

Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu

Emocje w języku, doświadczeniu, psychoterapii

redakcja naukowa

Ewa Mojs, Grażyna Teusz, Maia Stanisławska-Kubiak

Poznań 2022

Recenzja

dr hab. Łukasz Dominik Kaczmarek, prof. UAM

Skład, łamanie i projekt okładki

Bartłomiej Wąsiel

© Copyright by Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu,
Poznań 2022

ISBN 978-83-7597-442-3

Grafika na okładce: pch.vector (Freepik)



WYDAWNICTWO NAUKOWE
UNIWERSYTETU MEDYCZNEGO
IM. KAROLA MARCINKOWSKIEGO
W POZNANIU

ul. Bukowska 70, 60-812 Poznań
www.wydawnictwo.ump.edu.pl

Ark. wyd. 15,8. Ark. druk. 16,0.
Format B5. Zam. 125/2022.
Przekazano do druku w grudniu 2022.

Spis treści

Wstęp	5
1 Ewa Mojs, Grażyna Teusz, Mikołaj Żarłak Kontrowersje wokół mózgowej organizacji emocji	7
2 Agnieszka Słopeń Emocje a rozwój zaburzeń psychicznych dzieci i młodzieży	21
3 Natalia Wojcyszyn, Julita Łukaszewska, Stanisław Rogiński, Karolina Grzesiak, Alicja Osowska, Szymon Stupnicki, Maia Stanisławska-Kubiak Emocje a osoby zmagające się z chorobami psychosomatycznymi – przyczyny i wskaźniki podatności na zachorowania oraz sposoby terapii	28
4 Grażyna Teusz W świecie emocji. Interwencja systemowa w rodzinie	54
5 Małgorzata Talarczyk Moc słowa w terapii narracyjnej i każdej innej	65
6 Katarzyna Poniatowska-Leszczyńska, Iwona Palicka Lęk w zaburzeniach neurorozwojowych i patologii osobowości	76
7 Maria Izbaner, Magdalena Maria Warzocha, Aleksandra Jasielska, Tomasz Pasikowski, Michał Ziarko Poznawcza reprezentacja choroby a poziom depresji wśród pacjentów z cukrzycą typu I. Mediująca rola akceptacji choroby	101
8 Mikołaj M. Żarłak, Piotr Mrozek, Szymon Blida, Adriana Bacińska, Dominik Dombrowski, Filip Nowak, Jakub Wiertelak, Ewa Mojs Depresja	122

- 9 Michał Sieński, Michał Ziarko
**Umysł w sytuacji doświadczenia wydarzenia
traumatycznego. Obronna rola dysocjacji 131**
- 10 Patrycja Rusin, Zuzanna Majchrzak, Monika Sokołowska,
Maksymilian Siwiński, Przemysław Szejn, Jan Mojs,
Maia Stanisławska-Kubiak
Trauma w doświadczeniu i terapii 145
- 11 Teresa Matthews-Brzozowska
Emocje w dentystyce, psychoterapia dziecka 168
- 12 Wojciech Strzelecki
**Muzyka i emocje, czyli zastosowanie muzykoterapii
w pracy z osobami z trudnościami emocjonalnymi 174**
- 13 Aleksandra Jasielska, Zuzanna Pelczyńska,
Daria Waligórska, Mikołaj Wieczór
Terapia schematów emocjonalnych Roberta L. Leahy’ego . . 185
- 14 Iwona Celina Bujek-Kubas, Katarzyna Głodowska,
Maia Kubiak, Ewa Mojs, Bartosz Grobelny, Urszula Szybowicz
**Doświadczenie emocjonalne a satysfakcja z pracy
pielęgniarek w Polsce i Holandii w czasie pandemii 200**

Wstęp

Proces terapeutyczny obejmuje wiele różnych typów zjawisk afektywnych, dlatego tak ważne jest, aby zająć się „emocjami” w psychoterapii. Widać wyraźny wzrost wagi, jaką przywiązuje się do oceny doświadczania emocjonalnego, procesów fizjologicznych i obserwowalnych zachowań w różnych paradygmatach terapeutycznych, jak i sytuacjach klinicznych. Emocje w psychoterapii nadal pozostają nie do końca rozpoznane, procesy i czynniki terapeutyczne prowadzące do lepszej regulacji emocjonalnej dopiero powstają i wymagają systematycznej eksploracji. Uważa się, że niektóre procesy, takie jak doświadczanie głębokiego afektu w terapii, refleksja nad emocjami, rozumienie etiologii emocji i wykorzystywanie emocji pozytywnych do radzenia sobie z emocjami negatywnymi, prowadzą do pozytywnych zmian.

Refleksja nad emocjami, która obejmuje nadawanie znaczenia zdarzeniom, pomaga osiągnąć alternatywną narrację. Znalezienie słów dla emocji pomaga przeformułować emocje w świadome doświadczenie. Świadomość emocji oraz ich pobudzenie i reorganizacja zostały uznawane za możliwe dla zmiany psychoterapeutycznej w wielu podejściach terapeutycznych. W poszczególnych paradygmatach praca z emocjami wykorzystywana jest jako szansa na zmianę. Przetwarzanie emocjonalne w podejściach kognitywnych, wzbudzanie lęku przez stymulację wyobraźniową w podejściach behawioralnych, wgląd emocjonalny w podejściach psychodynamicznych, zwiększona głębia doświadczania w podejściach empirycznych, komunikowanie uczuć w podejściach interakcyjnych to tylko niektóre aspekty pracy z emocjami, które są postrzegane jako ważne w każdej perspektywie.

W tej książce badacze i terapeuci wskazali różne sposoby myślenia i interweniowania w kontekście zaburzeń, depresji, traumy, a nawet co robić na fotelu u dentysty. W książce omówiono różne procesy związane z emocjami poczynając od ich mózgowej organizacji, wpływu czy znaczenia emocji na pojawiające się zaburzenia psychiczne i somatyczne. A także zasady interwencji ukierunkowanej na emocje, które pomagają uzyskać dostęp do emocji i pomóc je poukładać od koncepcji rozwojowych, poznawczych, systemowych,

narracyjnych po muzykoterapię. Mamy dużą nadzieję, że lektura książki da Czytelnikom oprócz wiedzy teoretycznej oraz zwiększonej precyzji w ocenie funkcjonowania afektywnego w terapii, również dokładniejsze rozumienia różnych procesów emocjonalnych w kontekście przeżywanych trudności i pozwoli na bardziej efektywne badanie roli emocji w podejmowaniu zmian terapeutycznych.

Celem autorów książki było ukazanie, jak ważna jest refleksja dotycząca przeżywanych emocji i ich konsekwencji dla terapeutów i ich pacjentów.

Ewa Mojs, Grażyna Teusz, Maia Stanisławska-Kubiak