

W sprawie teoretycznego zaplecza psychoterapii

Maciej Dymkowski

Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej, Wydział Zamiejscowy we Wrocławiu

Dokonana przez Witkowskiego i Fortunę krytyka pseudonauki, która dostarcza czasem teoretycznego zaplecza psychoterapii, jest słuszna, jednak winni oni uwzględnić, iż granica między pseudonauką oraz psychologią akademicką bywa niedookreślona i płynna.

Słowa kluczowe: pseudonauka, psychologia, psychoterapia

Myślę, że decyzja redakcji *Psychologii Społecznej* o przeprowadzeniu dyskusji nad artykułem Tomasza Witkowskiego i Pawła Fortuny może być wielce korzystna dla środowisk psychologów i psychoterapeutów. I to nawet jeśli owa dyskusja doraźnie wzbudzi poczucie zagrożenia u niektórych spośród nich, zwłaszcza u psychoterapeutów odwołujących się do zaplecza teoretycznego wyraźnie przynależnego do pseudonauki. W szczególności należy mieć nadzieję, że wymusi ona na redakcji *Charakterów*, pisma wpływowego w szerokich kręgach czytelników, podniesienie niebezpiecznie obniżonej poprzeczki przy selekcji publikowanych tekstów.

Witkowski i Fortuna akcentują konsekwencje rozwoju w naszym kraju rynku szkodliwego psychobiznesu, surowo też oceniają zachowania psychologów akademickich po upublicznieniu informacji o dokonanej prowokacji. Uważam, że zasadniczo mają rację, jednak przy ferowaniu ocen byłbym bardziej skłonny uwzględniać realia współczesnej psychologii. W ich świetle zasadność ostrego podziału na jednoznacznie pozytywnie ocenianą naukę i bez reszty potępianą pseudonaukę rodzi – zwłaszcza gdy próbuje się sytuować zaplecze teoretyczne różnych odmian psychoterapii – wątpliwości.

Wbrew zapewnieniom Autorów, nie istnieją powszechnie uznawane, wyraźne linie demarkacyjne „...pomiędzy nauką a pseudonauką, terapią i pseudoterapią, praktyką psychologiczną i szarlatanerią”. Podobnie jak Witkowski i Fortuna chciałbym wierzyć, że istnieją jasne, zgodnie akceptowane przez badaczy meandry ludzkiej *psyche* kryteria epistemologiczne i metodologiczne dla takich

rozróżnień, jednak nawet pobieżne rozpoznanie aktualnego stanu rzeczy nakazuje tu być sceptycznym. Przy tym zaplecze teoretyczne niektórych odmian psychoterapii lokuje się raczej daleko (czasem bardzo daleko!) od pozytywistycznych tradycji *science*.

Komentarza wymaga zwłaszcza określenie pojęcia psychologii jako pseudonauki w relacji do jej wąskiego pojmowania jako nauki *sensu stricto*. W tym kontekście warto przypomnieć o modnym we współczesnej humanistyce (i w niektórych kręgach psychologów) stanowisku, nakazującym kwalifikować teorie ze względu na ich społeczną (praktyczną) czy intelektualną przydatność. Raczej bez większego powodzenia konkuruje ono w psychologii akademickiej z mającym długą i bogatą tradycję innym stanowiskiem, nakazującym akceptowanie teorii ze względu na relacje z wcześniej zgromadzoną wiedzą oraz, przede wszystkim, ze względu na rezultaty poddania ich odpowiednio rygorystycznym sprawdzianom empirycznym.

Odwołująca się do tego drugiego rodzaju epistemologii psychologia eksperymentalna, w tym zwłaszcza lokująca się w jej głównym nurcie współczesna psychologia społeczna (por. np. Stroebe i Kruglanski, 1989; Jost i Kruglanski, 2002), mieści się w pozytywistycznych tradycjach *science*, w kręgu zorientowanego na nauki przyrodnicze naturalizmu. Uznaje się tu za pseudonaukę każdą dyscyplinę, która nie spełnia kryterium demarkacji – weryfikowalności czy (w ujęciu Poppera) falsyfikowalności (por. np. Grobler, 2006).

Rozumiem (i podzielam!) respekt Witkowskiego i Fortuny dla tak pojmowanej nauki o ludzkiej *psyche* i jej behawioralnych konsekwencjach, jednak nie przeceniałbym przydatności wiedzy zgromadzonej na jej gruncie jako teoretycznego zaplecza przynajmniej niektórych uznanych odmian psychoterapii. Chociaż odwołują się one

Maciej Dymkowski, Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej, Wydział Zamiejscowy we Wrocławiu, ul. Grunwaldzka 98, 50-357 Wrocław, e-mail: mdymkowski@swps.edu.pl

do koncepcji psychologicznych bardzo różnej jakości, na ogół nie przylepia się im stygmatyzującej etykiety pseudoterapii.

