

# Rozum

TYGODNIK  
POWSZECHNY

Nr 22/2017

WIELKIE  
PYTANIA 6



Copernicus  
Center

/emocje



**03** Mądrzy inaczej  
MAGDALENA ŚMIEJA

Czym jest inteligencja emocjonalna



**06** Umysł niepodzielny  
ROZMOWA  
Z LOUISE PESSOA

Neuronauka wskazuje na integrację poznania i emocji



**09** Dwa tory  
BARTŁOMIJ KUCHARZYK

Dwuprocesowa psychologia moralności



**12** Jak czytać innych  
MAGDALENA MATYJEK

Autystycy kompensują swoje deficyty i radzą sobie w świecie społecznym



**14** Smutek, prawda i racjonalność  
MAREK JAKUBIEC

Postawy i emocje wpływają na nasze przekonania



**17** Świat bez emocji  
BARTOSZ BROŻEK

Sam rozum na nic by się nam nie przydał



**20** Co nas obrzydza  
ŁUKASZ KWIATEK

Wstręt to naprawdę ciekawa emocja...



**23** Kłopoty z empatią  
WOJCIECH ZAŁUSKI

Potrzebujemy etyki opartej na rozumie



**26** Kiedy rozum śpi  
JERZY STELMACH

Resentyment jest źródłem negatywnych emocji

Redakcja: Łukasz Kwiatek, Bartłomiej Kucharzyk  
Ramki o błędach poznawczych: Mateusz Hohol  
Projekt graficzny: Marek Zalejski  
Fotoedycja: Grażyna Makara, Edward Augustyn

Skład: Andrzej Leśniak, Artur Strzelecki  
Okładka: Marek Zalejski // PIXABAY  
Współwydawca:  
Fundacja Centrum Kopernika



Copernicus  
Center



ŁUKASZ KWIATEK

**C**odziennie myślimy i mówimy o emocjach i rozumie, zwłaszcza w kontekście zachowania, ludzkiej natury, umysłu, mózgu czy moralności, nie zastanawiając się nad tym, czy te pojęcia rodem z języka potocznego oraz traktatów filozofów i teologów adekwatnie opisują rzeczywistość.

Tymczasem biologia po Darwinie zwróciła uwagę na przystosowawczy charakter emocji jako mechanizm szybkiego reagowania – przestały więc mieć całkowicie irracjonalny charakter. Współczesna psychologia wprawdzie odeszła od samego pojęcia rozumu, ale utrzymuje podobne – jak sądzą niektórzy: nietrafne – dualizmy. Przeciwstawia bowiem procesy poznawcze – angażujące ewolucyjnie młodsze części mózgu – procesom afektywnym; a intuicję – opartą na ewolucyjnie ukształtowanych heu-

