

Jakub Przybyła

Uwagi na temat związku terapii psychodynamicznej z nauką o mózgu

słowa kluczowe: *neuronauka, neuropsychoanaliza, psychoanaliza, terapia psychodynamiczna*

1.

Do napisania tego artykułu zainspirowało mnie pewne doświadczenie, które stało się kilka lat temu moim udziałem. Chodzi tu o spotkanie z młodym doktorem biologii, który właśnie przeglądał jakieś matematyczne modele związane z teorią ewolucji. Krótka konwersacja doprowadziła nas do impasu – nie potrafiliśmy dojść do porozumienia w ocenie dziedzictwa Zygmunta Freuda. Szczególną niechęć, czy wręcz przekonanie o jego absurdalności, wzbudziła w moim rozmówcy wzmianka o kompleksie Edypa. Wrażenie, jakie wyniosłem z tego spotkania, sprowadzało się do podejrzenia, że przynajmniej część młodych biologów marzących o realizacji ideału *hard science* może uważać dziedzictwo Freuda za stek nienaukowych bzdur, a samą terapię psychoanalityczną czy psychodynamiczną za dziedziców tej strasznej pomyłki Rozumu. Niepokojący wniosek przez długi czas nie dawał mi o sobie zapomnieć, w efekcie czego powstał ten krótki tekst.

Celem artykułu jest przyjrzenie się różnego rodzaju związkom biologicznej wiedzy o człowieku, głównie wiedzy zdobytej na płaszczyźnie badań nad funkcjonowaniem mózgu, z ustaleniami teoretycznymi psychoanalizy i praktyką terapii psychodynamicznej (psychoanalitycznej). Jednocześnie świadomy jestem niewystarczalności przedstawianych tutaj danych, dlatego głównym zadaniem tego tekstu będzie jedynie wprowadzenie do wiedzy o relacjach badań nad mózgiem (neuronauki) z praktyką psychoterapii psychodynamicznej. Wprowadzenie to będzie się koncentrowało na informacjach, w których neurobiologia rzuca nowe światło na istniejące dane kliniczne. Pomijam tutaj więc ogromną liczbę rezultatów i wniosków z badań nad strukturami mózgu i jego neurochemią, które choć wskazują na mózgowy korelaty ludzkich doświadczeń, nie wiążą się specyficznie z zagadnieniami wprowadzonymi do wiedzy o człowieku przez psychoanalizę. Do takich badań należą m.in. próby ustalenia biologicznych związków pewnych zaburzeń osobowości, np. osobowości borderline czy osobowości antysocjalnej. Skądinąd wydaje się, że pomimo pewnych danych dotyczących zaburzeń funkcjonowania ośrodków limbicznych, kory czołowej i przedczołowej w tej populacji pacjentów dostępne ustalenia wciąż nie są zadowalające (Roth, Buchheim, 2013). Szczegółowy przegląd wiedzy neurobiologicznej związanej z funkcjonowaniem psychologicznym w swoich książkach przetłumaczonych na język polski oferują m.in. Sue Gerhardt (2012) czy Steven Johnson (2005).

2.

Pytanie o to, czy psychoanalizę i teorię psychodynamiczną można zaliczyć w poczet nauki, czy nie, jest długo dyskutowaną kwestią. Debata ta z kilku przynajmniej względów przedstawia serię nieporozumień, źle postawionych pytań i intelektualnych zaniedbań. Przede wszystkim pytanie o naukowość psychoanalizy jest stawiane głównie jako problem oceny dzieła samego Freuda. To pierwsze nieporozumienie związane jest więc z niedostrzeganiem rozwoju teorii psychoanalitycznej w ciągu ostatniego stulecia. Drugim nieporozumieniem jest to, że pytanie o naukowość nie jest problemem związanym z tzw. kryterium demarkacji, czyli zasadą rozdziału między nauką a nienauką, ale jest problemem historycznym, który należałoby przededefiniować w następujący sposób: czy psychoanaliza spełnia wymogi, które na naukę przez lata nakładali filozofowie nauki, a jeśli tak, to o które wymagania chodzi, bo te zmieniają się w czasie? Zaznaczę tylko zdawkowo, że nawet przedstawiciel pozytywizmu logicznego Otto Neurath (Hahn, Neurath, Carnap, 1929/2010, s. 79) w jednym z programowych tekstów pisze o psychoanalizie Freuda jako zaczątku naukowej psychologii (sic!). Inna sprawa, że jak przypuszczają niektórzy (np. Paul Feyerabend), pewne modele naukowości (np. falsyfikacjonizm Poppera) stosowane konsekwentnie doprowadziłyby do zniszczenia nauki. Na szczęście sami naukowcy nie zawsze tak bardzo przejmują się filozoficznymi modami. Szerzej kontrowersje wokół naukowości psychoanalizy omawia w swojej książce np. Steven Frosch (2011), choć sam również popełnia grzech pisania o psychoanalizie, jakby to była niezróżnicowana, jedna, postfreudowska teoria.

