

Lechosław Gapik

Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

gapik@post.pl

Recenzja:

Czabała, J. C. (2006), „Czynniki leczące w psychoterapii”,

Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN

Nowe, rozszerzone wydanie książki Profesora J. C. Czabały „Czynniki leczące w psychoterapii” zwraca uwagę staranną edycją i dobrze zaplanowanym układem treści. W części I, zatytułowanej: „Kontrowersje wokół psychoterapii”, autor w czterech rozdziałach przedstawia założenia teoretyczne głównych kierunków psychoterapii, omawiając, wśród kilku innych zagadnień, stosowane w tych kierunkach techniki postępowania z pacjentem. Czytelnik otrzymuje także zwięzły wykład dotyczący rodzaju oczekiwanych zmian oraz samego przedmiotu psychoterapii w ujęciach: psychoanalitycznym, behawioralno - poznawczym, humanistycznym oraz systemowym. W części II („Integracja szkół psychoterapeutycznych”, kolejne cztery rozdziały) autor podejmuje się wykazania, że istnieją czynniki wspólne dla różnych kierunków psychoterapii umożliwiające także integrowanie form jej stosowania na odpowiednim poziomie ogólności, co nazwane zostaje „transteoretycznym modelem psychoterapii”. Pogląd taki jest bez wątpienia bliski wielu psychoterapeutom w Świecie a także w Polsce, którzy nie czują potrzeby ścisłej identyfikacji z wyłącznie jednym kierunkiem teoretycznym uznając, że w działalności klinicznej najlepiej sprawdza się podejście synkretyczne (nazywane niekiedy mniej elegancko - eklektycznym). Wymaga to od psychoterapeuty przygotowania się do działalności praktycznej na szerszej bazie teoretycznej i metodycznej, niż gdyby szkolił się on tylko w jednej opcji, ale za to daje jemu możliwość uzyskiwania znacznie lepszych efektów w pracy klinicznej, w związku z

możliwością elastycznego dopasowania formy psychoterapii do konkretnego pacjenta. Takie podejście uzasadnia fakt, że jak dotąd żadna z teorii psychologicznych (a więc także tych leżących u podstaw psychoterapii) nie ma stuprocentowych zastosowań, ze względu na złożoność ludzkiej osobowości oraz psychicznych i psychosomatycznych zaburzeń, które w jakimś stopniu zawsze wymykają się pojedynczym teoriom. Dlatego podejście synkretyczne (lub też zastosowanie modelu psychoterapii zintegrowanej) daje zdecydowanie większe szanse psychologowi i psychoterapeucie na efektywne działanie w procesie diagnostyczno - terapeutycznym.

O zasadniczej wartości tej książki zaświadcza jednak jej część III („Czynniki leczące w psychoterapii”, pięć rozdziałów), stanowiąca ponad połowę objętości. To właśnie tutaj czytelnik znajduje znakomity i wsparty licznymi przykładami wykład na temat przyczyn powstawania problemów wymagających później psychoterapii, możliwych do uzyskania efektów, roli diagnozy, metod postępowania z pacjentem oraz zjawisk psychologicznych zachodzących w procesie psychoterapii. Wszystko to jest podane językiem jasnym, w logicznym uporządkowaniu i z odwołaniem się do bogatych doświadczeń własnych. Autor nie zaniedbuje także wykładu na temat takiego sposobu zakończenia psychoterapii, aby służyła ona możliwie trwałym, korzystnym zmianom w przyszłym funkcjonowaniu pacjenta - warto zwrócić uwagę, że to ważne zagadnienie najczęściej jest pomijane w podobnych opracowaniach.

Zasadniczą wartość tej książki upatruję w tym, że jest ona wartościowym podręcznikiem dla studentów i młodych psychoterapeutów, którzy na początku swojej drogi zawodowej powinni zapoznać się z tymi najbardziej klasycznymi koncepcjami i formami psychoterapii, bo dopiero po ich opanowaniu można sięgać po bardziej wyrafinowane i wysoce specjalistyczne metody. Autor, wybitny naukowiec i praktyk wysoko ceniony w środowisku zawodowym, wykazuje się nie tylko erudycją, ale także umiejętnością syntezy kilku głównych koncepcji teoretycznych, co bardzo ułatwia czytelnikowi zorientowanie się w gąszczu różnych poglądów, pojęć i sposobów podejścia do psychoterapii, nawet, jeśli w tej książce odnosi się ona tylko do klasycznego obszaru oddziaływań, czyli osobowości człowieka i jej funkcjonowania w obszarze emocji oraz podstawowych interakcji społecznych.

Należy także podkreślić, że opracowanie to dobrze wpisuje się w programy studiów na wydziałach nauk społecznych i edukacyjnych (głównie psychologii i pedagogiki), także w bardziej ambitne programy na studiach medycznych, a ponadto jest również przydatne do prowadzenia niektórych studiów podyplomowych, stanowiąc wprowadzenie do innych, jeszcze bardziej specjalistycznych koncepcji i metod współczesnej psychoterapii. Z pewnością powinni także zapoznać się z tą książką wszyscy, którzy z racji wypełnianego zawodu współpracują z psychoterapeutami, a więc psycholodzy innych specjalności, niż kliniczna, terapeuci pedagogiczni, rehabilitanci, lekarze psychiatrzy (nawet ci o orientacji biologicznej), a także osoby zatrudnione w różnego rodzaju poradnictwie psychologiczno - społecznym, interwencji kryzysowych, itp.