

**KATARZYNA MARCHEWKA**

**WARTOŚCI W PSYCHOTERAPII  
WRAŻLIWEJ KULTUROWO**

---

**PERSPEKTYWA POZNAWCZO-BEHAWIORALNA**

**WYDAWNICTWO NAUKOWE  
AKADEMII IGNATIANUM W KRAKOWIE**

**KRAKÓW 2021**

© Akademia Ignatianum w Krakowie, 2021

Publikacja dofinansowana z dotacji na utrzymanie potencjału badawczego  
przez Akademię Ignatianum w Krakowie, przyznanej przez Ministra Nauki  
i Szkolnictwa Wyższego w roku 2020

Recenzenci

Prof. dr hab. Mariola Bidzan  
Prof. dr hab. Czesław Czabała

Redakcja: Magdalena Pawłowicz

Projekt okładki i stron tytułowych: PHOTO DESIGN – Lesław Sławiński

Opracowanie typograficzne i łamanie: Jacek Zaryczny

ISBN 978-83-7614-515-0

Wydawnictwo Naukowe Akademii Ignatianum w Krakowie

ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków

tel. 12 39 99 620

wydawnictwo@ignatianum.edu.pl

<https://wydawnictwo.ignatianum.edu.pl>

Dystrybucja: Wydawnictwo WAM

Dział Handlowy

tel. 12 62 93 254-256 • faks 12 62 93 496

e-mail: [handel@wydawnictwowam.pl](mailto:handel@wydawnictwowam.pl)

Księgarnia Wysyłkowa

tel. 12 62 93 260

[www.wydawnictwowam.pl](http://www.wydawnictwowam.pl)

# Spis treści

<i>Wprowadzenie</i>	9
<i>Uwagi terminologiczne i formalne</i>	15
ROZDZIAŁ I	
<i>Wartości w psychoterapii</i>	17
Podstawowe wartości psychoterapii i wynikające z nich zasady etyczne	17
Zasada neutralności światopoglądowej psychoterapeuty	19
Dobro w psychoterapii	21
Odpowiedzialność w psychoterapii	32
Przejawianie się wartości w relacji terapeutycznej	35
Rola psychoterapeuty wobec wartości w psychoterapii	35
Wartości psychoterapeutów	41
Wpływ wartości psychoterapeutów na wartości pacjentów	43
Wartości nurtu poznawczo-behawioralnego	52
Filozoficzne podstawy terapii poznawczo-behawioralnej	54
Podstawowe założenia terapii poznawczo-behawioralnej	57
Wartości pojawiające się w terapii poznawczo-behawioralnej	65
Wartości w terapiach trzeciej fali nurtu poznawczo-behawioralnego na przykładzie terapii ACT	73
Terapia wielokulturowa – definicje i cechy charakterystyczne	75
<i>Multicultural Guidelines</i> – wytyczne orientacji wielokulturowej	76
Kompetencje kulturowe i pokora kulturowa	80
Perspektywa wielokulturowa w wybranych nurtach psychoterapeutycznych	92
Psychoanaliza i terapie psychodynamiczne	92
Terapia humanistyczna	96
Terapia poznawczo-behawioralna	98
Terapia systemowa	100
Współczesne rozumienie postulatów neutralności światopoglądowej psychoterapeuty	103
ROZDZIAŁ 2	
<i>Podstawy metodologiczne</i>	107
Przedmiot i cel badań	107
Uzasadnienie badań własnych	108
Uzasadnienie wyboru paradygmatu badawczego, strategii badawczej oraz rodzaju danych empirycznych	110
Ramy teoretyczne badań	111
Teoria wartości Schwartza	111
Zastosowanie teorii wartości Schwartza w badaniach z zakresu analizy treści	116
Uzasadnienie wyboru teorii wartości Schwartza do badań własnych	121
Metody i narzędzia analizy danych	123
Przebieg procesu badawczego	126
Wiarygodność badań	129