Zagadnienie, którym będę się tutaj zajmował, nie jest zatem kwestią naukowej legitymizacji psychoanalizy poprzez neuronaukę. Nic z tych rzeczy. Chodzi o znalezienie wspólnych powiązań. Istnienie tychże potwierdza fakt założenia w 1999 roku czasopisma „Neuro-psychoanalysis”, w którym publikują jedni z najwybitniejszych badaczy mózgu, jak np. Jaak Panksepp czy Joseph LeDoux, a od 2000 roku istnienia „International Neuro-Psychoanalysis Society”. Panksepp przyznał nawet, że szukając współpracowników w badaniach nad emocjami, nie znalazł ich pomiędzy kolegami z branży nauki o mózgu, ale wśród psychoanalityków i w ogóle psychoterapeutów (Panksepp, 2010, s. 260). Warto zaznaczyć tu zresztą stanowisko Pankseppa, podzielane przez innego badacza – Marka Solmsa, że nie chodzi wcale o udowadnianie, czy ktoś ma rację, czy nie, ale o współpracę między psychoanalizą a neuronauką, o dokończenie pracy, którą Freud zapoczątkował swoimi badaniami ponad sto lat temu (Pugh, 2006, s. 34). Oczywiście nie jest to stanowisko jedyne. Chris Frith – inny badacz mózgu – o nauce Freuda wypowiada się w dość ironiczny sposób (Frith, 2013, s. 14–15). Niemniej jednak wielu najważniejszych badaczy z zakresu neuronauki oddaje Freudowi i jego wysiłkowi badawczemu hołd w postaci docenienia jego wkładu i pierwszeństwa w badaniach dotyczących ludzkiej emocjonalności. Wystarczy przywołać tutaj choćby osoby Antonia Damasia (2005) i Josepha LeDoux (2000). Myron Hofer (2014) zauważa też w swoim artykule, że na przestrzeni lat to raczej biologia zmieniła swoje myślenie o człowieku na tyle, żeby zbliżyć się do psychoanalizy, a biolodzy zaczynają dopiero badać procesy, nad którymi psychoanaliza pochyla się od ponad wieku.

Znane jest twierdzenie Freuda na temat badań nad mózgiem, które miałyby niegdyś zastąpić badanie psychoanalityczne (zob. np. Freud, 1929/2009, s. 210–211). Oczywiście postęp neuronauki nie jest aż tak daleko idący, by tego dokonać. Można powiedzieć nawet więcej: być może nigdy biologia i medycyna nie zastąpią wnikliwego i starannego zajmowania się ludzką subiektywnością, co czyni właśnie terapia psychodynamiczna. Nadzieja związana z badaniami nad mózgiem była jednak jednym z trzech czynników „biologicznego” w teorii Freuda, które wymienia Laplanche (1998). Dwa pozostałe to biologia jako model i jako źródło. Nikt nie przeczy, że Freud był zafascynowany neuroanatomią, tak samo jak interesowała go teoria ewolucji (por. Solms, 2005, s. 535; por. też Freud, 1920/2009). Współcześnie, choć jest to jednak rzadkością, również właśnie ze strony psychologii ewolucyjnej pojawia się zainteresowanie badaniami psychoanalitycznymi. Na przykład autorzy artykułu *The Evolution of Psychodynamic Mechanisms*, Randolph Nesse i Alan Lloyd (1992) próbowali pokazać na grupie kilku mechanizmów obronnych (wyparcie, formowanie reakcji, projekcja, identyfikacja z agresorem, splitting, racjonalizacja, intelektualizacja, sublimacja, humor), jak mogły zostać one wytworzone z powszechnego w świecie zwierząt mechanizmu oszukiwania i *mutatis mutandis* samooszukiwania się (*self-deception*). Dzięki tym mechanizmom pewne fakty jak też uczucia mogą pozostawać poza świadomością, co ma chronić człowieka przed obniżeniem samooceny czy też bezsilnością, a w konsekwencji zabezpiecza jego zdolności adaptacyjne.

Freud korzystał czasem ze zdobyczy biologii do tworzenia modelu funkcjonowania i budowy aparatu psychicznego. Ale jak wskazuje Laplanche (1998, s. 26–27), często wikłał się w opisy sprzeczne z tym, co wiedziała neurologia w jego czasach. Tak czy inaczej, na pewno nie miał wystarczającej wiedzy, aby używać neurobiologii jako oparcia w swojej pracy. Nie miał jej, bowiem nauka o mózgu nie była wówczas po prostu odpowiednio rozwinięta i nie dostarczała takiej wiedzy. To, co więc pozostało, to nadzieja, którą żywił Freud. Nadzieja ta częściowo realizuje się obecnie dzięki badaniom mózgu, badaniom biologii ewolucyjnej i rozwojowej.

3.

Rozpoczynając bardziej szczegółową analizę powiązań pomiędzy dziedziną badań nad mózgiem a teorią i praktyką psychoanalityczną, odwołam się do artykułu Marka Solmsa (2005), w którym przedstawił ogólny zarys tej problematyki. Solms zauważa, że dla części badaczy mózgu psychoanalityczna koncepcja umysłu i jego funkcjonowania jest wciąż najbardziej spójną i satysfakcjonującą, co może z niej czynić drogowskaz dla różnych badań *neuroscience*. Pierwszym zagadnieniem, które łączy badaczy z obu dziedzin, jest zagadnienie nieświadomego, którego istnienie w jakiejś formie jest dla nauki rzeczą raczej ustaloną (Westen, 2009; Ginot, 2015). Badacze mózgu swobodnie posługują się odniesieniami do nieświadomych procesów. Gazzaniga (2013) sugeruje, że lewa półkula mózgu pełni rolę interpretatora odpowiedzialnego za świadome doznania, bez którego doznania prawej półkuli mózgu pozostają nieświadome. Swoje bada-

