

# Psycholog i psychoterapia

---



Elżbieta Krawczyk - Paśawska

**Celem Towarzystwa jest rozwijanie i popularyzacja psychologii, jako nauki i zawodu oraz szczególna dbałość o to, by dyscyplina ta - w zgodzie z wartościami humanistycznymi - służyła ludziom pomocą w życiu i zachowaniu zdrowia.**

Statut Polskiego Towarzystwa Psychologicznego



# Rozumienie psychoterapii

Definicja zawarta w Ustawie o Ochronie Zdrowia Psychicznego:

„Psychoterapia to celowe i planowane oddziaływania psychologiczne, zmierzające do złagodzenia lub usunięcia objawów zaburzenia oraz do poprawy funkcjonowania psychicznego i społecznego, wspierające dążenia jednostki lub rodziny do zdrowia i rozwoju, kierowane do osób z zaburzeniami psychicznymi.”

# Rozumienie psychoterapii

## Definicja Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego (APA)

*„Psychoterapia odnosi się do wszelkich usług psychologicznych świadczonych przez przeszkolonego specjalistę, który przede wszystkim wykorzystuje formy komunikacji i interakcji w celu oceny, diagnozy i leczenia dysfunkcyjnych reakcji emocjonalnych, sposobów myślenia i wzorców zachowań. Psychoterapia może być świadczona osobom indywidualnym, parom, rodzinom lub członkom grupy.”*

# Rozumienie psychoterapii



EFPA statement on Psychologists practicing Psychotherapy GA July 2017

EFPA statement on psychologists practicing psychotherapy  
as approved by EFPA GA Amsterdam 2017 - final

"Psychotherapy is the informed and intentional application of clinical methods and interpersonal stances derived from established psychological principles for the purpose of assisting people to modify their behaviors, cognitions, emotions, and/or other personal characteristics in directions that the participants deem desirable" (Norcross, 1990, p. 218-220)

Therefore:

- Psychotherapy is an area of applied psychology that is practised by the profession of psychologists.
- Psychotherapy is a practice that psychologists acquire through different education programmes.
- Psychologists practising psychotherapy have training that includes supervision and have proven competences in scientifically validated theories on human emotions, cognitions and behaviour and on processes of development, and are trained in the scientific application of the methods of change based upon these theories.

As a healing practice and professional service, psychologists practising psychotherapy are effective and highly cost-effective. In controlled trials and in clinical practice, psychotherapy results in benefits that markedly exceed those experienced by individuals who need mental health services but do not receive psychotherapy. Consequently, psychologists practising psychotherapy should be included in the health and social care system.

EFPA will continue its efforts to educate the public about the effectiveness of psychotherapy; support advocacy to enhance formal recognition of psychologists practising psychotherapy in the health and social care system; and help ensure that policies will increase access to psychologists practising psychotherapy in the health and social care system, with particular attention to addressing the needs of underserved populations.

EFPA will encourage integration of research and practice; and support advocacy for funding, and encourage continued and further research on the effectiveness and efficacy of psychotherapy.

Amsterdam, July 2017

<http://efpa.eu/professional-development/2017-efpa-statement-on-psychologists-practicing-therapy-201715c-on-psychology-and-health>



**„Psychoterapia to świadome i zamierzone stosowanie metod klinicznych i postaw interpersonalnych, wywodzących się z ustalonych zasad psychologicznych, w celu pomocy ludziom w modyfikowaniu ich zachowań, funkcji poznawczych, emocji i/lub innych cech osobistych w kierunku, który uczestnicy uznają za pożądany” (Norcross, 1990, s. 218-220).**

W związku z tym:

**- Psychoterapia jest dziedziną psychologii stosowanej uprawianą przez zawód psychologa.**

**- Psychoterapia jest praktyką, w której psychologowie szkolą się w ramach różnych programów edukacyjnych.**

**- Psycholodzy praktykujący psychoterapię przeszli szkolenie obejmujące superwizję i posiadają potwierdzone kompetencje w zakresie naukowo udowodnionych teorii emocji, poznania i zachowania oraz procesów rozwoju człowieka, a także są przeszkoleni w zakresie naukowego stosowania metod zmiany opartych na tych teoriach.**

