

RECENZJE

Ryszard Stach, Anna Stach-Borejko

EMPATIA I MÓZG

Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego; 2016, stron 188

Książka jest bardzo udaną próbą szerokiej i wielokierunkowej analizy zależności, jakie zachodzą pomiędzy pojęciem czy konstruktem empatii a tymi wewnętrznymi regulatorami aktywności człowieka, które można bezpośrednio powiązać ze strukturalnymi i funkcjonalnymi właściwościami mózgu. W swoim podstawowym zamyśle recenzowana praca jest próbą komplementarnego ujęcia dwóch głównych nurtów badań nad zjawiskiem empatii. Pierwszy z nich ma charakter ściśle psychologiczny i dotyczy zarówno analizy mechanizmów samego zjawiska empatii, jej typów, manifestacji, kształtowania się w toku rozwoju i dojrzewania, a także jej społecznych oraz interpersonalnych konsekwencji. Dobrym przykładem są tu, z jednej strony, społecznie korzystne przypadki świadczące o możliwości wzbudzania zachowań altruistycznych poprzez uwzględnienie roli empatii w motywacji tego rodzaju działań. Z drugiej, niewątpliwie mniej korzystne, często szkodliwe dla innych, zachowania osób ujawniających skrajne deficyty empatii, na przykład w sytuacji działań ludzi przejawiających psychopatyczne czy antyspołeczne zaburzenia osobowości. Drugi nurt badań nad empatią ma wymiar zdecydowanie bardziej biologiczny i związany jest ze spektakularnym rozwojem neuronauk spowodowanym przede wszystkim szerokim zastosowaniem nieinwazyjnych metod badania funkcjonującego mózgu oraz odkryciem neuronów lustrzanych. Zaowocował on lawinowo narastającą ilością badań zjawiska empatii, w których obok metod psychologicznych zaczęto szeroko stosować metody bezpośredniego, nieinwazyjnego badania poszczególnych struktur mózgowych na przykład za pomocą obrazowania czynnościowym rezonansem magnetycznym. Książka uwzględnia w sposób spójny i komplementarny obie wspomniane wyżej perspektywy. Podejście do poszukiwania zależności, jakie, najogólniej biorąc, zachodzą pomiędzy empatią a mózgiem zakłada interdyscyplinarny wymiar czy charakter pracy. Także i z tej perspektywy należy spojrzeć na monografię Ryszarda Stacha i Anny Stach-Borejko. Autorzy monografii zdołali przezwyciężyć, w sposób co najmniej satysfakcjonujący, większość trudności i pułapek metodologicznych, których nie uniknie się, podejmując interdyscyplinarny problem naukowy na styku psychologii i biologii. Wykazali się przy tym doskonałą znajomością szerokiej literatury przedmiotu, umiejętnie ją uporządkowali, poddali krytycznej syntezie i analizie oraz częstym, wnikliwym odautorskim komentarzom.

Trudno w tym miejscu nie zauważyć, iż w ostatnim czasie ukazało się w Polsce kilka ważnych i wartościowych książek o empatii, takich jak na przykład opracowanie Marka Davisa (*Empatia. O umiejętności współodczuwania*), Martina Hoffmana (*Empatia i rozwój moralny*) czy Simona Barona-Cohana (*Teoria zła. O empatii i genezie okrucieństwa*). Żadna z tych pozycji nie omawia jednak tak wnikliwie i wieloaspektowo relacji pomiędzy mózgiem a empatią, jak recenzowana praca.

Podstawowym założeniem metodologicznym, które miało wpływ na kierunek i zakres wyводу naukowego Autorów było stwierdzenie, iż dysponujemy już dziś wystarczającą wiedzą o funkcjonowaniu mózgu, aby za jej pomocą podjąć próbę opisanie i wyjaśnienia tych mechanizmów i zjawisk psychologicznych, które dotyczą fenomenu empatii, w jej różnorodnych przejawach, uwarunkowaniach i mechanizmach, uwzględniających zarówno jej osobowościowo-adaptacyjny, jak i społeczny wymiar i charakter. Stanowisko takie w pełni uzasadniają kolejne rozdziały książki. Dodać należy, iż tak zakreślone przedsięwzięcie naukowe jest zadaniem nie tylko ambitnym, lecz także bardzo złożonym i skomplikowanym, wymagającym olbrzymiego nakładu pracy, doskonałej znajomości literatury przedmiotu, dobrej orientacji we współczesnych teoriach psychologicznych, biologicznych i obowiązujących kanonach metodologicznych.

