

Od Redakcji

Drodzy Czytelnicy Psychoterapii,

w atmosferze nadziei, przeplatającej się z niepewnością, obserwując zmieniający się wokół, to na lepsze, to na gorsze, świat, zapraszamy do lektury kolejnego zbioru tekstów na temat psychoterapii, dziedziny, w której chlubne miejsce znajdzie się i dla zmienności, i niepewności.

Ten numer kwartalnika zaczynamy od artykułu dotyczącego naszej obecnej codzienności, czyli pandemii i wynikających z niej konsekwencji dla praktyki psychoterapeutycznej, w tym przede wszystkim wpływu izolacji społecznej na życie zawodowe terapeuty. Artykuł Julii i Marii Kluzowicz, opierający się na badaniu ankietowym ponad stu pięćdziesięciu osób — pacjentów i terapeutów, dotyczy obustronnej oceny zdalnej komunikacji w psychoterapii, jej zalet i związanych z nią trudności. Warto sprawdzić, w jakim stopniu wyniki badania i płynące z nich wnioski pokrywają się z Państwa własnymi doświadczeniami związanymi z wprowadzaniem zdalnej komunikacji do pracy z pacjentami.

Trzy kolejne artykuły obejmują zagadnienia z nurtu psychoterapii poznawczej i behawioralnej. Pierwszy, autorstwa Angeliki Listwan i Artura Kołakowskiego, to rzetelnie przygotowany opis przypadku psychoterapii 11-letniej pacjentki z mutyzmem wybiórczym. Artykuł zawiera także podsumowanie aktualnej wiedzy na temat mutyzmu i metody leczenia tego zaburzenia w nurcie CBT.

Kolejna praca, Marii Finogenow, w przystępny sposób omawia techniki doświadczeniowe stosowane w nurcie terapii schematów. Szczególnie polecamy to opracowanie terapeutom pracującym w innych modalnościach, którzy nie mieli jeszcze okazji zapoznać się z tym rodzajem pracy terapeutycznej. Terapia schematów stanowi twórcze rozwinięcie wielu metod i sposobów myślenia, znanych z rozwiniętych wcześniej podejść i szkół terapeutycznych. Staje się jedną z bardziej znaczących metod pracy wśród terapeutów poznawczo-behawioralnych.

O rozwoju w obrębie podejścia poznawczo-behawioralnego traktuje także następny artykuł Agnieszki Reichel. Autorka przedstawia „pozytywną terapię poznawczo-behawioralną” jako jedno z rozwinięć stosowanych dotychczas metod CBT, które włącza techniki pracy znane z psychologii pozytywnej oraz terapii skoncentrowanej na rozwiązaniu.

Piąty artykuł w niniejszym zeszycie ma charakter pogłębionej refleksji nad zagadnieniem zjawiska autostygmatyzacji związanego z doświadczeniem depresji. Autorki, Anna Bańbura-Nowak, Katarzyna Kowara i Małgorzata Opoczyńska-Morasiewicz, przygotowały dla Państwa opis badania jakościowego opartego o interpretacyjną analizę fenomenologiczną. Zarówno ciekawe wnioski z badania, poszerzające intuicyjnie „negatywne” spostrzeżenie autostygmatyzacji, jak i przytaczane, poruszające treści fragmentów wywiadów prowadzonych w trakcie badania stanowią zachętę do spokojnej i wnikliwej lektury tego opracowania.

Na koniec zapraszam do zapoznania się z recenzją wartościowej pozycji wydawniczej: „Psychoterapia poznawczo-behawioralna dzieci i młodzieży. Przewodnik praktyka” pod redakcją Artura Kołakowskiego.

Życzę Państwu, w imieniu całej redakcji, wiosennego humoru i owocnej lektury.

Lukasz Müldner-Nieckowski