

Recenzja rozprawy doktorskiej mgr Moniki Romanowskiej
**„Ewolucja ujęcia procesów nieświadomych w wybranych teoriach poznawczo-
behawioralnych**
Rekonstrukcja, analiza i dyskusja”

Mgr Monika Romanowska jako dorobek w przewodzie doktorskim przedstawiła 4 publikacje. Dwie z nich opublikowane w „Psychoterapii” (2021r.) i dwie w „Theory & Psychology” (2020 i 2021 r.). We wszystkich publikacjach współautorem jest promotor rozprawy doktorskiej, prof. Bartłomiej Dobroczyński, który swój udział w przygotowaniu publikacji opisuje w następujący sposób: „Zredagowanie fragmentów pracy, uzupełnienie piśmiennictwa, korekta opracowania. Procentowy wkład w ich powstanie oceniam na 20 %. Oświadczam, że samodzielne i możliwe do wyodrębnienia części wyżej wymienionych prac wykazują indywidualny wkład mgr Moniki Romanowskiej przy opracowywaniu koncepcji oraz redagowaniu pracy”. W związku z tym oświadczeniem będę odwoływał się tekście mojej recenzji tylko do nazwiska Doktorantki

Wszystkie publikacje to analiza tekstów źródłowych „metodą racjonalnej rekonstrukcji” – jak nazywa ją Doktorantka.

Cele swoich publikacji mgr Monika Romanowska przedstawia na str. 11 i 12 38-stronicowego tekstu „skrócony opis rozprawy doktorskiej...”. Są one następujące:

1. Rekonstrukcja, czyli historyczny opis form, jakie przybierało pojęcie nieświadomości w teoriach poznawczo-behawioralnych oraz przemian w tych formach.
2. Analiza budowy pojęcia nieświadomości w poszczególnych teoriach.... psychoanaliza, behawioryzm, fenomenologia i psychologia poznawcza.
3. Usytuowanie wybranych teorii poznawczych i behawioralnych w kontekście ekonomicznym, politycznym, instytucjonalnym i kulturowym, a także identyfikacja wartości i czynników, które mogły wpłynąć na ujęcie nieświadomości w wybranej teorii.

Doktorantka pisze, że istnieje bardzo wiele „kategorii” nieświadomości i wiele prób rozumienia ich znaczenia dla funkcjonowania człowieka. Stąd cele jej publikacji to: z jednej strony ustalenie stopnia logicznej i merytorycznej spójności istniejących rozstrzygnięć w tym zakresie, z drugiej zaś o zbadanie do jakich implikacji mogą one prowadzić w terapeutycznej praktyce, a psychoterapeuci i psychologowie kliniczni będą mogli lepiej zrozumieć podstawy teoretyczne prowadzonej przez siebie praktyki. Przyznaje, że opracowano już wiele takich

analiz, ale było to w latach 50-70-tych i nie dotyczą one nowych opracowań w obrębie terapii poznawczo-behawioralnej.

Doktorantka w swoich publikacjach skupia się najczęściej na pracach Aarona Becka, twórcy terapii poznawczej w zastosowaniu do leczenia osób z zaburzeniami depresyjnymi. Opis jego „zmagania się” z pojęciem nieświadomości jest tematem dwóch publikacji zamieszczonych w „Psychoterapii” – pierwszy dotyczy analizy tekstów Becka w początkowym okresie prac nad psychoterapią poznawczą (do lat 60-tych), drugi modyfikacji rozumienia przez niego problematyki nieświadomości w późniejszych pracach.

