

Jakub Przybyła  
Gabinet Psychoterapii IMAGO w Krakowie

# Biologiczne podstawy psychoterapii. W poszukiwaniu ewolucyjnego paradygmatu

*Biological foundation of psychotherapy. In search  
of an evolutionary paradigm*

## Abstract

*In the article, the author discusses the results of research in modern biology, ethology and brain sciences that are related to phenomena observed in psychotherapy. From the proposed combination emerges a common search area for these various fields of knowledge, which is research on the affective and social life of people and other animals. Taking this into account, the author proposes that the theory of evolution may be the common point of reference and cooperation for these fields of knowledge. At the same time, he draws attention to the fact, that the psychodynamic approach, probably mainly the concept proposed by O.F. Kernberg and his team, most fully refers to the discussed phenomena.*

**Psychiatry 2020; 17, 2: 80–86**

**Key words:** evolutionary psychology, neuroscience, neuropsychanalysis, psychodynamic psychotherapy, psychoanalysis

## Wstęp

Artykuł ten jest nawiązaniem do tekstu „Neurobiologiczne podstawy psychoterapii” [1], w którym omawiano możliwość powiązania wiedzy psychoterapeutycznej z badaniami nad mózgiem, neuronauką i neuropsychanalizą. Trudno nie zwracać uwagi na konieczność przyjęcia takiej perspektywy w ramach psychoterapii w sytuacji ogromnej liczby danych płynących z badań nad funkcjonowaniem ludzkiego układu nerwowego. Szczególnie istotne mogą się tutaj wydawać wysiłki dziedziny badań określającej się mianem neuropsychanalizy podejmującej próbę integracji badań neuronaukowych i dociekań psychoanalitycznych. Popularność neuronauk powoduje jednak, że perspektywa mózgową jest często nadużywana [2]. Hipotezy i twierdzenia wypowiediane przez badaczy mózgu są czasem bardzo odważne i niekoniecznie biorą pod uwagę rozdzielną przedmiotową i językową różnych dziedzin wiedzy, takich jak neurologia

i psychologia czy psychoterapia. Nie przypadkiem Freud stworzył swoją teorię popędową, by zasypać przepaść między poziomem neuronalnym a psychologicznym. Fenomeny, o których pisał, były bowiem metodą translacji jednego w drugie oraz sposobem na przezwycięzenie nierozstrzygalnego problemu psychofizycznego [3]. Kiedy nie bierze się tego pod uwagę, można niepotrzebnie tworzyć niezwykle skomplikowane i groźące nadużyciem konstrukcje, jak choćby próba neuronaukowej interpretacji metapsychologii Lacana [4]. Przeciwnie sama teoria Lacana wciąż budzi wśród szerokiego grona psychologów i psychoterapeutów psychodynamicznych oraz psychoanalitycznych zarówno fascynację, jak i liczne zastrzeżenia.

Wydaje się zatem, że potrzebne jest powiązanie wiedzy psychologicznej, psychoterapeutycznej i neuronaukowej na szerszym polu, które pozwoliłoby wpisać te dziedziny w kontekst mogący stanowić pewną jednoczącą matrycę i dawać dzięki temu wspólny metajęzyk. Dla biologii taką matrycą okazała się teoria ewolucji. Część psychologów ewolucyjnych też chciałaby, aby ewolucjonizm stał się paradygmatem integrującym psychologię [5]. Zapewne to zbyt daleko idące oczekiwanie. Trudność takiej operacji

**Adres do korespondencji:**  
Jakub Przybyła  
Gabinet Psychoterapii IMAGO w Krakowie  
Pl. Szczepański 3/42, 31–011 Kraków  
e-mail: jakubprzybyla@interia.pl

jest związana z różnorodnością teoretyczną psychologii i jej wewnętrznymi pęknięciami, wśród których jednym z bardziej widocznych jest rozdźwięk między psychologią akademicką a psychopatologią i psychoterapią. Mimo to wydaje się, że w perspektywie ewolucyjnej istnieje pewien niewykorzystany potencjał, który mógłby pomóc we wspólnej komunikacji i konsensusie zarówno psychopatologii, psychoterapii, psychoanalizy, jak i neuronauk. Jednym z głównych problemów związanych z zaniedbaniem tej perspektywy wydaje się pomijanie faktu, który dla biologów jest oczywisty, że człowiek jest jednym ze zwierząt i łączy go z nimi, a na pewno z pozostałymi ssakami, wiele adaptacji i sposobów funkcjonowania. Konsekwencją tego stwierdzenia jest fakt, że nie da się pomijać modeli zwierzęcych i ustaleń biologii oraz etologii w mówieniu o człowieku i sposobie pomagania mu. Taka perspektywa była obecna już u źródeł psychoterapii w poglądach Freuda, choć w późniejszym czasie stała się obiektem krytyki jego następców, czego przykładem są dywagacje Fromma na temat ludzkiej agresji krytykujące ustalenia etologów [6]. Krytyka ta stanowi niewątpliwą rysę na niezwykłym dziedzictwie tego psychologa [7]. Odniesień do adaptacji można się również doszukać w dziedzictwie psychologii ego, gdzie wielu z jej przedstawicieli odnosiło się do kategorii adaptacji [8]. Spitz wymienia tu kilku ważnych psychoanalityków: Hartmanna, Eriksona, Rapaporta i Gilla. Perspektywa ta stała się jednak przyczyną krytyki wspomnianych teoretyków ze strony innych szkół psychoanalizy (lacanizm). Być może jednak, co autor postara się wykazać w niniejszym tekście, tradycja psychologii ego jest warta kontynuowania i może stanowić sposób na wprowadzenie w psychoterapię myślenia związanego z paradygmatem ewolucyjnym.

