wobec działania pomocnicze funkcje.
- Czasami nazywany amerykańską „filozofią narodową”. Bardzo charakterystyczny również w Chinach.

Paradygmat postpozytywistyczny

- Paradygmat pozytywistyczny ustąpił miejsca paradygmatowi postpozytywistycznemu, który **jest bardziej zainteresowany subiektywnością rzeczywistości i odchodzi od obiektywnej perspektywy pozytywistów logicznych.**
- Postpozytywizm poszukuje obiektywnych odpowiedzi, starając się rozpoznać i poradzić sobie z takimi uprzedzeniami w pomysłach i wiedzy opracowanej przez badaczy.

Paradygmat postpozytywistyczny

- Metodologia postpozytywistyczna jest nadal empiryczna, ale nadaje większą wagę kontekstowi. W tym samym duchu metody są przybliżeniami metody naturalnej. Wśród nich znajdują się eksperymenty, analizy statystyczne i wywiady ilościowe.
- W przeciwieństwie do pozytywistów, postpozytywiści zwracają uwagę, że nie zawsze można polegać na naszych obserwacjach, ponieważ mogą one również być obarczone błędem. Dlatego **postpozytywiści uważani są za krytycznych realistów, którzy są krytyczni wobec badanej przez nich rzeczywistości i siebie samych.**

Paradygmat postpozytywistyczny

- Ponieważ postpozytywiści są krytyczni wobec rzeczywistości, nie opierają się na jednej metodzie badań naukowych. Uważają, że każda metoda może zawierać błędy. Można ich uniknąć tylko wtedy, gdy stosuje się kilka metod. Nazywa się to triangulacją.
- Postpozytywizm zakłada również, że **naukowcy nigdy nie są obiektywni i są stronniczy ze względu na swoje przekonania kulturowe**. W tym sensie **nie można osiągnąć czystej obiektywności**. To podkreśla, że istnieją ogromne różnice między pozytywizmem a post-pozytywizmem, mimo że oba są zakorzenione w obiektywizmie.
- <https://pl.strephonsays.com/positivism-and-vs-post-positivism-11729>

Metody badań jakościowych i ilościowych

- Główną różnicą między badaniami ilościowymi i jakościowymi jest rodzaj gromadzonych i analizowanych danych.
- **Badania ilościowe gromadzą dane liczbowe i** analizują je przy użyciu metod statystycznych. Celem jest uzyskanie obiektywnych, empirycznych danych, które można zmierzyć i wyrazić liczbowo. Badania ilościowe są często wykorzystywane do testowania hipotez, identyfikowania wzorców i prognozowania.
- *<https://www.simplypsychology.org/qualitative-quantitative.html>*



Metody badań jakościowych i ilościowych

- Z drugiej strony **badania jakościowe gromadzą dane nienumeryczne, takie jak słowa, obrazy i dźwięki**. Koncentrują się na badaniu subiektywnych doświadczeń, opinii i postaw, często poprzez obserwację i wywiady. Badania jakościowe mają na celu stworzenie bogatych i szczegółowych opisów badanego zjawiska oraz odkrycie nowych wglądów i znaczeń.
- **Dane ilościowe to informacje o ilościach, a zatem liczby, a dane jakościowe są opisowe i dotyczą zjawisk, które można zaobserwować, ale nie zmierzyć**, takich jak np. język.



Randomizowane kontrolowane badania kliniczne (RCT)

- Randomizowane kontrolowane badania kliniczne są jedną z podstaw medycyny opartej na faktach (EBM), a także psychoterapii opartej na dowodach naukowych (Evidence-Based Practice in Psychotherapy). Tzw. "złoty standard" badań.
- W czasie badań duża grupa ich uczestników jest **losowo (randomizacja)** przydzielana do dwóch lub więcej podgrup, np. do podgrupy poddawanej ocenianej nowej procedurze (**grupa eksperymentalna**) i podgrupy porównawczej (**grupa kontrolna**), poddawanej interwencji alternatywnej (np. standardowej) lub pozorowanej (np. podawanie placebo lub brak działania).
- Różnice między wynikami uzyskiwanymi w podgrupach są oceniane metodami statystycznymi (pre-test, mid-test, post-test).

Historia Jana Roubala

- Trójkąt: Klient – Terapeuta – Badacz
- Co Twoim zdaniem się zadziało?
- Skąd taka różnica pomiędzy subiektywnym poczuciem Klienta i Terapeuty, a analizą statystyczną badań kwestionariuszowych?



Sytuacja kliniczna – *Czym właściwie jest zmiana?*

- Mówiąc o pracy terapeutycznej i jej skuteczności (efektywności), w pierwszej kolejności należy ustosunkować się do następujących pytań:
- *Czym jest psychoterapia?*
- *Czym jest psychoterapia Gestalt? (Skala wierności GTFS)*
- *Co jest pożądaną zmianą w psychoterapii?*
- *Co i w jaki sposób powoduje tę zmianę?*

