

Mario Mikulincer

Psychoterapia i poradnictwo a procesy oparte na więzi

Ostatnia dekada upłynęła pod znakiem gwałtownego wzrostu zainteresowania klinicznymi zastosowaniami teorii więzi. W ramach niniejszego seminarium omówię model terapeutycznej zmiany autorstwa Johna Bowlby'ego, relację terapeutyczną i rolę terapeuty w procesie emocjonalnego leczenia. Następnie skupię się na trzech kluczowych założeniach leżących u podstaw modelu terapeutycznego Bowlby'ego. Po pierwsze, poczucie bezpieczeństwa klienta w trakcie terapii stanowi decydujący warunek postępu w pracy terapeutycznej. Po drugie, poczucie bezpieczeństwa terapeuty sprzyja osiągnięciu pozytywnych skutków w terapii. Po trzecie, lęki towarzyszące przywiązaniu mogą zostać skutecznie uśmierzone podczas terapii, a dążenie do osiągnięcia większego poczucia bezpieczeństwa towarzyszącego więziom odgrywa kluczową rolę, gdy chodzi o skuteczność terapii. Na koniec podkreślę doniosłe znaczenie tego, co Bowlby nazywa bezpiecznym schronieniem (*safe haven*) i bezpieczną bazą (*safe base*) w relacji terapeutycznej, prezentując je jako główne czynniki sprzyjające osiągnięciu terapeutycznej zmiany.