



WSTĘP

Oddajemy do rąk czytelniczek_ków¹ książkę będącą efektem dwuipół-letnich badań dotyczących psychoterapii w czasie kryzysów społecznych. Badania zainicjowaliśmy wiosną 2020 roku wraz z rozpoczęciem ogólnoświatowej pandemii COVID-19. Wówczas nie wiedzieliśmy, że nie będzie to jedyny kryzys społeczny, który przyjdzie nam badać. Traktujemy psychoterapię nie tylko jako sposób radzenia sobie z osobistymi problemami jednostek, lecz przede wszystkim jako system ekspercki funkcjonujący pomiędzy sferą publiczną a prywatną. W związku z tym badanie procesów zachodzących w ramach psychoterapii z perspektywy socjologicznej uwidacznia powiązania pomiędzy mechanizmami zachodzącymi w sferze makrospołecznej a wstrząsami doświadczanymi przez społeczności, mikrostruktury, a wreszcie jednostki.

W rozdziale pierwszym omawiamy koncepcje teoretyczne, za pomocą których ujmujemy relacje pomiędzy kryzysami społecznymi a kondycją psychiczną jednostek. Punkt wyjścia stanowią teorie społeczeństwa ryzyka oraz traumy zmian społecznych. Następnie przybliżamy koncepcje traumy historycznej i strukturalnej oraz traumy zastępczej i transgeneracyjnej. Psychoterapia została potraktowana jako kontekst ujawniania traumy bezpośredniej oraz zastępczej. Badając zjawiska zachodzące w kontekście psychoterapii, można precyzyjnie analizować procesy powiązań pomiędzy kryzysami społecznymi a kryzysami zdrowia psychicznego.

¹ W pracy w większości przypadków stosujemy formy rodzajowe zgodnie z sugestią Agnieszki Weseli: „Najpierw pojawia się końcówka formy żeńskiej, która podkreśla odrzucenie uniwersalności męskiego podmiotu, potem końcówka formy męskiej. Pozioma linia między nimi pozostawia miejsce na całe spektrum możliwości między i poza tymi biegunami. Powstaje słowo z wyborem na końcu, z niedopowiedzeniem, przygotowane na każdą płęć i tożsamość” (A. Weseli, *UFA TO TAO*, „Interalia”, https://interalia.queerstudies.pl/issues/5_2010/04_ufa_to_tao.htm, dostęp: 10.11.2024).

Rozdział drugi stanowi przegląd badań dotyczących kondycji emocjonalnej przedstawicieli i polskiego społeczeństwa w czasie pandemii oraz po wybuchu wojny w Ukrainie. Część spośród analizowanych badań pozwala zarysować międzynarodową perspektywę porównawczą. Ich wyniki zostały poddane interpretacji z perspektywy teorii przywołanych w rozdziale pierwszym.

W rozdziale trzecim omawiamy metodologię naszych badań – realizowanych w trzech etapach na reprezentatywnej próbie polskich psychoterapeutek ów. Rekonstruujemy proces badawczy, w którym wielokrotnie musieliśmy decydować, jakie rozwiązania przyjąć, by z jednej strony pozostać w zgodzie z rygorami metodologicznymi, a z drugiej – zachować wrażliwość na kontekst, podlegający dynamicznym zmianom w warunkach nie jednego, lecz wielu kryzysów nakładających się na siebie.

W rozdziale czwartym rekonstruujemy pierwsze symptomy zaburzonej równowagi na początku pandemii oraz towarzyszące im próby adaptacji z perspektywy praktyki psychoterapeutycznej. Poddajemy analizie źródła stresu identyfikowane przez osoby pracujące psychoterapeutycznie oraz wybrane aspekty procesu psychoterapeutycznego w nowych warunkach.

Rozdział piąty jest poświęcony stosowanym w ramach psychoterapii praktykom służącym adaptacji do pandemicznych warunków na różnych etapach – od wprowadzenia pracy zdalnej w czasie ścisłego zamknięcia do różnorodnych praktyk bezpieczeństwa po częściowym powrocie do pracy w gabinetach.

