Ryszard Chłopek

Praca w koterapii – rożne podejścia i aspekty

OTRiP
OŚRODEK TERAPII RODZIN I PAR

Dwa opisy są lepsze niż jeden.

Gregory Bateson

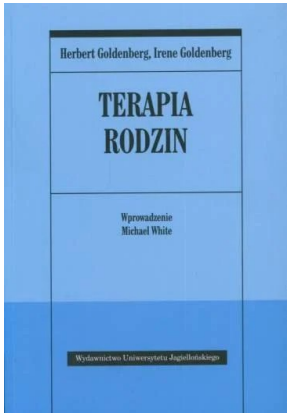
Tak jak wielu pływaków, którzy boją się utopić, używa kamizelki ratunkowej, tak wielu terapeutów woli towarzystwo, kiedy toną w problemach rodzinnych.

Jay Haley

Koterapia – definicje (1)

- Słowniki języka polskiego (również internetowy słownik PWN) – brak hasła „koterapia”
- *równoczesne zaangażowanie dwóch terapeutów, często w celach szkoleniowych, w terapię indywidualną, pary lub rodziny*

  [H. Goldenberg, I. Goldenerg, *Terapia rodzin,* WUJ, Kraków 2006, s. 528]

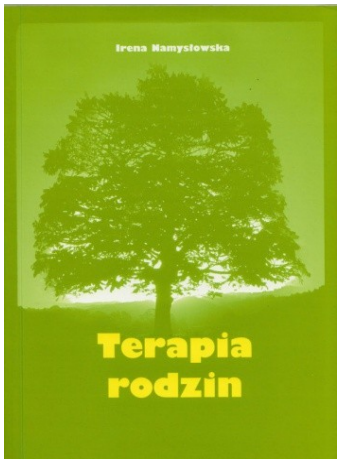


Koterapia – definicje (2)

- Chat GPT: Koterapia w kontekście psychoterapii oznacza współpracę dwóch lub więcej terapeutów w procesie leczenia klienta. Ta forma terapii może przynieść różnorodne korzyści, takie jak różnorodność perspektyw, wsparcie dla klienta i dynamiczna interakcja pomiędzy terapeutami, co może prowadzić do głębszego zrozumienia problemów.
- Koterapia i zespół terapeutyczny

  [I. Namysłowska, Terapia rodzin, PWN,

  Warszawa 2000 s. 182-187]



Koterapia – definicje (3)

*Bill Roller i Vivian Nelson w książce The art of co-therapy. How therapists work together definiują koterapię jako „**szczególną praktykę psychoterapii, w której dwóch terapeutów leczy (ang. treat) pacjenta lub grupę pacjentów z wykorzystaniem jakiejkolwiek modalności terapeutycznej w tym samym czasie i w tym samym miejscu. Co więcej, koterapia jest szczególną praktyką psychoterapii, w której relacja między terapeutami ma kluczowe znaczenie dla procesu leczenia**” [1, s. 2]. Ważne wydaje się, by podkreślić, że autorzy cytowanej pracy wykluczają z powyższej definicji procesy terapeutyczne realizowane przez dwóch terapeutów, z których jeden w stosunku do drugiego pełni rolę nauczyciela lub znacząco przewyższa go doświadczeniem, albo przez zespoły złożone z niewyszkolonych terapeutów, widząc takie sytuacje raczej w kontekście treningowym niż terapeutycznym.*

Anna Cwojdzińska, Aleksandra Gronowska, *Dwie narracje o koterapii* Psychoterapia 1 (160) 2012, s. 23–35

Historia koterapii – Alfred Adler

Wiedeń, lata 20. XX wieku,
- dwoje terapeutów pracuje z dzieckiem w obecności jego rodziców

Historia koterapii – Jacob Moreno

Wiedeń, lata 30. XX wieku,
- pracuje nad koterapią
w ramach psychodramy.

Blatner, A., *J.L. Moreno: Pioneer in Psychodrama, Sociometry, and Group Psychotherapy, Springer* 1997

Historia koterapii – Carl Whitaker

USA, Oak Ridge Hospital w Tennessee, lata 40. XX wieku terapia indywidualna:
- koterapeuta: John Warkentin
- psychoterapia indywidualna osób cierpiących na schizofrenię

Nie ma czegoś takiego jak osoba, (...) osoba jest zaledwie fragmentem rodziny

Historia koterapii – Palo Alto

USA, Kalifornia, Ośrodek w Palo Alto, lata 1952-1962
oraz sąsiadujący z nim Mental Research Instytute (od 1959)
- podejście komunikacyjne i strategiczne,
- Gregory Bateson, Jay Haley, Don Jackson, John Weakland, Paul Watzlawick.

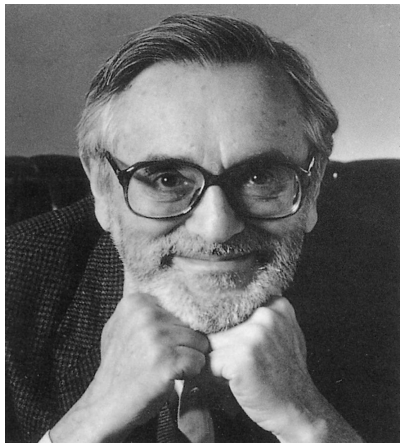
Terapeutyczny model proponowany w MRI jest działaniem zespołowym. Każda rodzina ma przydzielonego głównego terapeutę, który prowadzi rozmowy, inni członkowie zespołu mogą jednak obserwować je przez lustro weneckie i przekazywać mu telefonicznie w trakcie terapii swoje uwagi.