Mgr Romanowska przeprowadza analizę bardzo wielu tekstów i wykazuje, że Beck unikał włączania nieświadomości do teorii powstawania zaburzeń depresyjnych i innych zaburzeń, chociaż sam wywodził się z nurtu psychoanalitycznego. Tłumaczy to obserwowaną niechęcią do psychoanalizy w tym okresie w środowisku terapeutów behawioralno-poznawczych, okolicznościami społecznymi (okres zimnej wojny), okolicznościami zatrudnienia Autora koncepcji. Gdy tymczasem, jak pisze Doktorantka, Beck nie tyle odrzucił „nieświadomość”, tylko inaczej rozumiał to co nie jest uświadamiane. Jako nieświadome uznawał myśli automatyczne oraz nieświadome schematy poznawcze. To było odmienne niż u Freuda rozumienie nieświadomości, ale nie zaprzeczające jej znaczenia. Schematy nadawały znaczenie funkcjonowaniu osoby, czyniły wiele z tych zjawisk irracjonalnymi, ale w tym rozumieniu, nie stanowiły siły motywującej, nie były główną przyczyną konfliktu intrapsychoicznego.

Odniosłem wrażenie, że Doktorantka po dokonaniu rzetelnej analizy tekstów Becka, jego listów i innych materiałów, czuła się rozczarowana, że psychoanalityk z wykształcenia, zaprzecza istnieniu podstawowej tezy psychoanalizy o znaczeniu nieświadomości, stąd te próby tłumaczenia Autora o „unikaniu” tematu nieświadomości. Pisze: „Naczelny wyzwanie dla twórcy terapii poznawczej było pogodzenie znajomego sposobu prowadzenia terapii przez jego mentorów i przyjaciół z wymaganiami nowoczesnej nauki oraz jego własnym egalitarnym stylem. Nieświadoma motywacja musiała paść ofiarą tego wyzwania” (s. 76).

Postanowiła więc szukać dalej i pewnie stąd analiza późniejszych publikacji Becka, zaprezentowana w drugiej publikacji w „Psychoterapii”: „Procesy nieświadome we współczesnej terapii poznawczej Aarona Becka”.

Mgr Romanowska pisze: „Według popularnych opinii (Bloch, 2004; Weishaar, 2007), Beck, pionier i twórca terapii poznawczej, był buntownikiem wątpiącym w słuszność „nienaukowych” teorii psychodynamicznych, który odrzucił i wyeliminował pojęcie nieświadomości ze swojej teorii. W związku z tym, że opinia ta wydaje się niezgodna z treścią

publikacji samego Becka oraz z tym, że model teoretyczny procesów nieświadomych w teorii poznawczej jest rozsiany w różnych publikacjach, podjęto się stworzenia spójnej rekonstrukcji konceptualizacji pojęcia nieświadomości”, (s.17 autoreferatu).

Znowu wiele bardzo ciekawych analiz wielu publikacji, nie tylko Aarona Becka, ale także autorów zajmujących się psychologią poznawczą. I podsumowanie tych analiz: „Pojęcie nieświadomości nie zostało wyeliminowane ze współczesnej teorii terapii poznawczej. W swojej konceptualizacji tego pojęcia Beck przybliżył się do psychologii poznawczej lat osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych - uznaje procesy nieświadome (poznawcze, afektywne, motywacyjne i behawioralne) za adaptacyjne, aczkolwiek niezbyt skomplikowane” (s. 19 autoreferatu). Doktorantka pokazuje, jak rozszerza się zakres rozumienia schematów o elementy emocjonalne i motywacyjne. Wydaje się, że ta zmiana w rozumieniu nieświadomości, obserwowana w twórczości Aarona Becka, to efekt wyjścia poza teorie psychoterapeutyczne i korzystanie z tego co wnosi do nauki psychologia poznawcza. Teorie psychoterapeutyczne zdają się „dopasowywać” rzeczywistość, w tym rozumienie pacjenta, do czysto teoretycznych założeń, trudnych do empirycznej weryfikacji. Teorie naukowe (tutaj psychologia poznawcza) poszukują weryfikacji i pogłębionej analizy formułowanych założeń teoretycznych.

