



**LABORATORIUM PSYCHOEDUKACJI  
INSTYTUT TRENINGU I PSYCHOTERAPII**

# Studium Psychoterapii

przy Laboratorium Psychoedukacji

Sylabus 2020/2024

## Założenia programowe

Szkolenie Studium Psychoterapii ma charakter podyplomowy.

Program jest oparty na założeniach psychodynamicznych i integracyjnych.

Na wykładach, ćwiczeniach i zajęciach superwizyjnych słuchacze zdobywają praktyczne umiejętności z zakresu prowadzenia psychoterapii indywidualnej długo-, średnio- i krótkoterminowej, a w ramach dodatkowej specjalizacji - psychoterapii grupowej oraz par i rodzin.

## Organizacja

Studium obejmuje 8 semestrów w trybie zaocznym realizowanych w ramach co najmniej 56 zjazdów – 14 zjazdów rocznie odbywających się w piątki i soboty (4 zjazdy) i soboty i niedziele (10 zjazdów) oraz co najmniej 5 wyjazdów dłuższych. Wybór specjalizacji może wiązać się z większą liczbą wyjazdów.

Zajęcia odbywają się w Warszawie lub (w przypadku zajęć wyjazdowych) w rejonie Warszawy.

## Superwizorzy i nauczyciele

**Kierownikiem Studium** jest Zofia Milska-Wrzościńska.

Współpracuje z nami kilkunastu superwizorów Polskiego Towarzystwa Psychologicznego i Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. Zajęcia prowadzą znani specjaliści i doświadczeni praktycy: Bogdan de Barbaro, Anna Bersz, Rafał Bornus, Marek Czerniak, Justyna Dąbrowska, Jerzy Dmuchowski, Marta Głowacka, Agnieszka Iwaszkiewicz, Anna Król-Kuczkowska, Bożena Maciek-Haściło, Monika Miller-Nadolska, Zofia Milska-Wrzościńska, Katarzyna Moczulska, Alina Naporowska, Alina Neugebauer, Joanna Popławska, Krystyna Sosnowska, Wojciech Stefaniak, Robert Szostek i inni.

## Ramowy harmonogram zajęć

### Semestry I do IV (minimum 765 godzin)

Słuchacze uzyskują ogólną wiedzę dotyczącą psychopatologii i diagnostyki oraz zapoznają się z założeniami i metodami podstawowych podejść psychoterapeutycznych, ze szczególnym uwzględnieniem orientacji psychodynamicznej.

- Zagadnienia etyczne w psychoterapii,
- Diagnostyka zaburzeń psychicznych na podstawie ICD-10, DSM-V i projektu ICD-11,
- Diagnoza w psychoterapii psychodynamicznej – wykład i ćwiczenia,
- Psychoterapia psychodynamiczna: historia i założenia – wykład, superwizja,
- Podstawowe zjawiska w procesie psychoterapii psychodynamicznej – wykład i ćwiczenia,
- Praktyka kliniczna w psychoterapii psychodynamicznej – wykład i ćwiczenia (PKPP),
- Psychodynamiczne teorie rozwoju,
- Techniki psychoterapii psychodynamicznej – wykład i ćwiczenia,
- Dynamika grupy – wykład i ćwiczenia,
- Wprowadzenie do psychoterapii grupowej – wykład i ćwiczenia,
- Wprowadzenie do terapii poznawczo-behawioralnej,
- Warsztaty praktyki,
- Warsztat pracy z ciałem.

Ponadto w programie: superwizja indywidualna i grupowa, grupy treningowo-interpersonalne oraz zajęcia warsztatowe.

Od III semestru Słuchacz ma możliwość wyboru superwizora spośród superwizorów Polskiego Towarzystwa Psychologicznego i/lub Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego.

### Semestry V - VIII - minimum 285 godzin

Zajęcia w semestrach V – VIII są częściowo zindywidualizowane. Słuchacz ma możliwość wyboru sześciu seminariów (z kilkunastu oferowanych). Można zdecydować się na dodatkowe specjalizacje.

Zajęcia obowiązkowe to:

- Kultura indywidualizmu, kultura terapii – seminarium,
- Nowe narzędzia w psychoterapii psychodynamicznej,
- Początki, czyli o planowaniu psychoterapii,
- Superwizja indywidualna na tle grupy (u wybranego superwizora),
- Seminarium „update” – aktualizacja wiedzy z zakresu psychoterapii,
- 6 rocznych seminariów – w każdym roku do wyboru z oferty 10 - 15 tematów.

**Łącznie semestry I – VIII** to minimum 1050 godzin, w tym co najmniej 170 godzin superwizji odbywanej w trakcie zajęć ściśle superwizyjnych i innych oraz co najmniej 49 godzin doświadczenia własnego.

Student w czasie Studium realizuje we własnym zakresie staż kliniczny w wymiarze co najmniej 360 godzin, z czego minimum 180 godzin na oddziale całodziennym ogólnopsychiatrycznym.

Obowiązkowe jest odbycie co najmniej 110 godzin psychoterapii indywidualnej w formie ciągłego procesu u tego samego psychoterapeuty.

## **Dodatkowe bloki specjalizacyjne**

### **Szkoła Psychoterapii Grupowej**

Zajęcia teoretyczne i praktyczne, w tym ćwiczenia, superwizje, obserwowanie i współprowadzenie Grupy Otwarcia® i grup psychoterapeutycznych prowadzonych przez doświadczonych psychoterapeutów oraz grupa interpersonalna (4 semestry).

