

**Jacek Ozimek**

Pomorska Szkoła Wyższa w Starogardzie Gdańskim

ORCID: 0000-0002-6568-2933

## **Potencjalności i konflikty wewnętrzne w perspektywie transkulturowej psychoterapii pozytywnej Nossrata Peseschkiana. Kontekst poradniczy**

W artykule przedstawiono założenia transkulturowej psychoterapii pozytywnej. Przyjęto zasadę, że głównym obszarem rozważań będą po pierwsze, potencjalności interpretowane jako możliwości i zdolności człowieka, po drugie, konflikty intrapsychiczne wynikające z procesu różnicowania potencjalności aktywnych. Omówiono dokonania i wybrane prace teoretyczno-badawcze Nossrata Peseschkiana dotyczące procesu tworzenia się konfliktów wewnętrznych. Zwrócono uwagę na ważne zadanie procesu terapeutycznego, którym w zamyśle Nossrata Peseschkiana jest aktywizacja indywidualnych, społecznych i rodzinnych zasobów. Wskazano na elementy procesu terapeutycznego, którym są: Model Równowagi, język terapii, a także wykorzystywanie metafor, przysłów ludowych, przypowieści czy alegorii. Zwrócono uwagę na fakt, że w koncepcji twórcy transkulturowej psychoterapii pozytywnej współczesny proces oddziaływań terapeutycznych wpisują się winien w szeroko pojęty kontekst kulturowy. Podjęto również próbę ukazania możliwości wykorzystania elementów transkulturowej psychoterapii pozytywnej w procesie poradniczym.

**Słowa kluczowe:** potencjalności, konflikty wewnętrzne, psychoterapia, poradnictwo, terapia

### **Wprowadzenie**

Transkulturowa psychoterapia pozytywna jest stosunkowo nowym nurtem psychoterapii, który powstał w Niemczech w roku 1968, gdzie zyskał akredytację. Organizowano intensywne szkolenia prezentujące formy i metody pracy z pacjentem. Pierwotnie uczestniczyli w nich wyłącznie lekarze. Z czasem do tego grona dołączyli również psychologowie i pedagodzy. Od 1994 roku Europejskie Stowarzyszenie Psychoterapii uznało tę formę wsparcia za niezależną i skuteczną metodę

pomocy terapeutycznej. W chwili obecnej transkulturowa psychoterapia pozytywna jest nurtem terapeutycznym uznawanym przez wiele światowych i europejskich organizacji zrzeszających główne szkoły psychoterapii (Ciesielski, 2015).

Nossrat Peseschkian – twórca nurtu – wprowadza na grunt psychoterapii interesującą koncepcję potencjalności, którą ujmuje jako możliwości, a także zdolności człowieka aktywizowane i rozwijane w ciągu życia. I chociaż pojęcie „potencjalność” na gruncie nauk humanistycznych i społecznych jest nauce znane od dawna (Rzechowska, 1996; Rzechowska, 2004), to jednak w koncepcji transkulturowej psychoterapii pozytywnej uzyskuje ono nową wartość.

Stały wzrost jakości życia, możliwości rozwoju społecznego i kulturowego społeczeństw, coraz większe społeczne poczucie wolności i realizacja jednostkowych potrzeb wymuszają niejako wzrost zapotrzebowania na szeroko pojęte działania poradnicze (Kargulowa, 2007; Bilon, 2010) i terapeutyczne. Należy zatem przyjąć, że propozycja Nossrata Peseschkiana odnosząca się do postrzegania przez człowieka własnych zasobów, aktywizowanie indywidualnych potencjalności jako istotnych wartości w drodze do samopoznania, może i powinna być skutecznie wykorzystywana przez osoby zajmujące się poradnictwem, czy też różnymi formami działań terapeutycznych.

W artykule przedstawię życie i aktywność Nossrata Peseschkiana. Omówię założenia transkulturowej psychoterapii pozytywnej, a także dokonam odniesień do dwóch ważnych konstruktów, którymi są potencjalności i konflikty wewnętrzne. Podejmę też próbę wskazania tych elementów, które mogą znacząco wzbogacić proces poradnictwa i terapii.

### **Życie i działalność Nossrata Peseschkiana**

Twórcą powstałej w połowie lat sześćdziesiątych XX wieku transkulturowej psychoterapii pozytywnej jest urodzony w Iranie Nossrat Peseschkian (1933–2010). W roku 1954 wyemigrował do Niemiec i osiadł w Wiesbaden. Podjął studia medyczne i psychologiczne, uzyskując specjalizację z psychiatrii i neurologii. Uczestniczył w szkoleniach dotyczących psychoterapii. Interesował go szczególnie aspekt humanistyczny i psychodynamiczny w psychologii i psychoterapii. Istotnym czynnikiem, który z pewnością wpłynął na krystalizację jego poglądów na temat metod, form i celów psychoterapii, były osobiste spotkania z wybitnymi przedstawicielami psychiatrii i psychoterapii, m.in. z Viktorem Franklem czy Jacobem L. Moreno.

W latach siedemdziesiątych XX wieku Peseschkian przeprowadził szereg wykładów i seminariów dla lekarzy, psychoterapeutów i psychologów, podczas których prezentował swoją wizję psychoterapii. Szkolenia te uzyskały zgodę władz medycznych Hesji, zostały uznane za specjalistyczne szkolenia psychoterapeutyczne. W tym czasie powstało jego opracowanie, które opisuje metodę psychoterapii pozytywnej, integrującej podejście humanistyczne i psychodynamiczne

oraz uwzględniające w procesie terapii wpływające na biografię pacjenta czynniki społeczno-kulturowe i międzykulturowe (Peseschkian, 1977). Opracowanie, o którym mowa, nosiło pierwotnie tytuł *Analiza różnicowa*. Jak wspominał sam autor, wydawca stwierdził, że taki tytuł jest trudny do zrozumienia, a sprzedaż podręcznika w takim wypadku może być kłopotliwa. Dokonano zatem zamiany na tytuł *Psychoterapia pozytywna*. Peseschkian używał również określenia „psychoterapia transkulturowa” (Peseschkian, 1977). W latach siedemdziesiątych i osiemdziesiątych XX wieku ukazały się ważne dla tego nurtu psychoterapii opracowania, których autorem jest Nossrat Peseschkian. Pierwsze, pt. *Positive Psychotherapy of Everyday Life* (pierwsze wydanie w roku 1974), przedstawiało propozycję przyjęcia w psychoterapii transkulturowej perspektywy płynącej z mądrości przysłów i metafor, wskazywało na pozytywny aspekt doświadczanych konfliktów i cierpień. W tym opracowaniu omówione zostały również konflikty w związkach partnerskich z jednoczesnym wskazaniem na możliwe działania pozwalające sobie z tymi problemami skutecznie radzić (Peseschkian, 1974; Peseschkian, 2016). W roku 1979 ukazała się niemiecka wersja *Opowieści orientalnych*. W książce tej Nossrat Peseschkian zebrał i opracował zestaw historii, zabawnych przypowieści, opowieści alegorycznych o wschodniej proweniencji. Autor połączył mądrość i intuicję wpisaną w kulturę Wschodu z racjonalnością Zachodu (Ciesielski, 2015). Podkreślił także wagę mądrości płynącej z odczytywania sensów opowieści, ukrytych metafor czy alegorycznych przypowieści, wskazał też na ich terapeutyczny wymiar.