Praktykując działalność leczniczą i rzetelnie wykonując swój zawód, psycholodzy świadczący psychoterapię są skuteczni i efektywni kosztowo. W kontrolowanych badaniach i w praktyce klinicznej psychoterapia przynosi korzyści znacznie przewyższające te, których doświadczają osoby potrzebujące usług w zakresie zdrowia psychicznego, ale niepoddające się psychoterapii. W związku z tym psycholodzy zajmujący się psychoterapią powinni być częścią systemu opieki zdrowotnej i społecznej.

# Aktualne regulacje prawne psychoterapii

Ustawa o ochronie zdrowia psychicznego

## Toczące się regulacje prawne dotyczące psychoterapii

Ustawa o zawodzie  
psychologa  
i samorządzie  
zawodowym  
psychologów

Ustawa o zawodzie  
psychoterapeuty  
i samorządzie  
zawodowym

# Skutki jakie dla psychologów niesie regulacja psychoterapii, jako odrębnego zawodu

1.

## Podwójna regulacja i biurokracja

Powyższe jest równoznaczne z tym, że osoby będące psychologami będą - zgodnie z prawem - członkami dwóch samorządów zawodowych:

- dwa samorzady zawodowe będą regulować ich prawa i obowiązki w zakresie etyki i deontologii zawodowej oraz reprezentować na zewnątrz
- osoby legitymujące się wykształceniem psychologicznym będą prawnie zobowiązane do uiszczania podwójnych składek korporacyjnych.

# Skutki jakie dla psychologów niesie regulacja psychoterapii, jako odrębnego zawodu

## 2.

## Chaos prawny

Rozmycie kompetencji psychologów i psychoterapeutów

- ❑ Definicja psychoterapii (profilaktyka, rozwój osobowości i kompetencji społecznych) wkracza w obszar kompetencji wszystkich psychologów
- ❑ Diagnoza psychoterapeutyczna jako konstrukt niezrozumiały w ochronie zdrowia
- ❑ Kto odpowiada za diagnozę, a kto za leczenie
- ❑ Przejmowanie kompetencji psychologów przez psychoterapeutów (nie psycholog szkolny a psychoterapeuta szkolny, nie psycholog zdrowia a psychoterapeuta onkologiczny itd.)
- ❑ Odróżnienie psychoterapii od udzielania pomocy psychologicznej jest w praktyce trudne, a będzie miało kluczowe znaczenie dla realizacji znamion przestępstwa, skoro udzielanie pomocy psychologicznej przez osobę nieposiadającą uprawnień stanowi przestępstwo, a prowadzenie psychoterapii przez osobę do tego nieuprawnioną również będzie stanowić przestępstwo.

Kiedy psycholog przekracza granicę psychoterapeuty, a kiedy psychoterapeuta przekracza granicę zawodu psychologa

- ❑ Sztuczny podział zawodu psychologa

Kiedy psycholog jest psychologiem a kiedy psychoterapeutą



## Skutki jakie dla psychologów niesie regulacja psychoterapii, jako odrębnego zawodu

3.

### Zbędne wydłużenie ścieżki szkolenia i kosztów

Psycholodzy mają ugruntowaną wiedzę z zakresu psychopatologii, procesów poznawczych i emocjonalnych, różnic indywidualnych, teorii osobowości itd.

Psycholodzy na poziomie studiów uczestniczą w zajęciach z zakresu oddziaływań psychologicznych (wśród których mieści się psychoterapia) czy wprowadzenia do psychoterapii. Na każdej z uczelni A+ i A dostępne są specjalności z psychoterapii.

Szkolenia psychoterapeutyczne dla psychologów mogłyby odbywać się na poziomie specjalistycznym a nie podstawowym, co skróciłoby proces kształcenia i/lub podniosło standardy.

Zrównanie kompetencji psychologa z osobami bez wykształcenia psychologicznego wymusza standardy kształcenia nijako od zera. To strata czasu i pieniędzy nie tylko dla psychologa, ale i całego systemu.