ROZDZIAŁ 3	
<i>Wyniki</i>	131
Częstotliwość występowania wartości	131
Charakterystyka wartości występujących we wrażliwej kulturowo CBT	132
Obszary przejawiania się wartości we wrażliwej kulturowo CBT	136
Uniwersalizm	136
Życzliwość	155
Tradycja	166
Kierowanie sobą	170
Przystosowanie	173
Stymulacja	175
Osiągnięcia	176
Bezpieczeństwo	177
ROZDZIAŁ 4:	
<i>Dyskusja wyników</i>	179
Uniwersalizm i Życzliwość	179
Tradycja	187
Kierowanie sobą, Przystosowanie, Stymulacja, Osiągnięcia i Bezpieczeństwo	192
Hedonizm i Władza	199
ROZDZIAŁ 5	
<i>Ograniczenia badań</i>	203
<i>Podsumowanie i uwagi końcowe</i>	207
<i>Bibliografia</i>	213
<i>Aneks</i>	241
<i>Indeks osobowy</i>	251
<i>Summary</i>	257

Kiedys, kilka lat temu, zapisaliśmy się z przyjaciółmi do armeńskiej matrony na lekcje gotowania. W zajęciach towarzyszyła jej wiekowa służąca. One nie mówiły po angielsku, a my – po ormiańsku. Komunikacja zatem nie była łatwa. Metodą nauki była demonstracja; my obserwowaliśmy (i bardzo pilnie próbowaliśmy ująć jej przepisy w liczby), ona zaś przygotowywała kolejne wspaniałe dania z bakłazanów i jagnięciny. Jednakże nasze przepisy były niedoskonałe; choć staraliśmy się ze wszystkich sił, nie udawało nam się powielić jej potraw. „Co – zastanawiałem się – nadaje jej daniom ten wyjątkowy charakter?”. Nie znajdowałem odpowiedzi aż do dnia, gdy szczególnie uważnie obserwując wszelkie kuchenne czynności, przyglądałem się, jak nasza nauczycielka, z wielką godnością i bardzo starannie przygotowuje posiłek. Na koniec podała naczynie z potrawą swojej służącej, ta zaś, nic nie mówiąc, zaniosiła je do kuchni, postawiła na piecu i niewiele myśląc wsypała do garnka kilka garści mieszanki ziół i przypraw. Jestem przekonany, że te ukradkiem dorzucające składniki miały decydujące znaczenie.

Owe lekcje gotowania często przychodzą mi do głowy, gdy myślę o psychoterapii, a zwłaszcza o najważniejszych składnikach terapii udanej. (...) Wierzę wszakże głęboko, że kiedy nikt nie patrzy, terapeuta dorzuca sporą szczyptę „tego, o co chodzi naprawdę”.

Co to są jednak za „dodatki”, co to za nieuchwytnie nadprogramowe składniki dorzuca się „poza protokołem”? (...) Terapeuci często nie są ich świadomi, jednak każdy terapeuta wie, że nie potrafi wyjaśnić, dlaczego stan wielu pacjentów się poprawia. (...) Decydujące składniki trudno opisać, trudno je nawet zdefiniować. No bo czyż można zdefiniować jakości takie jak współczucie, „obecność”, troska, wzbogacanie siebie, głębokie poruszenie pacjenta lub – najbardziej ze wszystkich ulotną – mądrość?

Irvin D. Yalom



## Wprowadzenie

Perspektywa wielokulturowa została okrzyknięta czwartą siłą w psychologii i psychoterapii (Pedersen 1991; Pedersen, Draguns, Lonner i Trimble 2002). Wyniki badań i studia przypadków pokazują, że włączenie orientacji wielokulturowej w ramy istniejących nurtów terapeutycznych może przynieść korzyści pacjentom wywodzącym się z odmienniej grupy etnicznej niż terapeuta oraz prawdopodobnie zwiększy ich zaangażowanie w leczenie (Flaskerud i Nyamanthi 2000; Hwang 2006; Shea, Yang i Leong 2010; Shea i Leong 2013).