nia opiera na analizie funkcjonowania osób z „rozszczepionym mózgiem”, tzn. osób, którym chirurgicznie usunięto główne połączenia międzypółkulowe. Solms zauważa, że w tym sensie lewa półkula spełnia rolę świadomego ego (Solms, 2005, s. 541). Inną dziedziną badań, potwierdzającą istnienie nieświadomego w człowieku, są badania nad „mózgiem emocjonalnym”, o czym szerzej będę pisał w dalszej części tekstu. Otwartym pozostaje jednak pytanie o to, czy nieświadome w sensie neurologicznym jest tym samym dynamicznym nieświadomym, które interesuje psychoanalityków. Solms sugeruje, co jest drugim punktem styku w polu wspólnych poszukiwań, że faktycznie dane neurologiczne mogą potwierdzać istnienie mechanizmu wyparcia i nieświadomej wiedzy. Powołuje się tutaj na stwierdzenia Ramachandrana i badania nad emocjami, które prowadził LeDoux (Solms, 2005, s. 541–542).

Kolejnym problemem badawczym jest kwestia nieświadomej, instynktownej determinacji ludzkich zachowań. Jak twierdzi Panksepp (Solms, 2005, s. 543), podstawowe mechanizmy rządzące ludzką motywacją są nawet bardziej prymitywne, niż zakładał Freud. Panksepp, używając modeli zwierzęcych w swoich badaniach, doszedł do wniosku, że człowiek dzieli pewną ilość podstawowych systemów neuro-behawioralnych z wszystkimi innymi ssakami. Chodzi tu m.in. o system zawiadujący agresją, lękiem, poszukiwaniem przyjemności i doświadczeń, zabawą czy przywiązaniem (Panksepp, Biven, 2012). Podsumowując, według Solmsa (2005, s. 544) współczesny punkt widzenia neuronauki zakłada, że świadomość jest w dużej mierze afektywną właściwością systemu nerwowego, mającą swe korzenie w prymitywnych popędowych strukturach. Jest to stwierdzenie zarówno bliskie poglądom Zygmunta Freuda, jak i współczesnym, np. Otto Kernberga. Jak zauważa ten ostatni, pierwotnym systemem motywacyjnym człowieka są właśnie afekty, natomiast opisane przez Freuda popędy agresji i miłości odnoszą się do hierarchicznie zintegrowanych pozytywnych i negatywnych stanów afektywnych. System afektów odpowiada za funkcjonowanie popędów, zaś popędy manifestują się w konkretnych stanach afektywnych, które łączą reprezentację self z reprezentacjami obiektów (Kernberg, 2005, s. 58–59).

W artykule wprowadzającym do tomu *Psychoanalysis and Neuroscience* Mauro Mancina (2006 a) wymienia m.in. następujące wspólne obszary zainteresowania psychoanalizy i neuronauki:

- badania nad emocjami i ich rolą w rozwoju umysłu oraz w organizacji różnych form pamięci;
- badania nad różnymi systemami pamięciowymi i ich powiązaniem z funkcjonowaniem nieświadomego;
- badania nad snem i jego związkiem ze snieniem;
- badania nad rozwojem dzieci, ich komunikacji, rozwoju zdolności językowych;
- badania nad empatią, współdzieleniem emocji; badania nad znaczeniem neuronów lustrzanych.

W dalszej części tekstu postaram się przybliżyć niektóre z wymienionych obszarów badań.

4.

Największą chyba rewolucją w badaniach nad mózgiem jest zwrot w kierunku poszukiwań neurologicznych korelatów uczuć i stanów afektywnych. Jest to zdecydowanie obecnie najważniejszy kierunek badań w neuronauce, jak przyznaje LeDoux (2012, s. 653). LeDoux zajmuje się przede wszystkim badaniem emocjonalnego przetwarzania informacji. Główne twierdzenie jego koncepcji (por. LeDoux, 2000) sprowadza się do rozdziału procesu „doświadczania” na szybki, nieświadomiany przekaz emocjonalny, związany z drogą: wzgórze – jądro boczne ciała migdałowatego, oraz poznawczą, „intelektualną” ocenę bodźca. To droga wolniejsza, a jej efekt w postaci oceny znaczenia bodźca jest przez to późniejszy. Droga ta przebiega przez kolejne struktury: wzgórze – kora – jądro boczne ciała migdałowatego. Pierwsze badania funkcji ciała migdałowatego wskazywały przede wszystkim jego korelację z reakcjami związanymi z lękiem czy strachem. Kolejne badania pokazały jednak, że ośrodek ten reaguje też na „pozytywne emocje” i należy go raczej po prostu wiązać z „emocjonalną oceną bodźca” (Allen, Fonagy, Bateman, 2014). Rezultaty otrzymane przez LeDoux pokazują więc, że człowiek faktycznie jest w stanie odbierać informacje z pominięciem intelektualnej, świadomej oceny, jedynie poprzez ocenę emocjonalną. Jest to wniosek niezwykle ważny m.in. dla rozumienia procesu terapeutycznego, dla rozumienia zjawisk w przestrzeni przeniesieniowo-przeciwprzeniesieniowej.