### **W stronę paradygmatu ewolucyjnego**

Dotychczasowe podejście wielu naukowców, samych psychologów oraz ludzi w ogóle, było nacechowane w dużym stopniu brakiem zrozumienia dla emocjonalności zwierząt i swoistym szowinizmem gatunkowym, traktującym człowieka jako byt inny jakościowo i wyższy niż reszta zwierząt [9, 10]. Nawet jedna z nowszych gałęzi psychologii, jaką jest psychologia ewolucyjna, skupiała się głównie na funkcjonowaniu kognitywnym i rozumieniu zachowań specyficznie ludzkich. Dlatego jako taka była długo niezbyt zainteresowana badaniami neuronauk, a szczególnie neuronauki afektywnej, na przykład ewolucyjnym podejściem niezującego już Jaaka Pankseppa [5, 11]. Podobnie zresztą jest z korzystaniem przez nią z ustaleń psychoanalizy i jej badań ludzkiej emocjonalności. Znaczenie emocjonalności zwierząt, ich zdolności do okazy-

wania i odczuwania empatii i innych złożonych afektów okazuje się jednak zbliżać je do człowieka [12, 13]. Inaczej mówiąc, okazuje się, że człowiek nie różni się tak bardzo od innych zwierząt, a zwłaszcza innych ssaków. Na związki te wskazywało już wielu etologów i biologów [14–16]. Same zaś zwierzęta wykazują wiele skomplikowanych sposobów funkcjonowania odmiennych od zachowania naszego gatunku posiadających jednak podobny poziom złożoności [17]. Można nawet powiedzieć, że współczesna biologia, ale też i filozofia oraz antropologia, coraz bardziej podkreślają podobieństwo człowieka do innych zwierząt. Dziedziny te podnoszą kwestie praw zwierząt i bioetyki. Podkreślają podobieństwo zwierząt do ludzi i ludzi do zwierząt, ich i ludzkiej zdolności do empatii oraz związanej z tym potrzeby bardziej etycznego wobec nich zachowania [9, 18], jak też wspólnej kategorii egzystencjalnej: życia jako zoe [19]. Marc Bekoff i Jessica Pierce w swej książce *Dzika sprawiedliwość* [20] podkreślają, że dotychczas zwierzęta były traktowane jak automaty, maszyny. Była to wizja podobna do tej, którą stworzył behawioryzm w psychologii. Także i człowiek potraktowany został w tym podejściu jako wiązka bodźców i reakcji. Obecnie tak jak neuronauka przechodzi z badań nad poznaniem w stronę badań nad afektem, tak też etologia również zmierza w kierunku badań nad rolą życia afektywnego zwierząt. Bekoff i Pierce [20] proponują więc spojrzeć na pewne zachowania zwierząt, przynajmniej niektórych gatunków, od strony zjawisk kooperacji, empatii i sprawiedliwych zachowań w ramach własnej grupy gatunkowej. Z badań tych trzech „wiązek” tematycznych wyciągają wnioski dotyczące potencjalnych zachowań moralnych u zwierząt. Co ciekawe, badania etologiczne konstruowane z tego punktu widzenia prowadzą czasem badaczy do wysuwania wniosków podobnych do twierdzeń wczesnej psychanalizy (Freud). I tak na przykład autorzy ci, komentując hipotezę antropologa Christophera Boehma, piszą: „...sumienie wyewoluowało u *Homo sapiens* w odpowiedzi na zmiany występujące w okresie średniego i późnego plejstocenu, polegające na przejściu od zbieractwa do polowania na dużą zwierzyńnię. Boehm twierdzi również, że polowanie na dużą zwierzyńnię wymaga intensywnej kooperacji i że uczciwa dystrybucja mięsa wśród członków grupy była egzekwowana za pomocą systemu sankcjonowania społecznego. Jak stwierdza, »bandy musiały łączyć się fizycznie przeciwko swoim samcom alfa, żeby zapewnić efektywną dystrybucję mięsa — wynajdując w ten sposób systematyczny i decydujący typ kontroli społecznej«. To, kontynuuje, »przygotowało grunt pod rozwój moralności jako czegoś nowego, ponieważ bardziej wrażliwy społecznie typ osobistej samokontroli stał się adaptacyjny dla jednostek

żyjących w tych stosujących kary grupach». Zatem najpierw sumienie, a później moralność” [20, s. 228–229]. Miało to między innymi powodować rozwój reakcji wstydu na niemoralne zachowania. Ta hipoteza przypomina nieco freudowską opowieść o hordzie pierwotnej i obaleniu ojca — samca alfa (pomijając rzecz jasna motywacje seksualne, które uwypuklał Freud). Jak wiadomo, była to aetiologiczna hipoteza tłumacząca powstanie kompleksu edypa. Antropologia psychodynamiczna uczy również (podobnie jak doświadczenie potoczne), że można walczyć i rywalizować, albo właśnie kooperować. Kooperacja i kara za jej brak to zjawiska częste wśród ssaków społecznych. Są to w tym sensie zachowania wysoce adaptacyjne dla jednostki i grupy. W ten sposób psychoanalityczna teza o istnieniu edypalnej konfiguracji rozwojowej i strukturalnej (zachowania, afekt, typ tworzenia relacji) u mężczyzn znajdowałyby nowe umocowanie w hipotezie inspirowanej myśleniem ewolucyjnym.

