

Katarzyna Wrzesień<sup>1</sup>, Klaudiusz Kudła<sup>2,1</sup>, Anna Bańdur<sup>1</sup>, Maciej Pilecki<sup>2,1</sup>

**PSYCHOTERAPEUTA W SIECI.  
W POSZUKIWANIU PROFESJONALNEJ OPIEKI  
PSYCHOTERAPEUTYCZNEJ — DONIESIENIE WSTĘPNE**

**A PSYCHOTHERAPIST ONLINE.**

**IN SEARCH OF PROFESSIONAL PSYCHOTHERAPY — PRELIMINARY REPORT**

<sup>1</sup>Szpital Uniwersytecki w Krakowie. Oddział Kliniczny Psychiatrii Dorosłych, Dzieci i Młodzieży

<sup>2</sup>Uniwersytet Jagielloński Collegium Medicum, Wydział Lekarski, Katedra Psychiatrii,  
Klinika Psychiatrii i Psychoterapii Dzieci i Młodzieży

**psychotherapy  
Internet  
advertisement**

**Cel pracy:** Artykuł jest próbą wstępnego opisu sposobu prezentacji usług psychoterapeutycznych w sieci internetowej oraz odpowiedzi na pytanie, na ile osoby poszukujące usług specjalistów za pomocą wyszukiwarek internetowych będą w stanie uzyskać profesjonalną i adekwatną pomoc.

**Metoda:** W okresie od 18.11.2020 do 25.02.2021 do wyszukiwarki internetowej Google wpisano hasło — „psychoterapia Kraków”, a następnie, w oparciu o autorską ankietę, dokonano analizy i oceny danych zawartych na stronach internetowych. Analizie poddano 55 profili internetowych osób proponujących prowadzenie psychoterapii.

**Wyniki:** Analiza stron internetowych pozwoliła wyróżnić informacje, które umieszczają terapeuci reklamujący swoje usługi w sieci. Najwięcej analizowanych profili należało do kobiet (70%). Większość terapeutów miało wykształcenie wyższe magisterskie (92%), najczęściej psychologiczne (73%). Również większość reklamujących się terapeutów była w trakcie (58%) lub ukończyła (20%) całościowe szkolenie terapeutyczne, dawała możliwość rejestracji online oraz udostępniała cennik usług. Niewielki procent profili podawał informacje dotyczące przynależności do towarzystw i stowarzyszeń psychoterapeutycznych, jak również doświadczenia zawodowego. Część profili dawała możliwość oceny przez pacjentów/klientów, które niemal w całości były pozytywne (98%).

**Wnioski:** Większość przeanalizowanych profili spełniała kryteria sugerujące możliwość uzyskania profesjonalnej opieki terapeutycznej. Najłatwiej jest uzyskać informację dotyczącą wykształcenia terapeuty, sposobu rejestracji czy cennika usług. Na wielu stronach brakowało informacji dotyczących doświadczenia terapeutów, przynależności do towarzystw naukowych lub zawodowych i dostępu do superwizji. Niewielu terapeutów umieszcza je na stronie lub nie należy do żadnego towarzystwa zrzeszającego psychoterapeutów.

### Summary

**Objectives:** The article is an attempt at a preliminary description of the way of presenting psychotherapeutic services on the Internet, and to find out to what extent people seeking help from specialists using search engines are able to receive adequate and professional help.

**Methods:** In the period between 18.11.2020 and 25.02.2021, the phrase “psychotherapy Kraków” was repeatedly entered into the Google search engine, which was followed by an analysis and assessment of the data contained on the websites based on an original questionnaire. Fifty-five online profiles of individuals providing psychotherapy were analyzed.

**Results:** The analysis of websites made it possible to distinguish information made available by therapists advertising their services on the web. Most of the analyzed profiles belonged to women (70%). The majority of therapists had higher education (92%), most often in the field of psychology (73%). Also, many of those who advertised were undergoing (58%) or completed (20%) comprehensive therapeutic training, offered online registration and provided a price list of services. A small percentage of the profiles displayed information about membership in psychotherapeutic associations and societies as well as professional experience. Some of the profiles allowed for assessments by patients/clients, which were almost entirely positive (98%).

**Conclusions:** Most of the analyzed profiles met the criteria of suggesting the possibility of receiving professional therapeutic care. The easiest information to obtain is related to the therapists' education, registration process or price list. The greatest information gaps were related to their experience, membership to scientific or professional associations and access to supervision. Few therapists post such information on their websites or do not belong to any association of psychotherapists.