„Dyrygenci” terapii rodzin

Nathan Ackerman

Virginia Satir

Murray Bowen



Salwador Minuchin

Instytut Badań nad Małżeństwem Kliniki Tavistock

Londyn, Wielka Brytania

Instytut rozpoczyna działalność w 1948 roku, początkowo pod nazwą Wydział do sprawy Rodziny.
W latach 60. XX wieku wprowadza praktykę koterapii w terapii par (setting czterosobowy).

Enid Balint (założycielka), Mary Morgan, Stanley Ruszczynski, Evelyn Colman, Janet Mattinson.

Ważne pojęcia:
- pomieszczający – pomieszczany,
- indentyfikacja projekcyjna – proces równoległy
- stan umysłu pary.

Mediolański Model Systemowy

Mara Selvini-Palazzoli, Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin, Guiliana Prata, lata 70., Mediolan, Włochy

Długa terapia krótkoterminowa - sesje: 1x w miesiącu;
o strukturze:
- przedsesja,
- sesja,
- międzysesja,
- interwencja,
- dyskusja końcowa.

Dwoje terapeutów prowadzi sesje, a za lustrem jednostronnym sesję obserwuje zespół terapeutów.

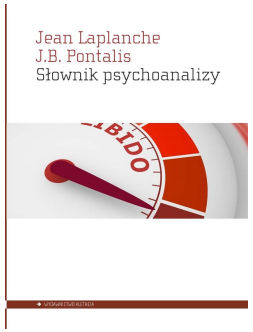
Hipotezowanie, cyrkularność, ***neutralność****.*

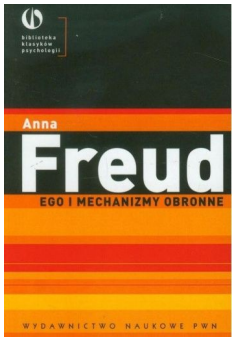
Neutralność

PSYCHOANALIZA

Z. Freud (*Wprowadzenie do leczenia,* 1913) – zalecenie, żeby nie zachowywać się jako pełnomocnik którejś ze stron.

A. Freud – jednakowy dystans terapeuty do ego, id i superego.





PWN, Warszawa 2012

PODEJŚCIE SYSTEMOWE

Żaden pogląd nie jest uważany za poprawniejszy o innych.

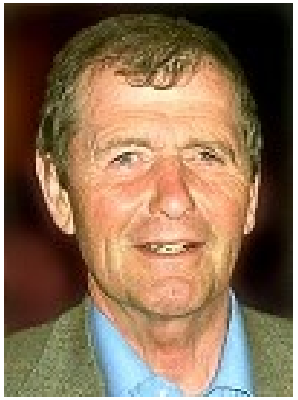
[H. Goldenberg, I, Goldenberg, s. 285]

Neutralność oznacza nieopowiadanie się za żadną ze stron albo – przewrotnie – opowiadanie się za każdą, rozumienie wielu perspektyw naraz.

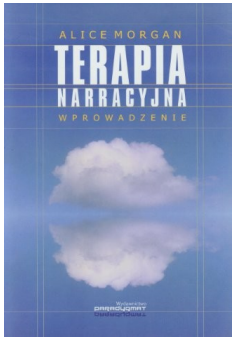
[Paradygmat, Warszawa 2014, s.27]