W dyskusjach na temat psychoterapii wielokulturowej poruszana jest kwestia adaptacji terapeutycznych, które obejmują proces modyfikacji różnych cech danego podejścia psychoterapeutycznego w celu dostosowania go do określonych światopoglądów i wartości wybranej grupy etnicznej lub kulturowej (Falicov 2009). Inne ważne zagadnienie stanowi efektywność psychoterapii wielokulturowej. Wielu teoretyków i praktyków psychoterapii popiera dominujące obecnie postrzeganie psychoterapii jako praktyki opartej na dowodach naukowych (por. np. Beck 2012; Goodheart, Kazdin i Sternberg 2006). Kładzie się nacisk na skuteczność metod psychoterapeutycznych weryfikowaną w badaniach eksperymentalnych typu *efficacy* i *effectiveness* z zastosowaniem randomizacji i warunków kontrolnych. Natomiast rzadziej psychoterapia ujmowana jest jako działalność interdyscyplinarna, łącząca nie tylko wiedzę z zakresu psychologii i medycyny, lecz także antropologii filozoficznej czy etyki. Tymczasem psychoterapia jest nie tylko rzemiosłem, którego procedury można stosować po odbyciu odpowiedniej edukacji, a skutki z pewnym prawdopodobieństwem przewidzieć – jest również procesem zachodzącym pomiędzy dwiema osobami, który zawsze zawiera w sobie coś nieprzewidywalnego, niedającego się ująć w sztywne ramy określonego protokołu terapeutycznego. W związku z tym równie ważne stają się rozstrzygnięcia dotyczące kwestii filozoficznych i etycznych związanych z psychoterapią (por. np. Marchewka i Dobroczyński 2015a, 2015b).

Analiza literatury dotyczącej etycznego wymiaru psychoterapii pozwala na wysnucie kilku wniosków. Po pierwsze, można odnieść

wrażenie, że refleksje dotyczące etyki zawodu psychoterapeuty rzadko odnoszą się do teorii filozoficznych. Być może wynika to z faktu, że filozofowie – z kilkoma wyjątkami (np. Karl Jaspers czy Edward Erwin) – nie zajmują się etyką psychoterapeutyczną, podczas gdy psychologowie nie czują się na siłach, aby podejmować rozważania ugruntowane filozoficznie. Zdaniem Katarzyny Sikory (2013) psychologowie, którzy rozpatrują kwestie dotyczące wartości w psychologii czy psychoterapii, raczej koncentrują się na zasadach szczegółowych i praktycznych implikacjach tych zasad, rzadko odwołując się przy tym do określonej tradycji filozoficznej (por. BPS 2009). Truizmem wydaje się stwierdzenie, że psychoterapia wiele zyskałaby na zacieśnieniu relacji z filozofią. Przenikanie i wzajemne inspirowanie się filozofii i psychoterapii widać na przykładzie niektórych nurtów psychoterapeutycznych, np. psychoanalizy (por. np. Lear 1990, 1998; Rosińska 2012). Warto pogłębiać refleksję etyczną w ramach psychoterapii – czy to poprzez współpracę etyków i psychoterapeutów, czy w wyniku poszerzania wiedzy z zakresu etyki przez terapeutów.

Po drugie, liczba publikacji dotyczących zagadnień etycznych w psychologii i psychoterapii jest znacznie mniejsza niż np. dorobek naukowy etyki medycznej i bioetyki. Według Barbary Chyrowicz (2017) wynika to z faktu, że psychologia jest młodszą nauką niż medycyna, miała więc mniej czasu na wypracowanie moralnych standardów postępowania. Zatem „kształtowanie wrażliwości etycznej”, postulowane przez Uniwersytecką Komisję Akredytacyjną (Brzeziński 2011: 14), ma miejsce zarówno na uniwersytetach poprzez kursy etyki zawodowej, jak również seminaria tematyczne czy konferencje naukowe, zaś na szkoleniach psychoterapeutycznych coraz częściej pojawiają się moduły omawiające kwestie etyczne relacji terapeutycznej. Jednak wydaje się, że poszerzanie wiedzy na temat etyki zawodu wciąż nie jest powszechnie praktykowane przez psychologów i psychoterapeutów. Można argumentować, że tworzenie norm etycznych nie przynależy do zadań psychologii – psycholog bada i opisuje, natomiast etyk bada i ocenia w kategoriach dobra i zła (Chyrowicz 2017). Psychologowie starają się nie dopuścić do popełnienia tzw. błędu naturalistycznego, czyli określania, co jest dobre dla danej osoby na podstawie wyników badań empirycznych. Rozważania dotyczące tego zagadnienia mogą podejmować psychologowie w oparciu o własne przemyślenia ugruntowane filozoficznie lub poprzez współpracę z filozofami. Zagadnienie błędu naturalistycznego domaga się refleksji szczególnie w psychoterapii, w której

nierzadko dobro pacjenta określa się na podstawie wyników badań empirycznych lub doświadczenia klinicznego.