Co to oznacza dla praktyki? Dopuszczenie możliwości, że „terapeuta wie lepiej”, ponieważ może polegać nie tylko na danych od pacjenta, ale także na własnych obserwacjach zachowania pacjenta i na interpretowaniu zdarzeń z jego życia. Wydaje się jednak, że w procesie psychoterapii, także poznawczej, nie tylko terapeuta ale to właśnie pacjent dowiaduje się „więcej” analizując własne doświadczenia życiowe i swoje zachowania.

Sformułowanie, że pojęcie nieświadomości nie zostało wyeliminowane w teorii Becka, wydaje się niewystarczająco satysfakcjonujące i pewnie stąd Doktorantka w trzeciej publikacji postanowiła jeszcze raz przeanalizować rozumienie nieświadomości w teorii Becka i pokazać jej „braki” (tak przynajmniej ja rozumiem cel takiej analizy).

Na str. 225 pisze” „The aim of the present article is, therefore, to provide an outline reconstruction of the perspective on unconscious processes offered in Beck’s theory, which will make it possible to identify the insufficiently refined fragments in his reasoning”.

Kolejna ciekawa analiza tekstów Aarona Becka. Tym razem oparta na pewnych założeniach, że sposób w jaki Beck opisuje nieświadomość jest „eklektyczny” i oparty na czterech perspektywach: fenomenologicznej, psychoanalitycznej, poznawczej i behawioralnej. I drugie założenie, że jego koncepcja ma dwie słabości: nie uwzględnia sprzeczności między reprezentacjami czy postawami na poziomie nieświadomym i świadomym oraz nie proponuje

modelu rozumienia potrzeb podstawowych. Mimo tego Doktorantka uważa, że ważne są także inne aspekty rozumienia miejsca nieświadomości w teorii Becka.

Po ciekawych porównaniach teorii Becka do fenomenologii, psychoanalizy, teorii poznawczych formułuje niekoniecznie zadowalające Ją wnioski - że Becka teoria nieświadomości to jest raczej teoria przedświadomości, a wpływ na nią psychologii poznawczej jest wybiórczy – stąd rozumienie procesów nieświadomych jako automatyczne i przystosowawcze. A braki tej teorii to brak sprzeczności między nieświadomym i świadomymi przekonaniem oraz brak teorii na temat potrzeb podstawowych i regulacji konfliktów między nimi (por. s. 237). Brzmi to, jakby Doktorantka ciągle nie była zadowolona z koncepcji Aarona Becka. Pytanie tylko czy teoria o istnieniu konfliktu między świadomym a nieświadomym, znaczenia tzw. podstawowych potrzeb (wg psychoanalityków to popędy) dla funkcjonowania osoby zostały kiedykolwiek udokumentowane naukowo. Można odnieść wrażenie, że Doktorantka zdecydowanie „wierzy”, że podstawowe tezy psychoanalizy o nieświadomości, zwłaszcza dotyczące konfliktów, „muszą” znaleźć się w każdej teorii wyjaśniającej funkcjonowanie osoby.

Czwarta publikacja nosi tytuł: *The unconscious in a new guise: Latent processes in two theories of the third wave of cognitive behavioral therapy*, opublikowana w *Theory & Psychology*, 31(6), 867–886. Doktorantka jako przedmiot własnej analizy wybrała dwie teorie: ram relacyjnych Stevena Hayes'a (relational frame theory – RFT, leżącej u podstaw terapii akceptacji i zaangażowania oraz teorii interaktywnych subsystemów poznawczych Teasdale'a i Barnarda (interacting cognitive subsystems – ICS, leżących u podstaw terapii opartej na uważności. Píše, że wybrała je ze względu na to, że oba reprezentują tak zwaną trzecią falę CBT, charakteryzującą się większym naciskiem na kontekst niż na zawartość (czyli naciskiem na to, co robimy z trudnymi myślami i emocjami, a nie na ich „nieadekwatną” treść), a także dlatego, że posiadają one najdokładniej sprecyzowaną podbudowę teoretyczną.

