

# Psychoterapia dziś. Rozmowy.



**Praktyka**  
nowe rozwiązania i regulacje

## Zofia Milska-Wrzościńska (red.)

Skąd wiadomo, że psychoterapia może komuś pomóc wyzwolić się z psychicznego cierpienia? Co współczesne badania mówią o ludzkiej psychice? Jak rodzi się depresja? Na czym polega psychoterapia i jak długo powinna trwać? Jak zadbać o własny rozwój bez popadania w egocentryzm? Czy można pomóc parze, z której uchodzi para? Jak wygląda praca psychoterapeuty z dzieckiem? Jakie jest współczesne rozumienie uzależnienia? Czy każdy może zostać psychoterapeutą?



Książka stanowi zbiór rozmów z czołowymi polskimi psychoterapeutami i superwizorami psychoterapii skupionymi wokół Laboratorium Psychoedukacji. Przedmiotem refleksji są tu rozmaite obszary życia i pracy psychoterapeutycznej, takie jak: relacje i budowanie poczucia bezpieczeństwa, ciąża i okres okołoporodowy, rodzicielstwo, cielesność i jej związki z psychiką, praca, uzależnienia, żaloba i trauma, przywracanie sprawczości, warsztat psychoterapeuty. Autorzy przyglądają się różnym formom i zastosowaniom psychoterapii w kontekście przemian zachodzących we współczesnym społeczeństwie, wskazują nowe kierunki rozwoju tej dziedziny, rozprawiają się z mitami na jej temat.

„O czym zatem jest ta książka? To w pewnym sensie opowieść o tym, czym jest dziś – pod koniec drugiej dekady XXI wieku – dziedzina zwana psychoterapią. Może właśnie to czyni tę książkę tak frażującą, że odpowiedź na jedno pytanie rodzi następne, a mnogość wątków wskazuje, jak złożona i wielowarstwowa jest rzeczywistość gabinetu psychoterapeutycznego. A jednocześnie z tej wielości problemów wyłania się obraz dziedziny dojrzałej teoretycznie, efektywnej praktycznie, użytecznej społecznie. Zaś psychoterapeuci są (mogą być) rzetelnie kształceni, samoświadomi siebie i swoich zadań oraz możliwości i ograniczeń. Warto podkreślić, że książka ta nie jest jedynie zbiorem ciekawych wywiadów na frażujące tematy. Tych szesnaście rozmów to zarazem swoisty collage, który ma znamiona podręcznika”.

Ze Wstępu Bogdana de Barbaro, Katedra Psychiatrii  
Uniwersytet Jagielloński  
Collegium Medicum