W latach osiemdziesiątych XX wieku powstało pierwsze narzędzie badawcze wykorzystywane w procesie psychoterapii. Jest nim opublikowany przez Nossrata Peseschkiana we współpracy z synem Hamidem Peseschkianem i Hansem Deidenbachem *Wiesbaden Inventory for Positive Psychotherapy and Family Therapy* (WIPPF). Wydana została również ważna dla środowiska terapeutów pozytywnych publikacja *Positive Family Therapy*. W Polsce opracowanie to pt. *Pozytywna terapia rodzin. Rodzina w roli terapeuty*, w tłumaczeniu Romana Ciesielskiego, ukazało się w roku 2015.

W wydanej w 1992 roku pracy pt. *Psychosomatik und positive Psychotherapie* omówione zostały możliwości terapeutyczne transkulturowej psychoterapii pozytywnej, a szczegółowej analizie poddano około 40 różnych przypadków zaburzeń psychicznych.

W latach 1995–1997 grupa badaczy, a w tym gronie Nossrat Peseschkian, przeprowadziła analizę skuteczności transkulturowej psychoterapii pozytywnej. Opracowanie pt. *Positive psychotherapy: Effectiveness of an interdisciplinary approach* zostało opublikowane w roku 1999. Potwierdzono w nim wysoką efektywność tej metody terapeutycznej (Tritt, Loew, Meyer, Werner, & Peseschkian, 1999).

W roku 2005 Nossrat Peseschkian wraz z żoną założył Fundację Peseschkiana – Międzynarodową Akademię Psychoterapii Pozytywnej i Transkulturowej (IAPP). Zadaniem tego ośrodka stało się promowanie idei psychoterapii pozytywnej i transkulturowej w świecie. W informacji o celach fundacji zapisano: „Poświęciliśmy się międzynarodowemu kształceniu psychologów, lekarzy i pedagogów

w sposób szczególnie, w którym ważną rolę odgrywa edukacja i terapia dzieci i młodzieży” (<https://en.peseschkian-stiftung.de/foundation-info>, pobrano 02.11.2022; tłumaczenie J.O.).

W roku 2016, już po śmierci Nossrata Peseschkiana, do nazwy Światowego Stowarzyszenia Psychoterapii Pozytywnej dodano zwrot „transkulturowy”. Od tej chwili pełna nazwa tej organizacji to: *World Association for Positive and Transcultural Psychotherapy* (WAPP).

W wielu krajach zaczęły powstawać ośrodki szerzące idee transkulturowej psychoterapii pozytywnej, a w tym m.in. ośrodki w Niemczech, Bułgarii, Rumunii, Ukrainie i innych krajach. Również w Polsce działalność rozpoczęły ośrodki propagujące myśl Nossrata Peseschkiana. Są to: Wrocławski Instytut Psychoterapii, Polskie Centrum Psychoterapii Pozytywnej i Transkulturowej we Wrocławiu, Leszczyńskie Centrum Psychoterapii Pozytywnej i Transkulturowej w Lesznie.

Nossrat Peseschkian stworzył 26 opracowań dotyczących transkulturowej psychoterapii pozytywnej, a niektóre zostały przetłumaczone na ponad 20 języków. Zmarł w roku 2010, a jego dzieło podjął syn dr Hamid Peseschkian, który został dyrektorem Akademii Psychoterapii w Wiesbaden oraz prezesem *World Association for Positive and Transcultural Psychotherapy* (WAPP).

W chwili obecnej transkulturowa psychoterapia pozytywna jako niezależny i skuteczny nurt psychoterapii jest rekomendowana do prowadzenia działań terapeutycznych i szkoleniowych przez Międzynarodową Federację Psychoterapii (IFP), a także Europejskie Stowarzyszenie Psychoterapii. Posiada też akredytację *World Certificate for Psychotherapy* (WCPC) i jest reprezentowana w Światowej Radzie dla Psychoterapii (WCP) (Ciesielski, 2015, s. 9).

## Założenia transkulturowej psychoterapii pozytywnej<sup>1</sup>

Przy próbie opisanego założenia transkulturowej psychoterapii pozytywnej rodzą się pytania o to, czym jest transkulturowa psychoterapia pozytywna, co warunkuje poczucie zadowolenia, jaką wizję świata propaguje. Oczywiście pytań tych może być znacznie więcej. Zatem – czym jest transkulturowa psychoterapia pozytywna w zamysle jej twórcy?

Nossrat Peseschkian studiując w Niemczech, swoją edukację rozpoczął od psychoanalizy. Szkolił się również u przedstawicieli innych nurtów psychoterapii, którymi byli: Viktor Frankl, Jacob L. Moreno, Heinrich Meng, Raymond Battegay, Gaetano Benedetti. Zaskoczyło go to, że istniejące nurty psychoterapii nie stanowią jednego spójnego systemu pomocy. Odkrył, że każda ze szkół psychoterapii stanowiła zamknięty, odrębny zakres form i metod wsparcia. Jednak w żadnej z nich nie brano pod uwagę specyfiki zaburzenia czy rzeczywistych potrzeb i możliwości

<sup>1</sup> Używa się również terminu „psychoterapia pozytywna i transkulturowa” (PPT).

pacjenta<sup>2</sup>. Brakowało mu takiej formy pomocy terapeutycznej, która byłaby najlepsza dla pacjenta, a jednocześnie integrowałaby różne podejścia psychoterapeutyczne. Chodziło o stworzenie takiego systemu wsparcia, który byłby otwarty na inne metody i formy terapii, ponieważ wiele spośród zaburzeń wymaga stosowania strategii różnych nurtów psychoterapii: humanistycznego, psychodynamicznego, behawioralnego i in. Zintegrowanie tych nurtów w procesie wsparcia pacjenta było ważnym postulatem Nossrata Peseschkiana, ponieważ mogło wpłynąć na większą skuteczność działań pomocowych. Twórca transkulturowej psychoterapii pozytywnej zauważył również, że istotnym problemem był hermetyczny język, który dla wielu pacjentów psychoterapii był zwyczajnie niezrozumiały. Pojawił się postulat o jasność i prostotę przekazu.