Niezwykle interesujące jest wprowadzenie do tej analizy Doktorantka pokazuje odmienne stanowiska dotyczące „istnienia” nieświadomości i znaczenie jakie to może mieć dla pracy psychoterapeutycznej. Pojęcie nieświadomości jest głównie związane z psychodynamicznym podejściem do psychoterapii. Postanowiła jednak przeanalizować współczesne teorie poznawczo-behawioralne w poszukiwaniu poglądów na nieświadomość. Wybrała te dwie odmiany terapii poznawczo-behawioralnej ze względu na podkreślanie przez nie zależności między myślami i emocjami, a także dlatego, że odwołują się do buddyzmu, terapii Gestalt i terapii psychodynamicznej. Doktorantka w tej analizie postanowiła

„zidentyfikować i dokonać rekonstrukcji” (s. 869) ideę nieświadomości w założeniach tych teorii.

Jakie są wyniki tych analiz? Teoria ICS (interaktywnych systemów poznawczych) używana terminu „kod implikacyjny”, który Doktorantka rozumie jako podobny do pojęcia nieświadomości, głównie dlatego, że przetwarzanie implikacyjne jest głębokie, ogólne, emocjonalne, jest także wiedzą utajoną, chociaż jest ona nazywana poznawczą nieświadomością. Podobnie w teorii ram relacyjnych (RFT). „Procesy, które w innych teoriach nazywane były nieświadomymi, w teorii RFT oraz w terapii akceptacji i zaangażowania pojawiają się pod postacią unikania doświadczeniowego, niewystarczającej werbalizacji i dyskryminacji doświadczeń wewnętrznych, jak również życia według niezwerbalizowanych reguł.... Główny potencjał behawioralnego ujęcia nieświadomości polega na tym, że obejmuje ona zagadnienia konfliktu i sprzeczności różnych zachowań, a tym samym może opisywać i przewidywać procesy niełatwo wyjaśniane przez teorie poznawcze” (s.25-26 autoreferatu). A jednak „porządna” teoria wyjaśniająca przyczyny zachowania człowieka „musi” odwoływać się do nieświadomości, nawet tak odbiegającej od „jedynej prawdziwej” – psychodynamicznej.

Podsumowując analizy opisane w czwartej publikacji mgr Romanowska pisze” The last important consequence of the way the unconscious is conceptualized is the influence of this concept on the power relationship in psychotherapy. The use of the concept of the unconscious as an expert tool allowing the psychologist to interpret and explain the patient’s behaviors places the former in a position of authority” (s.883). Czy rzeczywiście na tym polega rola terapeuty? I dalej „This is because introspective data, to which only the patient has access, is less valuable from the point of view of the theory based on the concept of the unconscious”. Dla kogo dane te są mniej wartościowe, dla pacjenta fizycznie i psychicznie doświadczającego wszystkich swoich przeżyć, czy dla terapeuty, który polegając na danych introspektywnych pacjenta nie może tworzyć „własnej ideologii” twierdząc, że wie lepiej bo odkrywa nieświadomość ? Doktorantka zresztą przestrzega przed sytuacjami, kiedy terapeuta „loses balance in using the construct of the unconscious, loses sight of the context and the patient’s autonomy, and fails to take account of their own fallibility and the constructed nature of their hypotheses” (s.883). Tylko co oznacza ten „balans”?

Te analizy i ich podsumowanie zachęcają do polemiki, ale to nie jest celem recenzji.

Doktorantka podsumowuje wyniki przeprowadzonych analiz. Wskazuje na elementy teorii poznawczo-behawioralnej, które uwzględniają elementy pojęcia nieświadomości, wyróżniając niejawnie elementy poznawcze, afektywne i motywacyjne. Teoria Becka nie uwzględnia jednak zagadnień sprzeczności i konfliktu różnych reprezentacji czy motywacji,

będących poza świadomością jednostki, co pojawia się już w ostatniej analizowanej teorii Hayesa. Pisze o tym, że zaprezentowane analizy mogą zwiększyć samoświadomość teorii poznawczo-behawioralnych, ich otwartość na badania z obszaru psychologii poznawczej i społecznej. Zachęcają do przyszłych badań metateoretycznych. Mają także znaczenie dla praktyki, ponieważ brak „jasności teoretycznej” może prowadzić do tego, że terapia będzie miała „postać czysto technicznego ćwiczenia”.

