dr hab. Łukasz Gawęda, prof. IP PAN
Dyrektor ds. Naukowych IP PAN
Kierownik Pracowni Psychopatologii Eksperymentalnej
Instytut Psychologii
Polska Akademia Nauk

Projekt ustawy o zawodzie psychoterapeuty powstał z potrzeby wprowadzenie regulacji działalności, która wiąże się ze szczególną odpowiedzialnością za zdrowie, a i często życie, drugiego człowieka. Warto pamiętać, iż osoby zgłaszające się do psychoterapeutów często znajdują się w poważnym i złożonym kryzysie zdrowia psychicznego. Do tej pory psychoterapeutą mogła zostać osoba, która ukończyła szkolenie i uzyskała certyfikat w jednej z wielu szkół terapeutycznych dającej niezwykle zróżnicowane, nie zawsze oparte na wiedzy naukowej, wykształcenie. To, kto takie szkolenie rozpoczynał, a później wykonywała zawód psychoterapeuty, zależało często od wewnętrznych regulacji szkół terapeutycznych i towarzystw naukowych (jeśli takie sprawowały jakikolwiek nadzór nad szkoleniami).

Celem ustawy, jak rozumiem, jest rozpoznanie, iż psychoterapeuta to zawód zaufania publicznego i wprowadzenie odpowiednich mechanizmów odpowiedzialności zawodowej, nabywania i uznawania kwalifikacji, tak aby zabezpieczyć interesy klientów korzystających z psychoterapii, jak i samych psychoterapeutów. Regulacje w tym zakresie są potrzebne. To jednak, jakie szczegółowe rozwiązania są proponowane i mogą zostać przyjęte będzie kształtowało rzeczywistość kształcenia psychoterapeutów, jak i prowadzenia i korzystania z psychoterapii. Dlatego tak ważne jest dbanie o odpowiednie standardy zapisu wynikające ze zweryfikowanego stanu wiedzy.

Niektóre obszary rozwiązań proponowanych w ustawie mogą budzić wątpliwości. Moje wątpliwości budzi kilka kwestii. Po pierwsze, zapisy ustawy wprowadzają podział na odpowiednie nurty terapeutyczne, które są uznawana jako te, które terapeuta musi uprawiać i do których musi się zadeklarować. Rozumiem, iż wynika to z pewnej tradycji podziału szkół/nurtów terapeutycznych i wynikających z tego interesów towarzystw naukowych. Oczywiście podziały te są obecne w literaturze, szkoleniach, badaniach naukowych zarówno w Polsce, jak i za granicą. Wydaje się jednak, iż ustawa mogłaby nieco szerzej proponować, aby definiując psychoterapię odnieść się nie do “uznanych” nurtów, ale do wiedzy naukowej (Podpowiadam: [...] stosuje metody w oparciu o najlepszą dostępną wiedzę w zakresie skuteczności metod, którymi się posługuje [...]). Wtedy nie jest aż tak istotne, jaką szkołę reprezentuje psychoterapeuta, tylko to, czy stosuje metody najlepsze z możliwych w danych przypadku klinicznym i/lub które wspierają rozwój osoby korzystającej z psychoterapii. Współczesna wiedza naukowa w zakresie psychoterapii wskazuje, iż dobór metod terapeutycznych ma znaczenie w powodzeniu terapii. To wiedza naukowa, a nie praktyka nurtów terapeutycznych, daje większą pewność co do doboru odpowiednich dla pacjenta działań. Wiedza jednak nigdy nie jest pełna i skończona. Oznacza to, iż zarówno proces szkolenia, jak i praktyka powinny bazować na możliwie najnowszej wiedzy, ale również na krytycznej analizie dostępnych badań.

Po drugie, moje wątpliwości budzi kwestia szerokiego ujęcia tzw. wykształcenia bazowego oraz jednocześnie pojawiające się propozycje, aby z innej ustawy (o zawodzie psychologa) wykreślić świadczenia psychoterapii (taki postulat zgłaszała tzw. grupa robocza działająca przy konsultancie ds. psychoterapii). Psychoterapia wymaga szerokiego przygotowania w zakresie diagnozy psychologicznej