Innym niezwykle ważnym obszarem badań nad emocjami jest badanie pamięci emocjonalnej, a więc również różnego rodzaju sposobu przechowywania doświadczeń w mózgu człowieka. Badania te pokazują (LeDoux, 1994), że istnieją dwa rodzaje pamięci (i uczenia się): deklaratywna i emocjonalna (utajona). Deklaratywna pamięć jest związana z hipokampem, emocjonalna (omijająca ośrodki korowe) zaś z ciałem migdałowatym. Deklaratywna pamięć jest również pamięcią całego systemu skojarzeń z emocjami, ale w związku z faktami, nie uczuciami. Te dwa rodzaje pamięci łączą się w świadomym doświadczeniu. To jednak nie znaczy, że człowiek ma zupełny świadomy dostęp do pamięci emocjonalnej. System tej pamięci funkcjonuje u człowieka od początku życia, dojrzewa dość wcześnie. Pamięć zdarzeń związana jest z hipokampem, który dojrzewa dopiero w 2–3 roku życia. Podobnie później rozwija się grzbietowo-boczna część przedczołowej kory mózgowej, z którą hipokamp jest mocno powiązany. Ta część kory ma być odpowiedzialna za zdolność do odpamiętywania wspomnień magazynowanych w hipokampie (Gerhardt, 2012, s. 39). Konsekwencją tego jest konstatacja, że do zdarzeń sprzed mniej więcej trzeciego roku życia człowiek nie ma świadomego dostępu. Pamięć emocjonalna zachowuje natomiast najwcześniejsze doświadczenia afektywne człowieka, które można interpretować jako wzorce relacji self–obiekt (Pugh, 2006), postulowane przez kleinistów czy też przez Kernberga. Oznaczałoby to również, że jest to część nieświadomego życia, która nie ma nic wspólnego z wyparciem, ale jest nieświadoma strukturalnie. Pamięć związana z ciałem migdałowatym powiązana byłaby również z potencjalnymi wczesnymi traumami, które wpływają mocno na kształtowanie się mózgu i wydzielnictwa kortyzolu (hormonu stresu). Szczególnie silnym czynnikiem traumatyzującym jest

tu separacja i deprivacja kontaktu emocjonalnego z matką (Mancia, 2006, s. 8–11, Gerhardt, 2010). W związku z tym, że pamięć ta jest nieświadoma, potwierdza to przekonanie psychoanalizy o roli wczesnych, nieświadomych czynników emocjonalnych w rozwoju różnych form psychopatologii. Hofer przytacza dane badawcze rozwojowej psychobiologii nad znaczeniem wczesnego przywiązania dla rozwoju ssaków oraz deprivacji kontaktu z matką, jej ciałem, zapachem, opieką. Przyznaje, że badania te potwierdzają i uzupełniają wnioski psychoanalityków na temat tworzenia się relacji z obiektem, powstawania mentalnych obrazów świata, skutków wczesnych traum i utrat oraz znaczenia wczesnodziecięcych doświadczeń dla formowania się człowieka dorosłego (Hofer, 2014, s. 19).

Jedną z najważniejszych dziedzin, pozostającą na styku różnych dyscyplin wiedzy, jest badanie tego, co Daniel Stern nazywa intersubiektywnością. Stern te pewne psychologiczne zjawiska oraz ich rozwój łączy z istniejącymi w mózgu neuronami lustrzanymi i ich powiązaniem, które nazywa systemem lustrzanym (Stern, 2005, s. 80–81). Badania nad tym rodzajem neuronów pozwalają lepiej zrozumieć zdolność człowieka do empatii, identyfikacji czy przebieg być może jeszcze bardziej prymitywnych procesów jak internalizacja i inkorporacja. Wydaje się, że dziedzina intersubiektywności związana jest z tym, co Peter Fonagy nazywa zdolnością do mentalizacji. Jak zauważa Marta Szpak, pojęcie to łączy się z teoretycznym opracowaniem też innych pojęć, jak np. symbolizacja, funkcjonowanie refleksyjne, teoria umysłu, poznanie społeczne (Szpak, 2014 s. 11). Każde z tych pojęć sugeruje oczywiście trochę inną rzeczywistość psychologiczną, inaczej rozkłada akcenty, niemniej łączy się jednak z intersubiektywnością. W dziedzinie badań rozwojowych opartych o model psychologii ewolucyjnej i filozofię umysłu mówi się znowu o intencjonalności wyższego rzędu bądź współdzielonej intencjonalności, która jest podstawą zrozumienia społecznego, rozumienia Innego, tworzenia sobie wyobrażenia na temat umysłu drugiej osoby. Warto zaznaczyć, że to ujęcie bardziej przywiązuje jednak wagę do poznawczego funkcjonowania umysłu (por. Dunbar, 2014, głównie rozdział 3; Gazzaniga, 2011; Tomasello, 2015, 2016). Intersubiektywność według Sterna to zdolność do dzielenia się, rozumienia, empatyzowania, czucia, uczestnictwa, wejścia w świat subiektywnych przeżyć drugiego człowieka. Wiąże się z interpretacją zachowania, gestów, mimiki, głosu, rytmu mowy oraz oczywiście tego, co drugi człowiek mówi. Jest to zdolność kluczowa dla terapii psychoanalitycznej. Klasyczne problemy psychoanalizy, jak przeniesienie i przeciwprzeniesienie, identyfikacja i identyfikacja projekcyjna, internalizacja, relacje z obiektem, empatia, formowanie się superego, wiążą się właśnie z intersubiektywnością (Stern, 2005 s. 78).