Praktyki postmodernistyczne - grupa świadków zewnętrznych - zespół reflektujący

Michael White

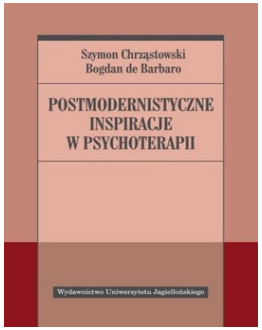


Tom Andersen



Paradygmat,
Warszawa 2011

WUJ
Kraków, 2011



Grupa świadków zewnętrznych

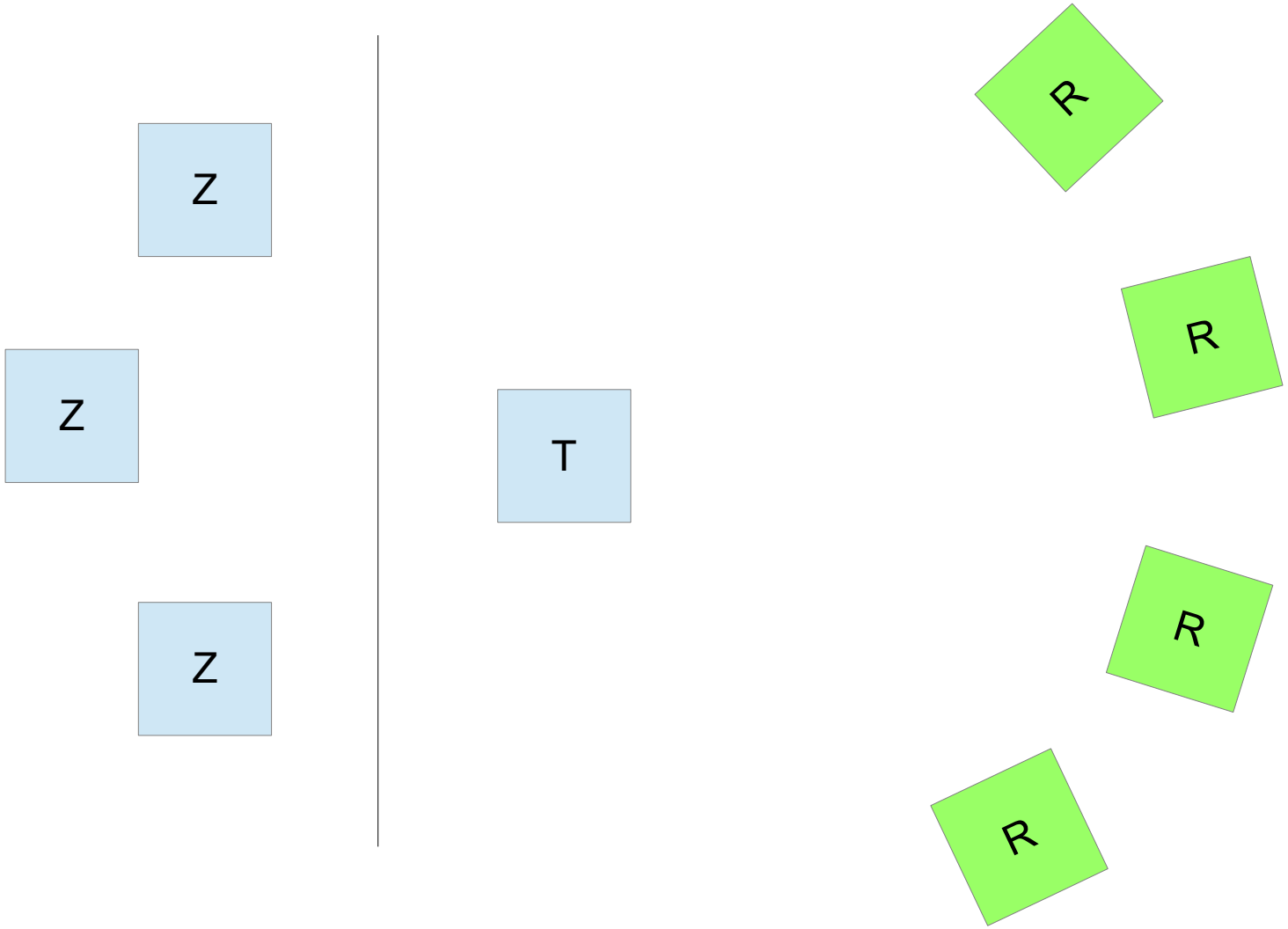
Na sesje zapraszana jest grupa osób (ich wybór jest konsultowany z pacjentem). Etapy sesji:

1. Terapeuta przeprowadza wywiad z klientem
2. Wyrażenie
3. Obraz
4. Oddźwięk
5. Przenoszenie

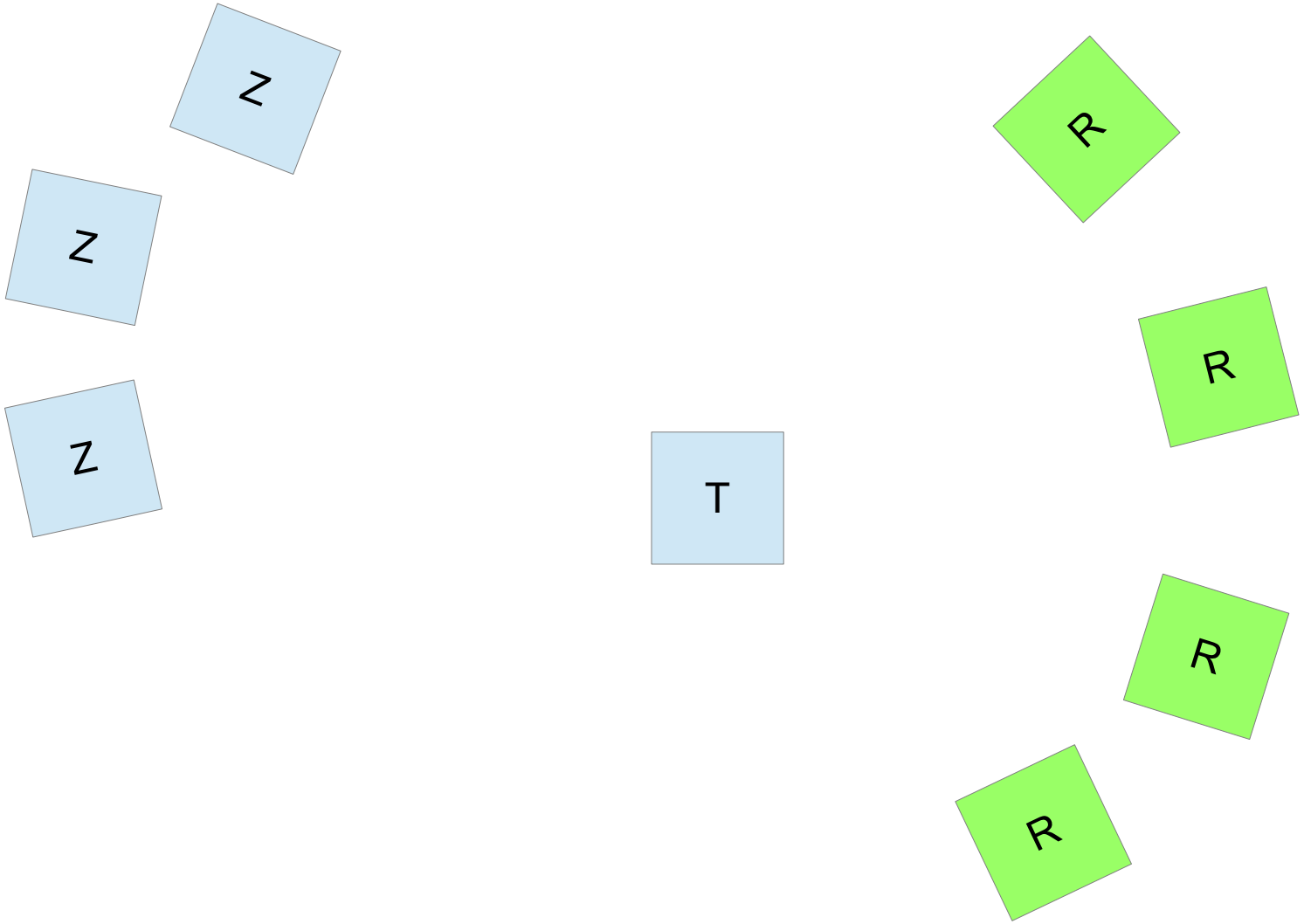
Inspiracja: badania Barbary Meyerhoff

Ważne pojęcie: **anknowledgment**
1) przyznanie, 2) uznanie, 3) podziękowanie, 4) potwierdzenie 5) rozpoznanie czyjejś obecności