Nossrat Peseschkian realizował zatem swoją wizję psychoterapii integrującej: humanistyczną wizję człowieka, psychodynamiczne rozumienie rozwoju konfliktów wewnętrznych (podejście psychoanalityczne), systemową refleksję odnoszącą się do transkulturowości, poznawczo-behawioralną strukturę procesu terapii, myślenie strategiczne (zindywidualizowaną strukturę terapii), w którego zakres wpisany jest oparty na zasobach i celu kilkietapowy proces wsparcia (Remmers, 2020). W tym założeniu język powinien być na tyle prosty, by pacjent, po zakończeniu terapii, nie potrzebował psychoterapeuty w radzeniu sobie z doświadczanymi problemami. Powstała tu interesująca przestrzeń samopomocy, którą postulował Nossrat Peseschkian (Peseschkian, 1977) zgodnie z zasadą: *człowieka trzeba nauczyć, jak łowić ryby, nie zaś dawać mu ryby*.

Obserwacja funkcjonowania przedstawicieli innych kultur, czego Peseschkian doświadczył w dzieciństwie, a także późniejsze liczne kontakty zagraniczne, realizowane wieloletnie badania, ugruntowały jego pogląd na temat wagi czynnika kulturowego w procesie rozwoju potencjalności. Dostrzegł bowiem wartości kulturowo wspólne dla wszystkich ludzi, ale też te, które są czynnikami wskazującymi na istotne odmienności, co w dobie powszechnej globalizacji wydaje się szczególnie ciekawe. W zetknięciu przedstawicieli różnych środowisk społeczno-kulturowych następuje wzajemna asymilacja określonych zachowań i postaw.

Osadzenie społeczno-kulturowe jest również tym czynnikiem, który warunkuje przyjmowane postawy i przekonania człowieka, staje się istotnym elementem poznania źródła doświadczanych problemów. Miejsce pochodzenia, wzorce rodzinne, międzypokoleniowy przekaz i czas życia wpływają na sposób myślenia, system egzystencjalnego wartościowania, a w konsekwencji na przyjmowane postawy wobec doświadczanych problemów. Wskazuje na to Roman Ciesielski (2015, s. 5), który w opracowaniu poświęconym transkulturowej psychoterapii pozytywnej stwierdza:

profesor Nossrat Peseschkian z urodzenia Pers, zamieszkały do momentu śmierci w Niemczech przypomina nam, że kultura warunkuje nasz system myślenia i wartościowania. Tym samym rozumiejąc lepiej kontekst społeczno-kulturowy,

<sup>2</sup> Patrzący wywiad z Arno Remmersem (<https://www.youtube.com/watch?v=WtQ0N5JRFis>).

z którego wywodzą się nasi pacjenci, odkrywamy źródła ich cierpienia oraz znajdujemy bardziej adekwatne formy pomocy psychologicznej.

Nossrat Peseschkian proponował holistyczną wizję świata. Istotne dla tej koncepcji jest założenie, że człowiek – jako wewnętrznie zintegrowany system wartości i przekonań – jest częścią wszechświata. Zatem strona fizyczna, umysłowa, społeczna i duchowa człowieka są ze sobą powiązane i stanowią całość. Można to zobrazować w następujący sposób: to co oddziałuje na ciało, oddziałuje również na umysł. Nawiązaniem do tej koncepcji jest opracowany przez Nossrata Peseschkiana Model Równowagi (*Balance Model*), który jest prostym narzędziem pozwalającym na obserwację poziomu wewnętrznej harmonii, rozkładu energii, zaangażowania w czterech ważnych obszarach życia człowieka<sup>3</sup>. Narzędzie to pozwala również na docieranie do źródeł konfliktów wewnętrznych, służy ustaleniu i sklasyfikowaniu ważnych diagnostycznie objawów, ocenie reakcji człowieka na sytuację trudną, a także zwraca uwagę na jego zasoby (Ciesielski, 2015, s. 18–19; Ciesielski, 2016b).

W transkulturowej psychoterapii pozytywnej ważne jest odniesienie do określenia „pozytywny”. W koncepcji Nossrata Peseschkiana zwrot ten wiąże się z pojęciem *positum*, co oznacza: *to co człowiek posiada, to co jest rzeczywiste* (Peseschkian, 1977; Ciesielski, 2015). W praktyce terapeutycznej należy przyjąć, że człowiek nie się ze sobą nie tylko objawy zaburzeń i problemów, ale także możliwości i zdolności o różnym potencjale aktywności, które pozwalają na funkcjonowanie, pomimo doświadczanych trudności. Interesująca jest tu ustalona przez Nossrata Peseschkiana teoria mikrotraum, czy konfliktów wewnętrznych w odniesieniu do idei potencjalności, co jest nawiązaniem do ważnej w tym nurcie psychoterapii teorii salutogenezy<sup>4</sup>.

Transkulturowa psychoterapia pozytywna, w założeniach, jakie nadał jej Nossrat Peseschkian, przyjmuje zatem: zintegrowany system terapeutyczny, refleksyjność wynikającą z transkulturowości, zindywidualizowanie działań terapeutycznych, odniesienia do zdolności i możliwości człowieka, jak również holistyczną wizję świata oraz dążenie do wewnętrznej równowagi jako czynnika warunkującego zadowolenie i zdrowie.

## Potencjalności wg Nossrata Peseschkiana

Istotnym dokonaniem Nossrata Peseschkiana, tym, co fascynuje wielu terapeutów, jest jego koncepcja potencjalności. W anglojęzycznych opracowaniach poświęconych transkulturowej psychoterapii pozytywnej na określenie tego konstruktu używa się zwrotów: *capabilities* lub *capacities*. W polskim tłumaczeniu zwroty te w pełni oddają istotę potencjalności, są to bowiem określone *możliwości* i *zdolności*

<sup>3</sup> 1. Ciało /zmysł; 2. Działania/Osiągnięcia; 3. Kontakt; 4. Przyszłość (za: Ciesielski, 2015, s. 18).