Założycielem i kierownikiem SPG jest Jerzy Dmuchowski.

### **Szkoła Psychoterapii Par i Rodzin**

Szkolenie o charakterze zaawansowanym, przeznaczone dla osób, które chcą doskonalić swoje kompetencje w obszarze psychoterapii par i rodzin. Proponujemy 4 semestry zajęć w formie wykładów, seminariów i warsztatów realizowanych podczas zjazdów weekendowych.

Kierownikiem szkoły jest Rafał Bornus.

### **Szkoła Psychoterapii Osób z Problemem Uzależnienia**

Szkolenie dostarcza wiedzy i kompetencji do pracy z osobami uzależnionymi w psychodynamicznym podejściu, w oparciu o badania i doświadczenia osób prowadzących. 4 semestry zajęć w formie wykładów, seminariów i warsztatów oraz superwizji realizowanych podczas zjazdów piątkowo-sobotnich.

Założycielem i kierownikiem jest Bożena Maciek-Haściło

### **Szkoła Psychoterapii Dzieci i Młodzieży**

Szkolenie jest realizowana wspólnie z Ośrodkiem ReGeneRacja.

Oferuje naukę w różnych nurtach (psychodynamicznym, systemowym, behawioralno-poznawczym), pokazując możliwości ich integracji na bazie myślenia psychodynamicznego.

Uwzględnia w programie najnowsze teorie i metody jak np.: MBT – terapia oparta na mentalizacji, odwołuje się do założeń i metod potwierdzonych naukowo i klinicznie.

Kierownikiem SPDIM jest Aldona Czajkowska

## Dyplom

**Studium Psychoterapii** kończy się dyplomem wydawanym przez Laboratorium Psychoedukacji. Warunkiem uzyskania dyplomu jest obecność i aktywność na zajęciach oraz zrealizowanie wymogów zaliczenia podanych przez prowadzących (patrz dalej – omówienie poszczególnych przedmiotów), pozytywna rekomendacja superwizora, napisanie i zaliczenie końcowej pracy, udokumentowanie odbytego stażu klinicznego i psychoterapii indywidualnej.

## Akredytacje, afiliacje i uprawnienia

Rekomendacja Sekcji Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychologicznego: program odpowiada wytycznym Komisji Certyfikatów Psychoterapii PTP. Ukończenie Studium Psychoterapii jest podstawą do ubiegania się o certyfikat psychoterapeuty Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

Atest Sekcji Naukowej Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego: absolwenci Studium Psychoterapii przy Laboratorium Psychoedukacji mogą ubiegać się o certyfikat psychoterapeuty Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego.

Członkostwo w Europejskim Stowarzyszeniu Psychoterapii Integracyjnej. Ukończenie Studium Psychoterapii umożliwia uzyskanie Europejskiego Certyfikatu Psychoterapii Integracyjnej, wystawionego przez EAP.

Członkostwo w Europejskim Stowarzyszeniu Psychoterapeutów: absolwenci Studium mogą ubiegać się o certyfikat ECP (Europejskiego Certyfikatu Psychoterapii) wystawionego przez EAP.

Członkostwo w Europejskim Stowarzyszeniu Psychoterapii Psychoanalitycznej. Absolwenci Studium Psychoterapii mogą ubiegać się o certyfikat tego stowarzyszenia.

Możliwość refundacji przez Narodowy Fundusz Zdrowia usług świadczonych przez słuchaczy III i IV roku oraz absolwentów Studium w ramach placówek Służby Zdrowia.

# Programy poszczególnych przedmiotów

## Warsztaty praktyki

**Prowadzący:** stażyści Laboratorium Psychoedukacji

**Założenia – kontekst:**

Osoby biorące udział w zajęciach mogą uzyskać wiedzę o tym, jak pracują. Informacje od grupy i prowadzących będą stanowiły cenne źródło wiedzy o sobie w kontakcie z drugim człowiekiem.

**Tematy:**

- ćwiczenie nawiązywania pierwszego kontaktu z pacjentem,
- kształcenie umiejętności komunikacyjnych,
- rozwijanie kompetencji prowadzenia rozmowy z pacjentem,
- uczenie się prowadzenia rozmowy wydobywającej cierpienie pacjenta,
- zwiększenie świadomości siebie, swoich reakcji w kontakcie, ograniczeń,
- otrzymanie informacji zwrotnych, jak mogą nas postrzegać inni, co im utrudnia, a co ułatwia relację.

**Metoda:**

Zajęcia prowadzone są w formie warsztatowej. Uczestnicy będą odgrywali scenki terapeuta – pacjent. Pozostałe osoby będą w roli obserwatorów.

**Zaliczenie:**

Obecność oraz aktywne uczestniczenie w zajęciach (bycie co najmniej raz w roli terapeuty). Dopuszczalna jest jedna nieobecność w semestrze.

## Zagadnienia etyczne w psychoterapii

**Prowadząca:** Anna Bersz

### Zakres tematyczny:

- Omówienie Kodeksu Zasad Etycznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego i innych regulacji dotyczących psychoterapii,
- Omawianie indywidualnych wątpliwości etycznych pojawiających się w pracy z pacjentami.