Należy zatem z całą stanowczością podkreślić fakt, że człowiek przynależy do świata zwierząt. Mimo to, dotychczas szukano głównie różnic między gatunkiem *Homo sapiens* a innymi zwierzętami. Najważniejszymi kandydatami były tu zjawiska myślenia symbolicznego i tworzenia kultury, które zdają się występować w historii naszego gatunku od jego początków [21, 22]. Myślenie symboliczne było jednak również obecne u gatunków pokrewnych człowiekowi współczesnemu, jak na przykład *Homo sapiens neanderthalensis*. Natomiast czynnikiem wyróżniającym człowieka współczesnego w świecie zwierząt jest to, że dzięki swym zdolnościom intelektualnym okazał się najbardziej agresywnym i destrukcyjnym ze zwierząt. Dotyczy to zarówno zachowania wewnątrz-, jak i zewnątrzgatunkowego. Rozmiary konsekwencji zdolności do zachowań agresywnych zdecydowanie odróżniają go od reszty przyrody. Tak czy inaczej *Homo sapiens* nie jest tworem bez swojej ewolucyjnej przeszłości. Najwyraźniej, jak sugerują dostępne dane, w ewolucji człowieka nie było żadnych skokowych przejść, ale powolne zmiany od bardziej zwierzęcokształtnych form, aż do współczesnej postaci. Dzięki genetyce wiemy, że prawie cała populacja ludzka nosi w swoim genotypie ślady mieszania się z innymi, niekoniecznie bardziej prymitywnymi gatunkami ludzi: neandertalczykiem i denisowiańczykiem [23, 24]. Podobne kwestie podnosi również paleoantropologia, widząc w człowieku współczesnym efekt długiej i wielokierunkowej ewolucji mioceńskich małp [25]. Językoznawca Daniel Everett podkreśla nawet, że te wyjątkowo ludzkie cechy, jak tworzenie kultury i komunikowanie symboliczne (język) pojawiły się poraz pierwszy u *Homo erectus* (kultury olduwajska i aszelska), który przecież wciąż dziedziczył po swych przodkach

zwierzęcy, choć wyprostowany, jednak ciągle bardziej „małpi” wygląd [5, 21]. Był to jednak pierwszy gatunek człowieka, który osiągnął niebywały sukces polegający na rozprzestrzenieniu się na ogromne tereny, od Afryki po Indonezję. Pokazuje to jego ogromne możliwości adaptacyjne. Fakt ten tylko umacnia sensowność parzenie na człowieka z perspektywy ewolucyjnej, jako na zwierzę, które stopniowo zmieniało się w swojej historii, nabywając z czasem swoiste właściwości, ale pozostając wciąż jednym ze ssaków. Dlatego wiedza na temat funkcjonowania zwierząt, ich zachowań, ale też leżących u jego podstaw procesów neuronalnych, również zbliża je do człowieka. W pracy nad tą dziedziną wiedzy, wśród badaczy, szczególnie wyróżnił się Panksepp.

Biorąc pod uwagę te dwie perspektywy, biologii ewolucyjnej i neuronauk, należy się zgodzić z tezą wyrażoną przez Fransa de Waala: „współczesna neurobiologia sprawia, że niemożliwym jest utrzymanie wyraźnego dualizmu człowiek-zwierzę” [14, s. 65]. Wypada tu zatem powrócić do wspomnianej neurobiologii i szerzej — neuronauk, oraz tego, co mają do zaproponowania. Zanim jednak przejdę do znaczenia nauki o mózgu dla podejścia ewolucyjnego, chciałbym przypomnieć pewne istotne sprawy związane z neuronauką i pewną jej wersją — neuropsychoanalizą. Jak podkreśla się, połączenie wiedzy na temat funkcjonowania i związków umysłu oraz mózgu, a zatem i nauk nimi się zajmujących: psychiatrii/ /neuronauki i psychoterapii/psychologii powinno się odbywać na zasadach kooperacji [1, 26], a bazę filozoficzną powinny tu stanowić eksplanacyjny dualizm [27, 28] i materializm nieredukcjonistyczny, który można wyinterpretować z kluczowych dla tej sprawy artykułów Kandela [29–31]. Przeciwnie, redukcjonistyczny materializm sprowadzałby stany mentalne do stanów fizycznych (biologicznych), co byłoby niepotrzebnym i szkodliwym redukcjonizmem właśnie. Wspomniane kwestie można traktować jako pewne aksjomaty współpracy teoretycznej psychoterapii i neuronauk. Neuropsychoanaliza jest natomiast ujęciem bardziej specyficznym. To projekt syntezy wiedzy psychoanalitycznej i neurobiologicznej. Ma swoich gorących zwolenników, jak również zdecydowanych krytyków — po obu stronach: i analitycznej, i neuronaukowej. Jest przyjmowana entuzjastycznie jako szansa na integrację wiedzy psychoterapeutycznej i neurologicznej [32], ale też krytykowana jako szkodliwa praktyka [33]. Jednym z powodów krytyki wymierzonej w perspektywę neuropsychoanalityczną jest niekonsekwencja w respektowaniu samodzielności przedmiotowej psychoterapii i psychoanalizy [27, 28]. Wracając do głównego toku rozumowania, należy podkreślić, że to, co neuronauka, a szczególnie neuropsychoanaliza, ma do zaproponowania, to spojrzenie na człowieka od

