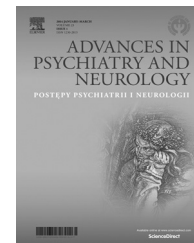


Dostępne online www.sciencedirect.com**ScienceDirect**journal homepage: www.elsevier.com/locate/pin

Artykuł redakcyjny/Editorial Problemy terapii behawioralnej, część I/Problems of behavioral therapy, part I

Od redaktora cyklu



Terapia behawioralna jest jedną z najskuteczniejszych, a jednocześnie – paradoksalnie – najmniej znanych i rzadko stosowanych, zwłaszcza w naszym kraju, form psychoterapii. I choć setki, jeśli nie tysiące, badań empirycznych dowiodły skuteczności technik terapii behawioralnej w przypadku różnorodnych zaburzeń psychicznych, zachowania i somatycznych, w naszym kraju nadal dominuje terapia psychodynamiczna, mimo że trudno znaleźć przekonujące dowody empiryczne na jej skuteczność. Terapię behawioralną traktuje się w najlepszym razie jako część historii psychologii, choć w rzeczywistości stanowi ona dynamicznie rozwijający się kierunek psychoterapii (obecnie mamy już do czynienia z jej trzecią falą), część równie dynamicznie rozwijającej się dyscypliny naukowej – stosowanej analizy zachowania (która w Polsce traktowana jest wręcz jako synonim terapii behawioralnej), a przede wszystkim dostarcza skutecznych technik pomocy ludziom cierpiącym z powodu różnorodnych problemów zdrowotnych. O tym, że tak właśnie jest, można się przekonać z lektury artykułów należących do cyklu „Problemy terapii behawioralnej”, którego publikację rozpoczynamy w niniejszym numerze „Postępów Psychiatrii i Neurologii”. W tym zeszy-cie prezentujemy cztery prace.

Przemysław Bąbel i Anna M. Ziółkowska przedstawiają techniki terapii behawioralnej zaburzeń lękowych i proponują ich klasyfikację (*Terapia behawioralna zaburzeń lękowych*, s. 3–9). Anna M. Ziółkowska, Sławomir Trusz i Przemysław Bąbel przedstawiają techniki terapii behawioralnej bólu przewlekłego oraz dokonują przeglądu wyników metaanaliz badań mających na celu ocenę ich skuteczności (*Techniki terapii behawioralnej bólu przewlekłego i ich skuteczność w świetle wyników metaanaliz*, s. 10–16). Oba artykuły poglądowe pozwalają zapoznać się ze specyfiką terapii behawioralnej, behawioralnym ujęciem przyczyn zaburzeń psychicznych i zaburzeń zachowania, a przede wszystkim pokazują, że każda z technik terapii behawioralnej wykorzystuje podstawowe prawa uczenia się. Monika Zielińska i Monika Szmidt

przedstawiają wyniki własnych badań nad skutecznością jednej z najbardziej znanych technik terapii behawioralnej – time-out w redukcji zachowań stereotypowych (*Zastosowanie procedury time-out w redukcji zachowań stereotypowych*, s. 25–31). Artykuł stanowi jednocześnie ilustrację specyficznej – dla stosowanej analizy zachowania – metodologii badań, tj. jednopodmiotowych schematów eksperymentalnych. Z kolei Joanna Dudek-Głąbicka, Paweł Ostaszewski, Wojciech Białaszek i Stanisław Malicki prezentują wyniki własnych badań nad elastycznością poznawczą, spostrzeganą stygmatyzacją i satysfakcją z życia u osób chorych na padaczkę (*Związek elastyczności psychologicznej i spostrzeganej stygmatyzacji z satysfakcją z życia osób chorych na padaczkę: perspektywa terapii akceptacji i zaangażowania (ACT)*, s. 17–24). Artykuł prezentuje jeden z najnowszych kierunków psychoterapeutycznych, należących do tzw. trzeciej fali terapii behawioralnej – terapię akceptacji i zaangażowania. Autorzy wykazują, że może się ona okazać pomocna w poprawieniu jakości życia osób z padaczką, m.in. poprzez kształtowanie psychologicznej elastyczności.

Mam nadzieję, że artykuły te przyczynią się do rozwoju wiedzy na temat terapii behawioralnej w naszym kraju, zmiany postaw wobec wywodzących się z niej technik, a przede wszystkim do szerszego wykorzystywania ich w praktyce. Skorzystają na tym przede wszystkim pacjenci.

Przemysław Bąbel

Adres email: przemyslaw.babel@uj.edu.pl (P. Bąbel)

Otrzymano: 10.04.2014

Zaakceptowano: 11.04.2014

<http://dx.doi.org/10.1016/j.pin.2014.04.006>
1230-2813/

© 2014 Institute of Psychiatry and Neurology. Published by Elsevier Urban & Partner Sp. z o.o. All rights reserved.