### Wstęp

Psychoterapia stanowi ważną metodę leczenia większości zaburzeń psychicznych oraz wsparcia osób w różnego typu kryzysach [1–8]. W przypadku psychoterapii dzieci w ostatnich latach stworzono specjalizację z psychoterapii dzieci i młodzieży, której chaotyczne i szybkie wprowadzenie zostało przyjęte przez psychoterapeutów z ostrożnością [13]. Natomiast w wypadku psychoterapii osób dorosłych w Polsce nadal brak jest jednoznacznych regulacji prawnych określających zakres kwalifikacji niezbędnych do tego, żeby określać się mianem psychoterapeuty [9–13]. W odróżnieniu od określeń lekarz, psychiatra, określenie psychoterapeuta nie ma wystarczających uregulowań prawnych, stanowiących, kogo można nazywać psychoterapeutą oraz jakie oddziaływania można nazwać psychoterapią. Pojawia się więc naturalne pytanie, czy przy braku uregulowań prawnych i specjalizacji (z wyjątkiem specjalizacji z psychoterapii dzieci i młodzieży) możliwe jest zagwarantowanie profesjonalnej opieki psychoterapeutycznej. Brak jest też zasad prowadzenia reklamy, udzielania informacji handlowych oraz sposobów, w jaki informacja o usługach psychoterapeutycznych może być przekazana potencjalnym klientom.

W przeciwieństwie do regulacji dotyczących świadczeń lekarskich, psychoterapia nie podlega żadnym regulacjom związanym ze sposobem jej reklamowania i może być reklamowana, jak każda inna, nieuregulowana odrębnymi korporacyjnymi przepisami prawa działalność komercyjna.

Z jednej strony mamy do czynienia ze szkoleniami, organizowanymi przez mające kilkudziesięcioletnie doświadczenie stowarzyszenia psychoterapeutów, o ugruntowanych zasadach kwalifikacji organizowania szkoleń i weryfikacji kompetencji uczestników. Uwzględniają one wymagania związane z nabywaniem umiejętności niezbędnych w pracy w danym modelu psychoterapeutycznym, jak również rozwój umiejętności budowania

kontaktu terapeutycznego [13–15]. Z drugiej strony, spotkać można się z doniesieniami o kontrowersyjnych, a nawet niejednokrotnie szkodliwych, sposobach prowadzenia terapii przez osoby bez należytego wykształcenia psychoterapeutycznego [16].

Przez wiele lat informację o tym, z czyich usług można skorzystać, czerpano od lekarzy czy na przykład od osób, które miały pozytywne doświadczenia z terapią. Opieka psychoterapeutyczna poszukiwana była też u osób rozpoznawalnych publicznie czy medialnie [9]. Nie bez znaczenia był też status pracownika instytucji publicznej prowadzącej psychoterapię. Pacjenci instytucji publicznych kontynuowali leczenie w gabinetach prywatnych terapeutów.

Ostatnie kilkadziesiąt lat przyniosło znaczącą zmianę w sposobach, w jaki potencjalni klienci uzyskują informacje o osobach, u których chcą podejmować psychoterapię [17]. Rozwój internetu w zasadniczy sposób wpłynął na sposoby, w jakie informacje docierają do potencjalnych pacjentów. Internet jest obecnie kluczowym źródłem informacji o uzyskaniu możliwej pomocy psychoterapeutycznej [17].

Dane dotyczące wyszukiwania informacji z sieci wskazują, iż w Polsce najpopularniejszą wyszukiwarką jest Google. Prawie połowa wyszukiwań związana jest z lokalizacją (miastem, ulicą). Przeciętny użytkownik wyszukując hasło spędza na tym około 70 sekund, ograniczając się do przejrzenia pozycji znajdujących się na pierwszej stronie przeglądarki, a decyzję o wyborze jednej z nich podejmuje, klikając w link po około 14 sekundach. Jedynie 0,44% osób przegląda drugą stronę wyników Google [18]. Pojawia się pytanie — jakie informacje są niezbędne dla osób szukających pomocy psychoterapeutycznej, by dokonać dobrego wyboru specjalisty.

Można założyć, iż świadomy wybór psychoterapeuty powinien być związany z otrzymaniem odpowiedzi na kilka podstawowych pytań dotyczących zarówno jego wykształcenia, jak i doświadczenia, warunków związanych z prowadzeniem psychoterapii, przynależności do towarzystw zawodowych oraz dodatkowych umiejętności czy cech (Tab.1).