Sytuacja kliniczna – *Czym właściwie jest zmiana?*

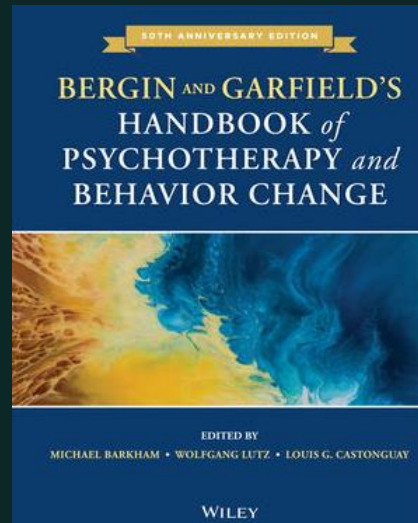
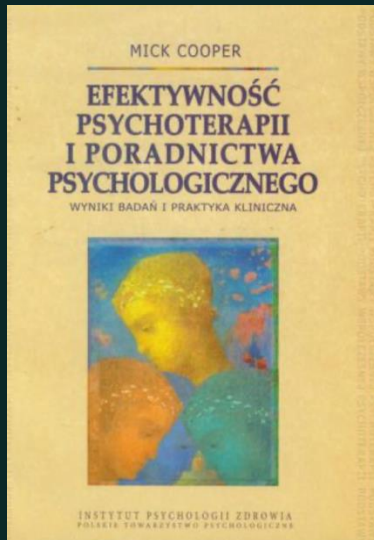
- Odpowiedzi na te kluczowe pytania, znajdujące się w teoriach zmiany z różnych podejść psychoterapeutycznych, często różnią się, ewoluują i rozwijają w czasie.
- W swojej historycznej ewolucji psychoterapia zaczynała od paradygmatu medycznego (pozytywistycznego). **Terapeuta był postrzegany jako ten, który aktywnie interweniuje w celu dokonania zmiany; terapia była rozumiana jako naprawa dysfunkcji.** Opracowano podręczniki skutecznych procedur dla różnych modalności psychoterapii.
- Badania wykazały jednak, że różnice między poszczególnymi terapeutami są większe niż różnice między modalnościami psychoterapii.

Sytuacja kliniczna – *Czym właściwie jest zmiana?*

- Z czasem znaczenie osoby terapeuty stało się oczywiste, podobnie jak znaczenie zmiennych występujących po stronie klienta. **Kluczową stała się rola relacji terapeutycznej w procesie zmiany.** Ta dwuosobowa perspektywa stała się wpływowa w ramach paradygmatu postmodernistycznego.
- Wydaje nam się, że biorąc pod uwagę te zmiany, wyczuwamy teraz rozwój nowego paradygmatu w psychoterapii. **W tej nowej perspektywie zmiana nie jest „dokonywana” przez kogoś; raczej jest postrzegana jako proces z własną dynamiką, która przekracza zaangażowane jednostki.**
- Mamy tu na myśli **paradygmat teorii pola**, który wydaje się zyskiwać na znaczeniu współcześnie nie tylko w terapii Gestalt, ale także w innych podejściach, zwłaszcza w psychoanalizie.

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- <https://www.psychotherapyresearch.org/page/SPRHistory>
- Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change, 7th Edition – Berkham, Lutz, Castonguay
- Efektywność psychoterapii i poradnictwa psychologicznego - Mick Cooper



Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- **Faza I (ok. 1927-54): ustanowienie właściwej pozycji dla badań naukowych**
- Najwcześniejsze badania koncentrowały się na wypróbowywaniu modyfikacji metody psychoanalitycznej i teoretycznych dyskusjach na temat koncepcji Freuda. **Najwcześniejsze badania nad metodami psychoanalitycznymi zostały opublikowane już w 1924 roku.**



Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- **Studium pojedynczego przypadku** było w tym czasie główną metodą badawczą wykorzystywaną do dokumentowania i komunikowania rozwijającej się teorii; jednak psychoanalitycy w latach 30. XX wieku, tacy jak Otto Fenichel w Berlinie, Ernest Jones w Londynie i Franz Alexander w Chicago, publikowali również **raporty z wynikami na większą skalę** dotyczące pacjentów leczonych w ich lokalnych instytutach.



Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- Ważnym postępem technicznym było **zastosowanie psychoanalizy w grupach podczas II wojny światowej**.
- Pierwsze eksperymenty z analizą grupową zostały przeprowadzone przez Wilfrida Biona, Harolda Bridgera i Toma Maina w kontekście ich pracy jako psychiatrów wojskowych.
- Później w tym samym okresie Maxwell Jones wprowadził koncepcję terapii społecznej dla żołnierzy z nerwicami wojennymi, a SH Foulkes opracował analizę grupową jako metodę pod koniec lat pięćdziesiątych. **Metody badawcze pozostały ograniczone do oceny pacjentów przed i po, często z surowymi miarami wyników.**

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- Inne wyzwania dla freudowskiej psychoanalizy pojawiły się wraz z terapią skoncentrowaną na kliencie Carla Rogersa (1942), który **zaproponował, że proces zmiany wynika z potencjału pacjenta do samoleczenia** w ramach pozytywnej relacji terapeutycznej charakteryzującej się ciepłem i empatią, **a nie z teoretycznych interpretacji terapeuty.**
- **Następnie nastąpił rozwój podejść opartych na uczeniu się,** które koncentrowały się na zmianie zachowania, bardziej aktywnej postawie terapeuty niż tradycyjnego psychoanalityka **oraz krótszych terapiach trwających tygodnie lub miesiące, a nie lata.**

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- Faza II (ok. 1955-69): poszukiwanie standardów naukowych
- W 1952 r. brytyjski psycholog **Hans Eysenck** dokonał przeglądu 24 badań nad psychoanalizą. **Stwierdził, że pacjenci w tych badaniach nie poprawili się bardziej niż nieleczone grupy kontrolne i słynnie oświadczył, że psychoanaliza była mniej skuteczna niż brak leczenia.**

Zmiany po psychoterapii nie różniły się od zmian spowodowanych tzw. „spontaniczną remisją”.