strony jego afektu i fizjologicznych korelatów stanów afektywnych. Wagę tego podkreślali tacy teoretycy, jak LeDoux, Damasio czy Panksepp. Szczególnie ten ostatni wstąpił się jako autor ewolucyjnej w swojej istocie teorii, która zwraca uwagę na wagę wspólnych dla człowieka i innych ssaków systemów neuroafektywno-behawioralnych [1, 34, 35]. Podsumowując tę część tekstu, należy podkreślić wagę syntezy wiedzy psychologicznej i psychoterapeutycznej (np. psychoanalitycznej) z wiedzą neuronaukową w kontekście myślenia ewolucyjnego, a zatem traktującego człowieka jako jedno ze zwierząt. Konsekwencją tego podejścia powinna być koncentracja na życiu afektywnym oraz zaburzeniach tej sfery funkcjonowania człowieka.

### **Próby użycia idei ewolucji w psychologii i psychoterapii**

Warto przyrzeć się funkcjonującym już próbom aplikacji teorii ewolucji w psychologii, a prezentację zacząć od psychologii ewolucyjnej. Dziedzina ta skupia się głównie na wybranych polach funkcjonowania człowieka. Bardzo długo było to głównie funkcjonowanie poznawcze [36, 37] albo sfera seksualna [38, 39]. Niektórzy, jak Miller, widzieli w zachowaniach seksualnych główny motor ewolucji i główną motywację ludzkich zachowań. Odpowiedzialny za to miał być ewolucyjny mechanizm doboru płciowego. Krytykę tego punktu widzenia przedstawił między innymi Necker [5], podkreślając również, że ciężko analizować motywację i funkcjonowanie ludzi tylko poprzez jeden mechanizm ewolucyjny. Bardziej zasadne jest stosowanie różnych tłumaczeń dla zachowań ludzkich: doboru płciowego, krewniczego, odwzajemnionego altruizmu/mutualizmu, eusocjalności itp. Wśród psychologów ewolucyjnych pojawiła się jednak też świadomość konieczności zwracania uwagi na osobowość i różnice indywidualne, które są konceptualizowane w ramach tego podejścia jako różne strategie rozwiązywania problemów adaptacyjnych [40]. Jak jednak podkreśla Necker, w swojej cytowanej już monografii, psychologia ewolucyjna mocno upraszcza obraz człowieka, jego osobowości, relacji ze środowiskiem i kształt mechanizmów adaptacji. Ponadto, o czym wspominałem już wcześniej, nie odnosiła się długo do badań neuronaukowych, co spowodowało między innymi mnożenie kolejnych postulowanych modułów umysłowych, które nie mają odniesienia do danych z badań nad mózgiem. Z badań neuronaukowych wyłania się bowiem obraz mózgu jako organu pracującego raczej holistycznie, neuroplastycznego i w niewielkim stopniu podzielonego na konkretne moduły. Jeśli już jednak szukać tych modułów, należałoby odwołać się do dobrze uzasadnionej ewolucyjnie i neuronaukowo koncepcji Pankseppa systemów neuro-

afektywno-behawioralnych i psychiatrii ewolucyjnej [41], którą jednak psychologowie ewolucyjni konsekwentnie pomijali w swych rozważaniach [5].

Drugi nurt myślenia o aplikacji teorii ewolucji w psychologii wychodzi od specjalistów zajmujących się psychopatologią i psychoterapią. Można tu wymienić w pierwszym rzędzie zapoczątkowane przez Bowlby'ego badania nad przywiązaniem w relacji dziecka do opiekunów. Badacz ten oparł swoją koncepcję w dużej mierze na analizach etologów. Również Liotti i Gilber [42] szukali uzasadnień i połączeń dla teorii mentalizacji i przywiązania w ewolucjonizmie. Zwrócili uwagę na znaczenie dla psychoterapii znajomości tego kontekstu, a szczególnie zrozumienia dla kompetencji i potrzeb społecznych związanych z ewolucyjnym dziedzictwem gatunku. Jedną z prób połączenia perspektywy ewolucyjnej z psychiatrią i psychoterapią jest też praca Liottiego i Fariny [43] na temat traumatycznego rozwoju, która łączy ze sobą koncepcję przywiązania, koncepcję dysocjacji Janeta oraz wyniki różnych badań empirycznych, z koncepcją adaptacji wyrastającą z teorii ewolucji. Praca ta ma pewne mankamenty, których autor niniejszej pracy nie będzie opisywać. Warto jednak nadmienić, że autorzy wykazują się czasem małym zrozumieniem biologii i świata zwierząt. Innym przykładem próby integracji podejścia ewolucyjnego z psychopatologią i psychologią, szczególnie psychodynamiczną, jest praca na temat zaburzeń osobowości Millona i Davisa i wsp. [44]. Autorzy ci, podobnie jak sami psychologowie ewolucyjni, podkreślają, że w perspektywie ewolucyjnej odnaleźć można wspólny i spajający mianownik dla różnych ujęć osobowości ludzkiej i jej patologii. Aby jednak móc przyjąć perspektywę proponowaną przez tych autorów, należałoby wziąć pod uwagę możliwą ewolucyjną genezę, a przez to i interpretację teoretyczną, zjawisk psychodynamicznych, które budują świat wewnętrzny człowieka i jego osobowość. Pracę taką podjęli psychologowie ewolucyjni Nesse i Lloyd [45]. Przedstawili próbę ewolucyjnej interpretacji mechanizmów obronnych człowieka. Wspólną płaszczyzną dla badań nad osobowością może być też próba rozumienia znaczenia ludzkiej seksualności i tworzenia kultury. Szczególnie istotna wydaje się w tym ujęciu tradycja badań psychoanalitycznych nad charakterem i jego zaburzeniami. Chodzi zwłaszcza o spuściznę psychologii ego, która podkreślała adaptacyjne znaczenie mechanizmów obronnych. We współczesnym nurcie psychoanalizy i teorii psychodynamicznej ważne są niewątpliwie wypowiedzi Otto Kernberga, który wielokrotnie tłumaczył genezę powstawania opracowanej przez siebie architektury ludzkiego umysłu, właśnie względami związanymi z procesami ewolucyjnymi. Na pewno chybnym pomysłem jest jakakolwiek próba redukcji

