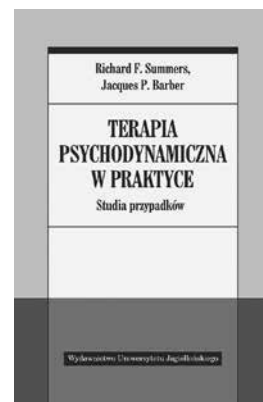


PRZEDSTAWIAMY

Richard F. Summers, Jacques P. Barber

Terapia psychodynamiczna w praktyce. Studia przypadków

Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego
Kraków 2016



We wprowadzeniu do książki *Terapia psychodynamiczna w praktyce. Studia przypadków* Richard F. Summers i Jacques P. Barber piszą: „Techniki kształcenia nowicjuszy, które ułatwiałyby im osiągnięcie kompetencji, nie są opracowywane i wdrażane w takim stopniu, jak metody służące doskonaleniu umiejętności doświadczonych terapeutów psychodynamicznych. Tę lukę zamierzamy wypełnić swoją książką” – i sumiennie wywiązują się z tego zobowiązania. Książka jest rzeczowa, przejrzysta, konkretna i sprawdza się w funkcji dydaktycznej. W moim odczuciu jest rzeczywiście adresowana raczej do osób rozpoczynających pracę w psychoterapii psychodynamicznej; napisana tak, aby pokazać im podstawowe zjawiska psychiczne i procesy zachodzące w trakcie spotkań terapeutycznych. Umożliwić wgląd w to, jak zjawiska, o których piszą podręczniki terapii, wyglądają w praktyce, w spotkaniu z konkretnym pacjentem: jak je spostrzec u osoby leczonej, zauważyć różne aspekty relacyjne, opracować spójną koncepcję postępowania i ją zastosować. Moim zdaniem książka może być także bardzo przydatna psychiatrom, ponieważ omawia te aspekty ich pracy, które nie są uwzględniane w klasycznych podręcznikach (skoncentrowanych raczej na symptomatologii). Autorzy piszą o złożonych zjawiskach zachodzących w kontakcie z osobą leczoną, przeniesieniu i reakcjach przeciwprzeniesieniowych, emocjach, trudnościach w relacji z drugim człowiekiem, z którym spotykamy się w gabinecie. Co ważne, robią to w sposób jasny i zrozumiały. Wywód nie jest może nazbyt wielowątkowy i zniuansowany, ale dobrze pokazuje zjawiska typowe i ważne. Opisy przypadków – przygotowane przez stażystów, rezydentów i osoby w trakcie szkolenia psychoterapeutycznego – obrazują ich wysiłki i osiągnięcia w zakresie rozumienia problemów pacjentów, kontaktu terapeutycznego, planowania, prowadzenia i kończenia terapii. Konkretność, planowanie i dydaktyka są znakami firmowymi tej książki. Jednocześnie opisane podejście do terapii różni się od klasycznego, mniej ustrukturalizowanego podejścia praktykowanego przez wielu terapeutów psychoanalitycznych i psychodynamicznych – co zresztą autorzy jasno zaznaczają. Summers i Barber prezentują swój model terapii psychodynamicznej, który nazywają pragmatyczną psychoterapią

psychodynamiczną (PPP). „Nasz model terapii psychodynamicznej (...) opiera się na tradycyjnym modelu konfliktu w życiu psychicznym i kładzie nacisk na takie elementy jak przymierze terapeutyczne, podstawowy problem psychodynamiczny i psychodynamiczne opracowanie przypadku, jak również na edukację pacjenta i przejrzystość działań terapeutycznych, integrację z innymi synergistycznymi odmianami terapii oraz aktywną, zaangażowaną postawę terapeuty. Różni się on od tradycyjnej terapii psychodynamicznej, która jest mniej ukierunkowana, bardziej hierarchiczna, nieswoista dla zaburzenia i niełatwa do zintegrowania (konceptyjnie i technicznie) z psychofarmakologią oraz innymi stosowanymi jednocześnie metodami leczenia” – piszą autorzy. I dodają, że „PPP jest pojęciem szerokim, obejmującym wszechstronny model i technikę, stosowaną zarówno w ogólnej praktyce klinicznej, jak i w szczególnych terapiach psychodynamicznych opartych na dowodach, takich jak terapia podtrzymująco-ekspresyjna według Luborsky’ego czy terapia psychodynamiczna skoncentrowana na napadach paniki”.

Na co w cytowanym fragmencie zwracają uwagę autorzy? Otóż terapie psychoanalityczne – i zapewne psychodynamiczne w postaci bardziej klasycznej – są, jak czytamy, „nieswoiste dla zaburzenia” i „mniej ukierunkowane”; zakładają po prostu zastosowanie pewnych metod i koncepcji, bez szczególnego nacisku na ścisłe określenie diagnozy czy zasadniczego problemu, przewidywanie etapów terapii bądź wystąpienia specyficznych zjawisk. Takie terapie są raczej spotkaniem dwóch osób, dwóch systemów psychicznych, a nawet dwóch nieświadomości, w których panuje otwartość na wymianę. Podejście Summersa i Barbera jest inne. Kiedy piszą o przymierzu terapeutycznym, określaniu podstawowego problemu psychodynamicznego i psychodynamicznemu opracowaniu przypadku, nie są to mgliste pojęcia, ogólne postulaty ani niejasne zalecenia. Autorzy konkretnie, krok po kroku definiują i określają, co mają na myśli – w odniesieniu do poszczególnych typów problemów psychicznych. Jest to konkretnie sformułowany w sposób psychodynamiczny, ale też zrozumiały zdroworozsądkowo dla każdego klinicysty pracującego z danym rodzajem pacjentów.