Badania w psychoterapii: zarys historyczny

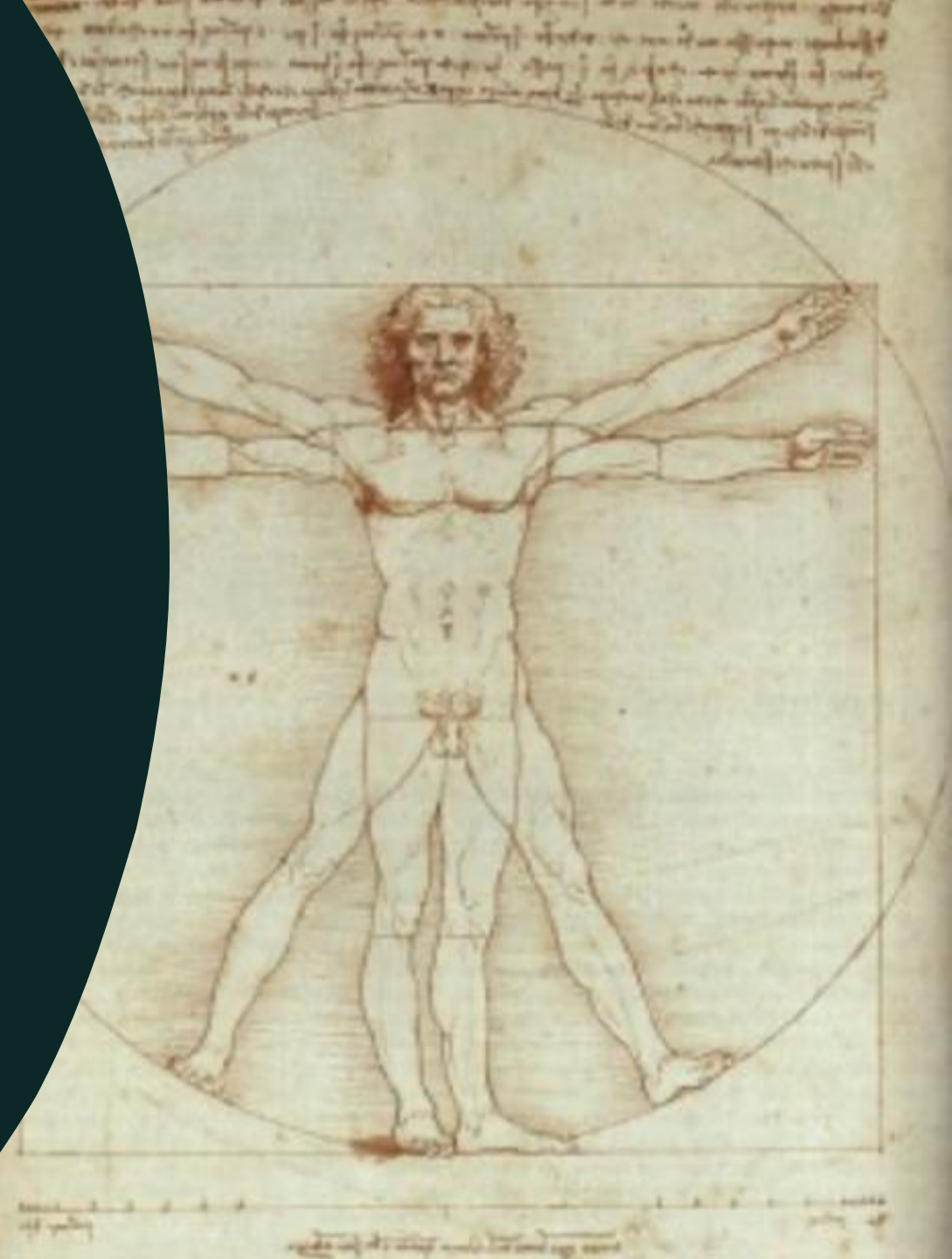
- To prowokacyjne stwierdzenie wywołało dramatyczny wzrost ilości i jakości badań naukowych nad psychoterapią w ciągu następnych dwóch dekad, w tym więcej badań porównujących leczonych pacjentów z osobami kontrolnymi oraz techniki zmniejszające stronniczość, takie jak np. randomizacja i zaślepienie pomiarów wyników.

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- W tej fazie zainteresowanie było ukierunkowane na wyniki psychoterapii, a głównym wymogiem była legitymizacja społeczna.
- **Pytanie brzmiało: "Czy psychoterapia działa?".**
- Kwestia efektu placebo jest wciąż żywa, gdy na przykład badania pokazują, że od 10% do 18% klientów wykazuje znaczącą poprawę już po umieszczeniu ich na liście oczekujących na psychoterapię (Migone, 1996).

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- Faza III (ok. 1970-83): ekspansja, różnicowanie i organizacja.
- Okres ten charakteryzował się rozwojem **bardziej formalnych i systemowych przedsięwzięć badawczych, w tym utworzeniem organizacji naukowych zajmujących się badaniami nad psychoterapią** oraz zwiększonym wyrafinowaniem konceptualizacji i metodologii.