psychologii do biologii, jak czyniła to socjobiologia, czy też do neuronauki, czego przykładem jest kuriozalna próba stworzenia „neuro-psychoterapii” [46]. Stale aktualna jest tutaj krytyka socjobiologicznego punktu widzenia wyrażona między innymi przez Lévi-Straussa [47], który podkreślał, podobnie jak cytowany już wcześniej Everett [21], że umysł ludzki jest nie tylko efektem ewolucji biologicznej, ale też kulturowej. W tym sensie nie można zapominać o modulującym i kształtującym wpływie działalności symbolicznej człowieka na jego funkcjonowanie. Można się zgodzić ze zdaniem genetyka Adama Rutherforda, że „Biologia umożliwia kulturę, kultura zmienia biologię” [24, s. 34]. Trzeba wyraźnie zaznaczyć, że mechanizmy adaptacji czy też doboru seksualnego nie są wystarczającymi do zrozumienia ludzkich zachowań. Pomijając postulowane istnienie zjawiska egzaptacji (zjawiska które miałyby być „przypadkowym”, nieadaptacyjnym tworzeniem się pewnych mechanizmów funkcjonowania), nie można zapominać o życiu symbolicznym człowieka i przejawianiu przez niego, podobnie jak i przez wiele zwierząt, zachowań, które nie mają jasnego znaczenia adaptacyjnego.

W obliczu współczesnej wiedzy naukowej ślepyimi ścieżkami w rozwoju psychologii i psychoterapii wydają się jednak też koncepcje odziedziczone od ewolucyjnego i biologicznego tła nadmiernie, podkreślające swoistość i wyjątkowość człowieka.

### Proponowane wnioski praktyczne

Jak podają autorzy artykułu „Mechanisms of social emotion regulation: from neuroscience to psychotherapy” [48], terapia poznawcza nie jest najlepszym sposobem pracy z emocjami i pracą nad regulacją afektu. Powołują się w swoich wnioskach na badania LeDoux oraz Pankseppa. Wyraźnie wyłania się z nich wniosek, że reakcje afektywne są szybsze i wcześniejsze niż procesy kognitywne, dlatego tradycyjne podejście terapii poznawczej polegające na przeformułowaniu poznawczym, które ma wpłynąć na doświadczany afekt, wydaje się mocno niewystarczające. Nurtem terapeutycznym, który koncentruje się na afekcie i patologicznych mechanizmach w jego regulacji, jest głównie nurt psychoanalityczny i wyrastający z niego nurt psychodynamiczny. Jak wspomniano również neuronauki, także i neuropsychoanaliza podkreślają znaczenie afektu, który jest ważniejszy niż procesy poznawcze w rozumieniu człowieka i jego patologii. Turnbull podkreśla, że jest to kierunek, w którym pójdzie psychiatria, adaptując afektywną neuronaukę [49]. Podkreśla jednocześnie, podobnie jak Kandell, że dla neuronauki wciąż model Freuda jest najciekawszy, ponieważ oferuje swoją metapsychologią koncepcję architektury umysłu, czego nie robią inne systemy psychoterapeu-