<sup>4</sup> Model Aarona Antonovskiego, w którym położony jest nacisk na zachowanie zdrowia, nie zaś na leczenie choroby. Utrzymanie równowagi/zdrowia zależy od posiadanych zasobów, nabytych wzorców zachowań w danej sytuacji. Jest przeciwieństwem modelu patogenicznego.

człowieka nabywane w ciągu życia. To kolejne ważne odkrycie Nossrata Peseschkiana – zwrócenie uwagi na fakt, że potencjalności wskazują na możliwości, nie zaś ograniczenia rozwoju. Czym zatem są potencjalności? Najkrócej rzecz ujmując są to możliwości i zdolności, które w kolejnych etapach życia stają się wewnętrznymi mechanizmami i normami decydującymi o sposobie funkcjonowania człowieka, o interpretacji zdarzeń z życia, dostrzegania wartości i ograniczeń, a także kreacji wewnętrznych konfliktów (Ciesielski, 2015; Ciesielski, 2016a). Do ich aktywizacji potrzebny jest określony kontekst społeczny.

By dobrze zrozumieć istotę potencjalności, można sobie wyobrazić orkiestrę symfoniczną wykonującą określony utwór muzyczny. Zauważamy, że tym, co sprawia przyjemność podczas słuchania, jest między innymi dobre współdziałanie wszystkich instrumentów orkiestry. Potencjalności są zatem jak owe instrumenty, które posiadają określone, indywidualne możliwości wykonawcze. Inaczej przecież grają skrzypce, inaczej trąbki, a jeszcze inaczej bębny, jednak wszystkie działają w jednym celu, którym jest właściwe wykonanie utworu. Ważne jest dobre nastroszenie i sprawność instrumentów, poziom umiejętności muzyków, trudność utworu itp. Instrument niesprawny lub nienastroszony nie będzie właściwie współgrał z pozostałymi. I co ważne, każdy w prezentowanym utworze wykonuje inne zadanie. Dla dobrego wykonania i odbioru utworu muzycznego niezbędne jest również odpowiednie otoczenie i okoliczności. Inaczej wybrzmi utwór symfoniczny w sali koncertowej z odpowiednią akustyką, inaczej w zwykłej sali; inaczej słucha się utworu muzycznego rano, inaczej wieczorem; inaczej wśród osób lubiących i znających muzykę poważną, a inaczej wśród wielbicieli muzyki disco polo. Tak więc możliwości instrumentów, zdolności muzyków i okoliczności prezentacji wpłyną zapewne na ostateczny kształt wykonawczy utworu. I co ważne, inaczej zagrają skrzypce Stradivariego, a inaczej skrzypczki Janka Muzykanta. Jednak oba instrumenty mogą być lub będą nośnikami muzyki, zadowolenia i spełnienia.

Często zdolności i możliwości, o których tu mowa, myłone są z wartościami życiowymi. Przyjęcie określenia „potencjalność” tworzy przekonanie o możliwym rozwoju określonej zdolności (np. zdolności do miłości czy poczucia sprawiedliwości), wskazuje na dynamikę. Określenie *wartość* sugeruje statyczność, wskazuje na coś ustalonego i niepodlegającego rozwojowi. Tak najkrócej można dostrzec różnicę znaczeniową na poziomie językowym między tymi zwrotami. Nossrat Peseschkian przyjął założenie, że każdy człowiek już w chwili narodzin posiada dwie immanentne zdolności (*basic capacities*)<sup>5</sup>, które w pierwszym przypadku, jako potencjalności podstawowe (*primary capabilities*), pozwalają na tworzenia relacji, doświadczenie miłości i więzi emocjonalnej, w drugim zaś, jako potencjalności wtórne (*secondary capabilities*), umożliwiają nabywanie wiedzy, poznawania siebie i świata (Peseschkian, 1977; Ciesielski, 2015). Pierwsze kreują się w relacji z najbliższymi we wczesnym okresie życia człowieka, drugie są wynikiem zbieranych doświadczeń

<sup>5</sup> 1 – potencjalności podstawowe; 2 – potencjalności wtórne.

i przyjmowania określonych norm społecznych. W procesie życia człowieka, osadzonego w określonym miejscu i czasie, potencjalności ulegają różnicowaniu, tworząc potencjalności aktywne (*actual capabilities*), które Roman Ciesielski definiuje jako: „zinternalizowane przekonania, wartości, reguły implicite i nieuświadomiane wewnętrzne standardy, które decydują o jakości naszych relacji emocjonalnych i kontaktów społecznych” (2016a, s. 15; Ciesielski, 2016d). Można zatem wywieść przekonanie, że potencjalności aktywne są nie tylko obrazem osobowości, są również wyznacznikami kształtowania się indywidualnej i społecznej tożsamości człowieka (Erikson, 1968; Szczurek-Boruta, 2007; Wróblewska, 2011).

W koncepcji Nossrata Peseschkiana podkreślana jest wyjątkowość każdego człowieka, na którą wpływ mają trzy czynniki: ciało, środowisko i czas. Pomimo że wszyscy ludzie w chwili narodzin są obdarzeni tymi samymi zdolnościami podstawowymi, to jednak w procesie życia zdolności te ulegają znaczącej ewolucji. Inne potencjalności będą się aktywizowały w przypadku osoby z niepełnosprawnością, inne u sportowca; inne u aktora, inne u konstruktora maszyn (kontekst ciała); inne u wyznawcy buddyzmu, a inne u chrześcijanina, inne u mieszkańca wielkiego miasta, inne u osoby żyjącej na wsi, inne w rodzinie o wysokim statusie społecznym, inne w zagrożonej marginalizacją (kontekst społeczny). Inne potencjalności będą dominowały w młodości, inne zaś u osoby dojrzałej. Odmiennie kształtowały się potencjalności u osób żyjących w okresie średniowiecza, inaczej w czasach obecnych (kontekst czasu). Można zatem przyjąć, że każdy człowiek jest nośnikiem potencjalności, te zaś różnicują się w kolejnych etapach jego życia, są efektem zbieranych doświadczeń, asymilowanej wiedzy, konstytucji psychofizycznej, osadzenia społeczno-kulturowego, środowiska, miejsca i czasu, a ich różnicowanie prowadzi do kreacji konfliktu wewnętrznego. Założenia Nossrata Peseschkiana dotyczące teorii potencjalności można przedstawić następująco:

- ▶ Człowiek, bez względu na miejsce, czas i środowisko społeczno-kulturowe, rodzi się wyposażony w dwie **zdolności podstawowe**: do kreowania relacji i przyjmowania norm społecznych.
- ▶ Różnicowanie zdolności podstawowych (aktywizacja lub inercja) uzależnione jest od warunków biologicznych człowieka, jego środowiska społeczno-kulturowego i czasu, w którym żyje.
- ▶ W efekcie różnicowania zdolności podstawowych tworzą się **potencjalności podstawowe**, których kreacja następuje w środowisku rodzinnym, i **potencjalności wtórne**, których aktywizacja następuje w procesie edukacji i socjalizacji.
- ▶ Różnicowanie między zdolnościami podstawowymi (potencjalności podstawowe i wtórne wpisane w obszar Miłość i Nauka) prowadzi do kreacji **potencjalności aktywnych**. Proces ten jest zależny od aktualnego rozwoju człowieka, określonego kontekstu historycznego, uwarunkowań społecznych i kulturowych.
- ▶ W teorii Nossrata Peseschkiana **konflikty wewnętrzne** mają charakter intrapsychiczny i zachodzą w obszarze **potencjalności aktywnych**. Jednakże to,