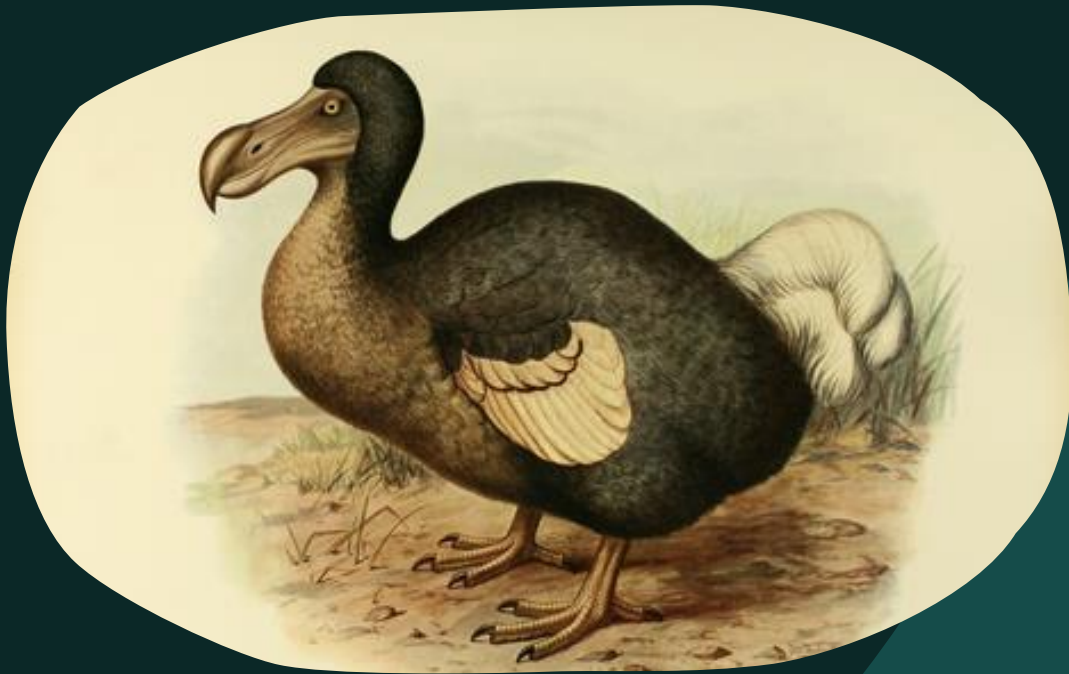


Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- Do 1980 roku **wniosek Eysencka, że terapie psychologiczne były nieskuteczne, został obalony** przez wiele dobrze kontrolowanych badań i metaanaliz, które wykazały skuteczność takiej terapii w porównaniu z nieleczonymi grupami kontrolnymi.

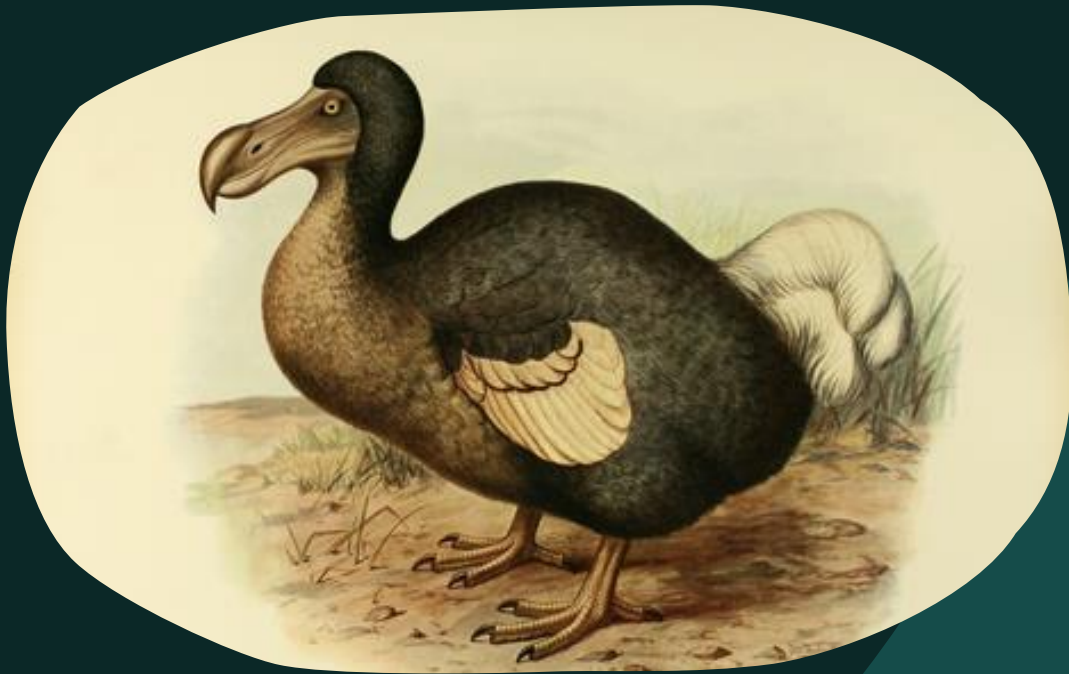


Badania w psychoterapii: zarys historyczny



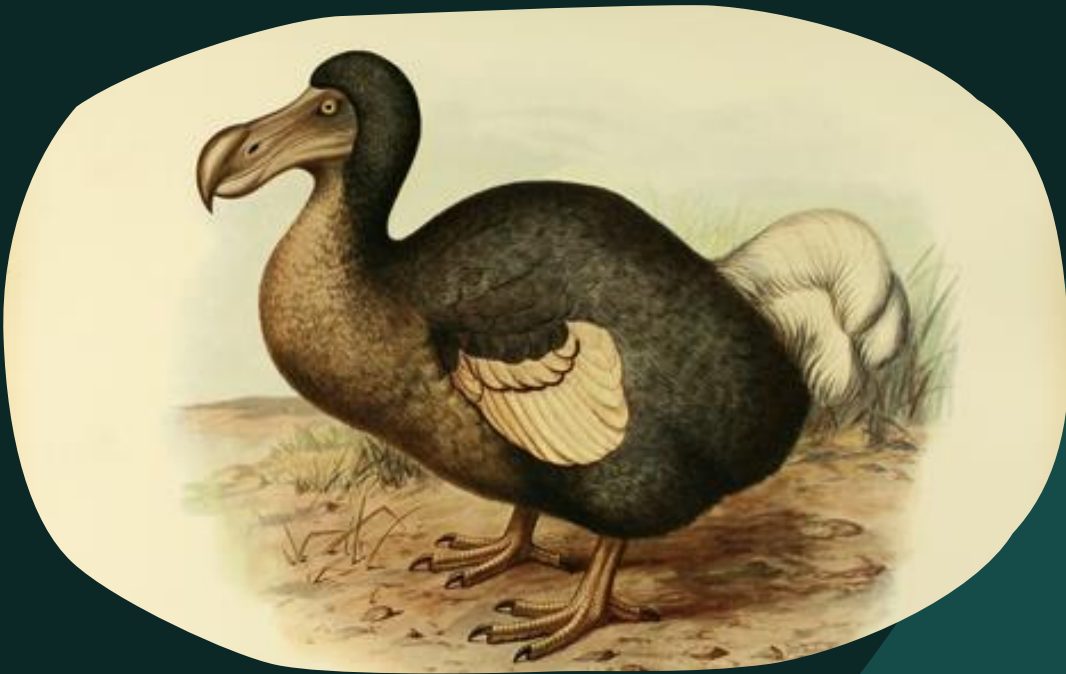
- Badania porównawcze Luborsky, Singer i Luborsky (1975) oficjalnie ogłosiły tzw. "*werdykt Dodo*" (z Alicji w Krainie Czarów):
"Wszystkie metody wygrały i każdy otrzyma nagrodę".
- **Wyjaśniło to, że badania dotyczące rezultatów nie są wystarczające, aby zrozumieć, jak działa psychoterapia, konieczne są również badania procesu.**

