

Dlaczego psychoterapia integratywna, a nie integracyjna, integralna czy zintegrowana

Przekład z jednego języka na inny służy przeniesieniu, możliwie wiernemu, znaczenia słowa z jednej kultury do innej. Musi zatem brać pod uwagę istniejący już dyskurs, system znaczeń, konotacje etc. W takim podejściu zasadniczym jest kryterium funkcjonalności – bycie dobrze zrozumianym.

W Polskim Instytucie Psychoterapii Integratywnej, gdzie od lat do polskiej psychoterapii wprowadzany jest dorobek psychoterapii światowej, przywiązujemy dużą wagę do języka, jakim posługują się psychoterapeuci. Dlatego staramy się stosować wspomniany wyżej model przekładu z języków obcych. Tak więc każda nasza forma tłumaczenia terminów obcojęzycznych jest poprzedzona wnikliwą analizą językową i odnoszona jest do funkcjonującego piśmiennictwa. Ponieważ nieprzypadkowo psychoterapia nazywana jest *talking cure*, czyli leczeniem mówieniem i język odgrywa w niej zasadniczą rolę.

Innym sposobem postępowania z terminologią zaczerpniętą z innych języków jest podejście preskrytywistyczne, czy zgoła puryzm językowy. Gdy w Polsce pojawiła się *integrative psychotherapy*, w naszym języku funkcjonowała już obszerna pragmatyka związana z różnymi formami spolszczenia słowa *integrative*.

1. Integracyjny

Integrative psychotherapy można by mechanicznie tłumaczyć jako „integracyjną”. Zobaczmy więc, jakie znaczenia w polskiej pragmatyce językowej niesie słowo „integracyjny”.

Integracyjny taniec – taniec, w którym co najmniej jeden z partnerów jest na wózku. *Integracyjny klub sportowy* „swoje działania kieruje zarówno do osób pełnosprawnych, jak i na wózkach i po amputacjach”. W systemie oświaty funkcjonują od wielu lat *oddziały integracyjne* mające „maksymalnie włączać dzieci z odchyleniami od normy do szkół masowych i innych placówek”. I tak *integracyjne kształcenie w przedszkolu* „zapewnia kształcenie specjalne, zajęcia rewalidacyjne, zaspokojenie potrzeb edukacyjnych etc”.

W praktyce korporacji tradycją są *wyjazdy integracyjne*, gdzie organizatorzy zapewniają „wzmacnianie więzi, poprawę komunikacji, wzrost kreatywności, motywacji do pracy, odreagowanie po zmianach w organizacji”, a dochodzi do tego poprzez podejmowanie niecodziennych aktywności i sportów (np. wspinaczki czy paintballu), szkolenia i wspólne spożywanie pokarmów i napojów, trwające niekiedy nieprzerwanie kilka dni. Potoczna wiedza uzupełnia oficjalny obraz *wyjazdów integracyjnych* o nadużywanie substancji psychoaktywnych czy nasiloną realizację impulsów popędowych.

Słowo „integracyjny” w polskim uzusie językowym wskazuje więc dwie ważne społecznie idee:

1. łączenia aktywności i życia osób po wypadkach, upośledzonych, o obniżonej sprawności z osobami pełnosprawnymi,
2. wspólnych wyjazdów pracowników firmy, gdzie dzięki rozluźnieniu codziennych sztywnych reguł, poprzez gry, zabawę, ucztowanie, dochodzi do integracji pomiędzy uczestnikami, na płaszczyźnie nie tylko intelektualnej lub towarzyskiej, ale często też fizycznej czy intymnej.

Z pewnością istnieją odmiany psychoterapii reprezentujące obie/ wszystkie powyższe jakości i nazwanie *integracyjnymi* ma komunikować te właśnie wartości. Psychoterapia integratywna nie neguje tych wartości, ale jej osią semantyczną jest coś innego.

O *integratywności* psychoterapii przesądza takie łączenie istniejących kierunków, konstruktów czy idei obecnych w psychoterapii i innych dyscyplinach wiedzy, którego rezultat jest czymś więcej niż sumą komponent początkowych. A jest więcej niż sumą, bo daje lepsze możliwości opisu, wyjaśniania, prognozowania, bądź leczenia.

2. Integralny

Integralny oznacza „całkowity, nienaruszony”. Stąd np. pochodzi określenie „integrystyczny” w odniesieniu do kościołów. *Integralną* nazwana została psychoterapia rozwinięta przez Kena Wilbera zogniskowana wokół idei rozwoju świadomości w różnych jej aspektach.

W innej terapii obecnej w Polsce definiującej się jako *integralna*, „źródłem zdrowia i choroby” ma być świadomość. Ma ona zarazem pozostawać „jedynym celem terapii”. Mamy tu więc tożsamość celu terapii oraz czynnika patogenego. Osoba korzystająca z terapii ma zaś podejmować odpowiedzialność za siebie nie z poczucia powinności, lecz z poczucia wolności.

Użycie terminu *integralna* w odniesieniu do psychoterapii mogłoby być rozumiane albo jako terapia Kena Wilbera, albo psychoterapia fundamentalistyczna, albo psychoterapia, która pozostaje nienaruszona i nie podlega zmianom, lub terapia, gdzie centralnym jest konstrukt świadomości, a atrybutem zdrowia psychicznego ma być odrzucenie poczucia powinności jako motywu postępowania i zastąpienie go poczuciem wolności.

Żadne z tych znaczeń nie oddaje znaczenia terminu „integrative”, jakkolwiek pojęcie świadomości w wielu modelach *psychoterapii integratywnej* pełni istotną rolę, choćby w Cyclical Psychodynamics, psychodynamicznej czy DBT.

3. Psychoterapia zintegrowana

W ostatnich latach wiele programów szkoleniowych atestowanych przez Polskie Towarzystwo Psychiatryczne prezentowanych jest jako *psychoterapia zintegrowana*. Analiza ich zawartości i standardów szkoleniowych SNP PTP wskazuje, że termin ten używany jest jako synonim pojęcia „psychoterapia eklektyczna”, czyli oznacza arbitralnie dobrane elementy różnych modalności psychoterapeutycznych, których jednakże nie łączy jednolity model teoretyczny lecz to, że jeden program szkoleniowy jest realizowany przez nauczycieli z różnych modalności.

W wielu modelach *psychoterapii integratywnej* element asymilowania technik z różnych modalności jest obecny, ale tym, co różni psychoterapię integratywną od eklektycznej, jest opieranie praktyki psychoterapeutycznej na spójnym modelu teoretycznym zawierającym m.in. takie komponenty jak rozwój zdrowej osobowości, mechanizmy i czynniki powodujące patologię, czynniki leczące i cele psychoterapii.

Podsumowując: istnieją są rozmaite formy i znaczenia *integratywności*, *integracji*, *integralności* i *zintegrowania*, a ich stosowanie lub niestosowanie opiera się na tym, co cenią ci, którzy je stosują.