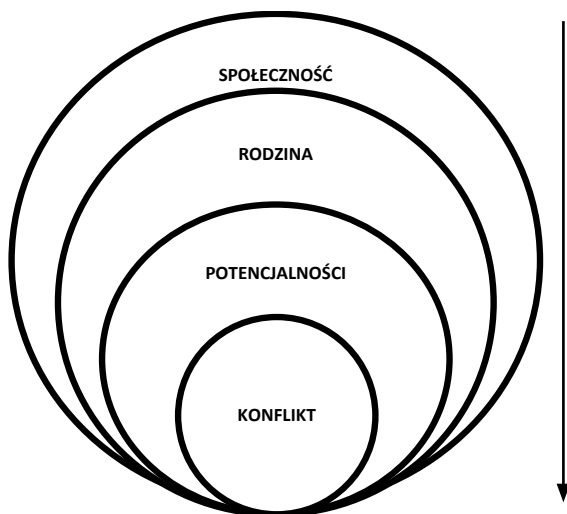


która z tych potencjalności stanie się rzeczywistym wskaźnikiem doświadczalnych trudności, zależy od wzorców zachowań, kreacją przekonań tworzonych w środowisku rodzinnym. Wpływ na te postawy kreowane w rodzinach mają związek z normami społecznymi i paradygmatami kulturowymi, charakterystycznymi dla danego czasu (Ciesielski, 2016a).

- ▶ W obszar potencjalności podstawowych wpisane są: miłość, zaufanie, czas, kontakt, jedność, wiara, nadzieja, pewność siebie, seksualność, zdolność do wątplenia. W obszar potencjalności wtórnych: niezawodność, posłuszeństwo, sprawiedliwość, porządek, czystość, punktualność, oszczędność, dokładność, sumiennność, pracowitość, uprzejmość, otwartość (Dobiała, 2021). Potencjalności jako konstrukty psychologiczne stanowią interesujący obszar badań z uwagi na tworzone swoiste i kulturowe *loci communes*<sup>6</sup>.

### Konflikty wewnętrzne w ujęciu Nossrata Peseschkiana

Pojęcie *konflikt* ma swój źródłosłów w łacińskim określeniu *confligere* – jest to forma czasownikowa od *con-* (razem) + *fligō* (uderzenie), co w tłumaczeniu wyklada się jako: „zderzać się, walczyć, angażować, kłócić, nie zgadzać się” (Georges, 1998). W zakresie metaznaczeń zwrot ten wskazuje na trwanie w czasie, dynamikę, aktywność.



Rys. 1. Schemat tworzenia się konfliktu

(źródło: opracowanie własne na podstawie: Ciesielski, R., 2016a)

<sup>6</sup> Miejsca kulturowo wspólne. Ciekawe rozważania na ten temat w odniesieniu do nauki o literaturze i kulturze zawarte są w opracowaniu: Curtius, R.E., (1972). Topika. *Pamiętnik Literacki*, LXII, s. 231–265.

Tak więc społeczność żyjąca w danym czasie historycznym tworzy wzorce osobowe i normy zachowań wpływające na funkcjonowanie rodzin. Na tej podstawie aktywizować się będą określone potencjalności, a różnicowanie między nimi może stać się podstawą kreacji konfliktu. Przyjęcie panujących norm i zasad wpływać będzie na ogólne poczucie życiowej harmonii. Jednakże, co podkreślane jest w literaturze poświęconej transkulturowej psychoterapii pozytywnej, człowiek mimo panujących norm, nadal pozostaje jednostką wysoce zindywidualizowaną, co oznacza, że w doświadczaną rzeczywistość wnosi własne potrzeby rozwojowe, zdolności i możliwości (Ciesielski, 2016a). W tak kształtowanej przestrzeni funkcjonowania człowiek spotka się nieuchronnie z przykrymi doświadczeniami, koniecznością ulegania wielu nieuświadomianym i uświadomianym kompromisom, które prowadzić mogą, lub prowadzą, do kreacji intrapsychicznych mikrokonfliktów, a tym samym do zaburzenia ukształtowanego obrazu siebie i świata. W perspektywie transkulturowej psychoterapii pozytywnej doświadczane egzystencjalne mikrokonflikty noszą nazwę mikrotraum, które Roman Ciesielski (2016a, s. 39) definiuje następująco: „Mikrotraumy to powtarzające się mikrokonflikty, które wpływają destabilizująco na wcześniej ukształtowany obraz siebie i model świata konstruowany za pośrednictwem potencjalności aktywnych, które jednocześnie reaktywują konflikt podstawowy”. Można stąd wywieść wniosek, że destabilizacja w postrzeganiu przez człowieka własnego życia może wynikać z modelowania nieświadomych kompromisów osadzonych w przestrzeni rodzinnych zasad, a także z wymagań danego czasu, przekonań i norm społecznych. Ciesielski wskazuje, że proces ten, realizowany na zasadzie prostego wynikania: „jeśli to..., to wtedy to....”<sup>7</sup>, może zachodzić inwariantnie między wszystkimi potencjalnościami (2016a, s. 11).

Najwcześniej, bo we wczesnym dzieciństwie, kształtuje się **konflikt podstawowy** stanowiący o istocie osobowości człowieka. Może tu dochodzić do różnicowania między potencjalnością podstawową a wtórną. Konieczność zaspokojenia indywidualnych potrzeb emocjonalnych dziecka spotka się tu z normami i zasadami domu rodzinnego. Wykształcony w dzieciństwie, określony społecznie i kulturowo kompromis między indywidualnymi potrzebami a oczekiwaniami, normami społecznymi, czy dokładniej między potencjalnościami podstawowymi a wtórnymi, może prowadzić do sytuacji, w której człowiek nie jest w stanie realizować żadnej z tych potencjalności. Dochodzi wówczas do **konfliktu wewnętrznego**, którego proces może mieć charakter świadomego skonfrontowania z określoną sytuacją, lub w formie nieświadomej może manifestować się poprzez stosowanie różnorodnych mechanizmów obronnych. To, co w danym momencie człowiek przeżywa, zmaganie się z trudną sytuacją, w której zachodzi obawa o możliwość pozostania w zgodzie z wyznawanymi wartościami, a w tym przypadku potencjalnościami wtórnymi, w koncepcji Nossrata Peseschkiana nosi nazwę **konfliktu aktualnego**.

