Omówienia książek i czasopism

Tomasz Witkowski
ZAKAZANA PSYCHOLOGIA. TOM I. POMIĘDZY NAUKĄ A SZARLATANERIĄ
Biblioteka Moderatora, Taszów 2009, stron 442
ZAKAZANA PSYCHOLOGIA. TOM II. NAUKA KULTU CARGO I JEJ OWOCE
Wydawnictwo CiS, Warszawa 2013, stron 427

„Zakazana psychologia" to – wbrew tytułowi – książka o koncepcjach psychologicznych i rodzajach psychoterapii raczej promowanych niż zakazywanych, chociaż zdaniem autora na ten szacunek i popularność w żadnej mierze nie zasługują. Witkowski przykładowo uważa, że wiele spośród procedur diagnostyki psychologicznej jest bezwartościowa i na dowód tego przytacza nieraz bardzo przekonujące argumenty. Na przykład testy projekcyjne (zwłaszcza test Rorschacha): wiarygodność wniosków z tych badań jest co najmniej wątpliwa, wydaje się nawet, że mówią one więcej o przeżywaniu badających (osób interpretujących je) niż badanych. Twierdzi on, że wiele powszechnie stosowanych przez psychologów sposobów pomagania ma charakter pseudonaukowy i opiera się na irracjonalnych założeniach. Przytacza opinie i fakty, z których wynika, że powszechne przekonania są bezzasadne, np. o znacznej częstości traum wczesnodziecięcych determinujących zaburzenia przeżywania – zwłaszcza wykorzystywania seksualnego czy molestowania w dzieciństwie, o powszechności zaburzeń będących konsekwencją alkoholizmu w rodzinie (DDA), o korzyściach z katharsis (zwłaszcza ekspresji złości i gniewu) czy „wybaczania", o roli emocji i znaczeniu patologii rodziny itp. Przypomina też historię dostarczanych przez C. Burta oszukańczych „dowodów" na dziedziczną naturę inteligencji.

To tylko niektóre spośród licznych wątków analizy rozmaitych obszarów psychologii, analizy opartej zarówno na literaturze, jak i na licznych, barwnie opisanych materiałach źródłowych. Wprawdzie towarzyszą temu także przykłady wyników eksperymentów budzących zaufanie, poprawnych metodologicznie i sprawdzających się w praktyce, przeważają jednak informacje o tym, co jest irracjonalną wiarą, odległą od naukowości, do której pretenduje psychologia. Wiele miejsca w obu tomach zajmuje krytyka paranaukowych teorii psychoterapii i poszukiwanie odpowiedzi na pytanie, dlaczego – mimo ewidentnego braku podstaw – wciąż jeszcze są one poważnie traktowane. Witkowski dostrzega tu analogię między powstawaniem tych nurtów psychoterapii i uzyskiwaniem przez nie społecznej akceptacji a mechanizmami „kultu Cargo" (R. Feynman, 1974).

Budzi wprawdzie wątpliwości traktowanie i opisywanie w tej książce psychoterapii tak, jakby była ona wyłącznie integralną częścią psychologii. Chociaż jest to sposób myślenia właściwy bardzo wielu, jeśli nie większości współczesnych psychologów, jednak mija się z realnością (czy wobec tego nie jest per se nienaukowy?). Leczenie zaburzeń zdrowia, także psychicznego, jest przecież zależne przede wszystkim od poziomu wiedzy medycznej i trafności składających się na nią teorii, a nie od psychologii. Czy nie słuszniej byłoby więc tropić pseudonaukowe twierdzenia dotyczące psychoterapii raczej w medycynie, zwłaszcza psychopatologii (np. w małej trafności systemów klasyfikacyjnych)?

Niemniej ogromną wartością analiz przeprowadzanych przez Witkowskiego jest ujawnianie bezpodstawności fantazji składających się na twierdzenia tych teorii psychoterapii i związanych z nimi różnych „modalności", które powstały właśnie na gruncie psychologii. Dostarczają one argumentów na brak podstaw naukowych i ograniczoną wiarygodność przekonań oraz szkodliwość rozmaitych procedur, takich jak „odzyskiwanie pamięci". Podważają wiarygodność i zasadność twierdzeń psychoanalizy. Przedmiotem krytyki są także

„programowanie neurolingwistyczne", „terapia Hellingera", „kinezjologia edukacyjna", metody Simontona, Domana-Delcato, terapia więzi (holdingu), rebirthing, rehabilitacyjne procedury Vojty, NDT-Bobath itp. Niektóre opisy stosowania tych podejść w praktyce, szczególnie w terapii małych dzieci, budzą przerażenie. Wiele miejsca w pierwszym tomie zajmuje też opis sporu o zasadność krytyki NLP, ilustrujący niejako „na żywo" niektóre mechanizmy podtrzymywania wiary w pseudonaukowe hipotezy.