## Skutki jakie dla psychologów niesie regulacja psychoterapii, jako odrębnego zawodu

### 4.

## Penalizacja psychologów stosujących techniki i metody psychologiczne w różnych obszarach pracy psychologa

Psycholog w swojej pracy korzysta z metod i technik psychologicznych wchodzących w kanon poznanych na studiach, oddziaływań psychologicznych.

Pracując w szkole, oddziale somatycznym czy w policji psycholog używa narzędzi psychologicznych wśród których znajdują się metody i techniki używane także w psychoterapii.

Metody psychologiczne używane w pomocy psychologicznej, wsparciu, poradnictwie, interwencji kryzysowej, używane są również w psychoterapii.

# Skutki jakie dla psychologów niesie regulacja psychoterapii, jako odrębnego zawodu

## 5. osłabienie naukowości w psychoterapii

Niektórzy uważają psychoterapię za odrębną od psychologii i medycyny dziedzinę.

Większość teorii, modeli wywodzi się z psychologii i wymaga badań w oparciu o metodologię psychologiczną. W efekcie większość badań w zakresie oddziaływań psychoterapeutycznych opiera się na dziedzinie psychologii.

Psychoterapia psychologiczna opiera się nie tylko na obszarze klinicznym, ale również psychologii rozwojowej, społecznej, poznawczej.

Psychoterapia psychologiczna wymaga znajomości metodologii celem umiejętnej weryfikacji naukowych źródeł.

Psycholog w swojej pracy zobowiązany jest do praktyki w oparciu o dowody naukowe.

W rzeczywistości niektóre nurty wychodzą poza psychologię

Stosowanie metod oddziaływania psychologicznego, które znajdują potwierdzenie skuteczności w badaniach empirycznych to bezpieczeństwo i uczciwość wobec pacjentów

**EST** (Empirically Supported Treatments) a **EBP** (Evidence Based Practise)

## Choroby i zaburzenia psychiczne wywołane pseudopsychoterapią

Źródła: PubMed, EBSCO, Scopus, Google Scholar

F23: Ostre i przemijające zaburzenia psychotyczne – **rebirthing** – Mercer (2002)

F24: Indukowane zaburzenie urojeniowe (Shared Psychotic Disorder) – **ustawienia rodzinne Hellingera, regresja** – Lilienfeld et al. (2003)

F41: Inne zaburzenia lękowe (np. lęk uogólniony) – **terapia pierwotna (primal therapy), NLP, PDT, psychoanaliza** – Singer & Lalich (1996), Fonagy (2010)

F32: Epizody depresyjne – **terapia „holistyczna“ (New Age), ustawienia hellingerowskie, PDT, psychoanaliza** – Heelas (1996), Driessen et al., (2010)

F43.1: Zespół stresu pourazowego (PTSD) – **rebirthing, regresja (hipnotyczna), PDT** – Figley (1995)

F44: Zaburzenia dysocjacyjne (indukcja fałszywych wspomnień) – **terapia ponadosobowa (transpersonalna), PDT, psychoanaliza** – Lilienfeld et al. (2003)

F60: Specyficzne zaburzenia osobowości (np. nasilenie cech borderline) – **Gestalt** – Singer & Lalich (1996)

F45: Zaburzenia somatoformiczne – **regresja, organoterapia** – Lilienfeld et al. (2003)

**Psychoanaliza i intensywne podejścia psychodynamiczne** są uznawane za nieodpowiednie dla psychoz (F20-F29) i ciężkich zaburzeń osobowości (F60), bo zwiększają ryzyko pogorszenia, destabilizacji – Gabbard (2004)

# KŁAMSTWA

*„ Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Polskie Towarzystwo Terapii Poznawczej i Behawioralnej oraz OZZP walczą o to, by psycholodzy świadczyli psychoterapię bez dodatkowego przygotowania”*

*„ Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Polskie Towarzystwo Terapii Poznawczej i Behawioralnej oraz OZZP walczą o to, by psychoterapia była świadczona wyłącznie przez psychologów”*

*„ Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Polskie Towarzystwo Terapii Poznawczej i Behawioralnej oraz OZZP dążą do prymatu CBT”*

*„ Sekcja Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychologicznego jest członkiem Grupy Roboczej”*

# MANIPULACJE



*„5 wymienionych podejść ma naukowo udowodnioną skuteczność”*

- Rekomendacje APA, NICE, WHO
- Różne metody mają różny status w odniesieniu do różnych zaburzeń
- Istnieją metody o statusie niezbadane, kontrowersyjne oraz szkodliwe
- Co znaczy naukowość nurtu?