<sup>7</sup> Np. przekonanie: „Jeśli będę dbał o porządek w domu – rodzice będą ze mnie dumni”.

I na koniec **konflikt kluczowy**, który osadzony jest w relacji *uczciwość* lub *otwartość*. W środowisku specjalistów transkulturowej psychoterapii pozytywnej wskazuje się na fakt, że „dynamika konfliktu kluczowego jest typowa dla danego człowieka. Wpływają na nią zarówno osobnicze właściwości temperamentalne, jak i przekaz rodzinny i kulturowy” (Dobiała, 2021, s. 3). W tym przypadku odniesienie do potencjalności *otwartość* może prowadzić do uaktywnienia się konfliktów interpersonalnych, zaś aktywność w obszarze *uprzejmości* może prowadzić do doświadczenia np. problemów lękowych, psychosomatycznych.

### **Transkulturowa psychoterapia pozytywna i proces poradnictwa**

W swoich opracowaniach Nossrat Peseschkian niejednokrotnie wskazuje, że metodyka transkulturowej psychoterapii pozytywnej może być skutecznie wykorzystywana przede wszystkim w szeroko pojętych **działaniach terapeutycznych**, do których zaliczyć należy: psychoterapię, terapię pedagogiczną, wsparcie psychologiczne, terapię psychologiczną, socjoterapię, resocjalizację, terapię rodzinną itp. Ważnym obszarem, w którym z pewnością można wykorzystywać założenia omawianej modalności będą wszelkie działania poradnicze, a w tym: poradnictwo psychologiczno-pedagogiczne. W ten obszar wpisuje się także poradnictwo edukacyjne i wychowawcze, gdy chodzi o pracę z uczniami o specjalnych potrzebach edukacyjnych czy wymagających specjalnej organizacji nauki z uwagi na doświadczane trudności rozwojowe, funkcjonalne i społeczne. Elementy transkulturowej psychoterapii pozytywnej mogą być inspiracją dla poradnictwa dotyczącego **działań rozwojowych**, do których zaliczyć można: superwizję, coaching, mentoring, tutoring, czy też **działań profilaktycznych** takich jak streetworking. Tak więc oferta wykorzystania elementów transkulturowej psychoterapii pozytywnej będzie skierowana z pewnością do wszystkich osób profesjonalnie zajmujących się poradnictwem w różnych jego aspektach. Powstaje więc pytanie – jakie elementy transkulturowej psychoterapii pozytywnej mogą być implementowane w proces poradniczy?

Z pewnością interesujące będą odniesienia do *transkulturowości*. Poradownictwo dostrzegło np. istotną wartość w idei międzykulturowości (por. Kargulowa, 2014, s. 64; Słowik, 2007; Siarkiewicz, Słowik, Bilon-Piórko, 2021). Transkulturowość, co w tym opracowaniu zostało już podniesione, oznacza współistnienie przedstawicieli różnych kultur, oddziałuje na życie człowieka, jego reakcje na doświadczaną rzeczywistość z uwagi na specyficzne środowisko kulturowe, gdzie istotna poznawczo jest różnorodność (por. Welsch, 1998). Poprzez działania poradnicze może nastąpić identyfikacja, wzbogacenie zasobów, kreacja postaw i działań, dostrzeżenie istotnego poznawczo konstruktów zawierającego wskazanie na: Ja, refleksję i działanie.

Kolejnym elementem transkulturowej psychoterapii pozytywnej, który może zostać przeniesiony na grunt poradownictwa, jest idea *Positum* rozumianej jako

zbiór równoważnych dobrych i złych doświadczeń. W koncepcji Nossrata Pesechiana negatywne i pozytywne przeżycia, doświadczenia, emocje wpisują się w obszar zasobów, a jednocześnie są informacją o rzeczywistych możliwościach i potrzebach, które osadzone są na kontinuum: deficyt, problem, ograniczenie – trwanie, możliwość, zdolność. Zadaniem osoby udzielającej wsparcia jest nie tylko skupianie się na doświadczanych przez człowieka problemach, ale również wskazywanie na fakt trwania pomimo trudnej sytuacji. Powstaje zatem istotne pytanie – jakie wartości, zdolności, przekonania i możliwości trwanie to umożliwiają?

Model Równowagi, na który w tym opracowaniu również wskazałem, jest prostym a jednocześnie wartościowym narzędziem diagnostycznym, terapeutycznym i pomocowym. Poprzez analizę biografii i odniesienia do czterech obszarów funkcjonowania (ciało/zmysły; działania/osiągnięcia; kontakt; przyszłość/duchowość, za: Ciesielski, 2015 s. 18) można dostrzec ten, który jest odpowiedzialny za aktualny stan emocjonalny człowieka. Możliwe wówczas staje się również programowanie działań pomocowych, których zadaniem jest powrót do sytuacji wewnętrznej harmonii. Narzędzie to z pewnością odegra ważną rolę w procesie działań poradniczych, np. w zakresie określania deficytowych obszarów życia, które wpływają na funkcjonowanie społeczne i emocjonalne, kształtowanie relacji interpersonalnych, a także na podejmowane decyzje, dotyczące ważnych momentów w życiu. Dogłębna analiza wykorzystania tego narzędzia w działaniach poradniczych czy terapeutycznych wymaga odrębnego opracowania. Wykład dotyczący czterech ważnych obszarów życia człowieka, a także sposobu korzystania z tego narzędzia, odnaleźć można w pracach badaczy, praktyków tego nurtu terapeutycznego (Pesechian, 1977; Ciesielski, 2015; Ciesielski, 2016b; Dobiąła, 2021).

W proces poradniczy i terapeutyczny znakomicie wpisuje się również teoria potencjalności, ponieważ pozwala docierać do źródeł doświadczanych konfliktów wewnętrznych, podkreśla indywidualne zdolności i możliwości człowieka (Ciesielski, 2016a). Potencjalności mogą zatem być inspiracją do podejmowania działań zmierzających do dostrzeżenia przez człowieka nieuświadomianych dotąd możliwości. Mogą być również obrazem określonych kompetencji, a analiza w tym zakresie może być pomocna w doradztwie zawodowym (Zarek & Wyszadko, 2018).