Głównym nurtem wywodów, przedstawionych chwilami w formie przypominającej sensacyjny reportaż, jest protest przeciwko lekceważeniu standardów naukowych oraz próba wskazania na niektóre z mechanizmów prowadzących do powstawania i utrzymywania się pseudonaukowych koncepcji teoretycznych i terapeutycznych. Ich źródłem jest nieraz irracjonalne myślenie, wyobrażenia i fantazje zastępujące rzetelne analizy faktów. Witkowski krytycznie ocenia też metodologię badań mających uzasadniać twierdzenia tych teorii i wskazuje na niektóre źródła mitów dotyczących skuteczności psychoterapii. Ale sugerowana przez niego alternatywa skorzystania z modelu „evidence based medicine" wydaje się mało zasadna. Tylko dwa zgodne wyniki niezależnych (czy to w ogóle możliwe?) badań, ujednolicenie oddziaływań mimo indywidualnych różnic specyfiki zaburzeń – to standardy bardzo odległe od realności i naukowej rzetelności.

Witkowski uważa, że za pseudonaukowość wielu fragmentów wiedzy psychologicznej i psychoterapeutycznej w znacznej mierze odpowiada obecny system publikowania prac badawczych, niezabezpieczający przed uchybieniami popełnianymi przez autorów. Egzemplifikacją tych zjawisk jest bardzo zabawny opis losów jego własnej publikacji prezentującej wymyślony system terapeutyczny oparty na hipotezach „pola morfogenetycznego" i „rezonansu morficznego". Historia ta doskonale ilustruje niektóre mechanizmy prowadzące do implementacji pseudonaukowych bzdur w systemach przekonań, na których opiera się psychoterapia, i ułatwiające rozpowszechnianie bezwartościowych praktyk.

Książka pisana jest z perspektywy psychologa społecznego i nic dziwnego, że w poszukiwaniu przyczyn ograniczeń wiedzy psychologicznej i praktyki psychoterapii Witkowski zwraca uwagę m.in. na słabość kontroli społecznej i sposób funkcjonowania środowisk psychoterapeutycznych. Wskazuje przy tym na okoliczności związane z powszechnymi oczekiwaniami społecznymi, ale przede wszystkim na rozbieżność dążenia do rzetelności naukowej ze strategiami dążenia do uzyskania znaczącej pozycji społecznej, i komercyjnością „psychobiznesu". Z bliskich nam przykładów przytacza m.in. działania zmierzające do formalnego uznania wszystkich odmian psychoterapii za równoprawne, bez względu na ich rzeczywistą wartość, byleby były reprezentowane przez jakieś „stowarzyszenie". Cytuje też kuriozalne argumenty jednego z ministrów RP uzasadniające umieszczenie na liście zawodów, których wykonywanie jest w Polsce dopuszczalne, bioenergoterapeuty, astrologa, wróżbity, refleksologa, radiestety itp. Może to dobrze, że wciąż jeszcze nie ma wśród nich zawodu psychoterapeuty…

Warto też poświęcić uwagę rozdziałom omawiającym praktykę opiniowania sądowo-psychologicznego. Opisują one mechanizmy powodujące często niewielką rzetelność opinii i wskazują na traumy, na jakie praktyka orzecznicza naraża opiniowanych (głównie w przypadku orzekania o wiarygodności zeznań dotyczących molestowania dzieci). Jak się wydaje, wiele spośród tych uwag mogłoby w równej mierze dotyczyć orzecznictwa sądowo-psychiatrycznego, a z pewnością uprzytomnia ograniczenia współpracy z biegłymi psychologami.