Tabela 1. Potencjalnie istotne informacje przy wyborze psychoterapeuty

Wykształcenie terapeutyczne	Doświadczenie zawodowe	Informacje dotyczące usługi	Dodatkowe informacje
1. Całościowy kurs psychoterapeutyczny: a) ukończony b) rok szkolenia 2. Specjalistyczne kursy 3. Uzyskany certyfikat 4. Przynależność do towarzystwa	1. Doświadczenie w pracy terapeutycznej 2. Praca z określoną grupą kliniczną 3. Praca w placówkach: a) oświatowych b) ochrony zdrowia	1. Model pracy terapeutycznej 2. Superwizja 3. Wycena usług terapeutycznych 4. Rejestracja online 5. Ocena klientów	1. Poziom wykształcenia 2. Rodzaj wykształcenia

Informacje te uznać należy za podstawowe w ocenie kompetencji psychoterapeuty, gdyż określenie „psychoterapeuta” użyte w profilu w odniesieniu do ogłaszającego się nie gwarantuje w istocie, że spełnione są opisane warunki. Jednocześnie w badaniach nad populacją terapeutów polskich to właśnie te informacje najlepiej opisywały tę grupę zawodową [10, 11].

Ostatnie lata i rozwój internetu przyniosły pewną pauperyzację określenia „psycho-terapeuta”. Pojawia się ono w takich kontekstach, jak na przykład: „astropsycholog, charyzmatyczna psychoterapeutka, tarocistka. Dzięki swej analitycznej metodzie oraz niezwyklej umiejętności dotarcia do każdego potrzebującego pomocy ma wdzięcznych klientów w całej Polsce oraz za granicą. Od wielu lat uczy swej autorskiej metody posługiwania się Wtajemniczeniami Tarota. Jej uczniowie stają się profesjonalistami z szerokim ezoterycznym spojrzeniem na osobowość człowieka i jego zwykle codzienne problemy” [19]. Za przykład może również służyć „Profesjonalna Szkoła Psychoterapii i Psychotroniki”, gdzie wśród wykładanych przedmiotów pojawiają się takie pozycje, jak: „numerologia, nieinwazyjna analiza osobowości, bioenergoterapia, czakroterapia, feng-shui, mandala, ustawienia hellingerowskie, naturoterapia, biotronika, radiestezja, terapia rodzinna, wewnętrzne dziecko, hipnoza, litoterapia, magia Słowian, astrologia, Gestalt, joga; masaż ajurwedyjski, balijski, lomi lomi; coaching, szamanizm, psychologia, warsztaty umiejętności pedagogicznych, NLP, wahadło, świece i konchy, reiki, tarot, kabała, jasnowiedzenie, praca ze snami, biała magia, socjoterapia, psychologia reklamy i wywierania wpływu” [20]. Wygląd tej i podobnych stron może sugerować, że w szkole tej można uzyskać pomoc psychoterapeutyczną, zwłaszcza że nazwa ludząco przypomina Instytut Psychologii Stosowanej Uniwersytetu Jagiellońskiego. Filie opisywanego ośrodka znajdują się aż w 6 większych miastach w Polsce — Warszawie, Krakowie, Poznaniu, Łodzi, Katowicach i Wrocławiu.

Celem niniejszego badania było sprawdzenie, na ile informacje zawarte w opisach psychoterapeutów odzwierciedlają w sposób wiarygodny i uczciwy, iż świadczone przez nich usługi rzeczywiście można uznać za psychoterapię *sensu stricto* jako metodę terapii i prowadzoną przez wystarczająco kompetentne osoby, określające się jako psychoterapeuci.

Próbowaliśmy też oszacować, na ile informacje podawane przez osoby reklamujące się w sieci jako psychoterapeuci są kompletne oraz to, w jaki sposób reklama psychoterapii powiązana jest z innymi działaniami, takimi jak np. reklama szkoleń, sprzedaż produktów itd.

