

WSTĘP

Idea powstawania kolejnego tomu podręcznika pojawiła się już w trakcie pracy koncepcyjnej nad tomem pierwszym. Wtedy zorientowaliśmy się, że tak obszernej dziedziny, jaką jest diagnoza w psychoterapii par, nie uda nam się zamknąć w jednym tomie. Myśleliśmy o poszczególnych aspektach takiej pracy terapeutycznej, których pominięcie wydawało się nam co najmniej nieuzasadnione. Do ich opracowania zaprosiliśmy polskich psychoterapeutów, którym w tym miejscu jeszcze raz dziękujemy za współpracę. Bez Państwa/Waszego wkładu ten podręcznik by nie powstał. Nasza współpraca przybierała różne formy, z niektórymi autorami spotykaliśmy się bezpośrednio bądź *online*, prowadziliśmy ożywione merytoryczne dyskusje, które potwierdziły wielką wartość dialogu i zapewne nas ubogaciły, za co również dziękujemy. Chcielibyśmy podkreślić duży udział środowiska polskich psychoterapeutów w opracowywaniu szczególnie dwóch rozdziałów niniejszego tomu, m.in. w drodze wypełnienia przez terapeutów opracowanej przez nas ankiety dotyczącej przeciwwskazań do terapii par. Dziękujemy wszystkim respondentom, bez Państwa licznych odpowiedzi nie moglibyśmy opracować tego zagadnienia. Podobnie jest z rozdziałem poświęconym trudom stawania się terapeutą związków. W związku z bardzo nielicznymi badaniami dotyczącymi

obu tematów rozmowy z koleżankami i kolegami, superwizantami, uczestnikami szkoleń i seminariów były niezmiernie pomocne przy ich konceptualizacji. Szczególnie w odniesieniu do kwestii budowania tożsamości psychoterapeuty par jesteśmy wdzięczni za podzielenie się własnym doświadczeniem i otwartość w opisie przeżyć i okoliczności pierwszych sesji terapeutycznych z parami. W Polsce jest to wciąż rozwijająca się gałąź psychoterapii, mamy nadzieję na jej dalsze doskonalenie.

W trakcie pracy nad podręcznikiem wysłuchaliśmy wykładu prof. Grzegorza Iniewicza: „Więcej niż dwoje – czyli polimilność”, którego treść przyczyniła się do prób wprowadzania przez nas określenia „psychoterapeuta związków”. Naszym zdaniem jest ono dużo bardziej pojemne, otwierające nas, psychoterapeutów, na spotkanie z różnymi życiowymi wyborami pacjentów. Uważamy, że zadaniem psychoterapeutów jest poznawać nowe zjawiska, rozumieć je i mentalnie się do nich przybliżać. Eksperymentujemy z tym określeniem i staramy się znaleźć dla niego dobre miejsce w opisach terapii bliskich związków. Dużym językowym wyzwaniem było stosowanie formy żeńskiej do określenia osób prowadzących terapię oraz pacjentów. Zainspirowały nas do tego wnioski z czterech badań i raportów nad osobami praktykującymi psychoterapię w Polsce w latach 2017–2021. Według badań 80–85% osób praktykujących psychoterapię to kobiety, a 15–20% to mężczyźni (Hermanowski, 2021) – oznacza to proporcję średnio 5:1, czyli na jednego mężczyznę terapeutę przypada pięć kobiet terapeutek. Chcielibyśmy podziękować za konsultację w tej sprawie prof. Renacie Ziemińskiej z Instytutu Filozofii i Kognitywistyki Uniwersytetu Szczecińskiego oraz prof. Grzegorzowi Iniewiczowi z Instytutu Psychologii Uniwersytetu Jagiellońskiego. Niestety próby i eksperymenty z różnymi formami pokazały nam, że język polski nie jest jeszcze gotowy na alternatywne określenia genderowe.