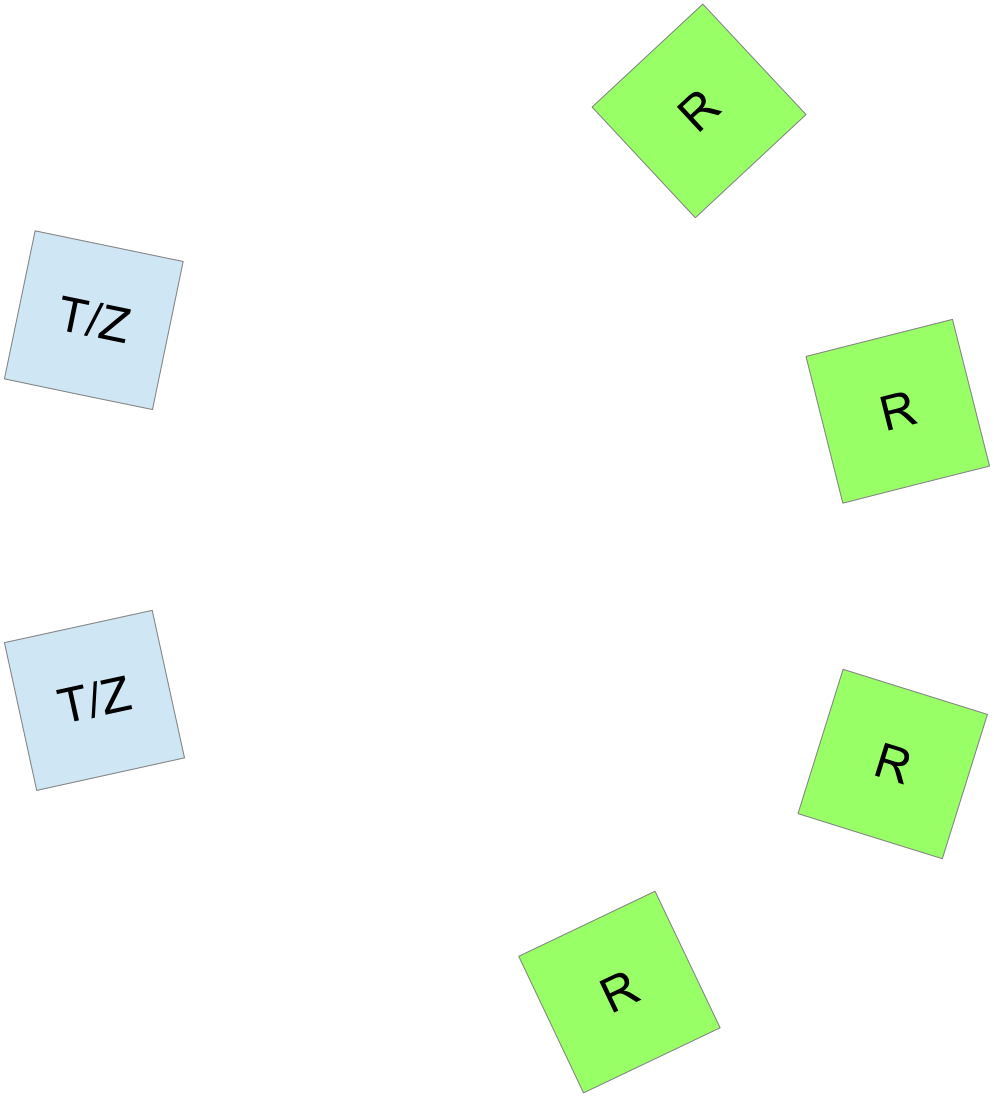
Zespół reflektujący (1)



Zespół reflektujący (2)



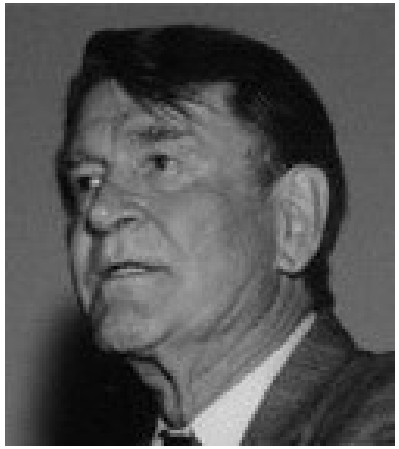
Zespół reflektujący (3)



Zespół reflektujący (4)