To ostatnie zagadnienie jest o tyle istotne, iż współczesny świat reklam internetowych jest znacznie bardziej złożony i interaktywny niż znamy to z telewizji, bądź wydawnictw papierowych [17]. Wpisanie w przeglądarce internetowej hasła — „psychoterapia” — wpływa na uaktualnienie naszego profilu marketingowego i wpływa na to, jakie ukazywać się nam będą reklamy, zarówno pośrednio, jak bezpośrednio związane z psychoterapią lub z populacją, do której jesteśmy przyporządkowani przez poszukiwanie takiego właśnie hasła. Pozycje, w jakich ukażą nam się wyniki, związane będą z nakładami, jaki poszczególni psychoterapeuci lub instytucje ponoszą na pozycjonowanie, reklamę, bądź inne, zwiększające rozpoznawalność działania w sieci. Wpisanie hasła „psychoterapia”, jak każdego zresztą hasła w popularnych wyszukiwarkach internetowych, skutkować będzie tym, jakie artykuły lub strony internetowe, będą nam się wyświetlać; a jakie, przez algorytmy sztucznej inteligencji, będą pomijane.

## Material i metoda

Celem udzielenia odpowiedzi na pytania badawcze zdecydowaliśmy się na wpisanie w wyszukiwarce internetowej Google, w dniach od 18.11.2020 do 25.02.2021 hasła — „psychoterapia Kraków”, a następnie w oparciu o autorską ankietę, analizę i ocenę danych zawartych na stronach internetowych analizie poddano 55 pierwszych profili pojawiających się po wpisaniu hasła w wyszukiwarce — zarówno profile indywidualne, jak i te, które były publikowane na profesjonalnych portalach jak „Znany lekarz” czy większe ośrodki. W analizie ujęte zostały po pierwsze zagadnienia dotyczące wykształcenia i zawodu psychoterapeutów, liczby i rodzaju ukończonych i trwających szkoleń, uzyskanych certyfikatów, orientacji psychoterapeutycznej, przynależności do towarzystw zawodowych, doświadczenia, obszarów pracy terapeutycznej, miejsca pracy oraz korzystania przez terapeutę z superwizji. Braliśmy pod uwagę również informacje związane z marketingiem i reklamą usług, czyli: o liczbie i charakterze opinii o terapeutce/terapeucie, kosztach terapii, możliwości rejestracji online, wyglądzie strony, dostępnym zdjęciu terapeuty.

## Wyniki

Analizie poddano 55 profili osób świadczących usługi psychoterapeutyczne. 17 stron umieszczonych było w portalu „Znany lekarz”. Kolejne znajdowały się na niezależnych stronach.

### Dane demograficzne

Na profilach internetowych znajduje się niewielka liczba danych demograficznych. Psychoterapeuci nie podają swojego stanu cywilnego, wieku, miejsca zamieszkania (co wydaje się zrozumiałe, gdyż informacje te w większości przypadków nie mają znaczącego wpływu na proces terapii). Większość osób na stronach prezentowała swoje zdjęcie (96%), które w zależności od aktualności może dostarczać informacji o przybliżonym wieku terapeuty. Z punktu widzenia reklamujących się psychoterapeutów ich wygląd (a nie wiek, miejsce zamieszkania czy stan cywilny) może mieć znaczenie dla osób poszukujących terapii. Częściowo jawną informacją była natomiast płeć terapeutów wynikająca z podania imienia. Większość reklamujących się terapeutów to kobiety (70 %); mniejszość stanowili mężczyźni (30 %).

### Wykształcenie

Dwie osoby nie podały swojego wykształcenia, poza tym wszyscy mieli wykształcenie wyższe. Większość miała tytuł magistra — prawie 82%, pozostałe 13% tytuł doktora lub profesora. Większość osób ukończyła studia psychologiczne (73%) lub pedagogiczne (prawie 11%), a około 3% stanowiły osoby, które ukończyły studia medyczne (Tab. 2). Dodatkowo jako drugi i ewentualnie trzeci kierunek pojawiały się: socjologia (1), terapia zajęciowa (1), antropologia kultury (1), coaching (1), zarządzanie personelem (1), socjoterapia (1), seksuologia (4), terapia uzależnień (2), logopedia (1), analityka zarządzania (1).

