

## Czy „naukowe” oznacza „skuteczne”?

Maciej Świeży

*Instytut Psychologii, Uniwersytet Jagielloński*

Tekst stanowi komentarz do artykułu Witkowskiego i Fortuny „O psychobiznesie, tolerancji i odpowiedzialności, czyli strategii czystych uczonych”. Koncentruje się na rekonstrukcji i dyskusji zawartego w analizowanym artykule rozumowania dotyczącego relacji między naukowym charakterem a efektywnością działań terapeutycznych i wspierających rozwój. Autor zwraca uwagę na rozłączność kategorii „naukowości” i „efektywności”

oraz na porównywalną skuteczność interwencji terapeutycznych o różnym stopniu naukowego uzasadnienia. Postuluje łączenie odpowiedzialności za jakość propagowanej wiedzy z otwartością na badanie warunków skuteczności nienaukowych interwencji terapeutycznych i metod samorozwoju.

*Słowa kluczowe:* psychoterapia, samorozwój, nauka

Artykuł Witkowskiego i Fortuny ma silny wydźwięk polemiczny związany z ożywioną dyskusją dotyczącą etycznej oceny opisywanej w nim prowokacji, jak i związanego z nią zachowania redakcji *Charakterów*. Jeżeli jednak pozostawi się na boku ten aspekt zagadnienia, można odnaleźć w artykule intrygujące rozumowanie dotyczące relacji między nauką a różnego rodzaju działaniami praktycznymi. Niniejszy komentarz jest poświęcony rekonstrukcji i dyskusji wyводу zawartego w pierwszej części tekstu. Wywód ten można streścić w następujący sposób:

1. Psychoterapia i psychologiczne formy samorozwoju mogą pomagać lub szkodzić, powinny więc być obiektem szczególnej troski i kontroli społecznej.

2. „Prawdziwe” terapie (w domyśle: również formy samorozwoju) są (a) naukowe (spełniają kryteria falsyfikowalności, intersubiektywnej dostępności itp.) i (b) mają empirycznie potwierdzoną skuteczność.

3. Pseudoterapie (w domyśle: również formy samorozwoju) nie spełniają kryteriów naukowości, nie mają potwierdzonej skuteczności i są wprowadzane na rynek usług psychologicznych przede wszystkim z pobudek finansowych (psychobiznes).

4. Naukowcy są moralnie zobligowani do podejmowania działań demaskujących pseudonaukę (nazywaną rów-

nież, nietrafnie, szamanizmem). Chronią w ten sposób społeczeństwo przed zgubnymi skutkami pseudoterapii.

Rozumowanie to zawiera stwierdzenia, z którymi trudno przynajmniej częściowo się nie zgodzić. Zdaniem autora niniejszego tekstu, niektóre znajdujące się w nim ukryte założenia i skróty myślowe nie są jednak oczywiste i wymagają głębszej refleksji.

Rozpoczynając od spraw istotnych, choć pozornie jedynie definicyjnych – określenia „pseudonauka” używa się w komentowanym tekście w znaczeniu „konceptja, która nie spełnia kryteriów naukowości” (a zatem nie-nauka), podczas gdy słownikowe znaczenie odnosi się raczej do koncepcji, które nie spełniają kryteriów naukowości, ale do niej pretendują. Co jednak, jeśli jakaś forma interwencji terapeutycznej nie rości sobie pretensji do bycia naukową w empirycznym, neopozytywistycznym rozumieniu tego terminu? Jak powinniśmy traktować interwencje uzasadniające swoją skuteczność zdroworozsądkowo, odwołujące się do humanistycznej i idiograficznej tradycji w psychologii albo wręcz do filozofii czy religii?

