

Kraków, 22.10.2024 r.

Szanowni Państwo,

Dziękuję za możliwość spotkania na Konferencji, która odbyła się 14 października na Uniwersytecie SWPS. Osoby, które w niej nie uczestniczyły, zachęcam do obejrzenia relacji z wydarzenia.

Moim priorytetem, jako konsultanta krajowego w dziedzinie psychoterapii, jest dążenie, żeby dostęp do wysokiej jakości usług psychoterapeutycznych odpowiadał na rzeczywiste potrzeby społeczeństwa, a także by proces kształcenia psychoterapeutów był oparty na naukowej rzetelności. W związku z misją dbania o dobro publiczne, interes pacjentów oraz naukową integralność naszego zawodu, chciałbym się odnieść do przedstawionego na konferencji raportu.

Raport ten porusza kwestie dotyczące standardów usług psychoterapeutycznych, roli wykształcenia bazowego psychoterapeutów oraz rekomendacji związanych z efektywnością i bezpieczeństwem psychoterapii w Polsce. Autorzy raportu sugerują, że większość społeczeństwa preferuje, aby psychoterapeutami byli wyłącznie psycholodzy lub psychiatry, i podają to jako jedną z rekomendacji do rozwiązań legislacyjnych, wśród których kwestionowane jest także istnienie, a co za tym idzie potrzeba regulacji zawodu psychoterapeuty jako osobnego zawodu.

Choć wyniki raportu są interesujące, należy zachować ostrożność w wyciąganiu daleko idących wniosków. Metodologia badania opierała się na respondentach z panelu Ariadna, a pytania, według dostępnych informacji, nie przeszły recenzji eksperckiej, co sprawia, że wyniki bardziej odzwierciedlają ogólną percepcję psychoterapii w społeczeństwie, niż stanowią źródło wiedzy na temat potrzeb regulacyjnych zawodu psychoterapeuty. Tym samym, nie dają one rzetelnej podstawy do formułowania szerokich rekomendacji dotyczących regulacji prawnych. W kontekście wykształcenia bazowego warto wspomnieć, że na podstawie istniejące badania naukowe ([Wampold, Brown, 2005](#); [Chow i wsp., 2015](#); [Kraus i wsp., 2016](#)) nie wykazały bezpośredniego związku wykształcenia bazowego psychoterapeuty z efektywnością psychoterapii.

W ramach Grupy Roboczej ds. regulacji zawodu psychoterapeuty i w wielu innych zespołach ekspertów, zajmujących się regulacjami ustawowymi, dyskusje dotyczą między innymi wymagań wstępnych od uczestników szkolenia w zakresie psychoterapii (w tym ich dotychczasowego wykształcenia i jego weryfikacji), kryteriów akredytacji szkoleń, np. na podstawie naukowego ugruntowania skuteczności nauczanych metod czy technik, jak i założeń dotyczących samego przebiegu szkolenia i wymaganych form weryfikacji kompetencji. Przepisy, które finalnie nadadzą kształt pierwszej ustawie o zawodzie psychoterapeuty, będą wynikały z efektu tych dyskusji, ale także z decyzji prawników i polityków w procesie legislacyjnym. Wykształcenie bazowe jest tylko jednym z wielu aspektów, wymagających uwzględnienia.

Chciałbym podkreślić, że projekt ustawy o zawodzie psychoterapeuty i samorządzie zawodowym powinien według mnie wymagać, żeby każda osoba wykonująca ten zawód miała umiejętność prowadzenia diagnozy psychoterapeutycznej i stosowania psychoterapii jako metody

leczenia zaburzeń psychicznych. Nie wyklucza to stosowania psychoterapii u osób zdrowych, w ramach profilaktyki (pierwotnej i wtórnej), czy też u osób, u których występują czynniki ryzyka wystąpienia zaburzeń psychicznych, a także u osób doświadczających trudności w nawiązywaniu relacji, adaptacji do nowych sytuacji życiowych czy wykluczenia społecznego. Psychoterapia jest również stosowana w wypadku osób przebywających w nietypowych warunkach, np. w zakładach karnych, lub borykających się z trudnościami zawodowymi, bezrobociem czy bezdomnością, które nie spełniają kryterium objawowych zaburzeń psychicznych, lecz wymagają wsparcia w formie psychoterapii, a nie jedynie doradztwa czy wsparcia psychologicznego.