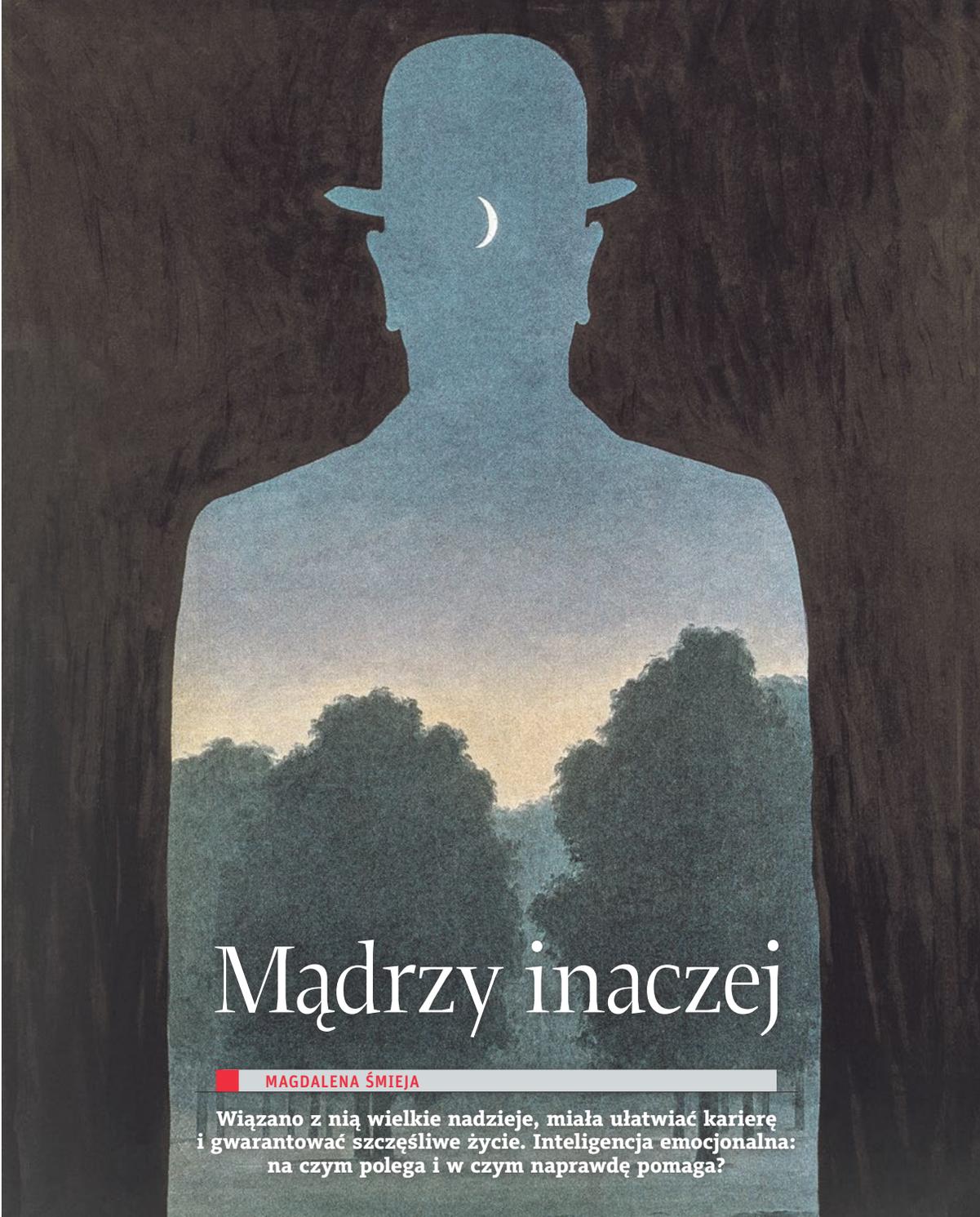
rystykach – myśleniu refleksyjnemu. Wreszcie, neurobiolodzy odkryli, że uszkodzenia w „emocjonalnych” strukturach mózgu uniemożliwiają pacjentom podejmowanie racjonalnych decyzji. Mimo że czysto „rozumowe” zdolności – językowe, matematyczne czy abstrakcyjnego myślenia – pozostają wówczas nienaruszone.

W niniejszym dodatku postanowiliśmy pokazać Państwu kilka obszarów, w których rozum i emocje wychodzą poza swoje potoczne rozumienie i spotykają się na szerokim pasie ziemi niczyjej. Chcemy zachęcić Państwa do refleksji, czy pojęcia te mają jeszcze – i powinny mieć – swoje miejsce w nauce i filozofii. Być może nadszedł czas, by z nich zrezygnować. Tylko czy naprawdę jesteśmy już na to gotowi? I czy... kiedykolwiek będziemy? ©

„Wielkie Pytania – przygotowanie i publikacja cyklu dodatków popularnonaukowych do »Tygodnika Powszechnego« oraz organizacja cyklu popularnonaukowych wykładów otwartych” – zadanie realizowane przez Fundację Centrum Kopernika, finansowane w ramach umowy 625/P-DUN/2016 ze środków Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego przeznaczonych na działalność upowszechniającą naukę.



Ministerstwo Nauki  
i Szkolnictwa Wyższego



# Mądrzy inaczej

MAGDALENA ŚMIEJA

Wiążano z nią wielkie nadzieje, miała ułatwić karierę i gwarantować szczęśliwe życie. Inteligencja emocjonalna: na czym polega i w czym naprawdę pomaga?

EAST NEWS / ALBUM

Rene Magritte „L'ami de l'ordre”, 1963 r.

