

## Polska EDITORIAL Psychoterapia Europejska

Psychoterapia Europejska jest publikowana już od 15 lat. Powstała na bazie badań organizacji psychoterapeutycznych z niemal wszystkich państw europejskich. Rada doradcza jest jednym z wyników tej współpracy.

W pierwszym numerze w 2000 roku przedstawiliśmy najnowsze wówczas osiągnięcia psychoterapeutyczne (Dialektyczna Terapia Behawioralna DBT, Terapia Akceptacji i Zaangażowania ACT, Funkcjonalna Terapia Behawioralna FBT). Następnie konsekwentnie i radykalnie podkreślaliśmy Krótkoterminową Psychoterapię Dynamiczną Davanloo. W 2003 roku szeroko omówiliśmy leczenie Zespołu Stresu Pourazowego, opracowane w pracy z ofiarami wojny w byłej Jugosławii przez Willi'ego Butollo i współpracowników. Potem ukazała się Analiza Egzystencjalna Viktora Frankla, opublikowana przez Alfrieda Längle, oraz Terapia Pesso PBSP, która dopiero od niedawna zyskuje na popularności w Europie. Mało znany był również fakt, że od początku lat 90. w Europie rozwijała się trzecia fala terapii: Krótkoterminowa Terapia Strategiczna (SBT), która stawia na pierwszym planie pracę z emocjami i rozwój osobowości. Stąd tylko krok do Terapii Skoncentrowanej na Emocjach Leslie Greenberga (2007) jako naukowego rozwinięcia Terapii Gestalt i Psychoterapii Skoncentrowanej na Kliencie.

Następnie mieliśmy przyjemność zaprezentować Jeremy'ego Holmesa jako redaktora gościnnego. Jest on czołowym przedstawicielem psychoanalizy i udało mu się uzyskać wartościowe artykuły na temat terażniejszości i przyszłości psychoanalizy od autorów, którzy stymulują jej dynamiczny rozwój. W swoim artykule redakcyjnym „W kierunku solidnej teoretycznej i dowodowej podstawy dla psychoterapii psychoanalitycznej” wprowadza nas w zbiór tekstów psychoanalitycznych, które nie są przeznaczone wyłącznie dla psychoanalityków, ale dla wszystkich psychoterapeutów, którzy chcą dowiedzieć się więcej o współczesnej psychoanalizie, którzy chcą zrobić krok w jej kierunku, może przełamać stare uprzedzenia, otworzyć się ponownie na idee psychodynamiczne lub dostrzec podobieństwa, które są znacznie większe, niż dotychczas sądzono. My, jako wydawcy tego periodyku, dostrzegliśmy, że nie tylko komunikacja między szkołami terapeutycznymi jest istotna, ale także komunikacja między narodowymi grupami psychoterapeutów w Europie. I właśnie na tym polega nasz europejski projekt.

W latach 2010-2011 psychoterapeuci z całej Europy raportowali na temat szkoleń psychoterapeutycznych w swoich krajach:

- Gerhard Lenz, Rafael Rabenstein, Vivian Görden (Austria)
- Martine Bouvard (Francja)
- Serge Sultz i Stefan Hagspiel (Niemcy)
- Evrinomy Avdi (Grecja)
- Bernardo Nardi i Emidio Arimatea (Włochy)
- Susan van Hooren (Holandia)
- Andrzej Kokoszka (Polska)
- Celia Avila Fernández (Hiszpania)
- Bo Erik Sigrell i Rolf Sandell (Szwecja)

- Jan McGregor Hepburn (Wielka Brytania).

W latach 2012-2013 psychoterapia ciała stała się głównym tematem. Terapia Ruchu Koncentratywnego (CMT) została wykorzystana do tego celu – oceniana psychoterapia ciała dla zaburzeń psychosomatycznych i psychicznych.

Tematem lat 2014-2015 była “Austria – kolebka światowej psychoterapii”, ponieważ większość wielkich psychoterapeutów XX wieku mieszkała w Wiedniu lub tam rozpoczęła swoją karierę: Sigmund Freud, Melanie Klein, Michael Balint, Wilhelm Reich, Alfred Adler, Viktor Frankl, Paul Watzlawick i Fred Kanfer.