### Literatura:

- Kodeks Zasad Etycznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego

### Zaliczenie:

- aktywny udział w zajęciach
- obecność na zajęciach (dopuszczalna jedna nieobecność)

## Diagnostyka zaburzeń psychicznych na podstawie ICD-10, DSM-V i projektu ICD-11

**Prowadząca:** Joanna Popławska, lek. med. specjalista psychiatra

### Zakres tematyczny:

ICD - 10

### Literatura:

- Klasyfikacja zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania w ICD10. Wyd. Vesalius 1997
- Diagnostic Criteria from DSM-5. American Psychiatric Association 2013
- The newest version of the WHO's ICD — the ICD-11. WHO 2013 online Gabbard Glen: Psychiatria psychodynamiczna w praktyce klinicznej, 2012
- McWilliams Nancy, Diagnoza Psychoanalityczna, 2009
- Stahl Stephen, Podstawy psychofarmakoterapii, 2010

### Zaliczenie:

- obecność na zajęciach: możliwa jedna nieobecność
- test końcowy z materiału przekazanego na zajęciach

# Diagnoza w psychoterapii psychodynamicznej

**Prowadząca wykład:** Marta Głowacka

**Prowadzący ćwiczenia:** Marta Głowacka, Marcin Obrębski

Wykłady z diagnozy psychodynamicznej mają na celu przekazanie wiedzy na temat kategorii diagnostycznych stosowanych w psychoterapii psychodynamicznej oraz naukę rozumienia dynamiki zaburzeń u różnych pacjentów poprzez analizę etiologii zaburzeń i trudności, z jakimi zmagają się pacjenci w relacjach ze sobą i innymi. Zapoznamy się także z problemami, z jakimi zgłaszają się różni pacjenci, jak korzystają z terapii, w jaką relację wchodzi z psychoterapeutą oraz jakie są główne wskazówki do pracy z nimi. Wiedza na temat diagnozy psychodynamicznej oparta będzie o główne teorie psychodynamiczne (m. in. psychoanalizę, teorie relacji z obiektem, psychologię self, teorie przywiązania) oraz wiedzę kliniczną.

## **Zakres tematyczny:**

- Miejsce diagnozy psychodynamicznej w planowaniu psychoterapii,
- Dwuosiowy system rozumienia struktury osobowości w procesie klinicznym,
- Rozwojowe poziomy organizacji osobowości
  - poziom psychotyczny
  - poziom borderline
  - poziom preneurotyczny
  - poziom neurotyczny,
- Typy organizacji charakteru
  - schizoidalny
  - narcystyczny
  - paranoidalny
  - histeryczny
  - obsesyjno-kompulsywny
  - depresyjno-maniakalny
  - psychopatyczny
  - dysocjacyjny

## **Literatura:**

- Clarkin J. F., Fonagy P., Gabbard G.O., (2013) Psychoterapia Psychodynamiczna Zaburzeń Osobowości, WUJ, Kraków
- Gabbard, G.O. , (2015) Psychiatria psychodynamiczna w praktyce klinicznej, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków
- Johnson S., M. (1998), Style charakteru, Zyski S-ka Wydawnictwo, Poznań
- McWilliams N. (2008), Diagnoza Psychoanalityczna, GWP, Gdańsk



- Wells M. Glickauf-Hughes Ch., Psychoterapia oparta na koncepcji relacji z obiektem (tłumaczenie robocze)

**Zaliczenie:**

- obecność na zajęciach: możliwe 2 nieobecności w ciągu trwania zajęć (rok),
- przygotowanie materiału na zajęcia przedstawiającego wybrany typ organizacji charakteru (w formie urywka filmu, książki) lub praca pisemna – opis pacjenta z diagnozą.

**Ćwiczenia:**

Zajęcia są kontynuacją wykładu w formie ćwiczeniowej, praktycznej. W czasie zajęć studenci na bazie wiedzy z wykładów będą analizować przypadek i stawiać hipotezy diagnostyczne.

**Zaliczenie:**

- obecność na zajęciach: możliwe 2 nieobecności w ciągu trwania zajęć (rok),
- przedstawianie na zajęciach własnego pacjenta (opis wg instrukcji).

Praca powinna zawierać: opis pacjenta (problem, z którym się zgłasza, ważne dane biograficzne, opis kontaktu z pacjentem, ważne relacje z dzieciństwa i bieżącego życia), przebieg terapii (główne wątki), wyszczególnienie i przykłady mechanizmów obronnych, opis przeniesienia i przeciwprzeniesienia, hipotezy etiologiczne.

## Psychoterapia psychodynamiczna: historia i założenia

**Prowadzący wykład i superwizję:** Zofia Milska-Wrzosińska, Paweł Jezierski, Joanna Mieczkowska

**Zakres tematyczny:**

Historia założeń psychoterapii psychodynamicznej. Ćwiczenie stosowania tych założeń do rozumienia pacjentów.

**Program:**

- Omówienie krytyczne psychoanalizy i podstawowych teorii psychodynamicznych,
- Superwizje prezentacji zapisu interwencji każdego z uczestników.