**I**edenaste lat po skromnej uroczystości ślubnej Albert Einstein przedstawił żonie warunki, pod którymi zgodził się na kontynuowanie związku. „Nie będziesz oczekiwać ode mnie żadnej intymności, przestajesz do mnie mówić, kiedy tego zażądam, i bez sprzeciwu opuścisz mój pokój natychmiast, kiedy o to poproszę” – napisał. Jego małżeństwo z Milewą Marić od dłuższego czasu chyliło się ku upadkowi, do czego doprowadził, koncentrując się niemal wyłącznie

na pracy naukowej, angażując się w relacje pozamałżeńskie i oszczędzając najbliższym czasu i uwagi. Choć źródeł tej postawy można by się dopatrywać w braku miłości do Milewy (jak twierdził fizyk, ożenił się z tą brzydką, kulawą dziewczyną wyłącznie z litości), także w jego drugim małżeństwie pojawiły się zdrady, przemoc psychiczna i upokorzenia. Jak człowiek o tak niezwyklej inteligencji mógł postępować w relacjach z najbliższymi osobami tak okrutnie i głupio? Czy były

skotliwy umysł, znajdujący odpowiedzi na największe zagadki nauki, nie pojmował zależności łączących ludzkie emocje, motywacje i zachowania?

Ludzie od dawna zauważali, że wysoka inteligencja ogólna nie zawsze idzie w parze z umiejętnością poruszania się w świecie emocji i relacji międzyludzkich. Większość z nas zna osoby, które z łatwością operują abstrakcyjnymi pojęciami, ale wydają się bezradne, gdy przychodzi im zrozumieć →

→ lub przewidzieć zachowania i intencje innych ludzi. Owocem takich obserwacji było stworzenie pojęcia inteligencji emocjonalnej (IE), któremu rozgłos nadał Daniel Goleman, amerykański psycholog i popularyzator nauki. W bestsellerze zatytułowanym po prostu „Inteligencja emocjonalna” Goleman błyskotliwie przekonywał, że zestaw opisywanych przez niego cech i zdolności odgrywa w życiu ludzi znacznie większą rolę niż inteligencja ogólna i osobowość.

### Zbyt wielkie nadzieje

Goleman i jego naśladowcy twierdzili, że IE w 90 proc. odpowiada za sukcesy zawodowe. Zakładano, że dzięki niej ludzie lepiej radzą sobie z wymaganiami i presją środowiska, co ułatwia im współpracę z innymi lub bycie liderem. Niektórzy pisali, że w świecie korporacji iloraz inteligencji (IQ) ułatwia zdobycie pracy, ale to inteligencja emocjonalna decyduje o awansie; padały nawet twierdzenia, że tak jak siła napędową biznesu w XX w. była inteligencja ogólna, tak w nowym stuleciu stanie się nią inteligencja emocjonalna. Sądono, że osoby inteligentne emocjonalnie potrafią lepiej rozwiązywać problemy natury społecznej i łagodzić konflikty oraz lepiej radzą sobie w różnych sytuacjach życiowych, a to wszystko sprawia, że są szczęśliwsze i zdrowsze psychicznie. Jednak nie wszystkie z tych śmiałych tez znalazły potwierdzenie w badaniach empirycznych.

Oczekiwania żywione wobec IE nie zostały spełnione z wielu powodów, a jednym z nich jest brak powszechnie akceptowanej definicji tego pojęcia. Uczniowie zajmujący się IE dzielą się bowiem na dwa obozy. Pierwszy z nich, reprezentowany przez twórców konstruktów, Petera Saloveya i Johna Mayera, postrzega inteligencję emocjonalną wąsko, jako zbiór określonych zdolności poznawczych, obejmujących m.in. zdolność dostrzegania i identyfikowania sygnałów emocjonalnych, rozumienia doświadczeń związanych ze sferą afektywną i wykorzystywania wiedzy na temat uczuć w podejmowaniu decyzji, a także umiejętność regulowania emocji.

Do drugiego obozu (reprezentowanego m.in. przez Golemana) należą zwolennicy szerokiego definiowania IE, polegającego na włączeniu w jej zakres nie tylko zdolności, ale także kompetencji, cech i postaw. Tak rozumiana IE zawiera w sobie empatię, niską impulsywność, samoświadomość, umiejętność samoregulacji, niez-

**Ludzie najmniej inteligentni emocjonalnie oceniają swoje zdolności prawie tak wysoko jak ci, którzy osiągają w teście najlepsze wyniki.**

leżność, odpowiedzialność społeczną, asertywność i umiejętności społeczne.

