

Warszawa, 26 lutego 2025 r.

Warte Czytania #1/2025

Marta Szarejko „Terapeuci par. Historie z gabinetów”

Dla kogo: osoby zainteresowane terapią par, szukające odpowiedzi na pytania dotyczące ich związku

Cytat opisujący książkę: „Bo związek to nie suma osób, tylko to, co powstanie, kiedy się spotkają”. Magdalena Sękowska

Forma: zbiór 14 wywiadów z terapeutami par pracującym w różnych podejściach



“Terapeuci par” to książka, w której autorka wraz z zaproszonymi do współpracy terapeutami tworzy opowieść o terapii par oraz o ich życiu poza gabinetem. Choć podtytuł “Historie z gabinetów” może sugerować opowieści o konkretnych osobach, ich relacji i życiowych perypetiach, książka skupia się na czymś zupełnie innym. Historie z gabinetów odnoszą się do zjawisk, które dzieją się pomiędzy dwiema osobami i sprawiają, że przychodzą one po pomoc i decydują się pracować nad swoją relacją, a wcześniej w ogóle taką relację stworzyć. W każdym z wywiadów poruszane są tematy, które są ważne w związku, takie jak: miłość, bliskość, empatia, komunikacja, potrzeba wzajemnego zrozumienia, ciekawość. Terapeuci opowiadają o tym, jak powstaje więź między dwiema osobami, co może do siebie przyciągać, a co oddalać. Jak zmienia się dynamika pary, gdy zostaje się rodzicami, pojawiają się kolejne dzieci lub dochodzi do utraty dziecka, jak kontakt z własnymi rodzicami może wpływać na jakość relacji. Jak od magii zakochania i początku związku zdarza się dotrzeć do kryzysu, w którym nie widać szans na porozumienie, oraz co może wesprzeć w tym, by przez taki kryzys przejść. Autorka zadaje również pytania o życie terapeutów i wpływ pracy z parami na osoby, które się tym zajmują

oraz ich relacje z bliskimi. Zwraca uwagę na to, że osoby, które spotykają się z parami w gabinecie, mają również swoją historię i przekonania, które pomagają im wspierać ludzi w kryzysie.

Książkę polecam tym, którzy szukają sposobu na bycie razem w parze, chcą zrozumieć, co może kryć się pod trudnościami w komunikacji, kłótniami, codziennymi frustracjami. Pozycja nie daje łatwych odpowiedzi na to, jak wyjść z kryzysu oraz co konkretnie wydarza się podczas sesji terapii par. Pokazuje natomiast złożoność pewnych problemów i sytuacji, gdy osoby zaczynają szukać pomocy. W wywiadach pojawiają się pojęcia związane z rozwojem i relacjami, dając zarys tego, jak w trakcie życia nabieramy kompetencji do bycia w parze. Ogólny opis wpleciony w rozmowę nie daje jednak pełnej wiedzy. Osobom chcącym ją zdobyć polecam sięgnięcie po pozycje umieszczone w bibliografii lub kontakt ze specjalistą w danej dziedzinie. Książka jest dobrym wstępem do rozumienia tego, co dzieje się w parach, a bogata bibliografia pomoże odnaleźć dodatkowe źródła wiedzy zarówno praktykom pracującym z parami, jak i osobom szukającym odpowiedzi na pytanie, jak stworzyć wystarczająco dobry związek.

(-) Agnieszka Turula

Agnieszka Turula – psychoterapeutka ze Specjalistycznej Poradni Rodzinnej Wawer. Prowadzi psychoterapię indywidualną i grupową dla młodzieży oraz młodych dorosłych, a także konsultacje i działania psychoedukacyjne dla rodziców.

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna w Wawrze jest komórką organizacyjną Centrum Wspierania Rodzin „Rodzinna Warszawa” działającą dla mieszkańców Warszawy.

Zapraszamy do zapoznania się z innymi artykułami w naszej [czytelni](#)!

Skontaktuj się z nami:



22 277 11 98
22 277 11 97



poradniawawer@spr.waw.pl



www.centrumwspieraniarodzin.pl/



@sprwarszawa