## Literatura:

### Lektura podstawowa:

- Mitchell, S.A., Black M.J. Freud i inni. Historia współczesnej myśli psychoanalitycznej, WUJ 2017
- Psychoterapia dziś. Rozmowy (red. Zofia Milska-Wrzościńska), PWN Warszawa 2018

### Informacje ogólne (do wyboru 3 teksty z poniższych):

- Gabbard G. O. Psychiatria psychodynamiczna w praktyce klinicznej r. 2, str. 19-117 ("Teoretyczne podstawy psychiatrii psychodynamicznej") Wyd. UJ 2009
- Gabbard G.O. Długoterminowa psychoterapia psychodynamiczna, r.1 ("Główne koncepcje"), WUJ 2011
- Kutter P. Współczesna psychoanaliza – psychologia procesów nieświadomych GWP 2000, r. II i V
- McWilliams N. Diagnoza psychoanalityczna, GWP 2009, r.2 ("Psychoanalityczna diagnoza charakteru" - przegląd podejść)
- Millon T., Davis R. i in. Zaburzenia osobowości we współczesnym świecie, IPZ PTP 2005, str. 28-49 ("Podejście psychodynamiczne")
- Thoma H, Kachele H. Podręcznik terapii psychoanalitycznej, t.I, Pracownia Testów Psychologicznych PTP 1996, 1.1 ("Psychoanaliza - stan obecny")

### O poszczególnych teoriach:

- Cierpiątkowska L., Gościński J. Współczesna psychoanaliza. Modele konfliktu i deficytu. Wyd. Naukowe UAM, Poznań 2005, str. 39-62 (**Klein**), 81-88 i 113-148 (**Fairbairn**), 89-111, 185-202 (**Kohut**)
- Goldstein E.G. Zaburzenia z pogranicza GWP 2003, r. 4 (**Klein, Fairbairn, Winnicott, Mahler, Kohut**) i r. 7 (**Kohut**)
- Prochaska O.J., Norcross Systemy psychoterapeutyczne. Analiza transteoretyczna, IPZ PTP, 2006 r. 3 (**Psychologia Ego, Kohut i in.**)
- **Winnicott, D.W.** Dom jest punktem wyjścia, Imago 2010, r 4 i 5 (o Ego), r.9 ("Różne odmiany psychoterapii") i 10 ("Kuracja")

### O współczesnym myśleniu i pracy psychodynamicznej

- Gelso C.J., Hayes J.A. Relacja terapeutyczna GWP 2004 rozdział 7, potem rozdziały 2,3,4,5 i 6
- McWilliams, N. Psychoterapia Psychoanalityczna, Harmonia Universalis 2011, r.1 ("Czym jest psychoterapia psychoanalityczna?") i 2 ("Psychoanalityczna wrażliwość")

## Zaliczenie:

- prezentacja zapisu sesji (na zajęciach),
- napisanie pracy przedstawiającej rozumienie pacjenta i przebieg terapii w kategoriach wszystkich omawianych teorii: po zakończeniu zajęć,
- obecność (dopuszczalne 4 nieobecności w ciągu 2 lat łącznie ze Szkołami Letnimi).

# Podstawowe zjawiska w procesie psychoterapii psychodynamicznej

**Prowadząca:** Alina Neugebauer

Zajęcia o charakterze wykładowo-seminaryjnym: część wykładowa 1h i ćwiczenia w mniejszych grupach 1,5 h z częścią kliniczną poświęconą prezentacji pacjenta.

## **Zakres tematyczny:**

- Przymierze terapeutyczne,
- Relacja rzeczywista,
- Przeniesienie,
- Przeciwprzeniesienie,
- Opór w terapii,
- Mechanizmy obronne,
- Zakończenie terapii.

## **Zaliczenie:**

- Prezentacja pacjenta w kontekście omawianego zagadnienia,
- Prezentacja jednego z mechanizmów obronnych,
- Pozytywna ocena z egzaminu,
- Obecność i aktywność na wykładzie i ćwiczeniach (dopuszczalna jest jedna nieobecność, kolejne nieobecności są zaliczane poprzez prace pisemne).

## **Literatura:**

- Moore B.E., Fine B.D., Słownik psychoanalizy, Wydawnictwo Jacek Santorski&Co; 1996
- Laplanche J., Pontalis J.-B, Słownik psychoanalizy, Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne; Warszawa 1996
- Gelso Ch. J., Hayes J. A, Relacja terapeutyczna, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne; Gdańsk 2004
- Budd S., Rusbridger R. red, Współczesna psychoanaliza brytyjska, Oficyna Ingenium; Warszawa 2008
- Wells M., Glickauf-Hughes Ch.; materiały robocze LP, Psychoterapia oparta na koncepcji relacji z obiektem

# Praktyka kliniczna psychoterapii psychodynamicznej (PKPP)

**Prowadzący wykład:** Rafał Bornus

**Prowadzący ćwiczenia:** Agnieszka Rumińska, Krystyna Sosnowska, Robert Szostek, Agnieszka Urbaniak

## Zakres tematyczny:

- Konsultacja - kontekst terapeuty, konsultacja pokazowa,
- Konsultacja - kontekst pacjenta,
- Konsultacja – oferta,
- Konsultacja – kontrakt,
- Wskazania i przeciwwskazania do psychoterapii psychodynamicznej,
- Opracowanie psychodynamiczne,
- Setting,
- Typowe interwencje terapeutyczne,
- Przeniesienie i przeciwprzeniesienie, pochodne,
- Błędy terapeuty, wypadanie pacjenta, kończenie,
- Pozycja w rodzeństwie, konsultacja a terapia.

