

Zuzanna Mechlińska
Centrum Terapii Dialog, Warszawa

Recenzja książki *Terapia psychodynamiczna w praktyce: studia przypadków* Richarda F. Summersa i Jacquesa P. Barbera (Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2016)

Terapia psychodynamiczna w praktyce: studia przypadków Richarda F. Summersa i Jacquesa P. Barbera jest kontynuacją ich pierwszej książki *Terapia psychodynamiczna: praktyka oparta na dowodach* (Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2014). Zawiera zbiór wnikliwych opisów studiów przypadków ujętych w kontekście całego procesu terapeutycznego.

Autorzy prac opierają się na psychodynamicznym modelu diagnostycznym opracowanym na podstawie dowodów naukowych. Jest on przedstawiony w sposób przejrzysty i zwięzły, integrujący podstawowe cechy i elementy skutecznej terapii psychodynamicznej. Model pragmatycznej psychoterapii psychodynamicznej (PPP) wydaje się bardziej zintegrowany koncepcyjnie i technicznie, zarówno z psychofarmakologią, jak i z innymi stosowanymi modelami psychodynamicznymi opartymi na dowodach. Umożliwia on dobranie właściwego leczenia do diagnozy i do indywidualnego przypadku, co może być szczególnie pomocne dla początkujących terapeutów. W pragmatycznej psychoterapii psychodynamicznej rozróżnione są następujące podstawowe problemy psychodynamiczne: depresja, obsesyjność, strach przed porzuceniem, niskie poczucie własnej wartości, lęk napadowy i trauma. Każdy z nich jest scharakteryzowany pod kątem:

- formy wyrazu,
- głównego konfliktu i problemu,
- dominującego modelu psychodynamicznego używanego do opracowania przypadku,
- typowego konfliktowego wątku relacyjnego,
- najbardziej zbliżonej jednostki diagnostycznej według DSM-5,

- celów terapii psychodynamicznej,
- narażonych mocnych stron charakteru,
- kwestii związanych z przymierzem terapeutycznym,
- typowych oporów,
- kwestii związanych z techniką,
- typowych przeniesień,
- typowych przeciwprzeniesień.

Model ten może przypominać swoisty rodzaj mapy, który zabiera w ciekawą podróż po skomplikowanym procesie leczenia psychoterapeutycznego, przybliżając rozumienie konkretnych przypadków reprezentujących po kolei wszystkie typy problemów.

W opisach tych procesów terapeutycznych uwzględnione są po kolei poszczególne etapy. Zaczynając od pierwszego psychodynamicznego opracowania przypadku, czyli kompleksowego zrozumienia istoty zaburzenia, poprzez proces zmiany terapeutycznej (cele, mechanizmy, strategie), aż po etap kończenia terapii, zamknięcia całego doświadczenia.

Książka ta jest cenną pozycją jeszcze z tego powodu, że przedstawione prace terapeutyczne mają miejsce w poradni, gdzie szkolą się terapeuci zmagający się z dylematami i trudnościami przez które większość z nas, specjalistów, musiała przejść. Specyficzne ograniczenia służby zdrowia dotyczące liczby sesji i sposobów radzenia sobie z nimi też dają tutaj ciekawe wskazówki i propozycje rozwiązań. Do tego świeże spojrzenie początkujących adeptów i odkrywanie ich osobistych trudności i refleksji, konfrontowane z poradami superwizorów robi z niniejszej książki pozycję wartą szczególnej uwagi.

Adres do korespondencji:
Zuzanna Mechlińska
Centrum Terapii Dialog,
ul. Słomińskiego 19, 00-195 Warszawa,
e-mail: zmechlińska@gmail.com