

Wstęp do wydania polskiego

Szanowni Państwo, z ogromną przyjemnością oddaję w Państwa ręce pierwsze polskie wydanie książki Deborah L. Cabaniss *Psychoterapia psychodynamiczna. Podręcznik kliniczny*.

Środowisko psychoterapeutów skupionych w Polskim Towarzystwie Psychoterapii Psychodynamicznej opiera swoją pracę psychoterapeutyczną z pacjentami na klarownym i potwierdzonym naukowo modelu teoretycznym stworzonym przez Otto Kernberga. Niniejsza książka jest doskonałym dopełnieniem wcześniejszych pozycji tego autora wydanych przez Polskie Towarzystwo Psychoterapii Psychodynamicznej.

Autorka w niezwykle przejrzysty sposób przeprowadza czytelnika przez najważniejsze założenia teorii i technik psychoterapii psychodynamicznej. Olbrzymią zaletą tego podręcznika jest ilustrowanie przedstawionych zagadnień przykładami klinicznymi, dzięki czemu teoria „ożywa” i staje się bardziej zrozumiała.

W Części I autorka analizuje, czym jest psychoterapia psychodynamiczna oraz łączy ten model leczenia z pojęciem nieświadomości. Cabaniss odnosi pojęcie psychoterapii do leczenia, które polega na rozmowie. Podkreśla jednocześnie, że nie chodzi o jakąkolwiek rozmowę; jej zdaniem, „aby rozmowa była psychoterapią, musi być leczeniem ukierunkowanym na poprawę psychicznego i emocjonalnego stanu pacjenta, prowadzonym przez wykwalifikowanego specjalistę w jasno ustalonych ramach”.

W Części II mamy możliwość zapoznania się z procesem diagnozy psychodynamicznej. Autorka sprawnie omawia zbieranie

wywiadu, koncentrując się na ocenie funkcjonowania pacjenta i mechanizmach obronnych. Zwraca jednocześnie uwagę na to, aby proces ten przebiegał w bezpiecznej i swobodnej atmosferze.

Część III podręcznika opisuje kluczowe pojęcia związane z rozpoczęciem procesu leczenia, takie jak m.in.: zgoda pacjenta na leczenie, cele leczenia, jego zasady, wyznaczanie granic oraz przymierze terapeutyczne. Autorka podkreśla znaczenie tego etapu. Trudno nie zgodzić się z nią, że czytelne, dobrze zdefiniowane i realistyczne cele przy jasno wyznaczonych granicach, zgodzie pacjenta i jego własnym wkładzie w leczenie wyraźnie podnoszą pozytywne prognozy procesu.

W Części IV podręcznika Cabaniss w sposób niezwykle klarowny i spójny omawia podstawowe techniki psychoterapii psychodynamicznej: słuchanie, reflektowanie i interweniowanie. Czytelny przekaz ilustrowany licznymi przykładami z praktyki klinicznej powoduje, że materiał przedstawiony w tym rozdziale jest zrozumiały dla czytelnika niebędącego psychoterapeutą psychodynamicznym. Jednocześnie rozszerza znaczenie pojęć znanych psychoterapeutom psychodynamicznym z innych podręczników klinicznych.

Część V podręcznika jest kontynuacją poprzedniego rozdziału. Autorka zwraca uwagę na tak istotne elementy pracy psychoterapeuty psychodynamicznego, jak identyfikacja dominującego afektu, przepracowanie oporu oraz rozpoznanie relacji przeniesieniowo-przeciwprzeniesieniowej i analizę marzeń sennych. Te elementy nie tylko pozwalają nam na identyfikację problematyki pacjenta, ale przede wszystkim umożliwiają terapeutę doświadczenie jego cierpienia.

W Części VI omawiane są strategie leczenia umożliwiające osiągnięcie określonych na etapie diagnozy celów terapeutycznych. Czytelnik może zaobserwować, jak proces psychoterapii zmienia dezadaptacyjne sposoby funkcjonowania pacjenta w bardziej dostosowane do rzeczywistości i przynoszące mniej cierpienia nowe wzorce reakcji i funkcjonowania.

Ostatnia, VII część podręcznika poświęcona jest kończeniu procesu psychoterapii. Rozdziały w niej zawarte zwracają uwagę klinicysty na trudności psychologiczne mogące pojawiać się na tym etapie leczenia.

Reasumując, uważam, że *Psychoterapia psychodynamiczna. Podręcznik kliniczny* pozwala czytelnikowi w skondensowany, czytelny, prosty i klarowny sposób zapoznać się z charakterystycznymi zjawiskami dotyczącymi procesu psychoterapii. Autorka, omawiając leczenie, zwraca jednocześnie uwagę na wszystkie sytuacje mogące zagrażać temu procesowi.

Książka Deborah Cabaniss jest zatem pozycją, która nie tylko może być użyteczna w procesie kształcenia psychoterapeuty, ale również jest doskonałym uzupełnieniem biblioteki każdego psychoterapeuty psychodynamicznego.

Piotr Miszewski
Prezes Zarządu Głównego
Polskiego Towarzystwa
Psychoterapii Psychodynamicznej

Kraków, wrzesień 2026 r.