Badania nad niemowlętami pokazały, że od początku życia wykazują one pewne automatyzmy w imitacji zachowań dorosłych (np. wyciągają język na widok takiego zachowania u dorosłego). Jak sugeruje Stern, dzieci od początku gotowe są na wejście do intersubiektywnej matrycy. Umożliwia im to neurobiologiczny system neuronów lustrzanych, które są aktywowane w odpowiedzi na zachowanie drugiej osoby, odzwierciedlając to zachowanie w postaci wzbudzenia aktywności korowej

odpowiadającej czynności wykonywanej przez tę drugą osobę (por. też Mancia, 2006a, s. 14–15). Rostowski opisuje w następujący sposób znaczenie neuronów lustrzanych:

System neuronów lustrzanych stanowi w znacznym stopniu podstawowy „mechanizm” dla zróżnicowanego spektrum wyższego rzędu procesów poznawczych. Umożliwia bowiem odczytywanie i rozumienie intencji, zamierzeń, uczuć, form aktywności drugiej czy innych osób – „nadawców” poprzez kształtowanie i aktywacje w mózgu „odbiorcy” tych samych struktur mózgowych, które w danym momencie są aktywne u „nadawcy”. Co więcej, umożliwia to nabywanie i uczenie się różnych form aktywności ruchowej, czy nawet poszczególnych ruchów, zachowań wykonywanych w określonych sytuacjach, manieryzmów uskutecznianych często bez udziału świadomości... Przyczynia się przede wszystkim do rozumienia czynności innych jednostek, naśladowania, ujmowania czy brania pod uwagę perspektywy – punktu widzenia innych, rozumienia emocji wyrażanych przez mimikę twarzy czy „mowę ciała”, wokalizację, a przede wszystkim nabywania umiejętności mowy – języka, empatii i „czytania w myślach” oraz innych uzdolnień związanych z teorią umysłu... (Rostowski, 2012, s. 64)

System ten łączy się w końcu – jak już z wspominałem – z tym, co nazywamy intersubiektywnością. Intersubiektywność wiązana jest przez Sterna z całym szeregiem różnych zjawisk decydujących o specyfice człowieka. Wymienia tutaj między innymi rozwój mowy i zdolności językowych. Neurologiczną hipotezę na temat pochodzenia i rozwoju mowy sformułował Vilayanur Ramachandran (2012). Powiązał on możliwości filogenetyczne i ontogenetyczne nabywania mowy właśnie z istnieniem systemu neuronów lustrzanych w korze mózgowej człowieka.

Ramachandran podaje m.in. niezwykle przykładowy przykład działania tego systemu podkreślający jego zaangażowanie w pozaintelektualne rozumienie i poznanie cudzych stanów psychicznych. Opisuje (Ramachandran, 2012, s. 146) pacjenta pozbawionego w wyniku urazu ręki, który rozwinął „objaw” kończyny fantomowej. Kiedy zaprezentowano mu sytuację, w której jedna osoba głaszcze rękę drugiej, poczuł na swojej fantomowej kończynie głaskanie. Ramachandran interpretuje to zjawisko jako efekt działania neuronów lustrzanych, dzięki którym pacjent mógł obserwowane ruchy powiązać z doświadczeniem, będącym niegdyś i jego udziałem. W tym jednak przypadku zabrakło sygnału czuciowego płynącego z realnej ręki, który zaprzeczyłby temu, że ręka jest przez kogoś dotykana. Efekt był zaskakujący: pacjent poczuł to, co czuje druga osoba. Efekt ten udało się badaczom również uzyskać, powtarzając eksperyment z udziałem osób, które miały kończyny, ale poddano je miejscowemu znieczuleniu. Te niezwykle obserwacje neurologiczne pokazują, jak ogromne możliwości ma ludzki mózg w empatyzowaniu czy też identyfikowaniu się z drugim człowiekiem. Z tej perspektywy mechanizm identyfikacji projekcyjnej przestaje być czymś tajemniczym, staje się za to bardziej zrozumiałą. Ramachandran przywołuje przykład zaburzeń ze spektrum autyzmu, których badanie przyniosło potwierdzenie znaczenia systemu neuronów lustrzanych dla rozwoju empatii, kompetencji spo-

łecznych i możliwości tworzenia wyobrażenia na temat umysłu drugiego człowieka. Zespół Ramachandrana pokazał, że osoby autystyczne, dla których typowe jest właśnie upośledzenie umiejętności społecznych, współodczuwania itd., nie wykazują aktywności neuronów lustrzanych w odpowiedzi na obserwacje zachowań innych ludzi (Ramachandran, 2012, s. 159–162). Oczywiście sam problem autyzmu nie sprowadza się tylko do kwestii upośledzenia omawianego systemu, związany jest ze znacznie większym, nie do końca jednoznacznym zakresem zmian neurologicznych (zob. Grandin, Panek, 2016).

Do innych ciekawych wniosków doszedł w swoich badaniach nad mózgiem Panksepp (2010, s. 269–272). Pewną słabością jego podejścia – co trzeba przyznać – jest to, że wykorzystuje metodę badań na zwierzętach oraz założenie o funkcjonalnej i częściowo strukturalnej jedności mózgow ssaków. Badając skutki deprywacji możliwości zabawy u zwierząt, zauważył jej negatywny wpływ na rozwój mózgu. Na podstawie swoich badań wysunął hipotezę, że podobna deprywacja u ludzi może powodować tendencję do przeżywania negatywnego afektu oraz gorszy rozwój społeczny (gorszy rozwój „społecznego mózgu”, pewnych identyfikowanych przez niego ośrodków w korze przedniej). Przypuszcza również, że pewne zaburzenia rozwojowe u dzieci, jak ADHD, również mogą mieć swoje źródło w braku odpowiedniej stymulacji mózgu poprzez zabawę. Jak podkreśla Gerhardt (2012, s. 29–30) w ogóle deprywacja bliskiego, ciepłego kontaktu z opiekunem na najwcześniejszych etapach życia powoduje niedorozwój kory okołoczołowej odpowiedzialnej za społeczne kompetencje człowieka. Jednym z ważnych aspektów opieki nad dzieckiem jest na pewno angażująca emocjonalnie zabawa. Wnioski te są o tyle ciekawe, że uzasadniają żywione przez Winnicotta (1994, s. 121–122, 2011) przekonanie o znaczeniu umiejętności bawienia się dla zdrowia ludzi w ogóle i rozwoju dzieci w szczególności.