- **klaryfikowanie** (np. *Pani X mówiła o tym i tamtym, miałem wrażenie, że ważne było dla niej to i to...*)
- **obserwacje dotyczące interakcji i komunikacji** (np. *wydawało mi się, że kiedy Pan X chciał coś powiedzieć, zawsze zerkał na Panią X i chyba z lękiem... Ciekawe czy Pani X też tak o widzi?*)
- **odsłanianie oddźwięku w emocjach członów zespołu** (np. *czułam smutek, kiedy Pani X opowiadała o tym i tamtym, a jednocześnie miałam wrażenie, że ona mówi o tym tak bez emocji. Ciekawe co Pani X czuje na ten temat?*)
- **zauważanie potencjału i zasobów** (np. *wydawało mi się, że w miarę trwania rozmowy Państwo się uspokajają i coraz łatwiej jest im ze sobą rozmawiać; wygląda na to, że Państwo mają w sobie taki potencjał, żeby uspokajać konflikty przez tego rodzaju rozmowy...*)
- **wczuwanie się w odczucia członków rodziny** (np. *słuchając Państwa dzisiaj zastanawiałem się, jak to jest być w skórze pana X i wyobraziłem sobie, że z perspektywy Pana X, to wygląda tak...*)

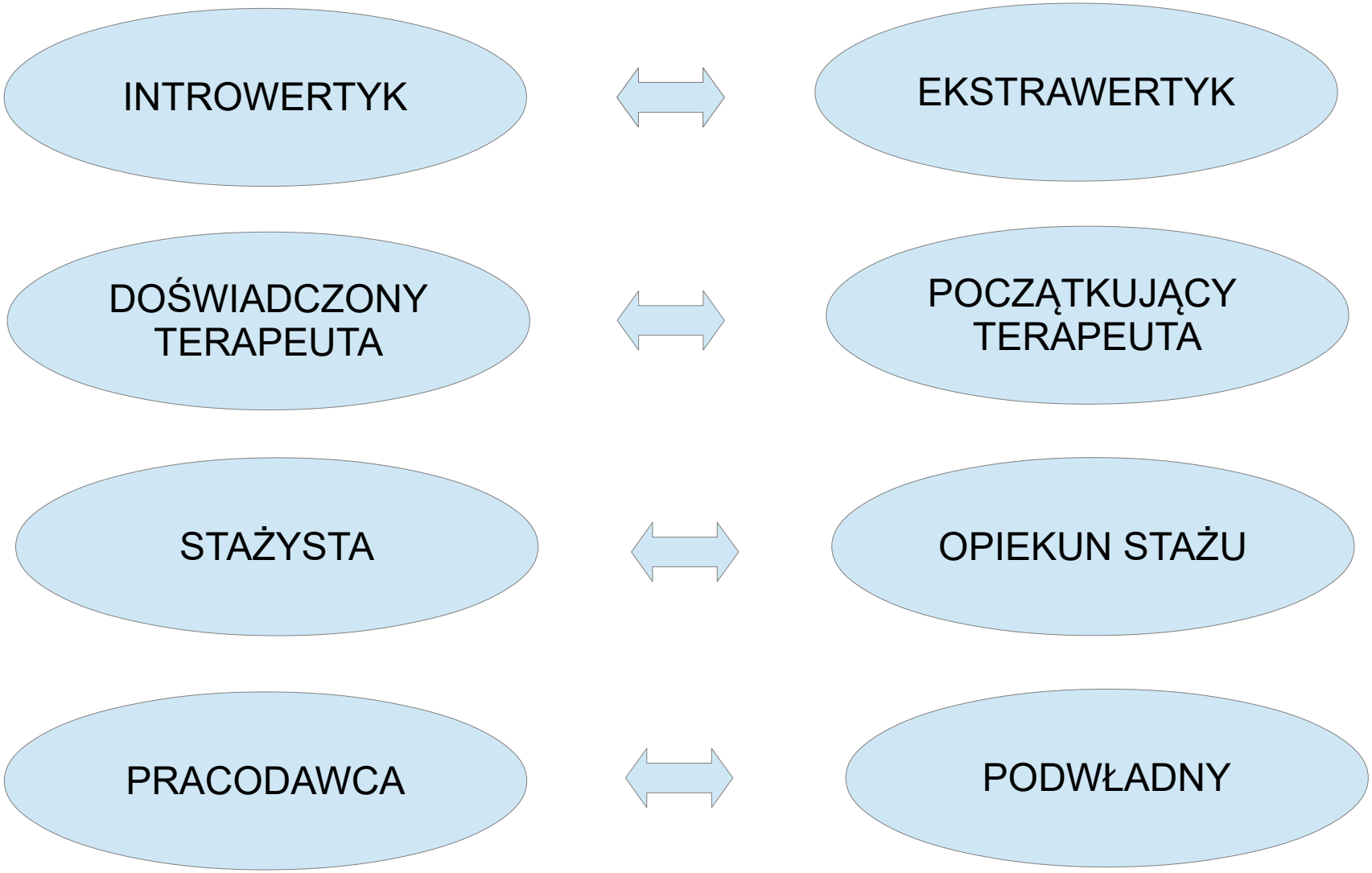
Władza w koterapii (1)