Tabela 2. **Wykształcenie badanych osób**

<b>Wykształcenie</b>	Liczba	%
Poziom		
Magister	45	82
Doktor	6	11
Profesor	1	2
Brak danych	3	5
<b>Kierunek</b>		
Psychologia	40	73
Pedagogika	6	11
Medycyna	2	3
Brak danych	7	13

### Przygotowanie psychoterapeutyczne

Większość osób deklaruje, iż są uczestnikami lub ukończyły całościowy kurs psychoterapeutyczny umożliwiający uzyskanie certyfikatu psychoterapeuty lub atestowany przez Polskie Towarzystwo Psychiatryczne lub Polskie Towarzystwo Psychologiczne. W momencie badania nie pojawiały się informacje dotyczące uzyskania tytułu specjalisty psychoterapii dzieci i młodzieży. Zdecydowana większość (oprócz 13 osób, których danych brak) szkoli się w uznanych szkołach psychoterapeutycznych. U większości brak jest danych o przynależności do towarzystw psychoterapeutycznych, a z osób, które wymieniają swą przynależność: 6 osób należy do Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego, 1 osoba do Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, 2 osoby do Polskiego Towarzystwa Psychoterapii Psychodynamicznej, 1 osoba do Polskiego Towarzystwa Seksuologicznego, 3 osoby do innych towarzystw (Tab. 3).

Tabela 3. **Szkolenie w psychoterapii oraz przynależność do towarzystw psychoterapeutycznych**

<b>Etap przygotowania terapeutycznego</b>	Liczba	%
Osoby w trakcie kursu	32	58
Ukończony 4-letni kurs	11	20
Certyfikat psychoterapeutyczny	2	4
Brak kursu	1	2
Brak danych	9	16
<b>Szkoły psychoterapii</b>		
Szkoły z uznanymi akredytacjami	42	76
Brak danych	13	24

*dalszy ciąg tabeli na następnej stronie*

<b>Przynależność do towarzystwa</b>		
Polskie Towarzystwo Psychiatryczne	6	11
Polskie Towarzystwo Psychologiczne	1	2
Polskie Towarzystwo Psychoterapii Psychodynamicznej	2	4
Polskie Towarzystwo Seksuologiczne	1	2
Inne towarzystwa	3	5
Brak danych	42	76

### Model pracy terapeutycznej

Większość osób wskazywała na integracyjny/eklektyczny model pracy lub przedstawiała informacje wskazujące, iż pracuje w oparciu o uznane modele psychoterapeutyczne. Najwięcej terapeutów deklarowało pracę lub szkolenie w nurtach psychoanalityczno-psychodynamicznych (31 osób), następnie systemowych (9 osób) i terapii poznawczo-behawioralnej (4 osoby).

### Doświadczenie zawodowe

W rubryce „doświadczenie zawodowe” 17 osób nie podało żadnych danych; natomiast kolejne 17 jako doświadczenie zawodowe ujęło staże w ambulatoriach i/lub oddziałach psychiatrycznych. Pozostałe osoby pracowały w przeszłości w różnych placówkach ochrony zdrowia i/lub oświaty — oddziałach stacjonarnych, dziennych, poradniach zdrowia psychicznego, wojewódzkim ośrodku terapii uzależnienia i współuzależnienia, poradni leczenia uzależnień, poradni psychologicznej, środowiskowym domu samopomocy, ośrodkach adopcyjnych, rodzinnym ośrodku diagnostyczno-konsultacyjnym.

Jeśli zaś chodzi o osoby, które poza prowadzeniem praktyki prywatnej pracują w instytucjach, to 15 osób pracuje w systemie oświaty (przy czym 6 z nich na uczelniach wyższych), natomiast 9 osób pracuje w placówkach ochrony zdrowia — głównie w lecznictwie ambulatoryjnym (Tab. 4).

Tabela 4. Doświadczenie w psychoterapii oraz miejsce pracy badanych

<b>Doświadczenie</b>	<b>Liczba</b>	<b>%</b>
Jakościowe		
Staże	17	31
Praca	15	27
Brak danych	17	31
Ilościowe		
Podane w latach	3	5,5

*dalszy ciąg tabeli na następnej stronie*

Opis „kilka/kilkanaście lat”	3	5,5
<b>Miejsce pracy</b>		
Oświata	15	27
Ochrona zdrowia		
Ambulatorium	10	18
Oddział szpitalny	3	6
Brak danych	27	49

### Superwizja pracy terapeutycznej

Większość osób podała informację, że superwizuje swoją pracę terapeutyczną. 18 osób nie podało żadnej informacji na ten temat.

### Główne obszary zainteresowania (pracy terapeutycznej)

Najczęściej opisywanym obszarem pracy terapeutycznej są szeroko pojęte zaburzenia emocjonalne (27%), problemy interpersonalne (13%), trudności w relacjach rodzinnych (11%), praca z pacjentem w kryzysie (7%). Niewielka grupa osób opisała swój obszar pracy w kategoriach grup wiekowych (9%).