Oczywiście, o tyle, o ile naszą dyscyplinę reprezentuje bełkot przypominający wyśmiewany przez Alana Sokala i Jeana Bricmonta (1998) język słynnych postmodernistów, kwalifikacja takiej psychologii jako szkodliwej pseudonauki wydaje się bezdyskusyjna. Jednak granica między światem uczonych i światem szamanów nader często nie przebiega tu tak wyraźnie, jak w naukach przyrodniczych, gdzie bełkot taki można konfrontować z precyzyjnie sformułowanymi i zwykle niezłe empirycznie udokumentowanymi teoriami. Zafascynowani (i słusznie!) utwaloną tam sytuacją Witkowski i Fortuna zdają się zapominać o szczególnym usytuowaniu psychologii, która, choć zazwyczaj bliska bywała eksperymentalnemu przyrodoznawstwu, to przecież dzieliła z naukami humanistycznymi niektóre ich niezbywalne słabości.

To prawda, że tradycja humanistyczna, akcentująca zasadniczą rolę pojmowanego w duchu Diltheya rozumienia, przeciwstawianego scjentyście zakotwiczonemu wyjaśnianiu przyczynowemu odwołującemu się do ogólnych praw, z perspektywy głównego nurtu psychologii akademickiej jawi się jako wyraźnie zmarginalizowana. Jednak pretensje wobec badaczy-eksperymentatorów formułowane przez idiograficznie nastawionych, odwołujących się do odmiennej epistemologii psychologów humanistycznych (zwłaszcza spod znaku konstrukcjonizmu społecznego) nie zawsze zasługują na całkowite zdezwajanie (Jost i Kruglanski, 2002; też Stroebel i Kruglanski, 1989). W tym kontekście nie dziwi, iż ograniczona przydatność oferty psychologii akademickiej dla zdesperowanych praktyków, dostrzegających słabe i/lub niejasne powiązania między teoriami powstałymi na jej gruncie a wykorzystywanymi oddziaływaniami terapeutycznymi, skłania ich do czerpania wiedzy z różnych źródeł. Niekiedy również takich, które nie mieszczą się w humanistycznych tradycjach psychologii!

Płynne i nieokreślone bywają granice między naszą dyscypliną pojmowaną jako nauka (w sensie *science*) a zarówno jej humanistycznymi odpowiednikami, jak i sposobami myślenia o człowieku, ukształtowanymi w ramach rozmaitych systemów filozoficznych, religijnych czy psychologii potocznej usankcjonowanej zwyczajem. One również dostarczają (wcale nie tak rzadko!) teoretycznego zaplecza niektórym praktykom terapeutycznym, które można odnaleźć zarówno w takich czy innych niszach kulturowych, jak i w elitarnych środowiskach opiniotwórczych Zachodu.

Pamiętać przy tym należy, że systemy terapeutyczne mogą efektywnie pełnić funkcje placebo bądź realizo-

wać zadania podobne do utrwalonych praktyk, obserwowanych w różnych kulturach niezachodnich (por. np. Matsumoto i Juang, 2007) czy okresach (epokach) historycznych (por. np. Brodniak, 2000). Wyniki badań wyraźnie wskazują na współwystępowanie uniwersalnych i kulturowo specyficznych aspektów psychoterapii, w tym z powodzeniem odwołujących się do lokalnych wierzeń religijnych czy praktyk szamańskich. Usiłuje się tam łączyć elementy tradycyjnej psychoterapii ze sposobami oddziaływania właściwymi dla danego środowiska kulturowego, tworząc niepowtarzalne systemy leczenia (Matsumoto i Juang, 2007). Nie zawsze można odnosić te systemy do zaplecza teoretycznego zrodzonego dla potrzeb adekwatnego opisu człowieka Zachodu. Wiele danych wskazuje, że skuteczna psychoterapia wymaga trafnej diagnozy związków między stanem psychicznym pacjenta a jego funkcjonowaniem w specyficznym kontekście społeczno-kulturowym (*ibidem*).