Wpisujący się w obszar poradnictwa rodzinnego Inwentarz Analizy Różnicowej (IAR) jest narzędziem pozwalającym na określenie znaczenia dla członków rodziny aktywnych potencjalności. Może być podstawą do rozmowy o rzeczywistych źródłach konfliktów doświadczanych przez członków rodziny. Ważne jest to, że uczestnicy działań terapeutycznych lub doradczych, prócz wskazania znaczenia danej potencjalności, prezentują własne refleksje, reakcje dotyczące tego, jak ich zdaniem dana potencjalność demonstruje się w zachowaniu członka rodziny i co z takiej obserwacji wynika dla ich funkcjonowania. Narzędzie to może być stosowane w odniesieniu do partnerów, jak również wskazywać na relacje poszczególnych członków rodziny. Może stanowić ważny element procesu doradczego, którego celem może być poprawa jakości funkcjonowania rodziny czy relacji jej członków.

W koncepcji Nossrata Peseschkiana proces terapeutyczny budowany jest w oparciu o kształtowaną relację: terapeuta/doradca – pacjent/klient (Ciesielski, 2016a, s. 40–41), którą można określić jako „relacja w dialogu”. Opiera się ona na trzech podstawowych elementach: przyłączanie, różnicowanie i oddzielanie (Ciesielski, 2016b, s. 33–43; Ciesielski, 2016c). Na gruncie poradownictwa Alicja Czerkawska wskazuje na walor, który nazywa „więzią dialogiczną w procesie poradniczym” (2018, s. 129). Oba stanowiska wpisują się w humanistyczny obszar działań pomocowych. Trzeba podkreślić, że literatura prezentująca różne ujęcia relacji „doradca–radzący się” jest stosunkowo bogata (Kargulowa, 1986; Wojtasik, 2009; Czerkawska, 2013; Czerkawska, 2018). Alicja Kargulowa (2014, s. 56–57) omawiając paradygmat humanistyczny w poradownictwie, stwierdza: „Nowe horyzonty w badaniach poradniczych otworzył paradygmat humanistyczny, który w rozwoju poradownictwa pojawił się jako następny po paradygmacie neopozytywistycznym, a który w centrum uwagi postawił człowieka pozostającego w relacjach z sobą, innymi ludźmi, światem zewnętrznym”. Stąd też – co podkreśla wspomniana badaczka – poradnictwo, podobnie jak transkulturowa psychoterapia pozytywna, było analizowane z nowej perspektywy, którą była relacja między ludźmi (terapeuta/doradca–pacjent/klient), a także analiza skoncentrowana na kondycji psychicznej osób uczestniczących w działaniach poradniczych czy terapii (Kargulowa, 2014, s. 57). Kargulowa wskazuje, że ważne w zakresie kreacji nowego modelu poradownictwa były również inspiracje myślą Carla Rogersa i Viktora Frankla (2014, s. 57). Można zatem przyjąć, że ważne dla transkulturowej psychoterapii pozytywnej i poradownictwa prowadzonego w paradygmacie humanistycznym stały się pytania o to – jak podaje autorka – „Kim jest człowiek? Co jest jego światem? Jakie są jego relacje ze światem?” (2014, s. 57). Oba nurty działań pomocowych (transkulturowa terapia pozytywna i poradnictwo prowadzone w nurcie humanistycznym) w procesach doradczych i terapeutycznych przyglądają się przyszłości człowieka. Jak stwierdza wspomniana badaczka: „przyszłość osoby radzącej się (...) pojawiła się jako realizacja osobistego życiowego projektu, stworzona niejednokrotnie na przykład otaczającej rzeczywistości, ale przede wszystkim skoncentrowana na rozwoju własnego »ja«” (2014, s. 58).

## Podsumowanie

Inspiracją do powstania tego artykułu była refleksja o możliwej wzajemnej relacji – transkulturowej psychoterapii pozytywnej i poradnictwa. Podjęto więc rozważania nad tym, w jakim zakresie elementy terapii w paradygmacie pozytywnym i transkulturowym mogą wpłynąć na wzbogacenie procesu poradniczego. Powstało też pytanie o to, czy istnieją elementy dla obu nurtów działań pomocowych wspólne. Bez wątplenia XXI wiek stawia przed poradnictwem i poradownictwem nowe wyzwania. Wydaje się więc, że w zglobalizowanej, często wielokulturowej rzeczywistości,

w związku z określonymi uwarunkowaniami społeczno-ekonomicznymi tworzy się przestrzeń dostrzegania nowych możliwości dla poradnictwa. Chodzi o wypracowanie takich sposobów działań, które będą odpowiadały na potrzeby międzykulturowych społeczeństw (Kargul, 2016). To pierwszy, ważny element prowadzonych rozważań – proces terapeutyczny i poradniczy coraz częściej prowadzony jest w przestrzeni wielokulturowej. Wspólne zatem jest korzystanie z takich form działań terapeutycznych i doradczych, które będą odpowiadały na potrzeby człowieka osadzonego w wielokulturowej rzeczywistości.

Podstawą procesu terapeutycznego prowadzonego w nurcie transkulturowym i pozytywnym, a także procesu poradniczego jest człowiek posiadający określoną historię i poprzez nią, swoją obecnością, „zmuszający do myślenia” (Ricoeur, 2015). Pojawiają się w takim razie pytania o jego możliwości i ograniczenia, o reakcję na doświadczaną rzeczywistość, w której żyje, oraz pytania o sens doświadczanych niepowodzeń, o strategię trwania mimo trudności wynikających z doświadczania życia. Ważne są też pytania o relacje człowieka z innymi z ludźmi i ze światem. Inspiracje psychologią humanistyczną obecne w założeniach transkulturowej psychoterapii pozytywnej i poradnictwa w paradygmacie humanistycznym wydają się kierować uwagę nie w stronę deficytów, których człowiek doświadcza, a w stronę możliwości, zdolności, autonomii, kreatywności, a więc w stronę potencjalności, które stają się rzeczywistymi warunkami i normami wpływającymi na sposób funkcjonowania człowieka i wchodzącymi w zakres indywidualnych zasobów. Wydaje się, że również poradoznawstwo w wymiarze humanistycznym dostrzega istotę potencjalności, które w tym przypadku mogą również wchodzić w zakres egzystencjalnego „projektu” pozwalającego na indywidualny rozwój, którego elementem będzie możliwość dostrzeżenia własnych zasobów (por. Kargulowa, 2014, s. 57).