Omawianych jest dużo przykładów z praktyki własnej i nie tylko, zwykle jest miejsce na pytania i rozmowę.

## Literatura podstawowa (wybrane fragmenty):

- Gabbard Glen O. Psychiatria psychodynamiczna w praktyce klinicznej, WUJ 2010
- Gabbard Glen O. Długoterminowa psychoterapia psychodynamiczna, WUJ 2011
- Gabbard Glen O. Przeciwprzeniesienie w terapii pacjentów borderline, Imago 2011
- Jones Caroline i in. Co wolno, a czego nie wolno terapeutycie, GWP 2005
- McWilliams Nancy Diagnoza psychoanalityczna, GWP 2009
- McWilliams Nancy Psychoterapia psychoanalityczna, Harmonia 2011
- McWilliams Nancy Opracowanie przypadku w psychoanalizie, WUJ 2012

## Zaliczenie części wykładowej:

- obecność na wykładach (dopuszczalne dwie nieobecności),
- praca pisemna: opis konsultacji.

## Zaliczenie ćwiczeń:

- przynajmniej jednokrotne wystąpienie w roli prowadzącego konsultację przed kamerą,
- minimum 80% obecności na zajęciach (dopuszczalne dwie nieobecności).

# Psychodynamiczne teorie rozwoju

**Prowadzący:** Marek Czerniak

Zajęcia mają charakter seminaryjno–warsztatowy z elementami prezentacji pacjentów i wybranych zagadnień klinicznych.

## **Zakres tematyczny:**

- Klasykzna psychologia rozwojowa Freuda i jej rozwinięcia (m.in. doświadczenia edypalne),
- Założenia rozwojowe M. Klein i D. Winnicotta i ich konsekwencje,
- Teoria rozwoju M. Mahler i jej rozwinięcie,
- Okres adolescencji,
- Okres młodości - dorośli (kryzys separacyjny i przedłużona adolescencja),
- Zagadnienia życia człowieka dorosłego.

## **Zaliczenie:**

- dopuszczalne 2 nieobecności,
- opracowanie i prezentacja tekstu teoretycznego lub udział w zadaniach warsztatowych.

## **Literatura:**

- Bohomolec E. (1988), Proces separacji i indywiduacji. W: Nowiny Psychologiczne.
- Bornus R.: Praca i ewoluujące self. Maszynopis niepublikowany.
- Czerniak A. i M. (2005). Jak być rodzicem nastolatka? Fundacja ETOH.
- Czerniak M.: Psychologiczne dylematy dorosłości. Materiały szkoleniowe.
- Dialogi – Adolescencja, nr 1-2/2003 (wybrane artykuły).
- Klein M. (2007). Miłość, poczucie winy i reparacja. W: Miłość, poczucie winy i reparacja. GWP.
- Leźnicka–Łoś A. (2002). Fazy rozwoju psychoseksualnego. W: A. Leźnicka–Łoś Nauczyć się kochać. Jacek Santorski & Co.
- Moore B., Fine B. (1996). Słownik psychoanalizy. Jacek Santorski & Co.
- Namysłowska I. (200 ). Adolescencja – wiek dorastania. W: Psychiatria dzieci i młodzieży. PZWL.
- Rayner E. (2005). Human development. Routledge.
- Ribner N. (2005). Terapia nastolatków. GWP.
- Ruszkowska E. (1997). Okres adolescencji w ujęciu psychoanalitycznym. W: Dialogi nr ½ 1997.
- Winnicott D. (2010). Dom jest punktem wyjścia. IMAGO.

# Techniki psychoterapii psychodynamicznej

**Prowadzące wykład i ćwiczenia:** Paweł Jeziński, Krystyna Sosnowska

Treścią zajęć będzie teoretyczne i praktyczne zapoznanie się z głównymi założeniami prowadzenia psychoterapii psychodynamicznej oraz technikami wykorzystywanymi w pracy z pacjentami. Będziemy uczyć się jak i w jakim momencie terapii konstruować interwencje terapeutyczne tak, aby prowadzić pacjenta ku większej świadomości siebie i zmianie. Przyjrzymy się ważnym, trudnym momentom w procesie terapii i poszukamy sposobów rozumienia i efektywnego interweniowania w nich.

## **Zakres tematyczny:**

### A. Wprowadzenie do przedmiotu.

- postawa psychoterapeuty wobec terapii i pacjenta (przygotowanie terapeuty, postawa neutralności),
- podstawowe założenia terapii (rozumienie celów terapii, „leczącego” oddziaływania relacji, problemy pacjenta z perspektywy psychodynamiki cyklicznej - błędne koła, lęk).

### B. Techniki psychodynamiczne

1. Interwencje rozpoczynające terapię (informowanie na temat terapii, pierwsze sesje z pacjentem, badanie wyobrażeń na temat terapii, oczekiwań, celów)
  - badanie, poznawanie pacjenta, analiza - tak aby interwencje nie miały charakteru przesłuchiwania (zwrócenie uwagi na wątki relacyjne w przeniesieniu i w historii pacjenta)
2. Interwencje w trakcie trwania terapii
  - zgłębianie problemu pacjenta i jego świata wewnętrznego (praca z oporem, analizowanie, pytania bezpieczne dla pacjenta),
  - odczytywanie interwencji przez pacjenta, jako krytycznych lub pobłażliwych, unikanie interwencji oskarżycielskich, budowanie interwencji wspomagających,
  - wyrażanie empatii i wspieranie pacjenta, budowanie na jego potencjale, mocnej stronie.
3. Zmiana w trakcie terapii
  - interwencje przypisujące, sugerujące,
  - przeformułowanie doświadczenia pacjenta, a interpretacja,
  - korekcyjne doświadczenie.
4. Kończenie terapii