tyczne. Można dodać do tego konstatację, że w psychoanalitycznej wizji umysłu afekty, pochodne popędu odkrywają fundamentalną rolę i są najważniejszą kwestią w pracy terapeutycznej. Jak jednak zauważył Cortina [50], psychoanalizie przypisuje się niestety kiepską reputację w ramach nauki i praktyki terapeutycznej. Uważa on, że winni temu są sami analitycy zaniedbujący często inne dziedziny wiedzy i ignorujący procedury weryfikacyjne. Podkreśla jednak możliwość zmiany tej sytuacji poprzez otwarcie się tego środowiska. Kiedy się to bowiem faktycznie dzieje, okazuje się, że status odkryć psychologii psychodynamicznej jest wysoki, a samo podejście okazuje się niezwykle wartościowe. Warto zatem podkreślić, że w tym kontekście najciekawszą propozycją integracji wiedzy biologicznej, inspirowanej myśleniem ewolucjonistycznym, oraz psychologii psychodynamicznej, zaproponował Otto Kernberg, łącząc dotychczasowe wysiłki psychologii ego i różnych szkół teorii relacji z obiektem. Podkreśla w swojej koncepcji, że różne doświadczenia afektywne tworzą w człowieku popędy: libidinalny i agresywny. Pierwszy powstaje na bazie doświadczeń przyjemnych i gratyfikujących, drugi — nieprzyjemnych, frustrujących. Afekty traktuje Kernberg jako wrodzone i instynktowne dyspozycje, które są organizowane od narodzenia w popędy i wewnętrzny świat relacji z obiektem. Zaznacza, że afekt i życie popędowe, prawdopodobnie jak u innych ssaków, a szczególnie prymatów, mają szczególne znaczenie w kształtowaniu pierwotnej więzi z opiekunem (matką), co pozwala przetrwać niemowlęciu, a matce odpowiedzieć adekwatnie na potrzeby dziecka. Tak kształtujące się życie popędowe, relacje z obiektem, które predysponują do różnych zachowań afektywnych w zależności od historii podmiotu, charakteryzują zarówno zdrową, jak i zaburzoną osobowość [51]. Wydaje się, że błędem psychologii ewolucyjnej było nie tylko niebranie pod uwagę koncepcji neuronaukowych, ale też antropologii i psychopatologii psychoanalitycznej, bez której niektóre z jej tez brzmią jak daleko idące uproszczenia. Poza tym, jak przyznają sami psychologowie ewolucyjni [52], są pewne fenomeny, których nie da się wytłumaczyć poprzez kategorię adaptacji, jak na przykład samobójstwa, homoseksualizm, adopcja niespokrewnionych dzieci. Problemy te wymagają raczej szerszego spojrzenia między innymi poprzez pryzmat psychologii i psychopatologii psychodynamicznej, która bierze pod uwagę zarówno życie afektywne człowieka, jak również płaszczyzny symboliczną i kulturową. Natomiast tym, co wspólne dla psychologii ewolucyjnej i teorii psychoanalitycznej czy psychodynamicznej, szczególnie w wersji proponowanej przez Kernberga, jest zainteresowanie życiem społecznym człowieka. Jak podkreśla Buss [53], człowiek żył i ewoluował w grupie społecznej i do życia

w grupie jest zaadaptowany. Można więc powiedzieć, że psychopatologia i psychoterapia powinny się szczególnie koncentrować na trudnościach w tej sferze. W teorii proponowanej przez zespół Kernberga ten sposób myślenia jest obecny poprzez podkreślanie znaczenia tworzenia relacji ze znaczącymi innymi [54]. Inną tego rodzaju wspólną płaszczyzną pozostaje kwestia relacji pomiędzy partnerami, miłości, seksu, zazdrości, jak również przystosowania obojga rodziców do opieki nad potomstwem [53]. Podsumowując, można zaznaczyć, że podejście ewolucyjne i psychodynamiczne łączy badanie architektury ludzkiego umysłu. W ramach tego badania dziedziny te jednoczy zainteresowanie życiem seksualnym człowieka, fenomenem miłości romantycznej oraz oddania rodzicielskiego i przywiązania dziecka do opiekunów. Zarówno psychoanaliza, jak i podejście ewolucyjne są zainteresowane nieświadomymi mechanizmami psychologicznymi i biologicznymi leżącymi u podłoża tworzenia kultury i życia symbolicznego. Podejścia te dzielą również

zainteresowanie zjawiskami kooperacji, rywalizacji, empatii i agresji. W końcu wspólnym tematem może tu być kwesta możliwości adaptacyjnych i plastyczności zachowania człowieka. Ten aspekt jest na pewno istotny dla tradycji psychologii ego i, wyrastającej z niej, teorii Otto Kernberga. Biorąc pod uwagę te wnioski, wypada sformułować postulat współdziałania tych dziedzin wiedzy z poszanowaniem ich odrębności przedmiotowej. W szczególności chodziłoby tu o taką współpracę, która nie odcina się od ustaleń neuronauki. Wspólnym tłem i odniesieniem dostarczającym języka wyższego rzędu, może tu być teoria ewolucji, która mogłaby dawać psychoterapii biologiczne podstawy i jednocześnie łączyć na zasadzie kooperacji psychopatologię, psychoanalizę, psychologię ewolucyjną z neuronaukami, między innymi neuropsychoanalizą. Teorią szczególnie predysponowaną w psychoterapii do takiego dialogu wydaje się, rozwijana już od lat, teoria psychodynamiczna Kernberga i jego zespołu.

### Streszczenie

*W artykule omówiono wyniki badań współczesnej biologii, etologii oraz nauk o mózgu, które odnoszą się do zjawisk obserwowanych w psychoterapii. Z proponowanego zestawienia wylania się wspólna płaszczyzna poszukiwań dla tych różnych dziedzin wiedzy, którą stanowią badania nad życiem afektywnym i społecznym ludzi oraz innych zwierząt. Biorąc to pod uwagę, autor proponuje, aby wspólnym punktem odniesienia i współpracy dla tych dziedzin wiedzy była teoria ewolucji. Jednocześnie zwraca uwagę na to, że prawdopodobnie najpełniej do omawianych zjawisk odnosi się w ramach psychoterapii podejście psychodynamiczne, a szczególnie koncepcja zaproponowana przez O.F. Kernberga i jego zespół.*