Badania w psychoterapii: zarys historyczny



- W rzeczywistości zdano sobie sprawę, że jeśli jedna metoda może początkowo wydawać się bardziej skuteczna niż inna, w bardziej dokładnym teście różnica ta znika (Smith, Glass & Miller, 1980).
- **„Paradoks ekwiwalencji w psychoterapii”** - to stwierdzenie, że różne podejścia terapeutyczne, oparte na nierównoważnych teoriach i technikach, często przynoszą podobne pozytywne rezultaty dla klientów.

Badania w psychoterapii: zarys historyczny



- Ustalono z czasem, że w różnych modalnościach terapeutycznych opartych o różne teorie występują w procesie psychoterapii tzw. czynniki ogólne:
 - 1) Sojusz terapeutyczny
 - 2) Postawa terapeuty (Empatyczne rozumienie, bezwarunkowa akceptacja oraz autentyczność/spójność.
 - 3) Korektywne doświadczenie emocjonalne.
 - 4) Wspieranie autonomii i sprawczości.
 - 5) Pogłębianie samoświadomości.
 - 6) Czynniki związane z otoczeniem (Poczucie bycia słuchanym i rozumianym).

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- W 1970 roku w Chicago odbyła się pierwsza konferencja nowo powstałego *Stowarzyszenia Badań nad Psychoterapią* (SPR).
- *The Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, z czterema wydaniem od 1971 do 1994 roku (Bergin & Garfield, 1994), stała się punktem odniesienia do wykazania, że psychoterapia jest na ogół bardziej skuteczna niż placebo; w rzeczywistości niemożliwe jest zdefiniowanie placebo w sferze relacji międzyludzkich.

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- **Niektóre główne metody psychoterapii opublikowały swoje "podręczniki"**, w tym podręcznik Wolpe'a (1969) dotyczący terapii behawioralnej oraz podręcznik Becka i wsp. (1979) dotyczący poznawczego podejścia do depresji. Podręczniki te zawierają praktyczny opis zasad danej techniki, przykłady kliniczne opisanych zasad oraz serię skal oceny do pomiaru wyników klinicznych tych zasad (algorytmy terapeutyczne).
- Cecha, która pozwoliła na zmianę metodologii badań, dotyczy w szczególności wykorzystania skal oceny, które mierzą stopień, w jakim próbka terapii jest zgodna z zasadami omawianej techniki.

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- Faza IV (1984-94): konsolidacja, niezadowolenie i przeformułowanie.
- Chociaż empiryczne metody badawcze w psychoterapii nadal się rozwijały, **zaczęły pojawiać się wątpliwości co do ich znaczenia dla badania psychologii człowieka.**
- **Dziedzina ta podzieliła się** na zwolenników empirycznych lub ilościowych metod zaczerpniętych z medycyny, psychologii i innych dyscyplin naukowych oraz zwolenników bardziej subiektywnych lub jakościowych metod badawczych.



Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- Czasopismo *Psychotherapy Research* zostało założone w 1990 roku.
- Pojawiły się inne dyskursy, takie jak socjologiczny, hermeneutyczny i relacyjny, i były oferowane jako bardziej odpowiednie alternatywy dla paradygmatu naukowego w badaniu subiektywności i znaczenia.



Badania w psychoterapii: zarys historyczny



- Faza V: współczesne badania nad psychoterapią od praktyki opartej na dowodach do dowodów opartych na praktyce
- W przeważającej części Wielkiej Brytanii NICE wydaje zalecenia dotyczące praktyki opartej na dowodach w opiece zdrowotnej poprzez przegląd badań dotyczących leczenia określonych zaburzeń i publikowanie zaleceń w formie wytycznych klinicznych w celu określenia rodzajów leczenia dostępnych w NHS.

Badania w psychoterapii: zarys historyczny



- Przykład UK: Zleceńodawcy coraz częściej wymagają, aby finansowane przez nich usługi zdrowotne, w tym usługi terapii psychologicznej, były zgodne z wytycznymi NICE.
- Przykład: „*Casus Niemiec*”
- Przykład: „*Casus Hiszpanii*”

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- Niektórzy terapeuci zakwestionowali "odgórne" podejście NICE, w którym oczekuje się, że praktyka terapeutyczna zmieni się zgodnie z dowodami uzyskanymi z metaanalizy badań RCT, a nie z danych opartych na pacjentach.
- Uważają oni, że **dowody oparte na badaniach ilościowych i analizach statystycznych wydają się oderwane od indywidualnych spotkań terapeutycznych związanych z subiektywnymi, empirycznymi i relacyjnymi doświadczeniami.**