(do większości dostęp mają osoby jedynie z wykształceniem psychologicznym), rozumienia podstawowych procesów psychologicznych czy też rozumienia badań naukowych. Jednocześnie zdecydowana większość psychoterapeutów (ok 70 - 80%) ma wykształcenie psychologiczne. Autorzy projektu nie zdecydowali się na, na przykład, zaproponowanie okresu przejściowego, w którym osoba szkoląca się w psychoterapii i/lub terapeuta z innym bazowym wykształceniem uzupełnia w określonym ustawą czasie. Wtedy jednak psychoterapia mogłaby znaleźć się w "koszyku" świadczeń psychologicznych w ramach jednej ustawy o zawodzie psychologa. Wydaje się, że tego w autorzy projektu poselskiego chcą uniknąć. W celu potencjalnego uzupełnienia wykształcenia bazowego (medycyna i psychologia), wprowadzono zapisy o ewentualnej potrzebie uzupełnienia wykształcenia w ramach szkolenia psychoterapeutycznego. Jednocześnie brakuje wzmianki, w moim odczuciu niezwykle potrzebnej w obecnym stanie rzeczy, o tym, aby szkolić przychoterapeutów w metodach zgodnych z obecnym i najlepszym stanem wiedzy, a nie jak zapisano [...] szkolenia w zakresie psychoterapii, zgodnego ze standardami zawodowymi podejścia psychoterapeutycznego [...]. Łatwo sobie wyobrazić, iż standardy zawodowe określonego podejścia nie są zgodne z najnowszą wiedzą w zakresie skutecznych metod terapeutycznych w konkretnym przypadku. Niestety, ale niejednokrotnie zdarza się proponowanie metod terapeutycznych w konkretnym przypadku, które są dalekie od optymalnych w świetle zastanej wiedzy (np. są nieskuteczne; nie optymalne czasowo), a wydają się zgodne z praktykami zawodowymi w ramach określonego nurtu. Ponieważ obecnie wszystkie szkolenia w psychoterapii odbywają się na rynku prywatnym, bardzo często odległym od ośrodków akademickich, praktyki w psychoterapii niejednokrotnie odbiegają od obecnej wiedzy. Dobrze, aby ustawa zabezpieczała ten aspekt i dawała większe poczucie bezpieczeństwa klientom korzystającym z usług psychoterapeutów.

Alarmujące dla mnie są argumenty Grupy Roboczej ds. psychoterapii, która wnioskuje o rozszerzeniem wykształcenia bazowego do po prostu wykształcenia wyższego podając badania, które albo nie wspierają tej tezy albo jej przeczą. Na przykład w przytaczanych badaniach pokazano, iż osoby z wykształceniem zbliżonym do psychoterapii w trakcie szkolenia potrzebują mniej czasu i superwizji (Liness i in., 2019), aby uzyskać odpowiednie kompetencje w szkoleniu niż osoby bez wykształcenia. Oznacza to, że posiadana wiedza bazowa znacznie ułatwia nabywanie zbliżonych kompetencji. Podobnie, badania Melindy Stanley i in. (2014) pokazały brak różnic w stosowaniu konkretnego protokołu CBT w zaburzeniu lęku uogólnionego między osobami z różnym wykształceniem. Należy jednak zauważyć, iż osoby te były przeszkolone do stosowania konkretnej procedury w konkretnym kontekście klinicznym, a cały proces nadzorował superwizor. Taki przypadek może być dobrą ilustracją, jak zwiększać dostępność do tzw. nisko intensywnych form pomocy psychologicznej stosowanej pod nadzorem superwizora, ale nie może być głosem w dyskusji nad tym jak wykształcenie lub jego brak wpływa lub nie wpływa na prowadzenie psychoterapii w ogóle. Dziwi, że osoby zajmujące się przygotowywaniem ustawy, wśród których są praktycy, jak i naukowcy zajmujący się psychoterapią nie dostrzegają tych "niuansów" i nadmiernie generalizują wyniki badań tam, gdzie nie jest to uprawnione.

Wraz ze wzrostem trudności psychologicznych, w tym zaburzeń psychicznych, w społeczeństwie, rośnie potrzeba profesjonalnej pomocy psychologicznej. Nie mam wątpliwości, iż regulacje w zakresie świadczeń psychoterapii mogą pomóc w kształtowaniu procesu szkolenia, a przede wszystkim mogą wzmocnić dostęp do profesjonalnych, sprawdzonych, a tym samym bezpiecznych form terapii. Potrzeba jednak, aby obecny projekt ustawy przeszedł odpowiednie poprawki, tak, aby głosy krytyczne mogły być również wysłuchane. Dobrze, obecne spory i żywa dyskusja zaowocowała dobrą ustawą. Będzie ona bowiem kształtować obraz psychoterapii w Polsce na długie lata.