**Psychiatria 2020; 17, 2: 80–86**

**Słowa kluczowe:** *psychologia ewolucyjna, neuronauka, neuropsychoanaliza, psychoterapia psychodynamiczna, psychoanaliza*

### Piśmiennictwo:

1. Przybyła J. Neurobiologiczne podstawy psychoterapii. *Psychoterapia*. 2016; 2(177): 29–42.
2. Satel S, Lilienfeld SO. Pranie mózgu. Uwodzielska moc (bezmyślnych) neuronauk. CIS, Stare Groszki 2017.
3. Chessick RD. Psychoanalytic clinical practice. Selected papers. E-book International Psychotherapy Institute 2019.
4. Dall'Aglio J. Of brains and Borromean knots: A Lacanian meta-neuropsychology. *Neuropsychoanalysis*. 2019; 21(1): 23–38, doi: [10.1080/15294145.2019.1619091](https://doi.org/10.1080/15294145.2019.1619091).
5. Neckar J. Ewolucyjna psychologia osobowości. O psychologicznej naturze człowieka w ujęciu darwinowskim. SEDNO Wyd. Akademickie, Warszawa 2018.
6. Fromm E. Anatomia ludzkiej destrukcyjności. Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2016.
7. Cortina M. The Greatness and Limitations of Erich Fromm's Humanism. *Contemporary Psychoanalysis*. 2015; 51(3): 388–422, doi: [10.1080/00107530.2015.999297](https://doi.org/10.1080/00107530.2015.999297).
8. Spitz RA. A psychoanalytic study of normal and deviant development of object relations. International Universities Press, Inc. New York; 1965.
9. Bekoff M. Manifest zwierząt. Sześć powodów, żeby okazywać więcej współczucia. Marginesy, Warszawa 2019.
10. Singer P. Wyzwolenie zwierząt. Marginesy, Warszawa 2018.
11. Łukasik A. Ewolucja – mózg — zachowania społeczne. Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów 2015.
12. King BJ. Jak zwierzęta przeżywają żalobę. PURANA, Lutynia 2018.
13. Safina C. Poza słowami. Co myślą i czują zwierzęta. KP, Warszawa 2018.
14. De Wall F. Ostatni uścisk mamy. Emocje zwierząt i co one mówią o nas samych. Copernicus Center PRESS, Kraków 2019.
15. De Wall F. Wiek empatii. Jak natura uczy nas życzliwości. Copernicus Center PRESS, Kraków 2019.
16. Dröscher VB. Ludzkie oblicze zwierząt. Prószyński i S-ka, Warszawa.
17. Brensing K. Rozmowa ze zwierzętami. Czy uda się zrealizować ludzkie marzenie o rozmowie ze zwierzętami? AMBER, Warszawa 2018.
18. Donaldson S, Kymlicka W. Zoopolis. Teoria polityczna praw zwierząt. Oficyna 21. Warszawa; 2018.
19. Braidotti R. Po człowieku. PWN, Warszawa 2014.
20. Bekoff M, Pierce J. Dzika sprawiedliwość. Moralne życie zwierząt. Copernicus Center PRESS, Kraków.
21. Everett DL. Jak powstał język. Historia największego wynalazku ludzkości. Prószyński i S-ka, Warszawa 2019.
22. Von Petzinger G. Pierwsze znaki. Najstarsze symbole świata. Przeł. A. Szurek. Wyd UJ, Kraków 2018.
23. Reich D. Kim jesteśmy, skąd przyszliśmy... Kopalny DNA i nowa nauka o przeszłości człowieka. CIS, Stare Groszki 2019.