### Możliwość rejestracji online

Tylko do jednej osoby nie można było się zarejestrować online. Pozostałe osoby oferowały taką możliwość.

### Cennik usług

Również jedna osoba (ta sama, u której nie było możliwości rejestracji online) nie podała do wiadomości internetowej cennika usług, pozostałe osoby go udostępniły.

### Opinie

Brak było udostępionych opinii pacjentów w przypadku 26 osób. Pozostałe osoby miały udostępnione opinie. Liczba ich kształtowała się od 1 do 156 dla poszczególnej osoby. W sumie wszystkich ocen było 655, z czego aż 645 to oceny pozytywne, a jedynie 10 — oceny negatywne. Tylko sześciu terapeutów miało negatywny komentarz/ocenę (Tab. 5).

Tabela 5. **Oceny psychoterapeutów**

	Liczba	%	Średnia	Mediana
Oceny	655	100%	22,5	14

*dalszy ciąg tabeli na następnej stronie*



Pozytywne	645	98%	22,2	14
Negatywne	10	2%	0,3	0

## Dyskusja

Uzyskane wyniki wskazują na to, iż większość psychoterapeutów, których udało się odnaleźć za pomocą wyszukiwarki, to osoby, które spełniają podstawowe wymogi profesjonalizmu. Wśród 55 analizowanych profili, nie znalazł się żaden sugerujący prowadzenie psychoterapii przez osobę niemającą kwalifikacji lub stosującą nieetyczne metody. Jest to oczywiście pozytywna informacja, wskazująca, że osoby szukające psychoterapii otrzymają prawdopodobnie profesjonalną opiekę. Wskazuje to również na to, iż pomimo braku uwarunkowań prawnych, rynek oraz oddziaływanie samego środowiska psychoterapeutycznego wpływają na dostępność profesjonalnych terapeutów.

Opisy są redagowane raczej w podobny do siebie sposób. Najchętniej podawane są informacje dotyczące poziomu i rodzaju wykształcenia, obszaru pracy terapeutycznej, możliwości rejestracji czy cennika usług.

Z zebranych danych wynika, iż w Krakowie najłatwiej będzie znaleźć psychoterapeutkę-psycholożkę w trakcie szkolenia terapeutycznego, która pracuje w modalności psychodynamicznej lub systemowej. Odpowiada to częściowo danym dotyczącym środowiska psychoterapeutów w Polsce, które wskazują na przewagę kobiet, psychologów oraz osób prezentujących psychodynamiczny model pracy [10, 11], ale może być związane również z liczbą akredytowanych ośrodków znajdujących się w Krakowie i szkolących przyszłych terapeutów w tych modalnościach.

Na większości profili znajduje się zdjęcie. Pojawia się pytanie, na ile wybór terapeuty jest również związany z jego atrakcyjnością fizyczną czy urodą. Jednocześnie psychoterapeuci unikają podawania zbędnych danych demograficznych.

Niestety niektóre z użytych sformułowań zostawiają pole raczej do domysłów niż stanowią precyzyjną informację. Na przykład w rubryce doświadczenie część osób podawała odbycie stażu (nierozdzielnie obowiązkowego w procesie szkolenia na psychoterapeutę) jako pracę w danym miejscu.

Nieliczne z odnalezionych stron zawierają wszystkie niezbędne dane do zakwalifikowania ich jako przekazujących kompletne informacje.

Najczęściej brakowało informacji dotyczących przynależności do towarzystw i sekcji związanych z pracą psychoterapeutyczną oraz możliwości oceny pracy z terapeutą. Niepokojący jest fakt, iż bardzo niewielka liczba terapeutów przynależy do towarzystw psychoterapeutycznych (lub nie umieszcza tej informacji na stronie) oraz niewielu decyduje się na podjęcie starań o certyfikat. Równocześnie nie jest pewne, czy taka informacja jest interesująca dla osób poszukujących psychoterapeuty. Wydaje się jednak, że terapeuci powinni nie tylko odpowiadać na zapotrzebowanie klientów (w zakresie informacji, które klienci uważają za istotne), ale również umieszczać na profilach informacje, świadczące o profesjonalnej opiece (wynikającej np. z faktu przyjęcia standardów etycznych danego towarzystwa). Jednocześnie większość osób podaje, iż ukończone przez nich kursy są