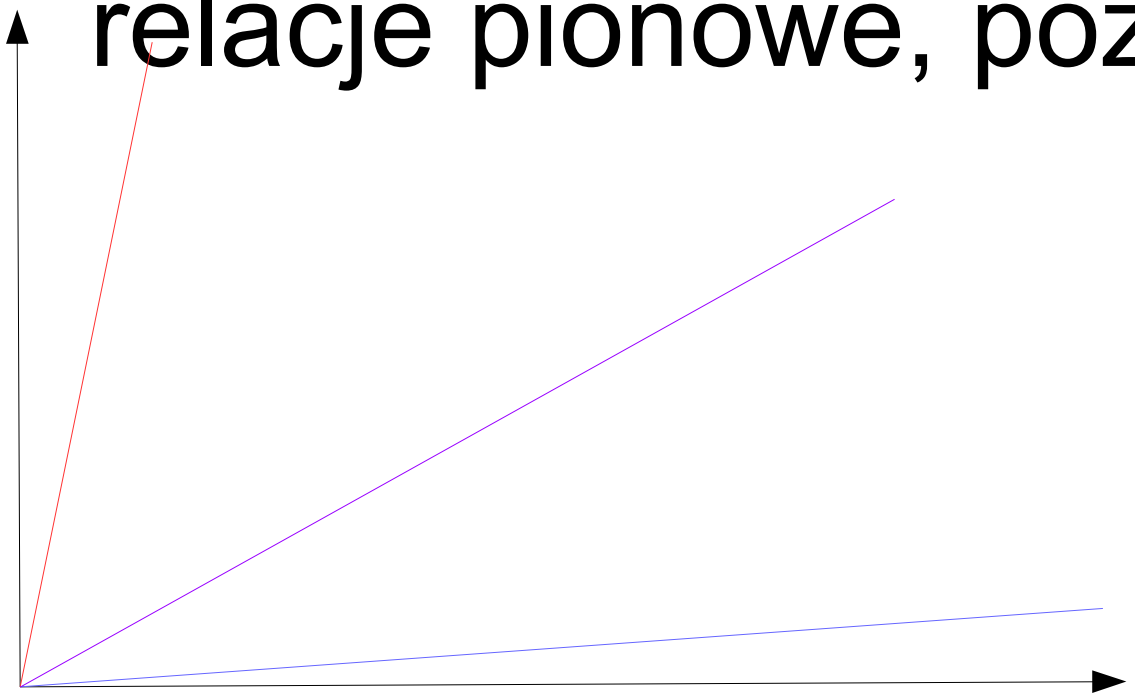
W każdym komunikacie, jaki wymieniają nadawca i odbiorca, w każdej relacji zawarta jest walka o władzę.

J. Haley

Władza w koterapii (2)
Jaki duet utworzą?



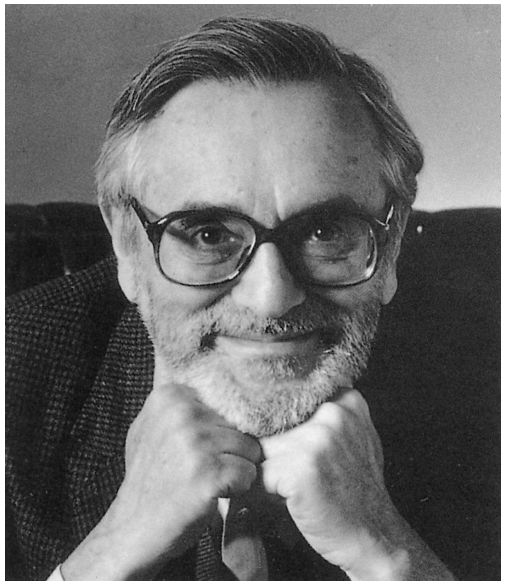
Władza w koterapii (3)
relacje pionowe, poziome i skośne



Przeczuwam potencjał i możliwości, które koterapia ze sobą niesie. Uczę się rozróżniania, w czym towarzyszy mi myśl, że uczucia, które pojawiają się między koterapeutami są o czymś, a nie przeciwko. W opisanym przeze mnie przykładzie użyteczne dla procesu terapii stało się zreflektowanie i odwrócenie destrukcyjnych rozegrań, które jako terapeuci wobec siebie nawzajem stosowaliśmy, a także odkrycie, jakich niewypowiedzianych cierpień były one odzwierciedleniem.

Beata Grządziel, *Kreatywna para — o pomieszczającej przestrzeni w terapii rodzin i par*, „Psychoterapia” 3(194)/2020, s. 22.

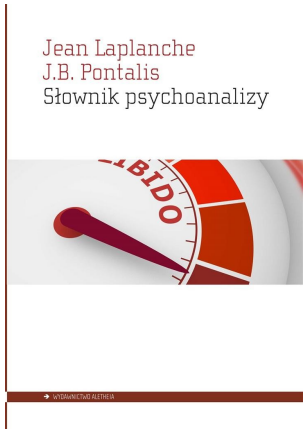
Władza w koterapii (4) reguły rozstrzygające?



Jeden z postulatów Salwadora Minuchina:

- jeżeli rodzice chcą osiągnąć sukces, to powinny istnieć w podsystemie rodzicielskim między innymi reguły odnoszące się do władzy i autorytetu, rozstrzygające, które z rodziców ma rację w przypadkach ich niezgody i czy mogą przeprowadzić swoją wolę, jeśli się nie zgadzają.

Płeć – czy zespół kobieta i mężczyzna to optymalna opcja?



Altheia,
Warszawa 2023,
s. 271-274.

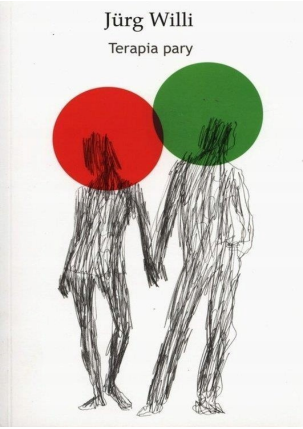
Libido (łac. chęć, pragnienie)
- zawsze ma charakter seksualny,
- „energia takich popędów, które mają do czynienia z tym wszystkim, co można określić jako miłość,
- przekształca się, koncentruje się na obiektach, utrwala się na nich lub od nich odchodzi, porzuca jeden obiekt na rzecz drugiego”;

Płeć terapeuty a rozumienie pary

Terapeuta czy terapeutka nie jest rodzaju nijakiego

Również podczas omawiania na kursach projekcji video zwróciło moją uwagę to, że terapeutki inaczej niż ja reagowały na parę będącą przedmiotem dyskusji.