### C. Dylematy w pracy terapeuty

1. Dzielenie się z pacjentem własnymi uczuciami, spostrzeżeniami, dylematami
2. Specyficzne momenty terapii i jak z nimi pracować

- utknięcie,
- groźba wypadnięcia,
- przeniesienie erotyczne, miłosne,
- eskalacja nienawiści,
- brak zmiany,
- negatywna reakcja terapeutyczna,
- przeciwprzeniesienie (np. agresja, lęk, nuda).

#### **Zaliczenie:**

- Obecność na zajęciach (dwie nieobecności w roku, łącznie ze szkołą letnią),
- Aktywność na zajęciach - przygotowanie wybranego materiału, referowanie go grupie,
- Zaliczenie ćwiczenia (superwizowanie na ćwiczeniach grupowych zapisu sesji pod kątem technik),
- Dla osób, które nie superwizują test końcowy.

#### **Literatura** (wybrane fragmenty):

- Leźnicka-Łoś A. (2012), Podstawy terapii psychoanalitycznej, Wydawnictwo Imago, Gdańsk
- Ogden T.H. (2011), Sztuka Psychoanalizy, rozdz. 1,2, Oficyna Ingenium, Warszawa
- McWilliams N. (2012), Opracowanie przypadku w psychoanalizie, WUJ, Kraków.
- McWilliams N. (2011), Psychoterapia psychonalityczna, Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk.
- Thoma H., Kachele H. (1996), Podręcznik terapii psychoanalitycznej cz. 1,2, Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa
- Wachtel P.L. (2012), Komunikacja terapeutyczna, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.

## **Dynamika grupy**

**Prowadzący wykład:** Jerzy Dmuchowski

#### **Zakres tematyczny:**

- grupa jako zbiór osób versus grupa jako całość,
- różne perspektywy rozumienia procesu grupowego na tle dynamiki grupy,
- teoria grupy niewidzialnej,
- uwagi na temat początków badań nad grupami: G. LeBon, W. Mc Dougall, Z. Freud, K.Lewin, C. Rogers,
- instrukcja do obserwacji grupy i rozpoznawania procesów grupowych,
- korzystanie z teorii dla rozumienia zjawisk grupowych,
- podstawowe kategorie do opisu grupy: cele, normy, role, spójność grupowa,
- modele procesu grupowego,

- teoria identyfikacji projekcyjnej w odniesieniu do grupy,
- co i jak powinien robić lider, jeśli chce w prowadzeniu grupy uwzględnić proces grupowy i sprzyjać rozwojowi grupy.

#### **Struktura:**

Sześć 60 minutowych wykładów

#### **Literatura:**

- Aronson E., Wilson T. D., Akert R.M., Psychologia społeczna Serce i umysł, 1997 Zysk-Ska, Poznań, rozdział 9, Procesy grupowe, s.354-399
- Rogers C.R., Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe, Wrocław, Thesaurus Press, 1991
- Yalom I., Leszcz M., Psychoterapia grupowa. Teoria i praktyka, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, wydanie I, Kraków 2006, rozdz. 5, pkt. 4 – „Jak prowadzący kształtuje normy?” i rozdz. 16 – „Terapia grupowa: przodkowie i kuzyni”
- Zimbardo P.G., Floyd L. Ruch, Psychologia i Życie, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1998, Dynamika grup, s. 560-576

#### **Zaliczenie:**

- obecność na wykładach: 2 nieobecności– trzeba napisać dodatkową pracę (temat podaje prowadzący), 3 – niezaliczone,
- pisemna praca: „Opis i analiza dowolnie wybranej sytuacji grupowej”.

## **Obserwacja dynamiki grupy**

**Prowadzący konwersatorium:** Sylwester Bielas

Zajęcia oparte są na doświadczeniu roli obserwatora Grupy Otwarcia.

Obecność na zajęciach, na których prezentują się obserwatorzy.

#### **Zaliczenie:**

- Wymogiem jest uczestnictwo w konwersatorium, w trakcie którego przedstawia się swoją obserwację. Ponieważ zajęcia odbywają się w małej grupie, to ważne jest także aktywne uczestnictwo - dzielenie się refleksjami, spostrzeżeniami dotyczącymi omówień pozostałych uczestników zajęć.
- Każdy uczestniczy w zajęciach raz i prezentuje wówczas swoją obserwację.



# Wprowadzenie do psychoterapii grupowej

**Prowadzący wykład:** Jerzy Dmuchowski

**Prowadzący ćwiczenia:** Maksym Kosiński, Katarzyna Moczulska, Robert Szostek

## **Zakres tematyczny:**

- Definicja, geneza i historia psychoterapii grupowej oraz jej obecny status i perspektywy rozwoju,
- Różne podejścia w psychoterapii grupowej,
- Czynniki terapeutyczne według I. Yaloma,
- Rola i zadania psychoterapeuty grupowego,
- Tworzenie grupy, dobór i przygotowanie pacjentów.