24. Rutherford A. Księga ludzi. Opowieść o tym jak staliśmy się nami. Pruszyński i S-ka, Warszawa 2019.
25. Begun DR. Prawdziwa planeta małp. Nowa historia człowieka. Prószyński i S-ka, Warszawa 2017.
26. Mancia M. Introduction: how the neurosciences can contribute to psychoanalysis. In: Mancia M. ed. Psychoanalysis and neuroscience. Springer, Milan, Berlin, Heidelberg, New York 2006: 1–30.
27. Przybyła J. Pomiedzy psychoanalizą a neuronauką – kontrowersje wokół neuropsychoanalizy. Psychiatria. 2017; 14(1): 55–60.
28. Przybyła J. Psychodynamiczne spojrzenie na neuropsychoanalizę: niebezpieczna moda czy twórcza perspektywa? Psychoterapia psychodynamiczna w Polsce. 2017; 4: 32–41.
29. Kandell ER. A new intellectual framework for psychiatry. Am J Psychiatry. 1998; 155(4): 457–469, doi: [10.1176/ajp.155.4.457](https://doi.org/10.1176/ajp.155.4.457), indexed in Pubmed: [9545989](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9545989/).
30. Kandell ER. Biology and the future of psychoanalysis: a new intellectual framework for psychiatry revisited. Am J Psychiatry. 1999; 156(4): 505–524, doi: [10.1176/ajp.156.4.505](https://doi.org/10.1176/ajp.156.4.505), indexed in Pubmed: [10200728](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10200728/).
31. Janik B. Program Erica Kandela a materializm nieredukcjonistyczny. Zagadnienia Filozoficzne w Nauce, LI. 2012: 76–95.
32. Glasnović A, Babić G, Demarin V. Psychoanalysis has its place in modern medicine, and neuropsychoanalysis is here to support it. Croat Med J. 2015; 56(5): 503–505, doi: [10.3325/cmj.2015.56.503](https://doi.org/10.3325/cmj.2015.56.503), indexed in Pubmed: [26526890](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26526890/).
33. Ramus F. What's the point of neuropsychoanalysis? Br J Psychiatry. 2013; 203(3): 170–171, doi: [10.1192/bjp.bp.113.127217](https://doi.org/10.1192/bjp.bp.113.127217), indexed in Pubmed: [23999480](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23999480/).
34. Panksepp J, Biven L. The archaeology of mind: Neuroevolutionary origins of human emotions. Norton Series on Interpersonal Neurobiology. W.W.Norton and Company, New York 2012.
35. Żechowski C. Theory of drives and emotions – from Sigmund Freud to Jaak Panksepp. Psychiatria Polska. 2017; 51(6): 1181–1189, doi: [10.12740/pp/61781](https://doi.org/10.12740/pp/61781).
36. Cosmides L, Tooby J. Evolutionary psychology: new perspectives on cognition and motivation. Annu Rev Psychol. 2013; 64: 201–229, doi: [10.1146/annurev.psych.121208.131628](https://doi.org/10.1146/annurev.psych.121208.131628), indexed in Pubmed: [23282055](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23282055/).
37. Cosmides L, Tooby J, Barkow JH. Introduction: ewolutionary psychology and conceptual integration. In: Barkow JH, Cosmides L, Tooby J. ed. The adapted mind. Evolutionary psychology and the generation of culture. Oxford University Press, New York, Oxford 1992: 3–15.
38. Buss DM. Ewolucja pożądania. Jak ludzie dobierają się w pary. GWP, Gdańsk 2000.
39. Miller G. Umysł w zalotach. Jak wybory seksualne kształtowały naturę człowieka. REBIS, Poznań 2004.
40. Buss DM. How Can Evolutionary Psychology Successfully Explain Personality and Individual Differences? Perspect Psychol Sci. 2009; 4(4): 359–366, doi: [10.1111/j.1745-6924.2009.01138.x](https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01138.x), indexed in Pubmed: [26158983](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26158983/).
41. Panksepp J. Emotional endophenotypes in evolutionary psychiatry. Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry. 2006; 30(5): 774–784, doi: [10.1016/j.pnpbp.2006.01.004](https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2006.01.004), indexed in Pubmed: [16554114](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16554114/).
42. Liotti G, Gilbert P. Mentalizing, motivation, and social mentalities: theoretical considerations and implications for psychotherapy. Psychol Psychother. 2011; 84(1): 9–25; discussion 98, doi: [10.1348/147608310X520094](https://doi.org/10.1348/147608310X520094), indexed in Pubmed: [22903828](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22903828/).
43. Liotti G, Farina B. Traumatyczny rozwój. Etiologia, klinika i terapia wymiaru dysocjacyjnego. Fundacja Przyjaciele Martyńki 2016.
44. Millon T, Davis R, Millon C, Escovar L, Meagher S. Zaburzenia osobowości we współczesnym świecie. IPZ PTP, Warszawa 2005.
45. Nesse R, Lloyd A. The evolution of psychodynamic mechanisms. In: Barkow JH, Cosmides J, Tooby J. ed. The adapted mind. Evolutionary psychology and the generation of culture. Oxford University Press, New York, Oxford 1992: 601.
46. Arden JB. Neuronauka w psychoterapeutycznym procesie zmiany. UJ, Kraków 2017.
47. Lévi-Strauss C. Spojrzenie z oddali. PIW, Warszawa; 1993.
48. Grecucci A, Theuninck A, Frederickson J, Job R. Mechanisms of social emotion regulation: from neuroscience to psychotherapy. In: Bryant ML. ed. Handbook on emotion regulation: processes, cognitive effects and social consequences. Nova Science Publishers 2015: 57–84.
49. Salas C, Palmer-Cancel S. Neuropsychoanalysis 20 years later: An interview with Oliver Turnbull. Neuropsychoanalysis. 2019; 21(1): 39–45, doi: [10.1080/15294145.2019.1631039](https://doi.org/10.1080/15294145.2019.1631039).
50. Cortina M. The future of psychodynamic psychotherapy. Psychiatria. 2010; 73(1): 43–56, doi: [10.1521/psyc.2010.73.1.43](https://doi.org/10.1521/psyc.2010.73.1.43), indexed in Pubmed: [20235617](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20235617/).
51. Kernberg OF. Aggressivity, narcissism, and self-destructiveness in the psychotherapeutic relationship. New developments in the psychopathology and psychotherapy of severe personality disorders. Yale University Press, Nev Haven, London 2004.
52. Confer JC, Easton JA, Fleischman DS, et al. Evolutionary psychology. Controversies, questions, prospects, and limitations. Am Psychol. 2010; 65(2): 110–126, doi: [10.1037/a0018413](https://doi.org/10.1037/a0018413), indexed in Pubmed: [20141266](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20141266/).
53. Buss D. Evolutionary social psychology: Prospects and pitfalls. Motivation and Emotion. 1990; 14(4): 265–286, doi: [10.1007/bf00996185](https://doi.org/10.1007/bf00996185).
54. Caligor E, Kernberg OF, Clarkin JF, Yeomans FE. Psychoterapia psychodynamiczna patologii osobowości. Leczenie self i funkcjonowania interpersonalnego. PTPPd, Kraków 2019.