W rozdziale szóstym omawiamy zgłaszane przez osoby korzystające z psychoterapii problemy związane z pandemią – między innymi lęk, obniżony nastrój, poczucie izolacji, napięcia wynikające z ciągłego przebywania z bliskimi w ograniczonej przestrzeni. Na podstawie badań wykazana została zmienność natężenia poszczególnych problemów w kolejnych etapach pandemii.

W rozdziale siódmym przedstawiamy konsekwencje orzeczenia Trybunału Konstytucyjnego z 22 października 2020 roku zaostrzającego prawo aborcyjne w Polsce z perspektywy gabinetów psychoterapeutycznych. Przedmiotem rozdziału jest rekonstrukcja procesu, w którym decyzja polityczna staje się źródłem zarówno lęku dotyczącego najbardziej osobistej sfery życia jednostek, jak i niepokoju związanego z zaburzeniem demokratycznych relacji między państwem a obywatel(k)ami.

Rozdział ósmy poświęcamy wojnie w Ukrainie postrzeganej przez pryzmat wątków wnoszonych na sesje terapeutyczne przez osoby korzystające ze wsparcia. Przedmiotem analizy są konteksty lęku wywołanego przez wojnę, odnoszącego się do teraźniejszości, przyszłości i przeszłości społeczeństw oraz jednostek. W rozdziale tym omawiamy także formy

zaangażowania badanych psychoterapeutek_ów w pomoc osobom poszkodowanym przez wojnę. Ponadto formułujemy refleksje na temat jawnych i ukrytych funkcji społecznego zaangażowania.

Rozdział dziewiąty stanowi analizę zmian kondycji psychicznej osób pracujących psychoterapeutycznie w kolejnych etapach pandemii oraz po wybuchu wojny w Ukrainie. Przedstawione wyniki badań wskazują, jak wybuch wojny załamał osiąganą z wysiłkiem adaptację do kryzysu związanego z pandemią, który trwał jeszcze, gdy rozpoczęła się wojna za wschodnią granicą Polski.

Rozdział dziesiąty poświęcamy dynamice radzenia sobie ze stresem w warunkach pandemii i wojny, co stanowi dopełnienie wizji obfitującego w momenty krytyczne procesu adaptacji do przedłużającego się kryzysu społecznego, na który nakłada się kolejny traumatogenny kryzys.

Zaprezentowane wyniki naszych badań prowadzą do wniosków na temat wyczerpywania zasobów wsparcia społecznego oraz aktywowania dawnych traum przez traumy aktualne. Słowa te piszemy we wrześniu 2024 roku, w momencie, gdy mieszkańcy południowej Polski zmagają się z konsekwencjami powodzi, porównywalnej do tej z 1997 roku. Historia społecznych kryzysów nawraca. Ich badania mają szansę przyczynić się do lepszego rozumienia jednostek i społeczeństw w konfrontacji z traumatogenną rzeczywistością.

Dziękujemy Psychoterapeutkom i Psychoterapeutom biorącym udział we wszystkich etapach naszego badania. Podziękowanie kierujemy też do organizacji zrzeszających psychoterapeutki i psychoterapeutów, administratorok i administratorów grup i fanpage'ów na portalu Facebook adresowanych do środowiska psychoterapeutycznego, administratorok i administratorów stron internetowych, dzięki którym mogliśmy poinformować o prowadzonym przez nas badaniu, a także rozpowszechnić raport z pierwszej i drugiej części badania. Dziękujemy władzom Wydziału Socjologii UAM za wsparcie naszej inicjatywy badawczej i dofinansowanie badań oraz prezentowanej publikacji.

Ważne i znaczące dla nas są też opinie i podziękowania od wielu Osób i Organizacji, jakie pojawiły się po publikacjach trzech części raportu oraz podczas prezentacji wyników w czasie konferencji i spotkań. Bardzo za nie dziękujemy!