

Omówienia książek i czasopism

PSYCHOTERAPIA I PORADNICTWO

Pod redakcją Colina Felthama i Iana Hortona

Redakcja wydania polskiego: Katarzyna Stemplewska-Żakowicz i Hubert Suszek

Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2013, stron t. 1 – 629, t. 2 – 447.

„Psychoterapia i poradnictwo” to dwutomowe dzieło zbiorowe, tłumaczenie II wydania „The SAGE Handbook of counselling and psychotherapy”, które ukazało się w 2006 roku. W dwóch tomach, o objętości ok. 1100 stron, bardzo liczny zespół autorów (aż 86! – głównie brytyjskich psychologów) przedstawił przegląd założeń teoretycznych i problemów praktyki poradnictwa psychologicznego (counselling) oraz jego relacje z psychoterapią.

Pierwsza część I tomu zatytułowana „Poradnictwo i psychoterapia – konteksty” przedstawia m.in. cele i formy tych oddziaływań, druga – zatytułowana „Perspektywa społeczno-kulturowa” – opisuje rozmaite zjawiska socjokulturowe mające wpływ na praktykę terapeutyczną (szczególnie zasługuje na uwagę rozdział omawiający funkcje rasy, kultury i narodowości, który oparty jest na doświadczeniach autorki praktykującej w wielokulturowym Londynie). Część 3 – „Umiejętności terapeutyczne i praktyka kliniczna” – może służyć za zbiór podręcznych wskazówek dla osób podejmujących działania z zakresu poradnictwa i psychoterapii. Część 4 – „Kwestie zawodowe” – omawia zagadnienia związane z wykonywaniem praktyki terapeutycznej, w tym związane z etyką i rozwojem osobistym terapeutów, superwizją, uwarunkowaniami prawnymi, użytecznością i możliwościami badań naukowych itp. Część 5 – „Teoria i podejścia” – zawiera syntetyczne opisy 23 teorii uznanych przez redaktorów tej książki za „główne”. Znajdują się wśród nich koncepcje powszechnie krytykowane za brak racjonalnych podstaw, a nawet dyskredytowane z powodu nienaukowo-fantastycznego charakteru. Jest to jednak użyteczny dla czytelnika, syntetyczny przegląd tych teorii.

II tom rozpoczyna część szósta zatytułowana „Problemy klientów”, która zawiera przede wszystkim niekonwencjonalną prezentację psychopatologii. Niekiedy sprawia ona wrażenie nieco powierzchownej, ale też pozwala psychiatrze poznać specyfikę spostrzegania zaburzeń zdrowia i ich leczenia przez psychologów zajmujących się poradnictwem i psychoterapią. Jest przy tym uderzające analogiczne traktowanie zaburzeń schizofrenicznych czy OCD do problemów, jakie towarzyszą ciąży, konfliktowym związkom czy przeżyciu gwałtu. Lektura tych fragmentów szczególnie inspirowa do uprzytomnienia sobie różnic między poradnictwem a leczeniem.

Część siódma – „Terapie specjalistyczne i ich odmiany” – jest nieco chaotycznym zbiorem tekstów omawiających bardzo różne zagadnienia: specyfikę poradnictwa w przypadku opresji związanej z orientacją seksualną czy niepełnosprawnością, mającego odpowiedzieć na potrzebę rozwoju osobistego, doprowadzić do zwiększenia asertywności itp. Inne prezentują zasady poradnictwa zawodowego w miejscu pracy, jeszcze inne opisują (chyba zbyt powierzchownie) terapię grupową, systemową czy krótkoterminową itp. Ta nieco utrudniająca lekturę różnorodność tematyki wydaje się jednak dobrze obrazować obszary aplikacji i praktyki poradnictwa.

Chociaż odróżnianie poradnictwa od psychoterapii jest na całym świecie coraz powszechniejsze (a w Wielkiej Brytanii właściwie zinstytucjonalizowane), treść rozdziałów wskazuje raczej na dążenie do traktowania wsparcia, edukacji, doradztwa zawodowego, rozwiązywania problemów osobistych czy instytucjonalnych itp. tak, jakby były one tożsame z leczeniem zaburzeń zdrowia. Trudno się jednak zgodzić z przekonaniem C. Felthama

(str. 44), że „praktycy i społeczeństwo osiągną o wiele więcej korzyści z założenia o podobieństwie niż o pozornych czy drobnych odmiennościach”. Wiele fragmentów tej książki, przeciwnie, wskazuje (niekiedy mimowolnie) na fundamentalne różnice i rozmaite szkody wynikające z nierozróżniania tych dwóch rodzajów oddziaływań. Opór przed dostrzeżeniem tej różnicy, obecny we wszystkich środowiskach psychologów i psychoterapeutów (także w Polsce), niewątpliwie wiąże się z podobieństwem procedur. Jest on jednak jedną z przyczyn aktualnego chaosu w teoriach i niepowodzeń w praktyce psychoterapii.

Mimo wspomnianych niekonsekwencji, ogromną zaletą tego dzieła jest zwrócenie uwagi na odmienną rolę poradnictwa psychologicznego – przy jego ogromnej użyteczności społecznej, także w leczeniu – od psychoterapii wymagającej innych kompetencji i posługiwania się innym sposobem myślenia. Zarazem pozwala na dostrzeżenie, że wiele procedur nazywanych obecnie psychoterapią w istocie rzeczy jest takim poradnictwem.

„Psychoterapia i poradnictwo” jest książką godną omówienia znacznie obszerniejszego niż dopuszczają zasady obowiązujące w tym czasopiśmie. Warto jednak przynajmniej zwrócić na nią uwagę i zachęcić nie tylko do zapoznania się z nią, ale także do przemyślenia wniosków, jakie wynikają z prezentowanych przez nią treści. Może to okazać się niezmiernie pomocne psychiatrom w zrozumieniu, kiedy i w jakiej mierze działania nazywane psychoterapią mogą być użyteczne dla ich pacjentów.

Jerzy W. Aleksandrowicz

Katedra Psychoterapii Collegium Medicum UJ