5.

Pora przyjrzeć się wnioskowi, które płyną z przedstawionych tu danych wiążących badania nad mózgiem z danymi klinicznymi psychoanalizy. Wypowiadając się na temat psychoterapii, Panksepp podkreślił, że nieświadomiane procesy nie są do końca nieświadome. Doświadczane są za to jako podstawowe stany afektywne, choć może im brakować świadomości w sensie poznawczym. Podkreślił jednak, że podstawowe mechanizmy uczenia są nieświadome. Afekt wpływa na procesy poznawcze, ale z drugiej strony może być poprzez nie ograniczany (dzięki hamującej funkcji kory wobec afektywnego pobudzenia). To umożliwia terapeutyczną zmianę. Setting psychoterapeutyczny może być nowym, bezpiecznym środowiskiem dla ekspresji najbardziej pierwotnego i nieświadomionego afektu (Panksepp i inni, 2012, s. 13–15). Wydaje się, że właśnie to zadanie realizuje terapia TFP dla głębokich zaburzeń osobowości. Podkreślenie zaś znaczenia afektu i stanów emocjonalnych daje terapii psychodynamicznej praktyczną przewagę w leczeniu nad terapią poznawczą, zainteresowaną głównie procesami kognitywnymi. Innym praktycznym wnioskiem z zaprezentowanych wyników, a przede wszystkim z badań związanych z rolą

intersubiektywności i pamięci emocjonalnej, jest wskazanie, że podczas terapii szczególnie ciężkich zaburzeń należy wziąć pod uwagę w znacznej mierze sygnały niewerbalne: ekspresję twarzy, postawę ciała, mikroruchy itp. (Mancia, 2006b, s. 109–111). Związane jest to z uznaniem istnienia nieświadomych strukturalnie, niewypartych doświadczeń emocjonalnych zawartych w systemie pamięci utajonej (*implicit memory*) ciała migdałowatego i w ogóle prawej półkuli mózgu (por. Ginot, 2015). To tam miałyby się znajdować neuropsychologiczne wzorce relacji z obiektami. Wydaje się, że wagę tego rodzaju sygnałów w terapii, powiązanie materiału pozasłownego z ekspresją przeniesienia i zawartych w nim relacji z obiektem, podkreśla szczególnie znowu terapia TFP skonstruowana przez Kernberga i jego zespół (por. Yeomans, Clarkin, Kernberg, 2015). Jednym z technicznych rozwiązań, które ona proponuje – oprócz zwracania uwagi na pozawerbalną mikroekspresję pacjenta – jest prowadzenie sesji twarzą w twarz, co ułatwia wyrażanie wzorców self–obiekt w przeniesieniu i obserwowanie tej ekspresji przez terapeutę.

Zaciekawienie psychoanalizy i teorii terapii psychodynamicznej emocjonalnym oraz afektywnym życiem człowieka, wraz z zainteresowaniem postępowaniem współczesnych nauk o mózgu, daje możliwość ominięcia pułapki, w którą wpadły inne gałęzie nauki o człowieku: behawioryzm, psychologia poznawcza czy psychologia ewolucyjna. Wszystkie te subdziedziny psychologii pomijały znaczenie życia emocjonalnego i przez długi czas nie brały pod uwagę dostępnych danych wyłaniających się z badań nad mózgiem człowieka i świata pokrewnych mu zwierząt (por. Panksepp, Panksepp, 2000). Zainteresowany zjawiskami klinicznymi Panksepp poświęcił w swojej książce *The Archaeology of Mind. Neuroevolutionary Origins of Humans Emotions* (Panksepp, Biven, 2012) jeden z rozdziałów właśnie psychoterapii i w ogóle zagadnieniom klinicznym. Wnioski, które wysnuwa, są jednak dość rozczarowujące. Zasadzają się one głównie na stwierdzeniu paru dość oczywistych faktów dla psychoterapii, takich jak uznanie znaczenia bezpiecznej relacji terapeutycznej, ekspresji uczuć w tej korektywnej relacji, znaczenia przywiązania i traum wczesnodziecięcych w powstawaniu patologii i kształtowania się zdrowia psychicznego. Z drugiej strony Panksepp krytykuje freudowską metapsychologię jako zbyt rozbudowaną, wprowadzającą według niego spekulatywne zjawiska, jak wspomniany na początku tego artykułu kompleks Edypa. Dalej Panksepp skupia się głównie na próbie dowiedzenia, że terapia, która nie bierze pod uwagę jego własnych badań nad pierwotnymi mechanizmami neuroafektywnymi, nie będzie miała wystarczającego naukowego oparcia. Wymieniając terapie, które jego zdaniem wpasowują się jakoś w jego wizję terapii skoncentrowanej na afekcie, wymienia dość egzotyczną metodę Arthura Janova, terapię EFP opracowaną przez Lesliego Greenberga i krótkoterminowe podejścia psychodynamiczne Habiba Davanloo czy Davida Malana (Panksepp, Biven, 2012, s. 444). Oczywiście to bardzo sporne wnioski. W ten sposób Panksepp w niewielkim tylko stopniu bierze pod uwagę ustalenia samych psychoterapeutów i badania nad różnymi modalnościami terapii, ich efektywnością, różnymi zjawiskami w procesie terapii itp., a kieruje się głównie wynikami swojej własnej pracy i swoich przemyśleń. Rezultaty badań