Dorobek naukowy mgr Moniki Romanowskiej, zaprezentowany w czterech publikacjach jest ważny z teoretycznego i praktycznego punktu widzenia. Analiza mająca na celu poszukiwanie „nieświadomego” w teoriach, które nie uznają nieświadomości w jej psychodynamicznym rozumieniu, stanowi bardzo istotne uzupełnienie rozumienia teorii poznawczo-behawioralnych. Przyczyny psychologiczne zaburzeń zdrowia psychicznego to nie tylko zdarzenia i doświadczenia życiowe. To reprezentacja tych zdarzeń i doświadczeń zawarta w myślach automatycznych, schematach poznawczych, patologicznych przekonaniach, wzorcach reagowania emocjonalnego i związanych z nimi motywacjach. Gdy większość tych właściwości nie jest bezpośrednio dostępna świadomości osoby, nie może ona świadomie kierować swoim zachowaniem i nie może skutecznie zaspokajać swoich potrzeb i realizować zadań życiowych. Stąd napięcie, utrata wpływu na swoje życie, poczucie nieskuteczności. Ważna jest dyskusja nad tym czym jest owa „niedostępność” czy nieświadomością, przedświadomością, nadświadomością (Mahoney) czy jeszcze czym innym. Mgr Romanowska podjęła się takich analiz. Można dyskutować z Jej założeniem, że najbardziej owo „nieświadome” wyjaśnia psychodynamiczne rozumienie nieświadomości. Poszukując jej w teoriach poznawczo-behawioralnych nie potwierdziła takiego założenia w pełni. Pokazała jednak, jak teoretycy i praktycy często nie doceniają tego co jest „nieświadome”. Pobudza to do refleksji i zachęca jednych i drugich do refleksji nad znaczeniem tego co „nieświadome” w wyjaśnianiu nieskutecznych zachowań i poszukiwaniu form pomocy w poszerzaniu świadomości. A to pozwala na rozumienie motywów zachowań, a przede wszystkim na przewidywanie konsekwencji tych zachowań. Pozwala na „świadome” kierowanie własnym życiem.

Podsumowując, w mojej ocenie, dorobek naukowy mgr Moniki Romanowskiej, zaprezentowany w publikacjach jest znaczący. Publikacje świadczą o umiejętności formułowania problemów badawczych, adekwatnym wyborze źródeł do poszukiwania odpowiedzi wyjaśniających problem badawczy, znakomitą wytrwałość w wyszukiwaniu tych źródeł (nie tylko publikacje, ale także listy i rysunki), znakomitej orientacji w literaturze przedmiotu swoich analiz. Do tego jasny klarowny opis tych analiz. W mojej ocenie te

publikacje to znaczący wkład w pogłębianie wiedzy o teoriach psychoterapeutycznych i okazja do refleksji nad wykorzystaniem tej wiedzy w praktyce klinicznej.

Rozprawa doktorska mgr Moniki Romanowskiej spełnia w pełni wymogi stawiane rozprawom doktorskim w Ustawie z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dziennik Ustaw, 2018, poz.1668). Wnoszę więc do Rady Dyscypliny Naukowej Psychologia, Uniwersytetu Gdańskiego o dopuszczenie mgr Moniki Romanowskiej do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Prof. dr hab. Jan Czesław Czabała

Katedra Psychoterapii i Poradnictwa Psychologicznego
Instytutu Psychologii
Akademii Pedagogiki Specjalnej

Warszawa, 10 maja 2022