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- Chociaż wytyczne NICE mają na celu wzmocnienie, a nie zastąpienie oceny klinicznej, ich stosowanie jest kontrowersyjne.
- Wybierając rodzaj dowodów analizowanych pod kątem konkretnego leczenia, **NICE nadaje priorytet dowodom z badań RCT, które są standardowym sposobem analizowania różnych procedur i terapii w innych gałęziach medycyny.**
- Jednak **w dziedzinie zdrowia psychicznego istnieje wiele terapii i technik terapeutycznych, które są ugruntowane i akceptowane w praktyce klinicznej, ale nie zostały poddane badaniom RCT.**

Badania w psychoterapii: zarys historyczny

- Wielu praktyków terapii kwestionuje dziś twierdzenie, że RCT jest optymalnym źródłem dowodów w odniesieniu do ich klinicznego wymiaru.
- Zamiast tego promują **dowody oparte na praktyce, w których dowody są tworzone w środowisku terapeutycznym, a nie poza nim.**

Badania w psychoterapii:

Dwie grupy badań

- Grupy badań nad psychoterapią wyłoniły się z dwóch podstawowych potrzeb (sprawdzenie skuteczności swojej pracy oraz zrozumienie, co się zmienia i w jaki sposób). Stąd powstały dwie różne tradycyjne metody badań w psychoterapii:
- 1) **Badania rezultatu** - mierzą wyniki po psychoterapii, na przykład różnice między przed i po psychoterapii za pomocą standaryzowanych narzędzi;
- 2) **Badania procesu** - badają różne aspekty procesu psychoterapii, które można mierzyć nawet w trakcie leczenia, niezależnie od wyników.



Badania w psychoterapii:

Dwie grupy badań

- **Badania rezultatów były bardziej rozpowszechnione w badaniach nad psychoterapią, gdy pytanie brzmiało "Czy psychoterapia działa?"**
- Następnie, gdy to pytanie przekształciło się w "***Jak i dla kogo to działa?***", widzimy rosnące **zainteresowanie badaniami procesu**, które są uważane za bardziej przydatne do zrozumienia tego, co naprawdę dzieje się w psychoterapii.
- **Obecnie** zainteresowanie przesunęło się z badania wyniku na **badanie związku między procesem a wynikiem**. Dlatego pojawiło się pytanie: "***Co musi się wydarzyć w trakcie psychoterapii, aby uzasadnione było oczekiwanie pozytywnego wyniku?***"

A jak to było z badaniami w Gestalt?

- **Przez lata badania w Gestalt były lekceważone** jako pozytywistyczne i zbyt sztywno uproszczone, aby były zgodne z etosem terapii Gestalt.
- Podczas gdy szersze dziedziny psychologii klinicznej i psychoterapii nieustannie i coraz bardziej zmierzały w kierunku praktyki opartej na dowodach, **terapia Gestalt jako dziedzina tego nie robiła.**
- Od czasu do czasu w literaturze pojawiał się projekt badawczy, ale było to bardziej przypadkowe wydarzenie niż część większego zjawiska.

O historii badań w naszym nurcie słów kilka

- W ciągu ostatnich kilku lat pojawiły się oznaki napięć i dryfu, które mogą sprawić, że terapia Gestalt znajdzie się w niekorzystnej sytuacji i zostanie zepchnięta na boczny tor.
- Na przykład w Niemczech terapeuci Gestalt zostali pominięci, gdy rząd usankcjonował terapeutów poznawczo-behawioralnych, ale nie terapię Gestalt i inne humanistyczno - doświadczeniowe terapie.

O historii badań w naszym nurcie słów kilka

- Stało się tak ze względu na rozległą tradycję badawczą w terapii poznawczo-behawioralnej. Był to strzał ostrzegawczy wymierzony w terapię Gestalt na całym świecie.
- Zmiana zaczęła następować również wtedy, gdy w wielu krajach europejskich **psychoterapeuci zaczęli potrzebować tytułu magistra do wykonywania zawodu (konkretne wykształcenie bazowe).**



O historii badań w naszym nurcie słów kilka

- W ramach AAGT około 20 lat temu, Philip Brownell zaczął opowiadać się za badaniami w terapii Gestalt i zebrał grupę wybitnych terapeutów Gestalt, aby stworzyć:
Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy (Brownell, 2008).