Jako wręcz kluczowe jawi się zagadnienie międzykulturowej i historycznej zmienności pojmowania nieprzy stosowania i zaburzeń psychicznych (Brodniak, 2000; Matsumoto i Juang, 2007) – uwzględnienie ich osadzenia w odmiennych kontekstach może pomóc zrozumieć czasoprzestrzenne ograniczenia skuteczności poszczególnych praktyk terapeutycznych. Wyłania się wówczas problem przydatności jako ich teoretycznego zaplecza takich koncepcji, które lokują się na dalekich peryferiach głównego nurtu psychologii akademickiej albo nawet wkraczają w obszary, które wyraźnie należą do pseudonauki.

Odwołująca się do tej ostatniej praktyka, którą Witkowski i Fortuna nazywają pseudoterapią, może prowadzić do skutków zarówno negatywnych, jak i – przynajmniej w przypadku niektórych jej odmian – mniej lub bardziej pozytywnych. Jako egzemplifikację spektakularnego niepowodzenia, a nawet szkodliwości takich oddziaływań słusznie przywołują niektóre próby wykorzystywania wpływowej spuścizny Freuda, cieszącej się ostatnimi czasy nienajlepszą reputacją w kręgach psychologii akademickiej (choć poza nią – w różnych sferach kultury zachodniej – freudowska psychoanaliza wciąż miewa się całkiem dobrze).

Oczywiście, sygnalizacja istniejącego stanu rzeczy nie oznacza usprawiedliwiania intelektualnych nadużyć. Zawsze jako wielce naganne jawi się bezzasadne powoływanie nawet najbardziej efektywnego praktyka na autorytet psychologii akademickiej, jeśli wykorzystywane zaplecze teoretyczne wyraźnie nie spełnia minimalnych standardów naukowości, zwłaszcza zaś gdy przywoływane twierdzenia zupełnie pozbawione są sensu empirycznego. Rozważania nad przydatnością danej teorii do interwencji terapeutycznych często wymagają dookre-

ślenia, w jakiej relacji pozostaje ona względem wąsko pojmowanej (na sposób pozytywistyczny) nauki bądź, alternatywnie, względem możliwie jasno zdefiniowanej pseudonauki (nie w pełni z tamtą rozłącznej i niekoniecznie wyłącznie negatywnie ocenianej). Przy tym nie należy pomijać w takich rozważaniach osobliwości tradycji psychologii, z jej ustawicznymi poszukiwaniami własnej tożsamości, ciągłym miotaniem się między (na ogół jej bliższymi) naukami przyrodniczymi a humanistyką.

Zabrakło mi w tekście Witkowskiego i Fortuny choćby wzmianki o innych praktycznych zastosowaniach psychologii. Czy pokrewne dylematy pojawiają się w przypadku czerpania z ogólnej wiedzy psychologicznej przy próbach usprawniania funkcjonowania organizacji (zwłaszcza zarządzania nimi), oddziaływań marketingowych czy rozwiązywania problemów edukacyjnych? A może relacje między praktyką terapeutyczną a jej teoretycznym zapleczem nie mają swoich odpowiedników w innych obszarach zastosowań ogólnej wiedzy psychologicznej? Ale nawet bez próby odpowiedzi na te i pokrewne pytania ich tekst jest inspirujący i pouczający, sygnalizuje ważne dylematy podskórnymi (i nie tylko podskórnymi) nurtujące nasze środowisko.

LITERATURA CYTOWANA

- Brodniak, W. A. (2000). *Choroba psychiczna w świadomości społecznej*. Warszawa: Oficyna Naukowa.
- Grobler, A. (2006). *Metodologia nauk*. Kraków: Wydawnictwo Aureus-Znak.
- Jost, J. T., Kruglanski, A. W. (2002). The estrangement of social constructionism and experimental psychology: history of the rift and prospects for reconciliation. *Personality and Social Psychology Review*, 6, 168–187.
- Matsumoto, D., Juang, L. (2007). *Psychologia międzykulturowa*. Gdańsk: GWP.
- Sokal, A., Bricmont, J. (1998). *Modne bzdury. O nadużywaniu pojęć z zakresu nauk ścisłych przez postmodernistycznych intelektualistów*. Warszawa: Prószyński i S-ka.
- Stroebe, W., Kruglanski, A. W. (1989). Social psychology at epistemological cross-roads: on Gergen's choice. *European Journal of Social Psychology*, 19, 485–489.

On the theoretical basis of psychotherapy

Maciej Dymkowski

Warsaw School of Social Psychology, Wrocław Faculty

Abstract

The critique by Witkowski and Fortuna of pseudoscience which sometimes serves as a theoretical basis of psychotherapy is valid, but the authors should take into account that the border between pseudoscience and academic psychology is vague and difficult to define.

Key words: pseudoscience, psychology, psychotherapy