neuronauki nie powinny być więc tutaj głównym kryterium w ocenie wartości psychoterapii. Kwestia rzadko bowiem podnoszona przez samych badaczy mózgu dotyczy adekwatności, czyli trafności i rzetelności ich badań. Jak w swojej „reporterskiej” książce przyznaje Casey Schwartz (2015), operacjonalizowanie dokonywane przez badaczy mózgu w eksperymentach dotyczących życia emocjonalnego czy też w ogóle wewnętrznego świata człowieka, którym przecież zajmuje się psychoanaliza, jest dość prymitywne. Trudno więc przyznać, że w laboratoriach badawczych neuronaukowcy mogą rzetelnie zbadać wszystkie zjawiska, z którymi ma styczność w swoim gabinecie analityk. Pomimo to, sam dialog pomiędzy psychoanalizą a neuronauką wydaje się niezwykle cennym zjawiskiem. Jest wspólnym projektem mającym na celu poznanie z różnych perspektyw funkcjonowania ludzkiego Umysłu/Mózgu (wyrażenie Pankseppa). Z tego powodu zainteresowanie psychoterapii wnioskami płynącymi z badań nad mózgiem powinno być znaczne. Dlatego można odczuć szczególnie brak w Polsce publikacji łączących te dwie perspektywy. Niestety, nie wystarcza tu taka publikacja, jak wydany już jakiś czas temu zbiór artykułów *Od neurobiologii do psychoterapii* (2009).

Na koniec warto zacytować najbardziej znanego badacza uprawiającego neuropsychanalizę – Marka Solmsa. W rozmowie z Casey Schwartz miał wyznać jej, że według niego to, czym zajmuje się neuronauka, musi być ważne i trafne (*relevant*), ponieważ istnieje tylko jeden umysł: nie może istnieć inny umysł dla *neuroscience*, a inny dla psychoanalizy; jest tylko jeden ludzki umysł (Schwartz, 2015, s. 47).

Literatura

- Allen J.G., Fonagy P., Bateman A.W. (2014). *Neurobiologia*. W: *Mentalizowanie w praktyce klinicznej*, przeł. M. Cierpisz, s. 173–218. Kraków: Wyd. UJ.
- Damasio A. (2005). *W poszukiwaniu Spinozy. Radość, smutek i czujący mózg*, przeł. J. Szczepański. Poznań: Dom Wydawniczy REBIS.
- Dunbar R. (2014). *Nowa historia ewolucji człowieka*, przeł. B. Kucharzyk. Kraków: Copernicus Center Press.
- Freud Z. (1920/2009). *Poza zasadą rozkoszy*, przeł. R. Reszke. W: *Psychologia nieświadomości. Dzieła. Tom VIII*, s. 161–215. Warszawa: Wyd. KR.
- Frith Ch. (2013). *Od mózgu do umysłu. Jak powstaje nasz wewnętrzny świat*, przeł. A. i M. Binder. Warszawa: Wyd. UW.
- Frosch S. (2011). *Psychoanaliza za i przeciw*, przeł. D. Golec, L. Kalita, M. Lipińska, Warszawa: Oficyna Ingenium.
- Gazzaniga M.S. (2011). *Istota człowieczeństwa*, przeł. A. Nowak. Sopot: Smak Słowa.
- Gazzaniga M.S. (2013). *Kto tu rządzi – ja czy mój mózg?*, przeł. A. Nowak. Sopot: Smak Słowa.
- Gerhardt S. (2012). *Znaczenie miłości. Jak uczucia wpływają na rozwój mózgu*, przeł. B. Radwan. Kraków: Wyd. UJ.
- Ginot E. (2015). *The Neuropsychology of the Unconscious. Integrating Brain and Mind in Psychotherapy*, N. York, London: W.W. Norton & Company.