Prawie też nie ma terapeuty, który nie byłby osobiście wplątany w konflikty związane z płcią i nie cierpiałby z powodu nierozwiązanych konfliktów swojej roli płciowej.



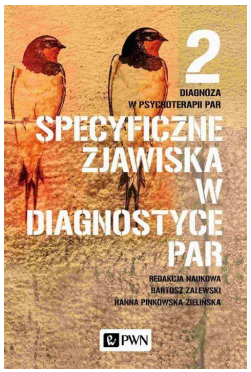
Fundament
Warszawa 2012,
s. 124-125.

Objaśnię to na przykładzie. Jeśli jakaś kobieta w pełen emocji sposób dokucza mężczyźnie, jest mi łatwiej identyfikować się z tym mężczyzną. (…) Było mi trudno nie reagować oporem na uczuciowy wybuch kobiety i rozumieć go jako zachowanie w tej sytuacji sensowne.

Zespoły jednopłciowe i dwupłciowe

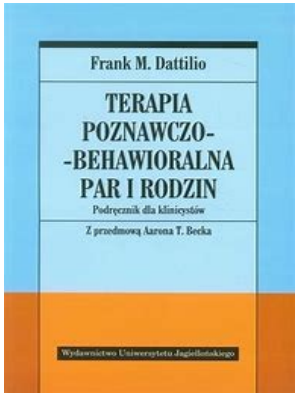
DWIE KOBIETY

DWÓCH MĘŻCZYZN

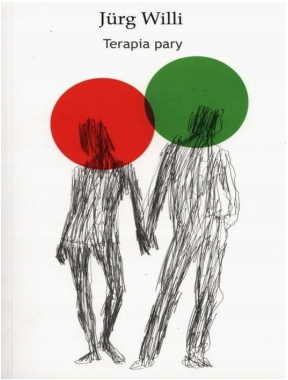


Anna Dziubińska-Starska, *Praca w koterapii podczas konsultacji pary. Zaproszenie do (wspólnego) tańca,* W: B. Zalewski, H. Pinkowska-Zielińska, *Diagnoza w psychoterapii par 2. Specyficzne zjawiska w diagnostyce par*, PWN, Warszawa 2022, s. 97-137.

Miłosne relacje między koterapeutami



WUJ, Kraków 2013, s. 303-304.



Fundament Warszawa 2012, s. 134-135.

Prowadząc terapię z parami, często pracuję wraz z moją żoną Maryann, która jest niezwykle utalentowaną terapeutką. (…) **F. M. Dattilio**

Jürg Willi:

- prowadzenie par w koterapii z ukochanym/ukochaną wzbogaca związek, ale silnie porusza i obciąża;
- niektóre pary terapeutów podejmują się wspólnie prowadzić terapię par w nadziei, że pomoże im to przepracować ich dynamikę lub przyczyni się do rozwoju związku, co czasem okazuje się niekorzystne, bo może tak wzbudzić terapeutów, że zapomną o zadaniu terapeutycznym;
- zgrane pary terapeutów twierdzą, że łatwiej im pomieszczać różnice i bronić swojego zdania w trakcie pracy, niż innym zespołom terapeutycznym;
- pary pacjentów łatwiej budują zaufanie do pary terapeutów, których łączy miłość.

Przeniesienie i przeciwprzeniesienie

Setting trzyosobowy – teoria koluzji (J. Willi)

Setting czteroosobowy – odzwierciedlenie, proces równoległy (S. Ruszczynsky)

Harold Searles (1955): *Procesy oddziałujące w danej chwili w relacji pacjenta i terapeuty odzwierciedlają się często w relacji terapeuty i superwizora. (…) Będę to zjawisko określał mianem procesu odzwierciedlenia.*

Stanley Ruszczynski (2012): *W Instytucie przystosowaliśmy tę tezę do pracy terapeutycznej z parami. Jeśli para terapeutów otwarcie i szczerze omawia swoją pracę z daną parą – włącznie z kwestią uczuć w relacji między nimi, jako współprowadzącymi terapię – to potrafi także odzwierciedlać interakcje pary we własnej relacji.*

S. Ruszczynski, *Myślenie o parze i praca z parą*, w: S. Ruszczynski (red.) *Psychoterapia par,* Ingenium*, Warszawa 2012, s. 213-214.*

Ocena koterapii – opinie autorytetów

PRZECIW

ZA

Ocena koterapii – badania (1)

Badania nie wykazują różnic w zakresie skuteczności terapii prowadzonej przez koteraputów bądź pojedynczego psychoterapeutę

1) Guarman A.S., Kinskeren D.P., 1978, *Research on mirtial and family therapy: Progress, perspectives, and prospect,* w: S.L. Garfield,, A.E. Bering (red.) *Handbook of psychotherapy and behaviour change: An empirycal analysys,* Wiley, New York.
2) Guarman A.S.,1979, *Dimensions of matrial therapy: A comparative analysys,* „Journal of Marital and Family Therapy", 9, s. 227-234.
3) Goldenberg H., Goldenberg I., *Terapia rodzinna*, Kraków 2009 s. 409-410.
4) ast L., Florek T., Fanfoni S. (2019), *Co-therapy: A collaborative odyssey*, „Journal of Systemic Therapies, 38 (1), 17-29.

Ocena koterapii – badania (2)

Koterapia wpływa korzystnie na rozwój szkolących się terapeutów
Clark P., Hilton W.J., Grames H., (2016), *Therapists' perspectives of the cotherapy expirence in a training setting,* „Contemporary Family Therapy”, 38(2), 159-171.