Monografia jest bardzo precyzyjnie i konsekwentnie skomponowana, a składa się z pięciu rozdziałów i zakończenia. Pierwszy z nich poświęcony jest definicji empatii, zakresowi znaczeniowemu pojęcia, a także tzw. składowym empatii. Autorzy dają w nim odpowiedzi na pytanie, jak można dziś rozumieć pojęcie empatii, a także jaka jest jej struktura. Odrębny podrozdział poświęcono ciekawemu bardzo Modelowi Percepcja-Działanie S. Prestona i F. de Waala, który jest udaną próbą stworzenia bardziej ogólnego modelu czy też syntezy wiedzy o empatii pochodzącej z badań prowadzonych w różnych dyscyplinach naukowych.

Z nieco innej perspektywy ujmuje problematykę empatii rozdział drugi książki, zatytułowany: Neuronalne mechanizmy empatii. Uwzględniając szeroko najnowszą literaturę przedmiotu rozdział ten ukazuje zjawisko empatii zarówno w kategoriach psychologicznych, jak i fizjologicznych. Odwołuje się przy tym często do przełomowych odkryć ostatnich lat, tj. do neuronalnego mechanizmu odzwierciedlania za sprawą neuronów lustrzanych, a także do wiedzy o fizjologicznych mechanizmach i neuronalnych substratach odczuć empatycznych, możliwych dziś do zbadania i opisanie dzięki coraz powszechniejszemu stosowaniu, nieustannie doskonalonych, nieinwazyjnych metod badania mózgu. Uznając empatię za zjawisko wieloaspektowe Autorzy oparli się na poglądach innych badaczy, które dotyczą zarówno składowych empatii, jak i różnych jej form czy rodzajów. Przedstawione też zostały możliwe przyczyny różnic indywidualnych dotyczących zdolności empatycznych oraz fakty i hipotezy odnoszące się do rozwoju osobniczego. Ciekawe są też te wątki i wywody, które usiłują wskazać na specyfikę empatii uwzględniającą negatywny czy też pozytywny charakter stanów emocjonalnych, do których proces czy też mechanizm empatyczny może się odnosić.

Wysoki poziom naukowy prezentuje również następny, trzeci rozdział książki — analizujący rozwój zdolności empatycznych, a także czwarty, udzielający odpowiedzi na pytanie o to, czy i jak empatia pełni funkcje narzędzia czy instrumentu prospołeczności — wszystko to w kontekście podstawowych wartości i mechanizmów adaptacyjnych. I tak kolejno zanalizowano relacje pomiędzy empatią a poznaniem społecznym, mechanizmy wzbudzania przez empatię motywacji altruistycznych czy też podejście do empatii z perspektywy źródeł zachowań moralnych. Jako szczególny łącznik pomiędzy psychologicznym a biologicznym podejściem do empatii potraktowana i omówiona została oksytocyna, która w świetle aktualnej wiedzy stanowić może specyficzny neuropeptyd, wspierający empatię w jej prospołecznych wymiarach i oddziaływaniach.

Ostatni, piąty rozdział monografii nosi tytuł: Konsekwencje niedostatków zdolności empatyzowania — niedoboru empatii. W rozdziale tym Autorzy omawiają kolejno hipotezy dotyczące przyczyn zaniku lub niedoboru empatii, zależności pomiędzy empatią a różnymi zaburzeniami psychopatologicznymi, w tym przede wszystkim psychopatią, a także relacje między niedostatkami empatii a autyzmem. Autorzy dokonali szerokiego, a zarazem starannego i krytycznego przeglądu piśmiennictwa przedmiotu, sięgając do ważniejszych publikacji polskich i obcojęzycznych — bibliografia książki obejmuje ponad 150 pozycji. Na jednoznacznie pozytywną ocenę zasługuje także swoboda, z jaką Autorzy poradzili sobie z interdyscyplinarnym charakterem cytowanej literatury. Wysoce interesujący jest także odautorski komentarz do referowanych poglądów i przedstawionych badań. Jest on ważny dla zrozumienia prezentowanego wyводу naukowego. Powyższe uwagi dotyczą zresztą wszystkich rozdziałów monografii, uzasadniając w efekcie jej ogólną bardzo pozytywną ocenę.