Pozostaje nam mieć nadzieję na przyszłość, że żywy język dostosuje się do rzeczywistości społecznej, a ta będzie coraz pełniejsza. Niemniej staraliśmy się wprowadzać inkluzywne elementy, dlatego używamy czasem form „terapeutki i terapeuci” oraz formy „osoby prowadzące psychoterapię”. Oba obszary poszukiwań językowych zastosowaliśmy w rozdziałach naszego autorstwa, nie narzucaliśmy ani nie sugerowaliśmy tego autorom pozostałych tekstów.

Opisując poszczególne wątki pracy ze związkami, staraliśmy się przybliżyć Czytelniczkom i Czytelnikom różne jej aspekty, które – mamy taką nadzieję – będą pomocne w codziennej pracy z pacjentami. Do przyglądania się temu, co się dzieje w związkach, jak możemy rozumieć dynamikę relacji, a w konsekwencji pomagać naszym parom, polecamy lekturę rozdziałów o mentalizacji i rzeczywistości emocjonalnej relacji. Umiejętności mentalizacyjne, rozpoznawanie „błędzenia po kole pozamentalizacyjnej percepcji rzeczywistości” rozwijają zarówno pary miłosne, jak i pary psychoterapeutów. Natomiast ładunek emocjonalny, który wprowadza na sesje para, możemy lepiej rozumieć, korzystając z koncepcji rzeczywistości emocjonalnej relacji.

Tak jak różne jest to, co związek wnosi do gabinetu, tak też różne są trafiające do nas pary, bardziej szczegółowo została zatem opisana diagnoza pary jednopłciowej, pary międzykulturowej i pary niewolontaryjnej.

Przy pracy nad rozdziałem dotyczącym terapii pary międzykulturowej zmagaliśmy się z trudem integrowania wymiaru intrapsychoicznego z kontekstualnym, zewnętrznym. Poza tym pojawiał się w nas, autorach, wątek różnic międzykulturowych wewnątrz „jednej kultury”. Żywimy nadzieję, że dokonana analiza będzie pomocna w uwrażliwieniu odbiorców oraz rozumieniu mechanizmów i sił działających w innego typu międzykulturowości, w tym tej znajdującej się wewnątrz tej samej, np. polskiej kultury.

Przy redakcji poszczególnych rozdziałów mieliśmy poczucie, że wiele aspektów musi zostać pominiętych lub jest to temat na odrębną pozycję. Mamy jedynie nadzieję, że będą one inspiracją do poszerzania treści szkoleniowych czy organizowania warsztatów np. na temat pracy z różnymi typami związków. My, psychoterapeuci, dokonujemy wyboru – czy pracujemy jako single, czy w duecie. Ponieważ niektórzy z nas decydują się na pracę w koterapii – to o tym, jeszcze innym, często intensywnym, dość intymnym i wymagającym związku pisze w swoim rozdziale Anna Dziubińska-Starska. Zapewne koterapeuci również wzajemnie się superwizują, ale szczegółowo temat superwizji w diagnozie terapii par omawia duet Monika Misiec i Bogdan de Barbaro. Przybliżają oni ten temat, trudząc się z wyodrębnieniem superwizji etapu diagnozy.

Dziękujemy Rafałowi Bornusowi za wnikliwą recenzję tego tomu podręcznika. Szczególnie za zwrócenie uwagi, że psychoterapia nie jest jedyną formą pomocy, jaką możemy oferować parom w potrzebie. Zależnie od rozpoznania pary mogą otrzymać także (podajemy z wdzięcznością za Recenzentem): poradę – np. jak zadbać o dzieci gdy rodzice się rozstają; interwencję kryzysową; pokierowanie na warsztaty psychoedukacyjne – dla par, komunikacyjne, rodzicielskie; przekierowanie na indywidualną psychoterapię lub konsultację z terapeutą uzależnień lub psychiatrą lub prawnikiem. W podręczniku koncentrujemy się na psychoterapii, co nie oznacza, że wskazane inne formy pomocy nie istnieją lub nie są skutecznie parom pomocne. Pragniemy w tym wstępie zwrócić na to uwagę (po więcej można sięgnąć m.in. do: Czabała i Kluczyńska, 2015).