Uważam, że wspólna dla transkulturowej psychoterapii pozytywnej i poradnictwa jest ocena sposobu powstawania wewnętrznych konfliktów doświadczanych przez człowieka. Konkretny czas historyczny wpływa na tworzenie określonych norm społecznych, które oddziałują na funkcjonowanie rodzin. Na tej podstawie aktywizują się lub różnicują określone potencjalności. Owo różnicowanie w ujęciu Peseschkiana staje się źródłem kreacji konfliktów wewnętrznych. Alicja Kargulowa (2014, s. 58) pisząc o humanistycznym nurcie w badaniach dotyczących poradnictwa zaznacza, że potrzeba kreacji „ja” czasem jest realizowana „wbrew” doświadczanej rzeczywistości, co z pewnością wiązać się będzie z doświadczeniem wewnętrznej dysharmonii. Pomimo pewnych różnic w poglądach, przedstawione elementy transkulturowej psychoterapii pozytywnej mogą stanowić ważne zaplecze, z którego poradnictwo osadzone w przestrzeni wielokulturowej będzie mogło czerpać inspirację.

## Bibliografia

- Bilon, A. (2010). Poradownawstwo wobec ogólnej refleksji nad poradnictwem. *Edukacja Dorosłych*, 1, s. 55–75.
- Ciesielski, R. (2015). *Transkulturowa Psychoterapia Pozytywna jako zintegrowany system terapeutyczny*. Wydawnictwo Continuo.
- Ciesielski, R. (2016a). *Konflikty psycho- i socjodynamiczne w psychoterapii pozytywnej. Transkulturowa Psychoterapia Pozytywna*. Wydawnictwo Continuo.
- Ciesielski, R. (2016b). *Model Równowagi i Trzy Etapy Interakcji w ujęciu Psychoterapii Pozytywnej*. Wydawnictwo Continuo.
- Ciesielski, R. (2016c). *Pięć etapów Transkulturowej Psychoterapii Pozytywnej. Opis procesu terapeutycznego oraz startegii samopomocy*. Wydawnictwo Continuo.
- Ciesielski, R. (2016d). *Potencjalności aktywne, mikrotraumy i analiza różnicowa*. Wydawnictwo Continuo.
- Curtius, R. (1972). Topika. *Pamiętnik Literacki*, LXIII, s. 231–265.
- Czerkawska, A. (2013). *Poradnictwo egzystencjalne: założenia – inspiracje – rozwiązania praktyczne*. Wydawnictwo Naukowe DSW.
- Czerkawska, A. (2018). Ku dialogicznej więzi w poradnictwie humanistycznie zorientowanym. *Studia Poradnawcze/Journal of Counselling*, Vol. 7, s. 129–146.
- Dobiąła, E. (2021). *Psychiatria po dyplomie*. <https://podyplomie.pl/psychiatria/36366,psychoterapia-pozytywna-i-transkulturowa-w-terapii-osob-doroslych> (pobrano: 21.11.2022)
- Dobiąła, E., & Winkler, P. (2016). Positive psychotherapy' according to Seligman and 'Positive Psychotherapy' according to Peseschkian: A Comparison. *International Journal of Psychotherapy*, s. 5–13.
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton Company.
- Georges, H. (1998). *Ausführliches lateinisch-deutsches Handwörterbuch*, t. 2. Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Kargul, J. (2016). Kulturowe konteksty organizacji poradnictwa, W: J. Ertel, J. Górna, D. Kukuła (Red.), *Wybrane aspekty doradztwa zawodowego na przestrzeni życia człowieka*, ss. 1–13, Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie.
- Kargulowa, A. (1986). *Poradnictwo jako wiedza i system działań: wstęp do poradownawstwa*. Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Kargulowa, A. (2007). *O teorii i praktyce poradnictwa*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Kargulowa, A. (2014). 34 lata poradownawstwa. „Taniec czasu” w budowaniu dyscypliny. *Edukacja Dorosłych*, 2, s. 53–68.
- Leszczyńskie Centrum Psychoterapii Pozytywnej. *positum.org.pl*. <https://positum.org.pl/wymiar-psychodynamiczny-ppt/#podstawowy>, (pobrano 18.11.2022).
- Peseschkian, N. (2016). *Positive Psychotherapy of Everyday Life*. Springer-Verlag.
- Peseschkian, N. (1977). *Positive Psychotherapy: Theory and practice of a new method*. Springer.
- Peseschkian, N. (1992). *Psychosomatik und positive Psychotherapie*. Springer-Verlag.

- Prof. Peseschkian Foundation. (2005). <https://en.peseschkian-stiftung.de/foundation-info> (pobrano: 18.11. 2022)
- Remmers, A. (2020). Theoretical Foundations and Roots of Positive Psychotherapy, W: E. Messias, H. Peseschkian, C. Cagande, E. Messias, H. Peseschkian, & C. Cagande (Red.), *Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology – Clinical Applications*. Springer International Publishing.
- Ricoeur, P. (2015). *Symbolika zła*. Wydawnictwo Aletheia.
- Rzechowska. (2004). *Potencjalność w procesie rozwoju: mikroanaliza konstruowania wiedzy w dziecięcych interakcjach rówieśniczych*. Wydawnictwo KUL.
- Rzechowska, E. (1996). Potencjalność w rozwoju: próba syntezy na podstawie teorii L.S. Wygotskiego i J. Piageta. *Forum Psychologiczne*, 1 (1–2), s. 5–18.
- Siarkiewicz, E., Słowik, A., Bilon-Piórko, A. (2021). Poradnictwo w międzynarodowym środowisku zróżnicowanym kulturowo na łamach „Studiów Poradniczych/ Journal of Counsellogy”, *Studia Poradnicze/ Journal of Counsellogy*, Vol. 10, s. 101–115.
- Słowik, A. (2007). Spotkanie z doradcą zawodu pracującym w wielokulturowym środowisku, *Pedagogika Pracy*, 51, s. 150–156.
- Szczurek-Boruta, A. (2007). *Edukacja i odkrywanie tożsamości w warunkach wielokulturowości. Szkice pedagogiczne*. Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Tritt, K., Loew, T., Meyer, M., Werner, B., & Peseschkian. (1999). Positive psychotherapy: Effectiveness of an interdisciplinary approach. *The European Journal of Psychiatry* (13), s. 231–241.
- Welsch, W. (1998). Transkulturowość. Nowa koncepcja kultury, W: R. Kubicki (Red.), *Filozoficzne konteksty koncepcji rozumu transwersalnego. Wokół koncepcji Wolfganga Welscha*, ss. 195–222. Wydawnictwo Fundacji Humaniora
- Wojtasik, B. (2009). *Sytuacja poradnicza – między rytuałem interakcyjnym a prawdziwym spotkaniem*, W: A. Kargulowa (Red.), *Poradnictwo – kontynuacja dyskursu. Podręcznik akademicki*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Wróblewska, M. (2011). Kształtowanie tożsamości w perspektywie rozwojowej i edukacyjnej. *Pogranicza. Studia Społeczne*, XVII, s. 176–187.