

Od Redakcji

Szanowni Państwo,

niezwykle cenię w psychoterapii to, że w jej ramach promowana jest refleksyjność i, co za tym idzie, dostrzeganie złożoności zjawisk i procesów, które na nas wpływają i których częścią jesteśmy. Bywa oczywiście, że ta złożoność przytłacza. Gdy tak się dzieje, zaczynamy czasami dążyć do (zbyt) prostych wyjaśnień, które pociągają za sobą (pospieszne) rozwiązania. Pośpiech i natłok spraw jest wrogiem refleksji. Uproszczenia dają nam pozór bezpieczeństwa i fałszywy komfort związany z poczuciem, że się (w końcu) rozumie samego siebie, innych oraz to, co się dzieje w otoczeniu. Psychoterapia, przynajmniej tak jak ja ją rozumiem, skłania jednak do stałego zadawania pytań, dzielenia się wątpliwościami, kwestionowania tego, co pozornie już dobrze znane.

Czasami pod adresem psychoterapeutów można słyszeć zarzut, że dzielą włos na czworo. Być może w niektórych przypadkach to słuszna uwaga, ale czy w naszym życiu społecznym nie przydałoby się więcej właśnie takiego dzielenia włosa na czworo, więcej refleksji poprzedzającej działanie, więcej namysłu nad złożonością zjawisk? Przeglądam właśnie doniesienia medialne o tym, co dzieje się w Polsce. Mimo wakacji bynajmniej nie jest to okres ogórkowy. Czytam, jak w mainstreamowych mediach promowany jest czarno-biały obraz świata. Na nowo staje się aktualny podział na MY i ONI, a może on zresztą nigdy nie stracił na znaczeniu? Żałuję jednak, że w debacie publicznej nie ma więcej wspomnianej refleksyjności i dostrzegania wielowymiarowości (czy odwołując się do bardziej psychoterapeutycznego języka: wieloobrazu). Mam nadzieję, że numer naszego pisma zachęci jednak do takiej wieloaspektowej perspektywy. „Psychoterapia” to jedno z miejsc, w którym zachęcamy do złożonych analiz, być może nie zawsze prowadzących do ostatecznych konkluzji, być może wyłącznie do kolejnych pytań.

Numer otwiera artykuł „Od marca 2020 do marca 2021 — psychoterapeuci o pracy w pandemii COVID-19. Autoetnografia zbiorowa” autorstwa Bogusławy Piaseckiej, Antoniny Bryniarskiej, Svetłany Mróz, Barbary Wojszel, Moniki Janczury, Barbary Józefik, Agaty Siwiec-Bek i Bartłomieja Taurogińskiego. Autorzy zachęcają do refleksji nad tym, jakie zmiany w praktyce terapeutycznej wprowadziła praca zdalna, którą większość z nas musiała w pewnym momencie podjąć. Kładą nacisk na to, w jaki sposób psychoterapeuci twórczo zaadaptowali się do nowych warunków. Opracowali także kilka wskazówek dotyczących prowadzenia zdalnej terapii z rodzinami i indywidualnej z pacjentami młodzieżowymi i młodymi dorosłymi. Wydaje się, że konsultacje on-line stają się jednym z elementów warsztatu niektórych psychoterapeutów, stąd refleksje zespołu autorów mają znaczenie wykraczające poza czas pandemii.

Kolejny artykuł również jest związany z COVID-19. Pandemia bowiem stała się niestety, przynajmniej w tym momencie, stałym elementem kontekstu naszej pracy. Jednym ze sposobów, w jaki my, psychoterapeuci, staramy się poradzić sobie z jej skutkami, jest namysł nad tym, co pandemia nam i naszym pacjentom przynosi. Zachęcamy zatem do lektury artykułu Doroty Marii Sikory „Pacjenci z zaburzeniami odżywiania w dobie COVID-19”. Wydaje się, że to właśnie ta grupa pacjentów szczególnie silnie odczuła negatywne skutki pandemii. Autorka zwraca uwagę na ograniczone możliwości zdalnej pomocy tym osobom.