Po trzecie, refleksja dotycząca zagadnień etycznych w ramach poszczególnych nurtów psychoterapeutycznych nie jest zbyt rozwinięta. Znaleźć można pojedyncze pozycje podejmujące tę problematykę (por. np. Kingdon, Maguire, Stalmeisters i Townend 2017; Marchewka i Dobroczyński 2015a; Paruzel-Czachura 2015; Popiel i Pragłowska 2008). Tymczasem psychoterapia jest dziedziną uwikłaną w kwestie natury moralnej, zarówno w aspekcie światopoglądów poszczególnych szkół psychoterapeutycznych – twierdzeń dotyczących zdrowia i choroby, dobra i zła w kontekście dobrostanu pacjenta – a także w związku z tworzeniem się silnej relacji pomiędzy terapeutą a pacjentem, która służy leczeniu lub wspomaganiu procesu terapeutycznego. W związku z tym rozważania dotyczące jej etycznego wymiaru są szczególnie istotne.

Również refleksje na temat etycznego wymiaru terapii poznawczo-behawioralnej (*cognitive-behavioural therapy*, CBT) pojawiają się znacznie rzadziej niż dociekania dotyczące empirycznej weryfikacji skuteczności technik psychoterapeutycznych (por. np. Kingdon i in. 2017). Możliwe, że wynika to z przekonania terapeutów poznawczo-behawioralnych, iż udowodniona skuteczność metod terapeutycznych jest najważniejszym kryterium etyczności terapii – terapeuta stosuje metody i techniki, które opierają się na rzetelnej wiedzy, a więc kieruje się dobrem pacjenta. W CBT szczególny nacisk kładzie się na empirycznie udowodnioną skuteczność oddziaływań terapeutycznych. Być może z tej racji część psychoterapeutów nie chce zagłębiać się w kwestie etyczne, ponieważ ich zdaniem nie mają one wiele wspólnego z nauką (por. Tjeltveit 1999). Pragnienie bycia obiektywnym w połączeniu z brakiem refleksji wskazującej na to, że wartości są nieodłącznie związane z nauką, sprawiają, że terapeuci nie dostrzegają, iż stanowisko scjentyzmu również jest pewnego rodzaju światopoglądem uwikłanym w określone kwestie etyczne. Część terapeutów niechętnie zajmuje się zagadnieniami etycznymi w psychoterapii, gdyż ma poczucie, że wykracza to poza ich kompetencje. Tymczasem już samo kierowanie się dobrem pacjenta w terapii jest celem etycznym i wymaga przemyśleń na temat tego, czym jest „dobro”, co to znaczy pomagać pacjentowi, kierując się jego dobrem, jak zmiany terapeutyczne wpłyną na inne obszary życia pacjenta itp. Zatem odpowiedzialny terapeuta posiada określoną, przemyślaną wizję etyczną, którą stale poddaje refleksji.

Liczne badania potwierdzają skuteczność stosowania terapii poznawczo-behawioralnej, jednocześnie niewielka liczba publikacji dostarcza argumentów za podobną efektywnością CBT w odniesieniu do pacjentów wywodzących się z grup mniejszości etnicznych (Bennett-Levy i in. 2014). Co więcej, część badaczy zwraca uwagę, że globalizacja, a wraz z nią rosnący międzynarodowy zasięg terapii poznawczo-behawioralnej, wymagają, aby teoretycy i praktycy angażowali się w badanie wrażliwego kulturowo wymiaru CBT (por. np. Naeem i Kingdon 2012).

