

## Od Redakcji

Drodzy Czytelnicy „Psychoterapii”,

uspokojenie sytuacji pandemicznej nie przynosi nam niestety uczucia ulgi, gdyż nadal doświadczamy wraz z naszymi pacjentami poczucia zagrożenia i co gorsza — bezradności związanej z wojną trwającą w Ukrainie. Zdajemy sobie sprawę, że kolejny raz zostały pogwałcone prawa człowieka do bezpiecznego i godnego życia, co więcej, dzieje się to w najbliższym nam sąsiedztwie. Szukamy więc sposobów, aby przynajmniej złagodzić skutki wojny i angażujemy się w czynienie dobra dla osób najbardziej dotkniętych tragicznymi utratami wynikającymi z tej sytuacji. Jako terapeuci pracujący z ludźmi doświadczającymi traumy, czujemy się zobowiązani, aby pomóc naszym pacjentom w uzyskaniu poczucia bezpieczeństwa wystarczającego do życia, ale też wesprzeć profesjonalistów działających na frontach pomocy ludziom dotkniętym traumą wojny. Stąd liczne dyskusje w środowisku na ten temat oraz inicjatywy świadczące o zaangażowaniu. Mam nadzieję, że będzie można o nich poczytać w kolejnych numerach „Psychoterapii”. Zapraszamy Państwa do dzielenia się doświadczeniami w tym zakresie.

W dzisiejszym numerze kwartalnika znajdziecie Państwo dwa artykuły odnoszące się jeszcze do czasów pandemii COVID-19, w czasie której praca zdalna stała się powszechnym sposobem uprawiania różnych form terapii. Konieczność adaptacji do nowych warunków pracy terapeutów, spowodowanych ograniczeniami epidemicznymi, pociągnęła za sobą duże zmiany w gotowości terapeutów do pracy on-line w kierunku pozytywnym. Piszą o tym koledzy ze Specjalistycznej Poradni Rodzinnej dzielnicy Bemowo w Warszawie Karolina Małek i Tomasz Jerzy Jurczyk, którzy w doniesieniu pt. „Stany umysłu terapeutów par — analiza tematyczna narracji psychoanalitycznych terapeutów par po doświadczeniach pracy podczas pandemii COVID-19” przedstawiają wyniki swoich badań. Ich przedmiotem było zrozumienie subiektywnego doświadczenia terapeutów w prowadzeniu psychoanalitycznej terapii par w pierwszym roku pandemii. Okazało się, że doświadczenia tych zmian były oceniane przez część terapeutów jako pozytywne, zarówno dla ich myślenia, jak też dla wybranych procesów terapeutycznych. Inni w większym stopniu akcentowali trud i koszty z tym związane. Wydaje się, że warto prowadzić dalsze badania w tym obszarze, porównując aktywności terapeutyczne w różnych nurtach terapii.

W kolejnej pracy badawczej Katarzyna Olszewska-Turek, Robert Modrzyński, Justyna Kotowska i Barbara Bętkowska-Korpała podjęli się próby oceny użyteczności aplikacji E-POP jako terapeutycznego programu ograniczania picia alkoholu w dobie pandemii SARS-CoV-2. Aplikacja skierowana jest do osób zmotywowanych do pracy nad ograniczeniem picia alkoholu, które nie mają przeciwwskazań zdrowotnych. W programie E-POP ćwiczenia opierają się na założeniach terapii behawioralno-poznawczej oraz metodach dialogu motywującego. Ważną cechą aplikacji E-POP jest anonimowość osób z niej korzystających, gdyż dla znaczącej liczby osób z problemem alkoholowym obawa przed jej utratą stanowi istotną barierę przed podjęciem leczenia. Szeroka dostępność tej metody okazała się przydatna w czasie ograniczonych możliwości bezpośredniego, regularnego i długoterminowego leczenia w placówkach oraz gabinetach terapeutycznych. Wyniki badań potwierdziły obiecującą rolę aplikacji telefonicznych w zakresie wsparcia zmiany

zachowań związanych z pićem alkoholu. Jak widać działania on-line w zakresie niesienia pomocy psychologicznej są coraz bardziej powszechne i przybierają różne formy.