Książkę zamyka Zakończenie omawiające główne tezy monografii i ostateczne konkluzje Autorów w kwestii relacji, jakie zachodzą pomiędzy empatią a mózgiem człowieka. Trudno w tym miejscu nie podkreślić, iż przedstawiona w monografii koncepcja powiązań empatii z mózgiem nie ma charakteru propozycji alternatywnej w stosunku do szerokiej psychologicznej wiedzy na temat funkcjonowania empatii, jej genezy czy manifestacji. Traktować ją należy jako propozycję komplementarną, sprzyjającą całościowemu podejściu do problemu. Istotną zaletą recenzowanej pracy jest bowiem fakt, iż postuluje ona holistyczne podejście do opisu psychicznego funkcjonowania człowieka, w tym także do diagnozy klinicznej. Podejście to, w swoim najogólniejszym wymiarze, jest w stanie opisać nie tylko strukturę empatii, jej właściwości czy też przebieg procesów ją kształtujących, lecz także wskazać zależności, jakie zachodzą pomiędzy strukturalnymi i funkcjonalnymi właściwościami ośrodkowego układu nerwowego a konkretnymi wskaźnikami funkcji i mechanizmów psychicznych opisywanymi zarówno przez psychologię, jak i psychopatologię. Umożliwia to opis bardziej złożonych zależności zachodzących między wyodrębnionymi grupami zmiennych oraz stwarza warunki do odniesienia analizowanych prawidłowości dotyczących występowania empatii, traktowanej jako specyficzna psychologiczna kategoria opisująca funkcjonowanie osobowości człowieka i uruchamiane przez niego mechanizmy motywacyjne czy procesy adaptacyjne, do wiedzy bardziej biologicznej. Praca potwierdza możliwość pogodzenia badań empatii prowadzonych w paradygmacie neuronauk z tymi, które uzyskiwano tradycyjnymi metodami psychologicznymi. Powstaje więc szansa na pełny biopsychologiczny opis stanu i funkcjonowania psychicznego człowieka, analizujący wyodrębnione zmienne i mechanizmy w aspekcie złożonych i skomplikowanych zależności przyczynowo-skutkowych. Mówiąc inaczej: ustalenia neuronauk istotnie poszerzają dotychczasową wiedzę o empatii, stanowiąc ważną przesłankę sprzyjającą wyjaśnianiu analizowanych prawidłowości.

Podejmując próbę ogólniejszej oceny książki trudno nie zauważyć, iż przedstawione przez Autorów rozważania poszerzają znacznie wiedzę o skomplikowanych relacjach, jakie zachodzą pomiędzy mózgiem człowieka, w tym zwłaszcza tymi wewnętrznymi regulatorami zachowania, które odnieść można bezpośrednio do jego strukturalnych i funkcjonalnych właściwości, a rozwojem i stanem empatycznych dyspozycji. Rozważania i wnioski składające się na recenzowaną monografię mają też ważny aspekt praktyczny.

Będą przydatne zarówno w praktyce klinicznej, kiedy to rozważa się, na przykład, genezę tych zaburzeń osobowości, które manifestują się różnymi deficytami emocjonalnymi, jak i dla neuropsychologów analizujących zaburzenia różnorodnych funkcji i procesów psychicznych. Korzystać też z nich będzie można w opiniowaniu sądowno-psychologicznym, w profilaktyce, prewencji czy oddziaływaniach rehabilitacyjnych. Istnieje także możliwość i potrzeba wykorzystania wyników badań w programach resocjalizacyjnych i terapeutycznych, w opiece postpenitencjarnej czy też w codziennej praktyce instytucji zajmujących się wychowaniem, zaburzeniami socjalizacji i rozwoju społecznego.

Książka ma także bardzo istotne walory poznawcze, stanowiąc inspirację do planowania i podejmowania dalszych kompleksowych badań nad empatią, w tym przede wszystkim nad jej biologicznymi mechanizmami i uwarunkowaniami. Dzięki monografii poważnie przyspieszony został proces konceptualizacji badanego zjawiska, w związku z czym przebiegać on może w sposób coraz bardziej uporządkowany, konsekwentny, zgodny ze standardami współczesnej psychologii.