Pandemia przypomina nam o naszej cielesności i jej związku z psychiką. Warto pamiętać, że psychoterapeuci od dawna pracują w oddziałach szpitalnych i ich obecność

tam jest niezwykle ważna. Marta Nowak-Kulpa z Kliniki Chirurgii Onkologicznej i Rekonstrukcyjnej stale eksploruje tę zależność w swojej pracy. Dzieli się swoimi refleksjami w artykule „Metafory ciała. Zastosowanie psychoterapii ericksonowskiej w oddziale chirurgii rekonstrukcyjnej”. W artykule znalazłem zdanie: „Jesteśmy na chirurgii, oczekuj nieoczekiwanego”. Choroba konfrontuje nas z nieprzewidywalnością, o której wolimy nie pamiętać. Autorka w swoim tekście dzieli się krótkimi, ale poruszającymi opisami przykładów pracy klinicznej z pacjentami.

Kolejny artykuł Moniki Romanowskiej i Bartłomieja Dobroczyńskiego dotyczy pojęcia nieświadomości we wczesnej terapii poznawczej Aarona T. Becka. I tu właśnie ponownie wracamy do złożoności rzeczy, o której wspominałem w pierwszym akapicie. Autorzy we wstępie piszą: „Standardowa narracja na temat narodzin terapii poznawczej głosi, że jej twórca Aaron T. Beck zerwał wszelkie więzi z psychoanalizą i wybrał drogę formułowania teorii opartą na eksperymentach naukowych. Wydaje się jednak, że podejście Becka do roli i znaczenia utajonych procesów poznawczych było o wiele bardziej złożone”.

Mimo trwającej pandemii szkolenia psychoterapeutów są kontynuowane. Zespół Autorów w artykule „Kompetencje potrzebne do prowadzenia terapii psychoanalitycznych i psychodynamicznych w Polsce” przedstawia usystematyzowany opis kwalifikacji do prowadzenia psychoterapii psychoanalitycznej i psychodynamicznej osób dorosłych. Artykuł ten może być bardzo pomocny dla osób szkolących się. Warto jednocześnie pamiętać, że standardy opisane w tej pracy odzwierciedlają wytyczne opracowane przez sam zespół Autorów i reprezentowane przez nich ośrodki (Lech Kalita, Agnieszka Bittner-Jakubowska, Edward Buzun, Piotr Dworczyk, Mirosław Giza, Alina Henzel-Korzeniowska, Janusz Kitrasiewicz, Anna Mędrzejewska, Małgorzata Szmalec, Marzena Witkowska, Jolanta Zboińska). Wymienieni autorzy reprezentują ważne polskie stowarzyszenia zawodowe silnie związane z międzynarodowym środowiskiem psychoanalitycznym.

Miło jest nam też poinformować o wynikach konkursu o Nagrodę Naukową im. prof. Marii Orwid przyznawaną przez Fundację Kontekst na rzecz Rozwoju Psychoterapii i Terapii Rodzin. Nagrodzona praca to artykuł Agnieszki Lelek i Magdaleny Adamczyk-Banach „Udział rodziców w terapii zaburzeń lękowych u dzieci i młodzieży”. Wprawdzie nie wypada się nam chwalić jako Redakcji, ale mimo wszystko zwrócimy Czytelnikowi uwagę (przyznam, że nieskromnie), iż wszystkie zgłoszone do konkursu prace były wydrukowane w „Psychoterapii”.

Na koniec smutna wiadomość. Odszedł od nas dr Jerzy Jakubowski, nauczyciel i supervisor, ostatnio związany z Wielkopolskim Towarzystwem Terapii Systemowej. Dla wielu psychoterapeutów był ważną postacią. Jeden z nich, Robert Adamczyk, tak żegnał się z Jerzym Jakubowskim na swojej stronie Facebooka:

„I teraz tak nagle i nieoczekiwanie Go nie ma, odszedł od nas, znikł. Wiele rzeczy, które mogłem, mogliśmy, powinniśmy byli sobie powiedzieć, pozostanie teraz milczeniem. Wiele rzeczy, które planował, nie zostanie zrealizowanych. Nasz wspólny czas się skończył. Jego śmierć zostawia nas samych z tym, co już nigdy nie zostanie wypowiedziane, zostawia nas z poczuciem pustki, która się już nie wypełni”. Niniejszy numer zawiera wspomnienie o Jerzym Jakubowskim.

Mamy nadzieję, że numer „Psychoterapii”, który oddajemy w Państwa ręce, będzie stanowił antidotum na nadmierne uproszczenia i wzbudzi Państwa ciekawość.

Szymon Chrząstowski