Niektóre szkoły uczą ludzi psychoterapii poprzez rodzenie się z worka



*„Wykształcenie nie ma znaczenia - osobowość psychoterapeuty stanowi kluczowy czynnik warunkujący skuteczność w psychoterapii”*

Powoływanie się na badania naukowe w tym zakresie stanowi błąd merytoryczny, bowiem większość badań nad efektywnością psychoterapii odbywa się w warunkach właściwych dla badań klinicznych. Oznacza to, że badane oddziaływania (psychoterapia) przeprowadzane są przez osoby o wykształceniu psychologicznym, lekarskim lub analogicznym (takim, który w kraju prowadzenia badań uprawnia do prowadzenia psychoterapii). Dodatkowo badanie prowadzone są ścisłym pod nadzorem psychologów/lekarzy. Oznacza to, że osoby przeprowadzające psychoterapię w badaniu klinicznym najpierw posiadają odpowiednie wykształcenie bazowe a dopiero potem bada się rolę czynnika osobowościowego.

Pojawia się coraz więcej badań, z zastosowaniem bardziej zaawansowanych metod modelowania statystycznego, wskazujących na niewielką moc wyjaśniającą czynnika psychoterapeuty (w tym osobowości)

# MANIPULACJE



„Psycholodzy są źle kształceni w związku z czym nie ma żadnego wykształcenia bazowego, które dawałoby kompleksowe przygotowanie do szkolenia w zakresie psychoterapii”

Błąd logiczny:

Przytaczany jest argument o wymogu wiedzy i kompetencji z zakresu psychologii. Część psychologów jest słabo kształconych, w związku z tym, wystarczająco wyjaśnia to, że osoba z dowolnym wykształceniem magisterskim może swobodnie szkolić się w zakresie psychoterapii.

„Kwestia doksztalcenia psychoterapeutów bez wykształcenia psychologicznego w zakresie psychologii klinicznej, została uzgodniona z Panią Profesor B. Izydorczyk, konsultant krajową ds. psychologii klinicznej”

Pani Profesor zdementowała tę informację.



# MANIPULACJE



*„Pod listem popierającym ustawę GR o zawodzie psychoterapeuty podpisało się blisko 100 naukowców”*

Zebrano podpisy, z kilku ośrodków (całe wydziały, instytuty). Znaczna część podpisów została złożona przez osoby niezwiązane z psychologią, psychoterapią a nawet zdrowiem psychicznym (np..Wydział Studiów Edukacyjnych, Katedra i Zakład Medycyny Rodzinnej)



*„GR reprezentuje 75% środowiska psychoterapeutów”*

Z prac w GR wyszły PTP, PTTBP i PRP a nadal widnieje liczba reprezentacji 75% środowiska

*„Psycholodzy nie mają prawa wypowiadać się o psychoterapii,,*

- Psycholodzy badają i analizują skuteczność psychoterapii
- Wyjaśnienie, dlaczego psychoterapia działa pochodzi z nauki psychologii
- Psycholodzy znają narzędzia metodologiczne służące do określenia skuteczności psychoterapii
- Psycholodzy przeprowadzają diagnozę psychologiczną, dobierają odpowiednią terapię
- Psycholodzy, poprzez rygorystyczne badania naukowe obalają mity dotyczące psychoterapii
- Oddziaływania psychologiczne – psychoterapia - to obszar kompetencji w ramach psychologii stosowanej



# MANIPULACJE



*„Ten sam psychoterapeuta nie jest zawodem medycznym, ale w innym miejscu nim jest”*

Kluczenie pomiędzy medycznym a niemedycznym charakterem psychoterapii. Psychoterapeuta nie jest zawodem medycznym, ale zawód psychoterapeuty wykonywany w podmiocie leczniczym podlega pod regulacje wynagrodzenia pracownika wykonującego zawód medyczny. Współczynnik równy specjalście w ochronie zdrowia. Psychoterapeuta aplikant – współczynnik równy zawodom pielęgniarki, psychologa, fizjoterapeuty, analityka itd.