Praca pogłębia i poszerza nie tylko wiedzę teoretyczną, trudno bowiem nie dostrzec jej ewidentnie praktycznych czy aplikacyjnych walorów. Jest wielce prawdopodobne, iż wielu praktyków klinicystów czy psychologów sądowych sięgać będzie do monografii autorstwa Ryszarda Stacha i Anny Stach-Borejko, znajdując tam kompendium wiedzy na temat mózgowych organizacji tych czynności psychicznych, które mają wpływ na pełnienie przez empatię jej adaptacyjnych i regulacyjnych funkcji.

Trudno też nie wspomnieć w tym miejscu o wydanej cztery lata temu książce Ryszarda Stacha pt. „Sumienie i mózg. O wewnętrznym regulatorze zachowań moralnych”. Cieszyła się ona dużym powodzeniem i uznaniem, a aktualnie recenzowana monografia stanowi swoiste, twórcze rozwinięcie niektórych tez i treści poruszanych we wspomnianej wyżej pracy.

Józef K. Gierowski

Justyna Ziółkowska

SAMOBÓJSTWO. ANALIZA NARRACJI OSÓB PO PRÓBACH
SAMOBÓJCZYCH

Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2016, ss. 140

Autorka, Justyna Ziółkowska, w prezentowanej książce pt. „Samobójstwo. Analiza narracji osób po próbach samobójczych” porusza jedną z najtrudniejszych i najważniejszych kwestii współczesnej psychiatrii. W sposób szczegółowy i usystematyzowany w prezentowanej pozycji została przedstawiona wiedza teoretyczna (zarówno aspekty historyczne, terminologiczne, jak i epidemiologiczne) dotycząca tego zagadnienia, co w znaczący sposób ułatwia czytelnikowi zrozumienie istotności samobójstwa w psychiatrii,

jak i wyzwań związanych z badaniem właśnie tej kwestii. Autorka w wyważony sposób przedstawia skrajne poglądy na temat terminologii używanej w suicydologii, jak i metodologii badań dotyczących samobójstw. Zwraca również uwagę na aktualne trendy panujące wśród badaczy, uzasadniając decyzję o przeprowadzeniu własnych, jakościowych badań. W książce zamieszczono szczegółowy opis użytej metodologii przeprowadzonego badania, co znacząco ułatwia niezaznajomionemu z tym zagadnieniem czytelnikowi prawidłowe zrozumienie przytaczanych w dalszych rozdziałach przykładów. Autorka przez dobrze dobrane przykłady kliniczne przedstawia kluczowe różnice i cechy kliniczne narracji pacjentów niezbędne do zrozumienia przedstawianych hipotez. Tak zaprezentowane wyniki badań są niezwykle cenną wiedzą dla klinicystów pracujących z osobami zagrożonymi podjęciem samobójstwa, jak i tymi, którzy są w leczeniu po nieudanej próbie samobójczej. Autorka w przedstawionej książce wskazuje również obszary dla przyszłych badań klinicznych, które w wyniku jej analizy wydają się istotne. Jednak trzeba zwrócić uwagę na fakt, że w przedstawionym badaniu, tak jak w innych badaniach jakościowych w psychiatrii, wyniki badań przeprowadzonych na niewielkich populacjach, utrudniają, o ile nie uniemożliwiają ekstrapolacje uzyskanych wyników na ogólną populację chorych. Ten problem jest wyraźnie zaznaczony przez autorkę tekstu. Uważam, że książka autorstwa Justyny Ziółkowskiej jest bardzo interesującą pozycją dla wszystkich specjalistów pracujących z pacjentami zagrożonymi podjęciem próby samobójczej lub pacjentami, którzy taką próbę podjęli. Przedstawione w tej pozycji informacje nie tylko poszerzą wiedzę specjalistów na temat samobójstwa, ale również mogą okazać się pomocne w zapewnieniu lepszej opieki potrzebującym pacjentom.