Zespoły koterapeutów mieszane płciowo to najlepsza opcja koterapii dla terapii rodzinnej
Sonne J.C., Lincoln G., (1965), *Heteroseksual co-therapy team expirences during family therapy,* „Family Proces”, 4 s. 177-197.

W terapii par nie wykazano istotniej różnicy w skuteczności terapii prowadzonej przez parę mieszaną lub jednopłciową (dwie terapeutki)
Youngberg S., Ward D., (2018), *The effectiveness of co-therapy teams: Does the therapist's gender matter?,* „Journal of Systemic Therapies, 37 (3), 61-73.

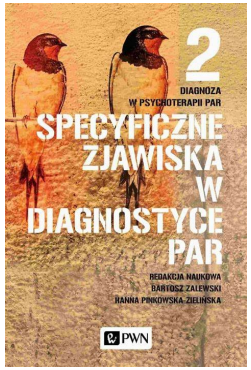
Trudności koterapii

RYWALIZACJA

ORGANIZACJA

PIENIĄDZE

BHP koterapii



Anna Dziubińska-Starska, dzieł. cyt.

1. Zaangażowanie w relację koterapeutyczną – rozmowy poza sesjami o pacjentach, przebiegu terapii, relacjach terapeutycznych.
2. Rozmowy na temat ról i oczekiwań (sprawy organizacyjne, finansowe, merytoryczne).
3. Wspólne spędzanie czasu poza sesjami (superwizje, seminaria, konferencje)
4. Eksplorowanie wzajemnych orientacji terapeutycznych i przekładania ich na praktykę.
5. Rozmowy na temat własnych rodzin pochodzenia oraz ważnych wydarzeń w życiu.
6. Spotkanie przed sesją i po sesji.
7. Poczucie bezpieczeństwa, możliwość bycia szczerym bez lęku, że to nie naruszy relacji.

Relacja koterapeutyczna jest bardzo osobista (intymna).
Co na to partnerzy życiowi terapeutów?

Fazy rozwoju zespołu wg Jamesa Dugo i Ariadne Beck (1)

1. Zawarcie kontraktu, czyli dialog na temat tego, jak rozumiany jest proces zmiany w terapii czy sposób jej prowadzenia.
2. Wypracowanie modelu tożsamości w taki sposób, aby możliwe było ustalenie, co dla koterapeutów jest wspólne oraz aby możliwe było pomieszczenie rozbieżności ich poglądów i osobowości.
3. Tworzenie zdolnego do współpracy zespołu, czyli proces uczenia się o sobie nawzajem i od siebie nawzajem w poszanowaniu odmienności; wypracowanie wspólnego stylu prowadzenia grupy.
4. Rozwój bliskości. Przeżywanie bliskości i towarzyszące mu kształtowanie granic. Według autorów na tym etapie ujawnia się potencjał relacji koterapeutycznej jako tła, na którym dzieją się zmiany w grupie.

Za: B. Grządziel, 2020

Fazy rozwoju zespołu wg Jamesa Dugo i Ariadne Beck (2)

5. Określanie przez terapeutów słabych i mocnych stron zespołu – rozwinięcie realistycznego oglądu relacji.
6. Odkrywanie i testowanie nowych możliwości. Etap wolny od konfliktów, umożliwiający refleksję.
7. Wspieranie konfrontacji ze sobą. Konfrontowanie się z tym, co może stać na drodze rozwoju.
8. Integrowanie i wprowadzanie zmian. Redefiniowanie wspólnej pracy koterapeutycznej. Podjęcie decyzji co do kontynuowania wspólnej pracy i wspierania się w dalszej drodze zawodowej.
9. Kończenie i domykanie relacji lub jej reorganizacja. Uznanie roli i znaczenia partnera. Omówienie tego, czego nie udało się osiągnąć.

Za: B. Grządziel, 2020

Stwarzanie zespołu

- Gdyby przyszło nam razem pracować, to ciekawiłoby mnie?
- Byłoby dla mnie wymagające w pracy z Tobą...

Jak rozwijać potencjał zespołu?

1. Naszą mocną stroną jako zespołu jest...
2. Moim zdaniem potrzebujemy rozwijać...
3. Najtrudniej mi pomyśleć, że z Tobą...
4. Czuję się z Tobą... (3 określenia)
5. Chciałbym się z Tobą pouczyć...

Do poczytania

- Anna Cwojdzińska, Aleksandra Gronowska, *Dwie narracje o koterapii* Psychoterapia 1 (160), 2012, s. 23–35.
- Anna Dziubińska-Starska, *Praca w koterapii podczas konsultacji pary. Zaproszenie do (wspólnego) tańca,* W: B. Zalewski, H. Pinkowska-Zielińska, *Diagnoza w psychoterapii par 2. Specyficzne zjawiska w diagnostyce par*, PWN, Warszawa 2022, s. 97-137.
- Beata Grządziel, zagadnienie współpracy terapeutów w koterapii w ujęciu koncepcji systemowych i psychoanalitycznych, „Psychoterapia” 3(194), 2020, s. 7-17.
- Beata Grządziel, *Kreatywna para — o pomieszczającej przestrzeni w terapii rodzin i par*, „Psychoterapia” 3(194), 2020, s. 19-30.
- Irena Namysłowska, Terapia rodzin, PWN, Warszawa 2000, rozdział 16 *Koterapia i zespół terapeutyczny*, s. 182-187.
- Jürg Willy, *Terapia Pary*, Fundament, Warszawa 2012, rozdział 8 *Przebieg terapii par w zależności od płci terapeuty*, rozdział 9 *Prowadzenie terapii pary przez dwoje terapeutów (koterapia),* s. 124-139.

Dziękuję za uwagę!