Dlaczego więc nie Ministerstwo Zdrowia?



*„Konieczne jest stworzenie nowego zawodu, z osobnym samorządem zawodowym”*

Skoro psychoterapia to nie zawód medyczny, to nie ma powodu powoływać kolejnego zawodu zaufania publicznego, podobnie jak nie ma powodu powoływać samorządu zawodowego instruktorów jogi czy zielarzy. Charakter medyczny może regulować ustawa o ochronie zdrowia psychicznego, ustawa o zawodzie psychologa i ustawa o zawodach lekarza i lekarza dentystry.

Nie ma powodu tworzyć osobnego zawodu dla magistrów archeologii, politologii, malarstwa czy prawa

# MANIPULACJE



*„konieczne jest wprowadzenie odrębnych dla każdego podejścia sądów koleżeńskich”*

Takie rozwiązanie będzie skutkowało obniżeniem skuteczności w dochodzeniu do praw pacjentów.

Odwołanie do wiedzy i opinii ekspertów z danego podejścia, zamiast do nauki i etyki



*„Psychoterapia jest osobną dziedziną i tak jest rozumiana w Europie. Psychoterapeutą może być osoba z dowolnym wykształceniem bazowym”*

Hiszpania: lekarz, psycholog

Francja: lekarz, psycholog, psychoanalityk

Włochy: lekarz, psycholog

Niemcy: lekarz, psycholog

Szwajcaria: lekarz, psycholog

<https://www.psychotherapyresearch.org/page/SPR-EU>

# MANIPULACJE

*Przypisywanie Polskiemu Towarzystwu Psychologicznemu motywu polaryzacji: psychologowie versus psychoterapeuci.*

PTP nie reprezentuje środowiska psychologów przeciw psychoterapeutom.

**PTP reprezentuje środowiska psychologów, w tym psychoterapeutów**

w obronie ich kompetencji i bezpieczeństwa ich pacjentów.

Uważamy za konieczne uregulowanie psychoterapii, ale nie w formie tworzenia osobnego zawodu. Nie w formie proponowanej w procedowanym projekcie GR.



# STANOWISKO I REKOMENDACJE POLSKIEGO TOWARZYSTWA PSYCHOLOGICZNEGO

**1. Psychoterapia** jest psychologiczną **metodą leczenia** zaburzeń psychicznych. Stosowanie metod i narzędzi analogicznych do tych stosowanych w psychoterapii w sytuacjach i relacjach nienoszących znamion oddziaływania o charakterze leczniczym nie stanowią psychoterapii i nie podlegają regulacjom prawnym w tym zakresie.

**2. Psychoterapia** jako metoda leczenia powinna być każdorazowo poprzedzona adekwatną **diagnozą kliniczną**, określającą rodzaj zaburzenia, mającego być przedmiotem oddziaływania psychoterapeutycznego

**3. Metoda**, forma i narzędzia psychoterapeutyczne powinny być dostosowane do rodzaju zdiagnozowanego zaburzenia ze względu na ich **potwierdzoną skuteczność w leczeniu**.