- Grandin T., Panek R. (2016). *Mózg autystyczny. Podróż w głąb niezwykłych umysłów*, przeł. K. Mazurek. Kraków: Copernicus Center Press.
- Hahn H., Neurath O., Carnap R. (red.). (1929/2010). *Naukowa koncepcja świata. Koło Wiedeńskie*. W: A. Koterski. Gdańsk: słowo/obraz terytoria.
- Hofer M.A. (2014). The emerging synthesis of development and evolution: A new biology for psychoanalysis. *Neuropsychoanalysis*, 16 (1), s. 3–22.
- Johnson S. (2005). *Umysł szeroko otwarty. Życie codzienne naszego mózgu w świetle współczesnej neurobiologii*, przeł. J. Józefowicz-Pacuća. Warszawa: Jacek Santorski & Co Agencja Wydawnicza.
- Kernberg O.F. (2005). Object Relations Theories and Technique. W: E.S. Person, A. M. Cooper, G.O. Gabbard (ed.), *Textbook of Psychoanalysis*, s. 57–75. Washington, London: American Psychiatric Publishing Inc.
- Laplanche J. (1998). *New Foundation for Psychoanalysis*, przeł. D. Macey. Oxford, Cambridge: Basil Blackwell Inc.
- LeDoux J. (1994). Emotion, Memory and the Brain. *Scientific American*, June, s. 68–75.
- LeDoux J. (2000). *Mózg emocjonalny*, przeł. A. Jankowski. Poznań: Media Rodzina.
- LeDoux J. (2012). Rethinking the Emotional Brain, *Neuron* 73, February 23, s. 653–676.
- Mancia M. (2006a). Introduction: How the Neurosciences Can Contribute to Psychoanalysis. W: M. Mancia (ed.), *Psychoanalysis and Neuroscience*, s. 1–30. Milan, Berlin, Heidelberg, N. York: Springer.
- Mancia M. (2006b). Implicit Memory and Unrepressed Unconscious: How They Surface in the Transference and in the Dream. W: M. Mancia (ed.), *Psychoanalysis and Neuroscience*, s. 96–123. Milan, Berlin, Heidelberg, N. York: Springer.
- Murawiec S., Żechowski C. (red.). (2009). *Od neurobiologii do psychoterapii*, Warszawa: Inst. Psychiatrii i Neurologii.
- Nesse R., Lloyd A. (1992). The Evolution of Psychodynamic Mechanisms. W: J.W. Barkow, L. Cosmides, J. Tooby (ed.), *The Adapted Mind. Evolutionary Psychology and the Generation of Culture*, s. 601–626. New York, Oxford: Oxford University Press.
- Panksepp J. (2010). Science of the Brain as a Gateway to Understanding Play. An interview with Jaak Panksepp, *American Journal of Play*, Winter, s. 245–277.
- Panksepp J., Asma S., Curran G., Greif T. (2012). The Philosophical Implications of Affective Neuroscience, *Journal of Consciousness Studies*, 19 (3–4), s. 6–48.
- Panksepp J., Biven L. (2012). *The Archaeology of Mind. Neuroevolutionary Origins of Humans Emotions*, New York, London: W. W. Norton & Company.
- Panksepp J., Panksepp J.B. (2000). The Seven Sins of Evolutionary Psychology, *Evolution and Cognition*, 6 (2), s. 108–131.
- Pugh G. (2006). Cooperation not Incorporation: Psychoanalysis and Neuroscience. W: M. Mancia (ed.), *Psychoanalysis and Neuroscience*, s. 33–61. Milan, Berlin, Heidelberg, N. York: Springer.
- Ramachandran V.S. (2012). *Neuronauka o podstawach człowieczeństwa. O czym mówi mózg?*, przeł. A., M. Binderowie, E. Józefowicz. Warszawa: Wyd. UW.
- Rostowski J. (2012). *Rozwój mózgu człowieka w cyklu życia. Aspekty bioneuropsychologiczne*, Warszawa: Difin SA.
- Roth G., Buchheim A. (2013). Neurobiologia zaburzeń osobowości. W: J.F. Clarkin, P. Fonagy, G.O. Gabbard (red.), *Psychoterapia psychodynamiczna zaburzeń osobowości. Podręcznik kliniczny*, przeł. R. Andruszko, s. 119–163. Kraków: Wyd. UJ.
- Schwartz C. (2015). *In the Mind Fields. Exploring the New Science of Neuropsychoanalysis*, New York: Pantheon Books.
- Solms M. (2005). Neuroscience. W: E.S. Person, A.M. Cooper G.O. Gabbard (ed.), *Textbook of Psychoanalysis*, s. 535–546. Washington, London: American Psychiatric Publishing Inc.
- Stern D. (2005). Intersubjectivity. W: E.S. Person, A.M. Cooper, G.O. Gabbard (ed.), *Textbook of Psychoanalysis*, s. 77–92. Washington, London: American Psychiatric Publishing Inc.
- Szpak M. (2014). *Rozwój symbolizacji. Wybrane perspektywy psychoanalityczne*, Kraków: Wyd. UJ.

- Tomasello M. (2015). *Historia naturalna ludzkiego myślenia*, przeł. B. Kucharzyk, R. Ociepa. Kraków: Copernicus Center Press.
- Tomasello M. (2016). *Dlaczego współpracujemy*, przeł. Ł. Kwiatek. Kraków: Copernicus Center Press.
- Westen D. (2009). Status naukowy procesów nieświadomych, przeł. B. Moroziak. W: S. Murawiec, C. Żechowski (red.), *Od neurobiologii do psychoterapii*, s. 13–55. Warszawa: Inst. Psychiatrii i Neurologii.
- Winnicott D. (1994). *Dzieci i ich matki*, przeł. M. Halaba. Warszawa: Wyd. W.A.B.
- Winnicott D. (2011). *Zabawa a rzeczywistość*, przeł. A. Czownicka. Gdańsk: Wydawnictwo IMAGO.
- Yeomans F.E., Clarkin J.F., Kernberg O.F. (2015). *Psychoterapia skoncentrowana na przeniesieniu w leczeniu zaburzeń osobowości borderline. Podręcznik kliniczny*, przeł. M. Bazan, Z. Szmuc, K. Lewińska-Dudek, K. Zimirka, Kraków: Polskie Towarzystwo Psychoterapii Psychodynamicznej.

Jakub Przybyła
Gabinet Psychoterapii IMAGO Kraków
Krakowskie Centrum Psychodynamiczne
gabinet.imago@gmail.com
jakubprzybyla@interia.pl