W latach 2016-2017 tematem było ucieleśnienie w psychoterapii (redagowane przez Gernota Hauke) z absolutnie innowacyjnymi artykułami – spoglądającymi w przyszłość psychoterapii:

- Wolfgang Tschacher, Mario Pfammatter: Ucieleśnienie w psychoterapii – konieczny dodatek do kanonu wspólnych czynników?
- Marianne Eberhard-Kaechele: Emocje to ruch: Poprawa regulacji emocji poprzez interwencję ruchową
- Rosemarie Samaritter i Helen Payne: Bycie poruszonym: Wzajemności kinestetyczne w interakcji psychoterapeutycznej i rozwój enaktywnej intersubiektywności
- Tania Pietrzak, Gernot Hauke, Christina Lohr: Interwencja łącząca pary: Poprawa empatii i regulacji emocji w parach za pomocą ucieleśnionych mechanizmów empatii
- Andrea Behrends, Sybille Müller, Isabel Dziobek: Taniec wspiera empatię: Potencjał ruchu interakcyjnego i tańca dla psychoterapii
- Susanne Bender: Znaczenie rytmu ruchu w psychoterapii
- Gernot Hauke, Christina Lohr, Tania Pietrzak: Ruch umysłu: Ucieleśniona kognicja w terapii poznawczo-behawioralnej (CBT)
- Lily Martin, Valerie Pohlmann, Sabine C. Koch, Thomas Fuchs: Powrót do życia: Efekty terapii ucieleśnionych u pacjentów ze schizofrenią.

A teraz, w latach 2023-2024, najnowszy integracyjny rozwój psychoterapeutyczny - opublikowany po raz pierwszy w 2021 roku - nie wszedł jeszcze w fazę oceny opartej na dowodach: Terapia Wspierająca Mentalizację (MST). Właśnie o to chodzi w EP: o nowe, ważne impulsy, które oczywiście stają się oparte na dowodach dopiero kilka lat po opracowaniu podejścia. Niemniej jednak, MST może opierać się na zaskakująco szerokiej bazie empirycznej. Możemy czerpać z ponad trzydziestoletniej tradycji badań nad systemem diagnostycznym behawioralnym, terapią krótkoterminową strategiczną i terapią behawioralno-strategiczną. Ponieważ MST w rzeczywistości nie jest nowym podejściem terapeutycznym. Podobnie jak podejście samoregulacji Freda Kanfera, jest to wariant terapii poznawczo-behawioralnej, składający się z opartych na dowodach strategii interwencyjnych terapii behawioralnej. Jednak aspekt poznawczy koncentruje się znacznie bardziej na metakognicjach (myślenie o myślach, uczuciach i potrzebach), dlatego można mówić o metakognitywnej terapii behawioralnej. Ponadto emocje wysunęły się na pierwszy plan. Chodzi o zdolność do regulacji emocji – umiejętność kontrolowania emocji w taki sposób, aby prowadziły do stabilnych i satysfakcjonujących relacji. Trzeci punkt to orientacja na potrzeby, oparta na teorii przywiązania Johna Bowlby’ego. Niepewne przywiązanie w dzieciństwie jako podstawowa predyspozycja do

chorób psychicznych i psychosomatycznych. Dlatego więź między pacjentem a terapeutą jest niezbędnym warunkiem sukcesu w psychoterapii.

Impulsem do rozwoju MST (Terapia Wspierająca Mentalizację) była praca Petera Fonagy'ego i jego zespołu nad Terapią Opartą na Mentalizacji (MBT), której perspektywę przedstawia Daniel Barth w pierwszym artykule. Następnie pojawiają się dwa artykuły autorstwa Larsa Theßena i Serge'a Sulza, w których opisują oni tło teoretyczne, koncepcję terapeutyczną i podejście praktyczne. Specjalny rodzaj pracy z ekspozycją na emocje w MST (Śledzenie Emocji), który został przyjęty przez Alberta Pesso, jest bardzo jasno i imponująco opisany przez Serge'a Sulza i Marię Schreiner.

Kolejne są raporty z wcześniejszych badań w laboratorium badawczym MST autorstwa Larsa Theßena, Serge'a Sulza i ich współpracowników. Na koniec znajduje się artykuł autorstwa Annette Richter-Benedikt, w którym opisano zastosowanie MST w pracy z młodzieżą. Wszystkie artykuły zostały poddane recenzji.

MST to tylko jeden z przykładów innowacyjnego rozwoju terapeutycznego, który zainspiruje kolejne.

Annette Richter-Benedikt i Maria Schreiner – Redaktorki.