# STANOWISKO I REKOMENDACJE POLSKIEGO TOWARZYSTWA PSYCHOLOGICZNEGO

**4. Psychoterapia nie jest odrębnym zawodem.** Nieuzasadnione i niewskazane jest tworzenie mocą powszechnie obowiązującego prawa nowych struktur o charakterze samorządowym, obejmujących swym zasięgiem wszystkich psychoterapeutów, niezależnie od ich wykształcenia

**5. Do szkolenia** w zakresie psychoterapii powinni być dopuszczeni psycholodzy oraz przedstawiciele zawodów medycznych (lekarz psychiatra i pielęgniarka psychiatryczna) oraz pedagodzy na specjalnych zasadach (specjalni, resocjalizacyjni) **w ramach wykonywania ich własnych zawodów.**

**6. Psychoterapia** powinna być równie wyczerpująco uregulowana w innych aktach prawnych, takim aktem może być znowelizowana ustawa o ochronie zdrowia psychicznego, dodatkowa krótka, zwięzła ustawa o psychoterapii. **Takim aktem zdecydowanie nie jest i nie będzie ustawa o zawodzie psychoterapeuty, która w tej chwili jest procedowana? jako projekt poselski.**



# STANOWISKO I REKOMENDACJE POLSKIEGO TOWARZYSTWA PSYCHOLOGICZNEGO

**PSYCHOLOG** powinien świadczyć psychoterapię po dodatkowym szkoleniu (zgodnie z ustawą o ochronie zdrowia psychicznego)

**PSYCHOLOG** nie posiadający szkolenia dodatkowego powinien mieć prawo korzystać z pojedynczych technik psychoterapeutycznych opartych na teorii i modelach psychologicznych (gdyż są techniki psychologiczne używane w psychoterapii)

**PSYCHOLOG** powinien móc świadczyć psychoterapię w ramach wykonywania swojego zawodu, bez konieczności przynależności do innego samorządu

Psychoterapia wykonywana przez **PSYCHOLOGA** powinna opierać się na EBPP co oznacza integrację wiedzy i doświadczenia klinicznego z najnowszymi dowodami naukowymi i z uwzględnieniem charakterystyki pacjenta

Psychoterapia powinna być wyczerpująco i jednoznacznie uregulowana w ustawie o zawodzie **PSYCHOLOGA** oraz samorządzie zawodowym psychologów





**DZIĘKUJEMY  
ZA UWAGĘ**

---

# Dlaczego „alternatywne formy pseudopsychoterapii” są sprzeczne z prawem?

**1. Świadczenie usług zdrowotnych bez uprawnień - art. 58 ustawy o zawodach lekarza i lekarza dentystry - Kara: grzywna, ograniczenie wolności lub do 1 roku więzienia.**

*Przykłady: „Terapeuta holistyczny” bez wykształcenia psychologicznego leczy depresję (F32), narażając pacjenta. Inżynier budownictwa po kursie pseudoterapii „integralnej” rozpoznaje u każdego traumy i ordynuje iluzoryczne, wielomiesięczne „leczenie”.*

**2. Oszustwo art. 286 § 1 k.k. Kara: 6 miesięcy do 8 lat więzienia.**

*Przykłady: Ezoteryczne kursy reklamowane jako „leczenie” zamiast terapii – pacjent traci pieniądze i zdrowie. Wprowadzanie w błąd co do skuteczności może destabilizować osobowość (F60) (Gabbard, 2004).*

**3. Spowodowanie uszczerbku na zdrowiu art. 157 k.k. Kara: 3 miesiące do 5 lat (lub do 2 lat przy lżejszym uszczerbku).**

*Przykłady: „Energoterapia” zamiast leków pogarsza depresję (F32). Intensywne techniki psychodynamiczne albo psychoanaliza mogą nasilić objawy psychotyczne (F23) (Gabbard, 2004).*

**4. Narażenie na utratę życia lub zdrowia art. 160 § 1 k.k. Kara: do 3 lat więzienia.**

*Przykłady: „Terapia oddechowa” prowadzi do psychozy (F23) lub próby samobójczej (X60-X84). Nieodpowiednie metody zwiększają ryzyko pogorszenia (F20-F29, F60) (Gabbard, 2004).*

**Pseudopsychoterapia to działalność przestępcza, bo narusza prawo i szkodzi pacjentom!**

**Rozpoznawanie i leczenie chorób bez uprawnień (art. 58), oszustwo (art. 286 k.k.), uszczerbek na zdrowiu (art. 157 k.k.), narażenie na śmierć (art. 160 k.k.) – to realne kryminalne zarzuty**