

## MYŚLI PRZEWODNIE DLA DOKUMENTACJI PRZEBIEGU PROCESU TERAPEUTYCZNEGO

Celem jest zachęcenie do refleksjonowania procesu terapii, toku myślenia, stawiania hipotez, działań terapeuty i ich efektów. Interpretacja całego procesu terapeutycznego ma pokazać systemowy sposób myślenia terapeuty.

### 1. Informacje o kontekście pracy terapeuty (tylko przed opisem pierwszego procesu).

- Krótki opis instytucji.
- Jakimi zasadami kieruje się instytucja? Jakie ma zadania?
- Skład zespołu (zawody), opis roli zawodowej i miejsca w zespole osoby superwizowanej.

Z tych informacji ma wynikać, w jakiej roli występuje prowadzący terapię i jakie oczekiwania wobec niego może mieć placówka, w której pracuje.

### 2. Dokładny opis kontekstu i przebiegu skierowania.

- W jaki sposób szukający pomocy trafił do terapeuty?
- Jaką intencją kierował się polecający psychoterapię i tego właśnie terapeutę?
- Wcześniejsze informacje o kliencie z wcześniejszych rozmów telefonicznych, z innych akt.
- Kto ustalił termin? Jak doszło do pierwszego spotkania?
- Gdzie klient szukał przedtem pomocy i z jakim rezultatem.

Nie chodzi tu o dokładną dokumentację wszystkich etapów drogi do terapeuty, lecz o dane, które mogą ewentualnie pomóc wnioskować o oczekiwaniach osoby kierującej, lub/i o wpływie pewnych okoliczności skierowania na oczekiwania klienta.

### 3. Stawianie pierwszych hipotez dotyczących zaproszeń kierowanych przez klienta do terapeuty. Do jakich wniosków dochodzi terapeuta i co w związku z tym dalej robi?

### 4. Droga do celu: Ile rozmów przewidziano? Jak często? Jakie metody prowadzenia rozmowy / refleksji zaproponował terapeuta i z jakim uzasadnieniem?

- Kto będzie brał udział w rozmowach?
- Kto płaci za rozmowy?
- Oraz inne ważne informacje.

### 5. Co sprowadza klienta do terapeuty? Pytanie? Problem? Kto ma to pytanie czy ten problem?

Kto i jak definiuje problem i jakie rozwiązania implikuje ta definicja?

Jaki może być motyw takich definicji?

Jakie pomysły na rozwiązanie problemu miał/ma klient?

Kto i jak ma tego rozwiązania dokonać?

Kto nie widzi problemu?

Od kogo nie oczekuje się udziału w rozwiązywaniu problemu?

Jaką metaforę aktualnej sytuacji życiowej klienta stwarza terapeuta w kontekście tak zdefiniowanego problemu i czy to stanowi różnicę?

### 6. Z jaką formą relacji terapeutycznej ma do czynienia terapeuta („gość”, „narzekający” czy „klient”)? Do czego klient zaprasza terapeutę (do czego czuje się terapeuta/ka zaproszony/a)? Jakie mogło by mieć następstwa nieuważne przyjęcie tego zaproszenia? Do jakich wniosków dochodzi terapeuta i co w związku z tym dalej robi?

### 7. Jakie oczekiwania ma klient wobec terapeuty? Jakie ma zlecenia do terapeuty? Co terapeuta ma robić? Jak zlecenia decyduje się terapeuta przyjąć? (Należy odróżnić ogólne życzenie klienta, np. „nie chcę popadać w rezygnacyjne myśli” od zlecenia skierowane do terapeuty „niech pan zrobi, żebym nie popadał w rezygnacyjne myśli”).



8. Jakie **cele** chce osiągnąć klient? Po czym pozna, że je osiągnął? Kto to zauważy? Cele terapii powinny być na poziomie zachowania (co będzie klient robił inaczej, co innego będzie robił?) i na poziomie relacji międzyludzkich (kto to zauważy? Jak na to będzie reagował?)
9. **Przebieg procesu terapeutycznego, weryfikacja i formułowanie kolejnych hipotez:**
  - Jaki wzorzec komunikacji/związku rozwinął się między terapeutą a klientem?
  - Co było myślą/ami przewodnią/mi?
  - Jakie sposoby (techniki) prowadzenia rozmowy zastosował terapeuta?
  - Rozwiązanie problemu - przez kogo i jak?
  - Zniknięcie problemu - rola zasobów, przewartościowanie, przewartościowanie czego?
  - Jaki sens został nadany problemowi? Jaką pozytywną funkcję można było mu przypisać?
  - Jakie to miało następstwa?
10. **Rezultaty** opisanego procesu terapeutycznego:
  - Jakie zmiany u siebie zauważa klient? Jak je tłumaczy?
  - Jakie zmiany zauważa u klienta terapeuta? Jak je tłumaczy?
11. Jak przebiegało **zakończenie** procesu terapeutycznego?
12. **Rola superwizji** w przebiegu rozmów terapeutycznych i własna refleksja procesu terapeutycznego. Czy była to terapia, towarzyszenie w rozwoju czy wspieranie?
13. Jaka **metafora** byłaby dobrym obrazem dla opisanego procesu terapeutycznego?
14. Uzasadnienie wyboru tego konkretnego przypadku terapeutycznego – refleksje terapeuty.

Powyższe wskazówki są inspiracją, a nie wymogiem.

Opracował: zespół WTTTS pod kierownictwem Jerzego Jakubowskiego