Gdy Summers i Barber wspominają o konieczności edukacji pacjentów, wyjaśniają również, czego ona powinna dotyczyć w przypadku poszczególnych osób, co także stanowi odmianę w stosunku do klasycznych ujęć tego kierunku terapii. Element edukowania jest szczególnie widoczny (a nawet podkreślany) w opisach przypadków zawartych w książce. Należy tu zaakcentować zakładaną przez autorów aktywną, zaangażowaną postawę terapeuty. W kontekście analitycznej neutralności, nieobecności, powstrzymywania się od jakichkolwiek działań i „karmienia pacjenta” np. bezpośrednimi komentarzami takie sformułowania świadczą o odmienności proponowanego podejścia.

Podobnie jest w przypadku zmiany behawioralnej: „Tradycyjna terapia psychodynamiczna nie zajmuje się bezpośrednio zmianą zachowania, ponieważ zakłada, że nastąpi ona samoistnie, gdy zmienią się uczucia. Nie zawsze jednak tak się dzieje, dlatego trzecia strategia wspomaganie zmiany polega na zachęcaniu pacjentów do wypróbowywania nowych zachowań, ocenianiu skutków tych eksperymentów i dalszym modyfikowaniu reakcji behawioralnych”. Autorzy wiedzą, jak bardzo ich propozycja oddala się od klasycznych założeń psychoanalitycznego i psychodynamicznego podejścia terapeutycznego, dodają więc zdanie, które ma uprawomocnić tę modyfikację i które trudno potraktować inaczej niż jako próbę uzasadnienia jej Najwyższym Autorytetem. Po zacytowanym fragmencie Summers i Barber piszą: „Takie zalecenia formułował już sam Freud”. No cóż: „Tradycyjna terapia psychodynamiczna nie zajmuje się bezpośrednio zmianą zachowania”, a my tu rekomendujemy inną strategię, stąd przywołanie Freuda. Warto dodać, że opisy przypadków zgromadzone w książce są opisami psychoterapii dobrze zintegrowanej z farmakoterapią.

W konsekwencji autorzy przedstawiają to, czego mogliśmy oczekiwać po takim ujęciu tematyki psychoterapii, czyli konkretne problemy psychodynamiczne, które da się wyróżnić w grupach pacjentów (co nasuwa skojarzenie z diagnozą, a więc wolno powiedzieć – problemy możliwe do zdiagnozowania u osób leczonych). Są to: depresja, obsesyjność, strach przed porzuceniem, niskie poczucie własnej wartości, lęk napadowy i trauma; tak właśnie wygląda lista diagnostyczna zaprezentowana w publikacji. Summers i Barber proponują również konkretny i ustrukturalizowany „Arkusze psychodynamicznego opracowania przypadku”, zawierający następujące elementy: przełomowe wydarzenia

życiowe pacjenta, jego ważne doświadczenia subiektywne, objawy psychiczne, czynniki neurobiologiczne, zespoły psychopatologiczne, wątki psychodynamiczne, terapie i ich skutki. A wszystkie omówione przypadki opracowane zostały przez różnych autorów (jak wspomniałem, są to osoby w trakcie szkolenia terapeutycznego) według pewnego schematu: przedstawienie pacjenta, wywiad, podstawowy problem psychodynamiczny, opis czynników niedynamicznych, psychodynamiczna interpretacja konfliktów, przebieg terapii, zakończenie terapii, ocena jej wyników. Jasno i konkretnie.

Ale jednocześnie autorzy zachowują credo podejścia psychodynamicznego: „W tradycyjnej terapii psychodynamicznej pozwala się pacjentowi na swobodne skojarzenia i mówienie wszystkiego, co przyjdzie mu na myśl w trakcie badania, wypróbowywanie i otwieranie niewyrażonych uczuć. Od terapeuty wymaga to cierpliwości, empatii, wyczulenia na emocje i gotowości przeżywania ich z pacjentem. Zadawanie pytań otwartych, przepracowywanie problemów z powierzchni świadomości w głąb, dostrzeganie unikania i innych mechanizmów obronnych oraz proponowanie możliwych wyjaśnień na podstawie psychodynamicznego opracowania przypadku to klasyczne interwencje terapii psychodynamicznej. Uważamy je za właściwe”.

Jeżeli miałbym podsumować niniejszą recenzję osobistą refleksją, jako psychiatra i zarazem psychoterapeuta, to przede wszystkim chciałbym napisać, że sposób rozumienia i prowadzenia terapii psychodynamicznej omówiony w książce Summersa i Barbera jest w niektórych aspektach odmienny od tego, jakiego byłem uczony i jaki w konsekwencji praktykuję (jak mi się wydaje). Propozycje autorów wychodzą z założeń psychodynamicznych, ale w wielu aspektach wydają mi się bliższe bardziej ustrukturalizowanym modalnościom terapii, np. terapii poznawczo-behawioralnej. Jako psychiatra postrzegam takie podejście jako użyteczne – pragmatyczne i zintegrowane z innymi oddziaływaniami stosowanymi w psychiatrii. Reasumując: książka jest taka, jak zapowiadają Summers i Barber we wprowadzeniu, czyli skierowana do nowicjuszy, bardzo pragmatyczna i dydaktyczna oraz, jak sądzę, przydatna także profesjonalistom o wykształceniu medycznym – ze względu na dobrą integrację z podejściem psychiatrycznym.

Sławomir Murawiec