akredytowane przez jedno z oficjalnych towarzystw. Brak wymogu starania się o certyfikat wpływa na to, że terapeuci rzadko decydują się na pojęcie starań o jego uzyskanie (tylko 2 psychoterapeutów miało przyznany certyfikat). Nie oznacza to, że psychoterapeuci nie poddają ocenie swojej pracy, ponieważ większość deklaruje, iż podlega superwizji, jednocześnie jednak nie podejmują decyzji o podejściu do egzaminu certyfikacyjnego. Pojawia się więc pytanie, czy oznacza to, iż uzyskanie certyfikatu psychoterapii jest dla terapeutów mało atrakcyjne czy też trud związany z przygotowaniem się do niego jest zbyt duży.

Obecnie poza certyfikatami przyznawanymi przez towarzystwa, pojawiła się możliwość uzyskania specjalizacji z psychoterapii dzieci i młodzieży. W planach jest uruchomienie również specjalizacji z psychoterapii dorosłych. W przyszłości może okazać się interesujące, czy dla psychoterapeutów bardziej atrakcyjne będzie podejmowanie trudu związanego z uzyskaniem certyfikatu czy specjalizacji, szczególnie biorąc pod uwagę dane dotyczące liczby zgłoszeń o uznanie dorobku i doświadczenia zawodowego jako równoznacznego z odbyciem specjalizacji z psychoterapii dzieci i młodzieży [13]. Ciekawe wydaje się również, że wśród analizowanych profili większość należy prawdopodobnie do młodych psychoterapeutów (niewiele osób podaje liczbę lat doświadczenia w zawodzie) — co sugeruje fakt, iż są to osoby w trakcie szkolenia. Być może mają oni większą gotowość do reklamowania swoich usług w internecie w porównaniu z bardziej doświadczonymi terapeutami. Klient szukający więc pomocy terapeutycznej z większym prawdopodobieństwem znajdzie osobę w trakcie szkolenia psychoterapeutycznego niż taką, która je ukończyła czy ma certyfikat.

Brak możliwości oceny usług oraz prawie wyłącznie pozytywne oceny terapeutów dających możliwość ich wystawienia również wydaje się wymagać refleksji i zastanowienia. Nie jest jasne, dlaczego na profilach psychoterapeutów występuje tak duża nierównowaga ocen pozytywnych i negatywnych. Czy osoby niezadowolone z terapii nie mają, na tyle motywacji, by napisać komentarz, czy też osoby moderujące sekcje komentarzy, np. usuwają nieprzychylnie opinie.

Należy tu apelować do portali pośredniczących w poszukiwaniu usług medycznych o uwiarygodnianie stron przez wprowadzenie dodatkowych wymogów dotyczących psychoterapeutów. Ważne jest, by osoby poszukujące psychoterapii miały szanse na uzyskanie rzetelnej i kompetentnej wiedzy o oferowanej pomocy, jaką mogą uzyskać w rozwiązywaniu swych problemach psychicznych i emocjonalnych.

Dane zebrane w badaniu oraz wnioski są jedynie wstępem do analizy sytuacji prezentowania usług psychoterapeutów w sieci, a sama analiza pozycji proponowanych przez wyszukiwarki w sieci ma wiele ograniczeń. Wyszukiwanie ograniczyło się jedynie do jednego miasta — Krakowa, co związane jest z zainteresowaniem autorów ich środowiskiem pracy. Jednocześnie planowane jest przeprowadzenie podobnej analizy i porównanie wyników w odniesieniu do 5 większych miast w Polsce. Kolejnym ograniczeniem badania jest fakt, iż sprawdzana była jedynie fraza „psychoterapia Kraków”, wyszukiwarka bowiem poda inne wyniki, jeżeli wpisujemy frazy „psychoterapeuta Kraków”, „psychoterapeutka Kraków”, „psychoterapia dorosłych Kraków” „gabinet psychoterapii Kraków”. Oczywiście część profili się powtórzy, jednak znajdują się też zupełnie nowe pozycje. Inne też będą pozycje proponowane przez wyszukiwarkę, jeżeli korzystać będziemy z urzędzenia stacjonarnego, a inne przy korzystaniu z urządzeń mobilnych. Szybkość zmian w świecie

cyfrowym, korzystanie z pozycjonowania stron sprawia, iż niezwykle trudno jest mówić o stałości w aspekcie proponowanych przez wyszukiwarkę pozycji. Pomimo wielu ograniczeń, obserwacja obecności psychoterapii i psychoterapeutów w świecie cyfrowym wymaga pogłębionej refleksji.