Krzysztof Styczeń

Eleonora Bielawska-Batorowicz
PSYCHOLOGICZNE ASPEKTY MENOPAUZY
Warszawa: PWN; 2016, ss. 246

Książka ta jest ważną popularnonaukową lekturą dla każdego czytelnika zainteresowanego fazami życia człowieka współczesnego. Wpisuje się w obszar debaty publicznej dotyczącej rozumienia dobrostanu psychofizycznego kobiety. Z lektury możemy dowiedzieć się o biologicznych mechanizmach menopauzy, opisanych na podstawie współczesnych, najnowszych odkryć medycyny, a także odwołujących się do najdawniejszych obserwacji i koncepcji filozoficzno-biologicznych. Czytelnik zainteresowany naukowymi badaniami znajdzie opisy wielu modeli i metod badawczych użytych do poznania aspektów menopauzy. Autorka omawia różne koncepcje menopauzy starające się wyjaśnić jej ewolucyjne pochodzenie. Wskazuje na dwa główne nurty rozważań na temat ewolucyjnego pochodzenia i znaczenia menopauzy: dotyczące jej adaptacyjnej roli i nurty związane z długowiecznością

człowieka. Adaptacyjne koncepcje opisane są w kontekście badań przeprowadzonych w różnych regionach świata i uwzględniających wpływ różnorodnych kultur na subiektywne przeżywanie przez kobiety tej fazy życia. Współcześnie menopauza pojawia się ok. 50. roku życia — dla dawniejszych pokoleń był to wiek nieosiągalny. Wydłużający się okres życia współczesnej kobiety, a także bogatsza i obfitsza dieta wiąże z wyższym poziomem i dłuższym czasem działania estrogenów. Istotny spadek działania tego hormonu w pewnym wieku przyczynia się do nasilenia objawów menopauzy, choć dolegliwości związane z menopauzą kobiet żyjących w warunkach zbliżonych do trybu życia naszych praprzodków nie są tak nasilone i nie przyczyniają się do pojawienia się objawów zakłócających funkcjonowanie. W tym kontekście, jak zwraca uwagę Autorka, doświadczenia trudów menopauzy można uznać za konsekwencje współczesnego trybu życia.

Przedstawiając psychologiczne aspekty menopauzy, Autorka poświęca uwagę opisom zmian psychicznych, które kojarzone były i są właśnie z tą fazą życia kobiety. Szczegółne miejsce zajmuje depresja. Przytacza badania wskazujące na depresję jako „biologiczną odpowiedź na fluktuację hormonów w mózgu”. Oczywiście nie dotyczy to każdej z kobiet, choć wyraźnie różnicuje występowanie depresji ze względu na płeć. U kobiet występuje ona istotnie częściej niż u mężczyzn. Rzetelność Autorki sprawia, że dowiadujemy się o innych rezultatach badań — tych, które wskazują na brak powiązań menopauzy i depresji. Tak więc wydzielane hormony powodujące biochemiczne procesy w mózgu w tym okresie są jednym z wielu czynników mających wpływ na występowanie zaburzeń nastroju i depresji. Kolejnymi mogą być cechy osobowościowe, a także występujące okoliczności życia ujęte przez Autorkę jako czynniki psychospołeczne. Kolejną perspektywą oddziaływań estrogenów w czasie menopauzy są procesy poznawcze. Z lektury możemy dowiedzieć się, iż skutkiem niedoboru estrogenów są trudności związane z uczeniem się, koncentracją uwagi i zapamiętywaniem. Autorka opisuje wpływ kuracji hormonalnej na przebieg tych procesów, a także na objawy fizyczne i emocjonalne występujące u kobiet w okresie menopauzy. Inną obszernie opisaną przez Autorkę ofertą dla kobiet będących w okresie menopauzy jest szeroko rozumiana pomoc psychologiczna: od edukacji poprzez promocję zachowań prozdrowotnych do interwencji psychoterapeutycznych.

W zakończeniu książki Autorka odnosi się do subiektywnych możliwości przeżywania kolejnych cykli życia, które związane są z nadawaniem znaczenia postępującym zmianom w starzeniu się. Ciągłe uczymy się, jak żyć — lektura książki pomaga nam w tej nauce, a Autorka, umieszczając na wstępie motto „im starszy, tym lepszy, chyba że chodzi o banany” — podpowiada: miejmy dystans do siebie i poczucie humoru.

Ewa Strycharczyk-Kaleta