Powyższe rozważania stały się inspiracją dla powstania niniejszej książki. Z oczywistych powodów posiada ona interdyscyplinarny charakter. Poruszane w niej zagadnienia wpisują się w obszar rozważań psychologicznych (szczególnie pomocy psychologicznej, której formą jest psychoterapia) oraz filozoficznych (szczególnie problematyki etycznej). Książka opiera się na badaniach własnych autorki. Zostały one przeprowadzone w ramach metodologii badań jakościowych. Główny cel badań stanowiła identyfikacja wartości charakterystycznych dla wrażliwej kulturowo terapii poznawczo-behawioralnej, dokonana poprzez analizę wyselekcjonowanych danych zastanych. Sposób rozumienia oraz rozpoznawania wartości, a także ich charakterystyka, oparte zostały na klasycznej wersji kołowego modelu wartości Shaloma Schwartza (1992). Po dokonaniu systematycznego przeglądu literatury, analizie poddano 85 publikacji. Komputerowo wspomagane opracowanie i eksploracja uzyskanych danych oraz ich interpretacja przebiegały zgodnie z metodą jakościowej analizy treści (*qualitative content analysis*, QCA, Schreier 2012).

Książka składa się z pięciu rozdziałów. Rozdział pierwszy, mający charakter teoretycznego przeglądu literatury dotyczącej problematyki wartości w psychoterapii, został podzielony na cztery podrozdziały. W ramach pierwszego podrozdziału (1) wyróżnione zostały następujące części: pierwsza z nich omawia podstawowe zasady etyczne psychoterapii, ze szczególnym naciskiem na zasadę neutralności światopoglądowej psychoterapeuty, wartość dobroczynności oraz odpowiedzialności w psychoterapii; natomiast druga część prezentuje zagadnienie dotyczące ról, jakie psychoterapeuta może przyjmować w związku z założeniem, że psychoterapia ma przede wszystkim charakter etyczny i terapeuta staje wobec różnego rodzaju problemów oraz dylematów moralnych, a także kwestie dotyczące radzenia sobie terapeuty z wartościami w relacji terapeutycznej oraz w sytuacji pojawienia się konfliktu pomiędzy wartościami wyznawanymi przez niego a wartościami

pacjenta. Drugi podrozdział (2) opisuje zagadnienie celów, wartości i podstawowych założeń filozoficznych leżących u podłoża terapii poznawczo-behawioralnej. Następny podrozdział (3) dotyczy wartości oraz cech charakterystycznych dla perspektywy wielokulturowej w psychoterapii. Ostatni podrozdział (4) stanowi próbę podsumowania wcześniej poruszanych zagadnień poprzez sformułowanie współczesnego rozumienia zasady neutralności światopoglądowej psychoterapeuty, ze szczególnym uwzględnieniem perspektywy wielokulturowej.

Rozdział drugi książki stanowi prezentację podstawowych założeń metodologicznych oraz sposobów analizowania i opracowania wyników badania. Opisany został cel badawczy oraz uzasadnienie podjęcia badań dotyczących wartości we wrażliwej kulturowo terapii poznawczo-behawioralnej. Przedstawiono także ramy teoretyczne badania, przebieg procedury badawczej oraz metody zapewnienia wiarygodności otrzymanych wyników.

W ramach trzeciego rozdziału omówione zostały uzyskane rezultaty. Przedstawiono częstotliwość występowania wartości w ramach analizowanego materiału. Następnie zaprezentowane zostały obszary tematyczne, w jakich przejawiają się wartości w publikacjach na temat wrażliwej kulturowo terapii poznawczo-behawioralnej. Każdemu z wątków poświęcony został osobny podrozdział, stanowiący próbę opisu treści charakterystycznych dla danej wartości wraz z wybranymi cytatami.

W rozdziale czwartym przedstawiono dyskusję na temat uzyskanych wyników, w której omówione zostały możliwe wyjaśnienia pojawiania się określonych wartości w ramach analizowanych danych. W ostatnim, piątym rozdziale książki, opisano możliwe ograniczenia zaprezentowanego badania.

W końcowej części zamieszczono podsumowanie zaprezentowanych rozważań, spis bibliograficzny oraz aneks.