## **Struktura:**

- 9 godzinnych wykładów połączonych z dyskusją,
- oglądanie i omawianie poglądowych sesji psychoterapii grupowej prowadzonych przez I. Yaloma.

## **Literatura:**

- Podstawy terapii grupowej, w. Bernard H.S., McKenzie K.R. (red.), Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2000
- Rogers C., Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe, Thesaurus Press, Wrocław 1991

## **Dodatkowo:**

- Yalom I., Leszcz M., Psychoterapia grupowa. Teoria i praktyka, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2006
- Pawlik J. (red), Psychoterapia analityczna. Procesy i zjawiska grupowe, Eneteia, Warszawa 2008

## **Zaliczenie:**

- obecność na wykładach: 2 nieobecności – trzeba napisać pracę (temat podaje prowadzący), 3 – niezaliczone,
- egzamin pisemny.

# Wprowadzenie do terapii poznawczo-behawioralnej

**Prowadzący interaktywne seminarium z elementami wykładu oraz zajęć warsztatowych:**

Wojciech Stefaniak

Wojciech Stefaniak ukończył z wyróżnieniem studia filozoficzne na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim, a następnie psychologiczne na Uniwersytecie SWPS.

Jest certyfikowanym terapeutą poznawczo-behawioralnym Polskiego Towarzystwa Terapii Poznawczej i Behawioralnej (PTTPB), zrzeszonego w European Association for Behavioural and Cognitive Therapies (EABCT), certyfikowanym terapeutą schematu International Society Schema Therapy (ISST) oraz certyfikowanym supervizorem-dydaktykiem PTTPB.

## **Cel zajęć:**

Zajęcia mają zapoznać słuchaczy ze specyfiką terapii poznawczo behawioralnej, jej podstawami teoretycznymi, założeniami oraz metodologią konceptualizacji problemów oraz pracy terapeutycznej, pomóc w uzyskaniu niezbędnej wiedzy podstawowej dla rozumienia specyfiki terapii poznawczo-behawioralnej oraz rozwinąć praktyczne umiejętności charakterystyczne dla pracy terapeuty poznawczo-behawioralnego.

## **Zakres tematyczny:**

- Tło historyczne powstania terapii poznawczo-behawioralnej,
- Prezentacja dorobku i sylwetek twórców terapii poznawczo-behawioralnej,
- Podstawy teoretyczne terapii poznawczo-behawioralnej,
- Charakterystyka terapii poznawczo-behawioralnej,
- Podstawowe pojęcia terapii poznawczo-behawioralnej (przetwarzanie poznawcze, przekonania kluczowe i pośredniczące, myśli automatyczne, schemat poznawczy, zniekształcenia poznawcze),
- Przykładowe interwencje typowe dla pracy terapeuty poznawczo-behawioralnego,
- Metody konceptualizowania problemów pacjenta,
- Rozumienie wybranych zaburzeń psychicznych w modelach cbt.

## **Forma zajęć:**

Dyskusja, burza mózgów, praca interpersonalna w parach i podgrupach, indywidualna praca intrapsychiczna dotycząca własnych schematów poznawczych. Uczestnicy będą także ćwiczyć kontakt z pacjentem w symulowanych scenkach. Ważnym elementem kształcenia będzie kontekst pracy w grupie, stwarzający forum do wymiany doświadczeń i tworzący bezpieczne środowisko pracy. Każdy z uczestników otrzyma na zajęciach komplet materiałów dydaktycznych.

**Zaliczenie:**

Obecność na zajęciach

**Literatura:**

- Beck J., Terapia poznawcza. UJ, Kraków, 2005.
- Ellis A., Terapia krótkoterminowa, GWP, Gdańsk, 1999.
- Padesky Ch., Greenberger D., Umysł ponad nastrojem, UJ, Kraków, 2004.
- Popiel A., Pragłowska E., Psychoterapia poznawczo-behawioralna, Wydawnictwo Paradygmat, 2008.
- Reinecke M., Clark D., Psychoterapia poznawcza, GWP, Gdańsk, 2005.

## Kultura indywidualizmu/kultura terapii

**Prowadząca wykład:** dr hab. Agnieszka Graff

Agnieszka Graff - profesorka w Ośrodku Studiów Amerykańskich Uniwersytetu Warszawskiego, członkini Rady Kongresu Kobiet Polskich, felietonistka „Wysokich Obcasów”. W OSA od lat prowadzi zajęcia o literaturze, kulturze i filmie, a także o historii ruchu kobiecego w USA. Autorka esejów i książek o prawach kobiet i gender w polskim dyskursie publicznym: Świat bez kobiet (W.A.B., 2001), Rykoszetem (W.A.B., 2008), Magma (Wydawnictwo Krytyki Politycznej, 2011) i Matka Feministka (KP, 2014) oraz licznych artykułów naukowych i publicystycznych poświęconych myśli feministycznej, płci w kulturze popularnej i ruchowi kobiecemu w Stanach Zjednoczonych i w Polsce. Obecnie pisze książkę o ruchu anti-gender.