W każdym indywidualnym przypadku rozważenia wymaga rodzaj proponowanej pomocy: czy będzie to prowadzona przez psychologa psychoedukacja lub pomoc psychologiczna, nie wymagająca przygotowania do pracy w roli psychoterapeuty, czy też proces psychoterapii wymagający kompetencji psychoterapeuty, który w tym wypadku nie musi być z pierwszego wykształcenia psychologiem czy lekarzem, ale powinien przejść pełne szkolenie w zakresie psychoterapii i jego ewaluację.

W procesie wprowadzania regulacji prawnych zawodu psychoterapeuty niezwykle ważna jest współpraca ustawodawców ze stowarzyszeniami psychoterapeutów, które od lat tworzą standardy kształcenia i oceny kompetencji oraz ze środowiskiem akademickim. Kluczowe jest, żeby współpraca z uczelniami opierała się na integracji wyników badań z codzienną praktyką psychoterapeutyczną, co umożliwi zachowanie obiektywizmu i troski o pacjentów jako nadrzędnych wartości. W moim przekonaniu, naszym wspólnym celem powinno być doprowadzenie do tego, żeby podejście do zawodu psychoterapeuty nie ograniczało się do wąskich perspektyw, lecz uwzględniało długofalowe korzyści dla pacjentów i całego systemu ochrony zdrowia psychicznego.

Konieczne jest wprowadzenie ustawy, która powoła samorząd zawodowy psychoterapeutów oraz określi ich prawo do wykonywania zawodu, jako zawodu zaufania publicznego. Dzięki temu pacjenci będą mogli mieć zaufanie do kompetencji psychoterapeutów, bazując na ich szkoleniu i certyfikacji, a to zapewni większe bezpieczeństwo w procesie terapeutycznym.

Aktualnie dostęp do psychoterapii, zarówno refundowanej, jak i prywatnej, jest ograniczony. Potrzebujemy w całym systemie więcej dobrze wykształconych psychoterapeutów, stosujących metody o udokumentowanej naukowo skuteczności. Ich kompetencje będzie można dzięki ustawie sprawdzić na poziomie jednego, ogólnopolskiego rejestru. Rejestr ułatwi pacjentom dostęp do wykwalifikowanych specjalistów.

Raport prezentowany na konferencji jednoznacznie wykazał jak ważne jest edukowanie społeczeństwa na temat psychoterapii. Należy podkreślić, że psychoterapeuta to odrębny zawód, wymagający wieloletniego, dogłębnego szkolenia, a także superwizji i własnego doświadczenia procesu psychoterapii. To kluczowe elementy, które odróżniają dobrze wyszkolonych psychoterapeutów. W oparciu o aktualne badania wiemy, że kluczowe są kompetencje zawodowe, potwierdzone odbytym akredytowanym szkoleniem, certyfikatem oraz, docelowo, nadzorem samorządu zawodowego.

Integracja leczenia z badaniami naukowymi jest kluczowa dla monitorowania efektów terapii, co ma szczególne znaczenie w kontekście współistnienia u pacjentów różnych zaburzeń i wielowymiarowego podejścia do leczenia pacjentów. Potrzebne są niewątpliwie kolejne programy badawcze, pozwalające rozbudowywać wielowymiarową ocenę czynników związanych z efektywnością stosowanych metod i technik psychoterapii, także badania w warunkach naturalistycznych. Trwają prace nad wzmocnieniem współpracy w tym zakresie.

Podsumowując, regulacja zawodu psychoterapeuty musi opierać się na rzetelnych badaniach, współpracy różnych środowisk oraz trosce o dobro pacjentów. Wspólne cele – zwiększenie dostępności terapii oraz profesjonalizacja zawodu – mogą być osiągnięte dzięki współdziałaniu wszystkich stron.

Zachęcam osoby zainteresowane pracą ekspertów nad regulacjami prawnymi naszego zawodu do aktywnego udziału w spotkaniach organizowanych przez Grupę Roboczą (m.in. Q&A) oraz ekspertów z różnych dziedzin, w tym prawników, superwizorów psychoterapii oraz specjalistów w dziedzinie zdrowia psychicznego, żeby wspólnie wypracować najlepsze rozwiązania dla pacjentów i systemu ochrony zdrowia.

*dr n. med. Łukasz Müldner-Nieckowski*

*Konsultant krajowy w dziedzinie psychoterapii*