Nie tylko specjalnie poświęcone temu strony, ale właściwie całą książkę (którą autor określił jako popularnonaukową) można potraktować jako poradnik ochrony przed szarlatanami. Wydaje się jednak, że – wbrew jego intencji – niekwalifikowany czytelnik nie wyniesie z lektury takich korzyści jak profesjonaliści. Powodując nieraz dysonans poznawczy, może skłaniać psychoterapeutów i psychologów do weryfikacji wielu poglądów

traktowanych przez nich często jak paradygmaty. Wartość tych prowokacji intelektualnych, a także rozpoczętej w 2012 roku akcji pt. „Psychologia to nauka, nie czary", jest niewątpliwa. Świadczą o tym chociażby emocje czytelników pierwszego tomu.

Sądzę, że z lektury książek Witkowskiego korzyść mogą wynieść przede wszystkim psychiatrzy, a pośrednio ich pacjenci. Bywamy czasami zbyt mało krytyczni wobec tego, co proponują psycholodzy i psychoterapeuci, z drugiej strony – do niedawna nie umieliśmy korzystać z oferowanych przez nich możliwości. Dlatego każdy lekarz, zwłaszcza na co dzień współpracujący z psychologami, powinien uważnie zapoznać się z treścią tych tomów.

Prof. dr hab. Jerzy Aleksandrowicz

Z. Lew-Starowicz, K.J. Filipiak, A. Januszewicz, P. Radziszewski, A. Mamcarz, M. Lew-Starowicz, A. Prejbisz, B. Puchalski, J. Szeligowska
KARDIOSEKSUOLOGIA
Wydawnictwo Medical Edducation, Warszawa 2011, stron 168

Związek pomiędzy psychiką człowieka a funkcjami jego organizmu, a zwłaszcza serca, był dostrzegany od najdawniejszych czasów. Mimo iż dopiero w ostatnich dekadach znalazł on swoje naukowe uzasadnienie, już znacznie wcześniej zwracano uwagę na psychofizyczną jedność człowieka i implikacje terapeutyczne, jakie ten fakt za sobą pociąga. Choroby serca, a zwłaszcza choroba niedokrwienna, stanowią wręcz modelowy przykład dokonującej się ewolucji od redukcjonizmu w stronę medycyny holistycznej. W ostatnich latach obserwuje się znaczący wzrost zainteresowania rolą czynników psychospołecznych w patogenezie i przebiegu choroby wieńcowej. Szczególną uwagę zwraca się na współistniejące objawy psychopatologiczne (depresja, lęk), cechy osobowości i wzory zachowań (osobowość typu A, wrogość, agresywność), izolację i brak wsparcia społecznego oraz narażenie na ostry i przewlekły stres. Coraz więcej miejsca poświęca się emocjonalnemu przeżywaniu przez pacjenta choroby i ograniczeń z niej wynikających. Lęk czy przygnębienie chorego okazuje się mieć istotny wpływ na długoterminowe rokowanie, jakość życia, przebieg leczenia i rehabilitacji.

Wzrost zainteresowania tak kardiologów, jak i psychiatrów problematyką zdrowia psychicznego pacjentów ze schorzeniami układu sercowo-naczyniowego znajduje swój wyraz również na łamach specjalistycznych czasopism czy w ramach wspólnych szkoleń i konferencji. Coraz więcej chorych jest kierowanych przez lekarzy kardiologów na konsultacje u psychiatry i coraz częściej psychiatra musi zmierzyć się ze specyfiką problemów psychologicznych i psychopatologicznych pacjenta kardiologicznego. Wśród problemów często pomijanych podczas rutynowego badania – czy wręcz bagatelizowanych – znajdują się zaburzenia seksualne. Psychiatra musi być świadomy ich istotności oraz wieloczynnikowej etiologii.

Z tego powodu z dużym zainteresowaniem sięgnęłam po „Kardioseksuologię". Jest to książka o charakterze interdyscyplinarnym, napisana w bardzo przystępny sposób przez wybitnych specjalistów z różnych dziedzin medycyny. Pozwala spojrzeć na problem dysfunkcji seksualnych z punktu widzenia seksuologa, urologa, internisty, kardiologa i hypertensjologa. Poszczególne zagadnienia ilustrowane są opisami przypadków, a czytelnik otrzymuje praktyczne wskazówki terapeutyczne. Jestem przekonana, że książka będzie dla mnie bardzo pomocna w codziennej praktyce klinicznej. Natomiast ze zdumieniem przyjęłam, iż autorzy nie uwzględnili rozdziału, który omawiałby problem zaburzeń erekcji widziany okiem psychiatry. Przecież to właśnie zaburzenia psychiczne – zwłaszcza