### Kultura indywidualizmu/kultura terapii

Kultura terapii to gigantyczny rynek (poradniki, szkolenia, warsztaty) i nurt kultury popularnej (telewizja zwierzeniowa), a także pewien styl życia, specyficzny etos, sposób myślenia, odczuwania, budowania relacji. Samorealizacja, samodoskonalenie, coaching, warsztaty, projekty... Świat terapeutyczny bywa ostro krytykowany – tak z pozycji konserwatywnych jak i lewicowych – jako sojusznik konsumpcjonizmu i indywidualizmu, źródło narcyzmu, kryzysu duchowego, narzędzie wyzysku i opresji. Jednak współczesna psychologia dostarcza też narzędzi krytycznego myślenia o współczesności. Nasze lektury i dyskusje dotyczyć będą zjawisk na pograniczu socjologii, filozofii kultury i psychologii społecznej. Nie będzie gotowych odpowiedzi, raczej pytania do długich dyskusji. Pierwszych kilka spotkań dotyczyć będzie kultury indywidualizmu, czyli takich zjawisk jak etos wyboru, „tworząca siebie” jednostka jako forma podmiotowości, wpływ współczesnych form kapitalizmu na ludzką psychikę. Zdaniem niektórych, kultura terapii jest przedłużeniem etosu ruchów społecznych lat 60., zdaniem innych – zaprzepaszczeniem ich dorobku. Kluczowe dla nas pytanie brzmi: Czy dobrze prowadzona terapia ma charakter emancypacyjny, czy raczej

dyscyplinujący? Nasze spotkania dotyczyć będą m.in. coachingu, depresji jako choroby społecznej, cielesności i seksie w kulturze indywidualizmu (m.in. o tinderze i leczeniu niepłodności). Ostatnie seminaria poświęcimy emocjom w polityce. Czy psychologia może nam coś ciekawego powiedzieć o polskim antysemityzmie? O obecnej „wojnie kulturowej”? Czy psychoterapeuci wiedzą więcej i mają przez to jakieś zobowiązania wobec społeczeństwa?

### **Warunki zaliczenia:**

- 1 nieobecność - bez konsekwencji,
- 2 lub 3 nieobecności - krótka praca pisemna na temat tekstów zadanych na dane spotkanie/spotkania,
- Więcej niż trzy nieobecności – brak zaliczenia zajęć.

## **Nowe narzędzia w psychoterapii**

**Prowadząca wykład:** Anna Król-Kuczkowska

### **Zakres tematyczny:**

- Analiza najnowszych doniesień z pola badań neuronaukowych oraz nad procesem i skutecznością psychoterapii,
- Próba krytycznej weryfikacji tego, co generuje i utrwała terapeutyczną zmianę,
- Przedstawienie dzisiejszej myśli psychoterapeutycznej na świecie,
- Dzisiejsze rozumienie zaburzeń osobowości i ich leczenie,
- Analiza specyfiki pracy z poszczególnymi typami pacjentów (np. pacjent z wysokim ryzykiem samobójczym, pacjent z niejasną motywacją do pracy, pacjent z historią samouszkodzeń i innych form impulsywnego odreagowywania etc.),
- Analiza i dyskusja nad zapisami video sesji prowadzonymi przez znaczących, współczesnych psychoterapeutów reprezentujących różne style myślenia i pracy terapeutycznej (min. Marsha Linehan, Jon Frederickson, Diana Fosha, Anthony Bateman).

### **Struktura:**

- 11 wykładów połączonych z dyskusją,
- uczestnicy dostają materiały dotyczące zajęć (prezentacje slajdowe, tłumaczone transkrypty oglądanych sesji, literaturę źródłową).

### **Zaliczenie:**

- obecność i aktywność,
- dopuszczalne 2 nieobecności, powyżej – pisanie pracy (opis przypadku w oparciu o materiał z roku zajęć).

**Literatura:**

Ponieważ zajęcia dotyczą nowych narzędzi, prowadząca co roku uwzględnia najnowsze publikacje i pod tym kątem modyfikuje program oraz literaturę.

Większość materiałów jest w języku angielskim, w związku z tym są dokładnie omawiane na zajęciach i opracowywane w postaci slajdów.

Osoby chętne, aby dodatkowo poszerzać swoją wiedzę otrzymają materiały dodatkowe.

## Początki, czyli o planowaniu psychoterapii

**Prowadząca wykład:** Anna Król-Kuczkowska

Celem zajęć jest pokazanie uczestnikom wagi dobrego przygotowania pacjenta do psychoterapii, a następnie w trakcie samego procesu, wagi powtarzającego się wspólnego przeformułowywania tzw. obszaru pracy terapeutycznej.

Uczestnicy nauczą się planowania psychoterapii w taki sposób, który:

- pogłębia przymierze terapeutyczne głęboko angażując zarówno pacjenta, jak i terapeutę,
- umożliwia precyzyjne i wspólne z pacjentem formułowanie problemu, czy też zakresu pracy terapeutycznej (będąc równocześnie dla terapeuty ogromną wskazówką i pomocą diagnostyczną),
- pozwala określić styl uczenia się pacjenta i dostosować do niego interwencje terapeutyczne,
- stymuluje u pacjenta dojrzewanie zarówno w sferze emocjonalnej, relacyjnej jak i moralnej.

**Zaliczenie:**

- obecność i aktywność,
- dopuszczalne 2 nieobecności, powyżej – pisanie pracy (opis przypadku w oparciu o materiał z roku zajęć).

## Grupa treningowo-interpersonalno-wsparciowa

**Prowadzący:** Jerzy Dmuchowski

**Zaliczenie:**

Obecność na zajęciach, 2 nieobecności - trzeba napisać pracę, temat podaje prowadzący, 3 nieobecności – niezaliczone.