Przejdźmy teraz do tradycyjnych form terapii przedstawianych w kolejnych dwóch artykułach. Pierwszy z nich autorstwa Mateusza Borowca opisuje 10 lat pracy ambulatoryjnej grupy terapeutycznej prowadzonej metodą psychodramy. Autor przedstawia historię powstania terapii grupowej i psychodramy, a także teoretyczne podstawy i użyteczność psychodramy dla psychoterapii. Następnie wnikliwie opisuje przebieg pracy tą metodą w konkretnej grupie terapeutycznej wraz z przedstawieniem przebiegu jednej z sesji psychodramy. Zastrzega, że psychodrama jako metoda doświadczeniowa niezbyt łatwo poddaje się opisowi za pomocą samych słów, trzeba jednak przyznać, że udało mu się przybliżyć Czytelnikowi jej siłę i szeroki potencjał.

Równie trudno w słowach ująć znaczenie pracy terapeutycznej odwołującej się do technik pozawerbalnych. W artykule pt. „Współczesne, somatycznie zorientowane techniki psychodynamiczne w pracy z pacjentami doświadczającymi trudności mentalizacyjnych” podjęli się tego Lech Kalita, Katarzyna Janasiewicz-Nowak, Anna Pułjan-Laudańska, Katarzyna Wołodko i Katarzyna Zapał, opisując pracę terapeutyczną pięciorga psychoanalitycznych terapeutów z ich różnymi pacjentami, mającymi trudność w mentalizacji i korzystaniu z werbalnych interpretacji treści wypowiedzi, a więc terapeuci sięgnęli do innych metod i technik. Autorzy odwoływali się do prac akcentujących rolę relacji ciało-umysł, dotyczących roli komunikacji niewerbalnej, doznań zmysłowych oraz specyficznych werbalizacji pacjentów schizofrenicznych i innych, a także zagadnień związanych z osobistym zaangażowaniem terapeutów i ich zachowań. Interesująca jest plastyczność i żywość opisu sposobu pracy z prezentowanymi pacjentami i odniesienie go do teorii, co autorom znakomicie się udało.

Ostatnią z prezentowanych prac jest artykuł z szekspirowskiego cyklu ukazującego się w „Psychoterapii” z inspiracji Szymona Chrzóstowskiego. W pracy „Poskromienie złośnicy — patriarchy i władza w związku, w rodzinie, w kulturze” Barbara Józefik dzieli się swoim odczytaniem sztuki Szekspira, odnosząc się do pozycji kobiety i mężczyzny w kulturze patriarchalnej i zwracając uwagę na wynikające z niej relacje władzy w związkach intymnych, w rodzinie, w społeczeństwie, na trudności w osiągnięciu autonomii przez kobiety. Zachęca do zwrócenia uwagi na znaczenie języka w definiowaniu tożsamości i relacji, także przemocowych. Bardzo interesującym obszarem analizy jest odniesienie do stereotypowych opisów płci, które wydają się znajdować odzwierciedlenie w sposobie klasyfikowania i przeżywania emocjonalności kobiet i mężczyzn przez psychoterapeutów, psychiatrów i psychologów. Autorka dobitnie podkreśla, iż sztuka ma tylko pozornie żartobliwy charakter, w rzeczywistości dotyczy poważnych spraw związanych z prawami kobiet. Tak jak „Hamlet” był komentowany w „Psychoterapii” przez Macieja Pileckiego w czasach pandemii, w których używaliśmy zdaniem autora języka wojny, tak o kolejnej sztuce Szekspira czytamy w czasie wojny, kiedy złamane są prawa człowieka, a ukraińskie kobiety szczególnie dotkliwie doświadczają opresji i przemocy.

Na zakończenie wracam do wątku, od którego zaczęłam, czyli poważnych zagrożeń w świecie, w którym żyjemy, życząc Państwu, abyśmy w naszym życiu, naszych działaniach terapeutycznych znaleźli sposoby i siły na tworzenie relacji wspierających dla osób ich potrzebujących.

**Wanda Szaszkiwicz**