O historii badań w naszym nurcie słów kilka

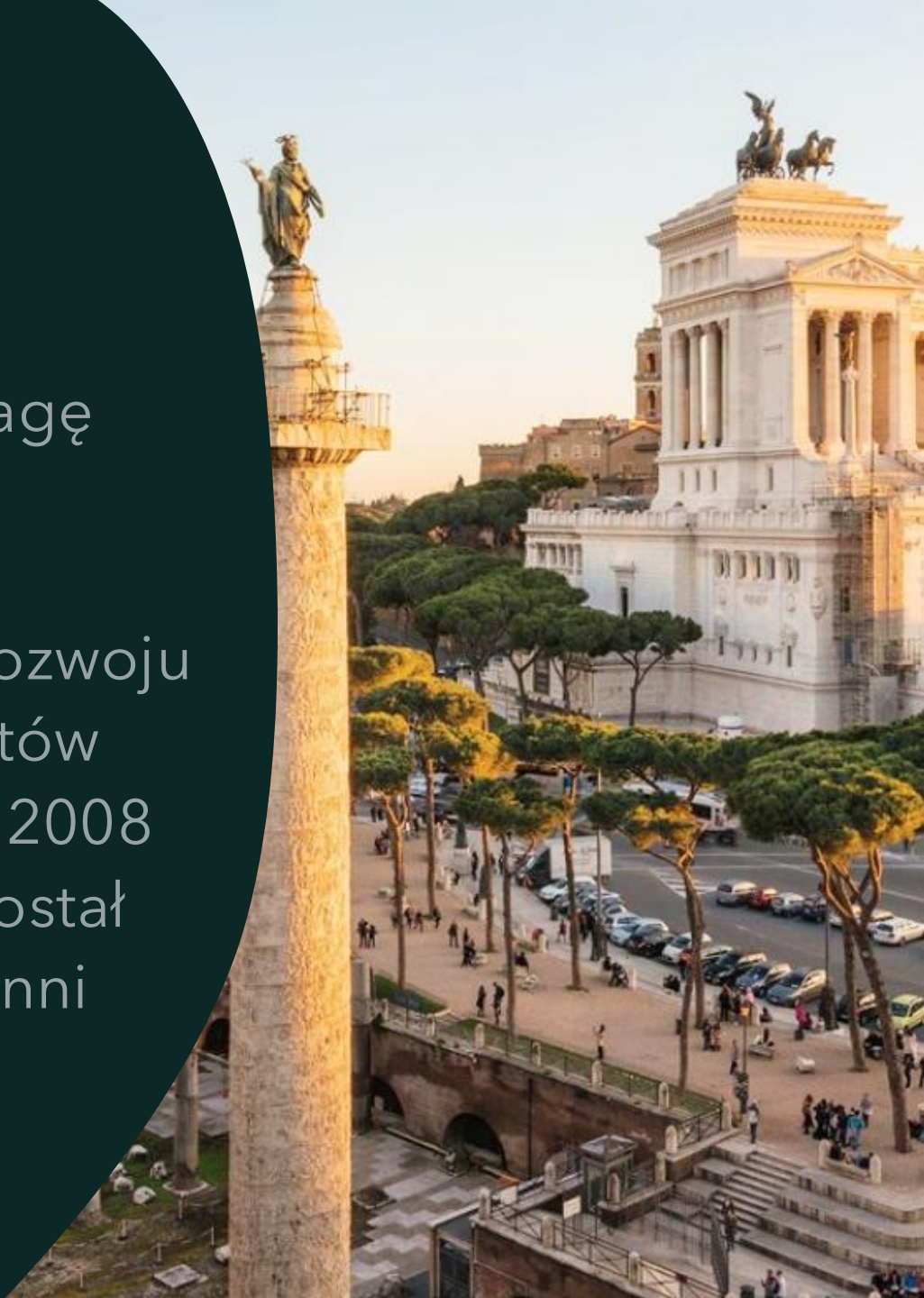
- *Konferencja w Cape Cod 2013.*

Utworzono komitet badawczy AAGT z towarzyszącym mu funduszem wspierającym badania na różne sposoby. Impuls wynikający z tych okoliczności doprowadził do stworzenia pierwszej międzynarodowej konferencji badawczej, która odbyła się w Międzynarodowym Centrum Badań Gestalt (GISC) w Cape Cod i była współprowadzona przez Philipa Brownella i Josepha Melnicka.



O historii badań w naszym nurcie słów kilka

- *Seminarium w Rzymie 2014.* Biorąc pod uwagę potrzebę badań w psychoterapii, EAGT postanowiło utworzyć Komitet Badawczy (Research Committee) w celu wspierania rozwoju badań w europejskiej społeczności terapeutów Gestalt. Komitet Badawczy EAGT powstał w 2008 roku z inicjatywy Petera Schulthessa, który został pierwszym przewodniczącym Komitetu (Gianni Francesetti i Jan Roubal byli kolejnymi przewodniczącymi).



O historii badań w naszym nurcie słów kilka

- *III Międzynarodowa Konferencja Naukowa w Paryżu 2017 ("Exploring Practice-based Research in Gestalt Therapy")*
- Konferencja była połączeniem warsztatów edukacyjnych i prezentacji światowej klasy badaczy. Niektórzy z prezenterów pochodzili spoza obszaru terapii Gestalt i z ich pomocą możemy kontynuować budowę pomostu między terapią Gestalt a większą społecznością psychoterapeutyczną.



O historii badań w naszym nurcie słów kilka

- *IV Międzynarodowa Konferencja Naukowa w Santiago de Chile 2019*
- Stworzenie i walidacja narzędzia do pomiaru biegunowości w Gestalt.
- SCTS, metodologia badania skuteczności i procesu zmiany w warunkach opartych na praktyce.
- Inne metodologie dla badań w Gestalt.



O historii badań w naszym nurcie słów kilka

- *V Międzynarodowa Konferencja Naukowa w Hamburgu 2022*
- Baza danych naukowych EAGT
<https://gestaltresearch.org>
- Platforma naukowa EAGT
<https://gestaltresearchnetwork.org>
- Główni goście: Bruce Wampold, Margherita Spagnuolo Lobb, Peter Schulthess, Robert Elliot, Christine Stevens



O historii badań w naszym nurcie słów kilka

- *VI Międzynarodowa Konferencja Naukowa w Birmingham 2025*
- Wymiana doświadczeń badawczych pomiędzy gestaltystami a terapeutami nurtów: psychodynamicznego, EFT i Analizy Transakcyjnej
- Prezentacja 4 gestaltowskich, aktualnie trwających międzynarodowych projektów badawczych
- Główni goście: Otto Glanzer, Margherita Spagnuolo Lobb, Michele Settanni, Christine Stevens oraz Felicitas Rost, Ladislav Timulak i Biljana van Rijn