Na uwagę zasługuje tutaj fakt, że autorzy traktują łącznie psychoterapię oraz bliżej niesprecyzowany „obszar tzw. samorozwoju”. Trudno określić, co dokładnie mają na myśli, używając tego sformułowania – czy obejmuje ono np. treningi interpersonalne, grupy wsparcia, doradztwo personalne, „grupy świadomościowe”? Jeżeli tak, czy również tej sfery powinien dotyczyć imperatyw dostosowania do wymogów naukowości? Przyjmując taki pogląd, należałoby rozszerzyć go konsekwentnie na joga

---

Maciej Świeży, Instytut Psychologii, Uniwersytet Jagielloński,  
ul. Mickiewicza 3, 31-120 Kraków,  
e-mail: m.swiezy@uj.edu.pl

i praktyki medytacyjne czy też działania związane z rozwojem duchowym w nurcie którejkolwiek z religii.

Na zarysowanej w artykule silnej opozycji nauki i nie-nauki opiera się wyrażone nie wprost przekonanie, że nauka z zasady obejmuje podejścia adekwatne i skuteczne, podczas gdy nie-nauka – w najlepszym razie niepowodujące zmian na gorsze. Zastanawiając się nad tym poglądem, warto zwrócić uwagę, że kategorie naukowości i efektywności nie są tożsame – innymi słowy osiągnięcie celu działania niekoniecznie wiąże się z adekwatną, empirycznie zweryfikowaną wiedzą o jego mechanizmie. Wystarczy tu przywołać zjawisko śmiertelnych konsekwencji kłąt *voodoo* – bez wątpienia opartych na nienaukowym systemie wierzeń, ale jednocześnie wykazujących skuteczność potwierdzoną co najmniej anegdotycznie (por. Cannon, 1957). Szybki rzut oka na zawartość akademickiego podręcznika psychoterapii pozwala stwierdzić, że w środowisku naukowym wciąż trwa ożywiona dyskusja nad porównawczą skutecznością jej głównych nurtów (Jakubowska, 1994). Czy trwałaby ona dalej, gdyby o skuteczności np. terapii Gestalt miała decydować jej naukowość?

Zdaniem autora niniejszego tekstu, wyznaczanie granic między koncepcjami z silnym zapleczem empirycznym i teoretycznym a aspirującą do tego miana pseudonauką rzeczywiście należy do zadań uczonych zajmujących się tym obszarem psychologii. Warto jednak robić to ze świadomością aktualnego stanu zaawansowania wiedzy psychologicznej, która nie doczekała się jeszcze chyba kompleksowej, w pełni naukowej szkoły terapeutycznej o niezaprzeczalnej, wyraźnej przewadze nad innymi. Dobrym uzupełnieniem dla dbałości o rzetelność propagowanych koncepcji może być zatem właśnie otwarta postawa badacza – poszukiwanie i konceptualizacja mechanizmów decydujących o skuteczności (lub braku skuteczności) rozmaitych interwencji terapeutycznych – zarówno naukowych, jak i nienaukowych.

#### LITERATURA CYTOWANA

- Cannon, W. B. (1957). „Voodoo” Death. *Psychosomatic Medicine*, 19, 182–190.  
 Jakubowska, U. (1994). Badania nad psychoterapią. W: L. Grzesiuk (red.), *Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specyficzne problemy* (s. 86–101). Warszawa: PWN.

## Does „scientific” mean „effective” ?

Maciej Świeży

*Institute of Psychology, Jagiellonian University*

#### Abstract

The text comments on an article by Witkowski and Fortuna “On psycho-business, tolerance and responsibility or strategies employed by pure scientists”. Its main focus is on reconstruction and discussion of some statements regarding the relation between scientific character and effectiveness of psychotherapy and self-development techniques. The author points out that effectiveness and adhering to scientific standards are separate categories and that comparable levels of effectiveness are ascribed to therapeutic approaches with different levels of scientific justification. The author suggests combining responsibility for the quality of knowledge presented to the public with openness toward investigating grounds of effectiveness of “non-scientific” therapies and self-development techniques.

*Key words:* psychotherapy, self-development, science