

Recenzja

Noni Höfner

STYL PROWOKATYWNY TERAPII I COACHINGU

Przekład: Ilona Jurkiewicz-Buchała

Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2017, stron 296.

Książka jest zwięzłą i przystępną prezentacją stylu prowokatywnego, rozumianego przede wszystkim jako nurt psychoterapeutyczny, ale również jako styl myślenia o pacjencie oraz (w przypadku interwencji) dodatkowe narzędzie psychoterapeutyczne.

Autorka dzieli książkę na dwie części — teoretyczną, w której opisuje podstawowe założenia stylu prowokatywnego, oraz praktyczną, w której znajdują się przykłady interwencji prowokatywnych.

Część teoretyczna rozpoczyna się opowieścią autorki na temat jej uczestnictwa w warsztatach terapii prowokatywnej, prowadzonych przez twórcę tego nurtu — Franka Farelly’ego, które to warsztaty zafascynowały ją i przyczyniły się do porzucenia wypalającego ją zawodowo „tradycyjnego” modelu psychoterapii. Następnie autorka przedstawia podstawowe założenia stylu prowokatywnego, nie szczędząc krytyki innym nurtom psychoterapeutycznym. Opisuje podejście prowokatywne jako krótkoterminowe, szybkie, niezwykle skuteczne i dające trwale efekty terapeutyczne, jako nurt „łamający zasady tradycyjnej psychoterapii”. Praca w tym stylu koncentruje się na terażniejszości, a nie na analizie przeszłości. Terapeuta to osoba dyrektywna, która w sposób absurdalny i karykaturalny opisuje trudności pacjenta, nie tracąc przy tym życzliwej i serdecznej postawy. Celem interwencji jest przewyciężenie fiksacji pacjenta, które przeszkadzają mu w jego rozwoju, wywołanie śmiechu, który łagodzi strach, oraz uruchomienie zasobów leczących. Tym samym uruchamiany jest emocjonalny opór pacjenta wobec jego ograniczeń.

Autorka podaje ponadto, że niektóre główne założenia nurtu są tożsame z założeniami podejścia psychoanalitycznego. Wymienia nieświadomość jako najpotężniejszą część psychiki oraz nieświadome konflikty, pojawiające się w świadomości w „przebranej formie”. W swojej nomenklaturze zastępuje nieświadomość terminem emocja, a świadomość terminem myślenie.

W części tej zostają ponadto omówione ogólne zagadnienia psychoterapeutyczne, między innymi, takie jak opór wobec zmian, lęk i stres psychologiczny jako motywacja do zmiany.

Część teoretyczna kończy się rozważaniami na temat osobowości terapeuty prowokatywnego, odgrywającej w tej metodzie najważniejszą rolę, oraz połączenia stylu prowokatywnego z innymi nurtami. Terapeuta prowokatywny nie jest „wszystkowiedzącym,

stojącym z boku człowiekiem”, lecz częścią przebiegającego procesu, włączającym się w proces całym sobą, nie ograniczonym żadnymi schematami. Jego interwencje stanowią niespodziankę dla wszystkich uczestników. Autorka opisuje terapeutę prowokatywnego również jako osobę pogodzoną z własnymi ograniczeniami, niewywyższającą się, nie dążącą za wszelką cenę do perfekcji i unikania błędów. Można odnieść wrażenie, że w opisie tym podaje uniwersalne cechy osobowości terapeuty, wskazane dla każdego bez względu na wyznawaną szkołę. Według autorki styl prowokatywny można z powodzeniem łączyć z innymi nurtami terapeutycznymi, w szczególności Gestalt i ustawieniami systemowymi czy terapią zorientowaną na klienta oraz z innymi technikami, takimi jak terapia odwracania za pomocą ruchu gałek ocznych lub technika emocjonalnej wolności.

Druga połowa książki to zapis interwencji, które odbywały się w ramach warsztatów szkoleniowych dla osób zajmujących się poradnictwem, opatrzone komentarzami prowadzącej. W przytoczonych przykładach pojawiają się problemy z życia codziennego, takie jak „moja szefowa jest straszna”, „boję się własnej matki”, „jestem za miękka”, „mój dorastający syn zachowuje się ordynarnie”. Autorka podaje jednak, że styl prowokatywny jest z powodzeniem stosowany również u osób głęboko zaburzonych psychicznie.

Podsumowując, książka napisana jest w zwięzły i przystępny sposób, umożliwia ogólne zrozumienie i poznanie stylu prowokatywnego. Stanowi dobrą lekturę dla osób zainteresowanych pracą w tym stylu oraz dla tych, którzy chcą jedynie zapoznać się z ogólnymi informacjami na jego temat. Na początku zapoznaje czytelnika z teoretycznymi zasadami, dzięki czemu część opisująca interwencje jest bardziej przystępna, a tym samym stanowi uzupełnienie części teoretycznej. Można jednak odnieść wrażenie, że autorka, opisując nurt prowokatywny i jego nietuzinkowe interwencje jako niezwykle odkrywcze i przełomowe, w gruncie rzeczy posiłkuje się w dużej mierze wiedzą, która dla każdego praktykującego psychoterapeuty jest oczywista, bez względu na szkołę, z jakiej się wywodzi.

Magdalena Krzak