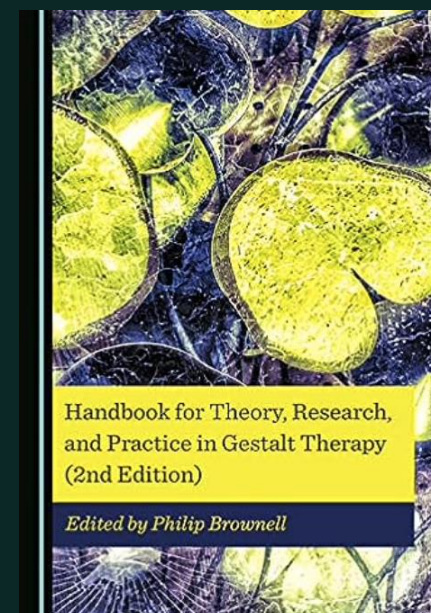
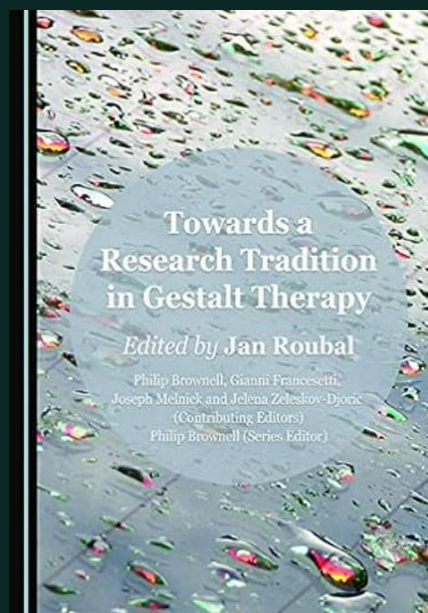
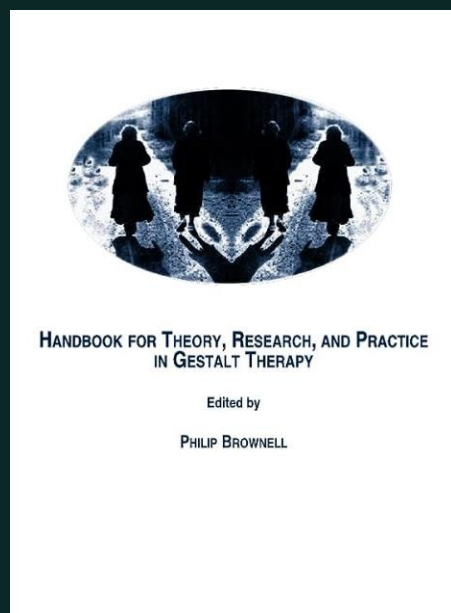
O historii badań w naszym nurcie słów kilka

- *VII Międzynarodowa
Konferencja Naukowa w
Rzymie 2027*
- ???



O książkach naukowych w terapii Gestalt

- Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy (1st Edition) – Philip Brownell
- Towards a Research Tradition in Gestalt Therapy - Jan Roubal
- Handbook for Theory, Research, and Practice in Gestalt Therapy (2nd Edition) - Philip Brownell



Lub czasopismach słów kilka...

- **Gestalt Review** - <https://www.gisc.org/gestaltreview>
- Recenzowane czasopismo, które stanowi ogólnoświatowe forum wymiany poglądów na temat teorii i praktyki Gestalt na wszystkich poziomach systemu. Gestalt Review, zapoczątkowany w 1997 roku, jest obecnie wydawany przez Pennsylvania State University Press.
- **BGJ** - <https://www.britishgestaltjournal.com>
- Założony w 1991 roku British Gestalt Journal jest obecnie najdłużej ukazującą się publikacją tego typu na świecie. Jest to międzynarodowe, recenzowane czasopismo, które publikuje artykuły, raporty, wywiady, recenzje, wiadomości i informacje na temat wszystkich aspektów teorii Gestalt i powiązanych z nią zastosowań.

Specyfika badań w Gestalt

- W dzisiejszej praktyce różne podejścia terapeutyczne (np. ACT, DBT, EFT, terapia Schematów, psychotraumatologia) włączają elementy teoretyczne i techniki, które są **bezpośrednio powiązane z podstawami i fundamentalnymi założeniami terapii Gestalt** **jednak otwarcie nie uznają Gestalt jako źródła stosowanych technik czy pojęć** (Bomfim & Ferreira, 2025).
- Mimo że terapia Gestalt w wielu środowiskach akademickich nadal bywa klasyfikowana jako podejście o ograniczonym potwierdzeniu empirycznym, jej **kluczowe założenia są systematycznie adaptowane i przedstawiane jako nowe osiągnięcia teoretyczne** (Bomfim & Ferreira, 2025).
- Brak uznania stosowania założeń i technik stworzonych w ramach Gestalt rodzi pytania o epistemologiczną sprawiedliwość i kryteria oceny skuteczności współczesnych form terapii (Bomfim & Ferreira, 2025).
- Jak wskazują teoretycy (Moretto et al., 2025) Terapia Gestalt, w integracji z DBT i terapią schematów, oferuje spójne ramy teoretyczne do pracy z emocjonalną dysregulacją w BPD, łącząc empirycznie wspierane techniki z fenomenologicznym rozumieniem doświadczenia.

Specyfika metodologii badań w Gestalt

- *Psychoterapia to ciągłe poszukiwanie. Jej zdolność do kwestionowania prawdy nieustannie zmienia życie pacjenta.* - Spagnuolo Lobb, Lipari, 2010
- W szczególności rozwój badań fenomenologicznych pomógł terapeutom Gestalt uznać badania za interesujące narzędzie, zarówno w celu sprawdzenia skuteczności ich pracy, jak i lepszego zrozumienia tego, co robią.
- Można powiedzieć, że **jako psychoterapeuci Gestalt jesteście w zasadzie „badaczami jakościowymi”**, nieustannie poznajemy i eksplorujemy wewnętrzne światy i subiektywne funkcjonowanie, klientów i pacjentów, z którymi pracujemy.

Sugestie odnośnie przyszłości

- IAAGT, EAGT, SPR
- networking
- konferencje, seminaria
- czasopisma
- przykład Margherity Spagnuolo Lobb
- www.badaniagestalt.pl

Dziękujemy Wam za uwagę :-)