### Piśmiennictwo

1. Lambert MJ, Bergin AE. Achievements and limitations of psychotherapy research. W: D. K. Fredheim DK, Freudenberger HJ, Kessler JW, Messer SB, Peterson DR, Strupp HH, Wachtel PL, red. *History of psychotherapy: A century of change* American Psychological Association, 1992, str. 360–390.
2. Czabała JC. Wyniki badań nad psychoterapią — ich użyteczność dla praktyki klinicznej. *Psychoter.* 1994; 4(91): 33–40.
3. Kalita L, Chrzan-Dętkoś M. Skuteczność psychoterapii psychoanalitycznych. *Psychoter.* 2017; 4(183): 5–16.
4. Sanna K. Zastosowanie oraz efektywność terapii poznawczo-behawioralnej wśród nieformalnych opiekunów osób chorych przewlekle — przegląd badań. *Psychoter.* 2021; 4(199): 65–74.
5. Garrote-Caparrós E, Bellosta-Batalla M, Moya-Albiol L, Cebolla A. Effectiveness of mindfulness-based interventions on psychotherapy processes: a systematic review. *Clin. Psychol. Psychother.* 2022; 29(3): 783–798.
6. Venturo-Conerly KE, Fitzpatrick OM, Horn RL, Ugueto AM, Weisz JR. Effectiveness of youth psychotherapy delivered remotely: a meta-analysis. *Am. Psychol.* 2022; 77(1): 71–84.
7. David-Ferdon C, Kaslow N. Evidence — based psychosocial treatment for child and adolescent depression. *J. Clin. Child Adolesc. Psychol.* 2008; 37(1): 62–104
8. Grzegorzewska I, Lidia Cierpiąłkowska L, Borkowska AR. *Psychologia kliniczna dzieci i młodzieży*. Warszawa: PWN; 2020.
9. Józefik B. Psychoterapia jako dyskurs kulturowy. *Psychiatr. Pol.* 2011; 45(5): 737–748.
10. Suszek H, Grzesiuk L, Styła R, Krawczyk K. Kto i w jaki sposób prowadzi psychoterapię w Polsce. Część II. Wyniki ogólnopolskiego badania. *Psychiatria* 2017; 14(2): 90–100.
11. Suszek H, Grzesiuk L, Styła R, Krawczyk K. Kto i w jaki sposób prowadzi psychoterapię w Polsce. Część I. Przegląd dotychczasowych badań. *Psychiatria* 2017; 14(2): 85–89.
12. Hermanowski M. *Psychoterapeutki i psychoterapeuci w Polsce. Analiza cech populacji*. Poznań: Wydawnictwo Nauk Społecznych i Humanistycznych UAM, Wydawnictwo Fundacji Humaniora; 2021.
13. Matusiak F, Józefik B. Wokół psychoterapii, w tym psychoterapii dzieci i młodzieży: pytania, wyzwania, kontrowersje. *Psychoter.* 2019; 3(190): 5–16.
14. Kalita L, Bittner-Jakubowska A, Buzun E, Dworczyk P, Giza M, Henzel-Korzeniowska A, Kitrasiewicz J, Mędrzejewska A, Szmalec M, Witkowska M, Zboińska J. Kompetencje potrzebne do prowadzenia terapii psychoanalitycznych i psychodynamicznych w Polsce. *Psychoter.* 2021; 2(197): 51–66.
15. Grzesiuk L. *Psychoterapia — badania i szkolenie*. Warszawa: Eneteia; 2006.
16. Witkowski T. *Zakazana psychologia. Tom 1*. Taszów Biblioteka Moderatora 2009.
17. Falkowski A, Tyszką T. *Psychologia zachowań konsumenckich*. Gdańsk: GWP; 2006.

18. Kamiński M. Statystyki wyszukiwarki GOOGLE, które musisz znać. <https://toponline.pl/blog/statystyki-wyszukiwarki-google-ktore-musisz-znac> [dostęp: 2022]
19. Olszewska MK. Tarot. Terapia słowem — karty. Studio Astropsychologii 2007
20. <http://www.ips.edu.pl> [dostęp: 2022]

Adres: [Klaudiuszkudla@gmail.com](mailto:Klaudiuszkudla@gmail.com)