Szerokie pojmowanie IE prowokuje krytyczne opinie uczonych oczekujących od teorii naukowych precyzji i konsekwencji opisu. Nagromadzenie pod jedną nazwą cech, umiejętności, tendencji i motywacji prowadzi do tego, że koncepcje tego typu nazywane są w literaturze naukowej „modelami mieszanymi”, a mniej oficjalnie – „zlewem kuchennym”, do którego wrzuca się różnego rodzaju resztki.

### Pytać czy sprawdzać?

Choć dyskusje nad modelami teoretycznymi wydają się kluczowe, w istocie przedstawiciele dwóch opisanych powyżej podejść najbardziej różnią się między sobą przekonaniami dotyczącymi pomiaru IE. Problem z grubsza polega na rozstrzygnięciu kwestii: pytać czy sprawdzać? Naukowcy preferujący „pytanie”, a więc odwoływanie się do samooceny osób badanych, uważają, że inteligencja emocjonalna, podobnie jak cechy, odnosi się do zachowań typowych, przeciętnych i codziennych. Nie zgadzają się z tym badacze opisujący IE jako zdolność sprawnego przetwarzania informacji i rozwiązywania problemów. W ich opinii IE, podobnie jak IQ, jest potencjałem, z którego jednostka korzysta przede wszystkim w sytuacjach nowych, trudnych i nieschematycznych. Należy ją zatem badać testami weryfikującymi rzeczywiste umiejętności rozpoznawania i rozumienia emocji.

Chociaż obie metody pomiaru mają zalety i wady, słabości kwestionariuszy samoopisowych podają w wątpliwość sens ich stosowania. Z jednej strony samoopisy są podatne na zniekształcenia wynikające z silnej motywacji do przedstawienia się

w dobrym świetle, z drugiej zaś – mogą być obciążone nierzetelnością szczerze ujawnionej, lecz nietrafnej samooceny. Świetnie ilustruje to tzw. efekt Krugera-Dunniniga pokazujący, że bez względu na to, jak uczciwie ludzie chcą opisać siebie, czasem nie są w stanie rozpoznać swoich deficytów, bo nie posiadają wystarczającej wiedzy, aby je rzetelnie ocenić. W efekcie osoby, których zdolności plasują się znacznie poniżej średniej w danej dziedzinie, często je przeszacowują: mało zabawni uczestnicy spotkań towarzyskich są przekonani o porażającej sile swego dowcipu, osoby ujawniające braki w zakresie myślenia logicznego sądzą, że posiadają tę zdolność w stopniu wysokim, a studenci o najniższych kompetencjach językowych przeceniają swoją znajomość gramatyki. Ten sam mechanizm ujawnia się w trakcie szacowania własnej IE. 80 proc. studentów zapytanych tuż przed rozwiązywaniem testu inteligencji emocjonalnej o to, jakiego wyniku się spodziewa, uważa, że poradzi sobie w owym teście lepiej niż przeciętny student. Oczywiście większość z nich się myli, a w największym błędzie są ci, których IE jest najniższa, bo jak się okazuje, ludzie najmniej inteligentni emocjonalnie oceniają swoje zdolności prawie tak wysoko jak ci, którzy osiągają w teście najlepsze wyniki.

### Pomaga, a nawet przeszkadza

Choć wiele założeń dotyczących wpływu IE na życie prywatne i zawodowe zdawało się opierać na logicznych argumentach, badania empiryczne pokazały, że entuzjazm dotyczący siły tych relacji był znacznie przesadzony. Dana Joseph i Daniel Newman, którzy poddali wyrafinowanym analizom statystycznym dane zebrane od kilku tysięcy osób zatrudnionych w 191 profesjach, stwierdzili, że zdolności poznawcze odpowiadają za 14 proc. efektywności pracy, podczas gdy zdolności emocjonalne wyjaśniają mniej niż 1 proc. Dowiedziono, że IE rzeczywiście przydaje się na stanowiskach wymagających częstego radzenia sobie z emocjami innych ludzi, np. w sprzedaży lub doradztwie, natomiast w przypadku zawodów niezwiązanych bezpośrednio z interakcjami społecznymi, takich jak inżynieria czy księgowość, wyższa IE jest predyktorem... niższej efektywności pracy! Równocześnie wykryto jednak, że inteligencja emocjonalna może w pewnym stopniu kompensować braki intelektualne pracowników: osoby o niskiej inteligencji ogólnej są oceniane



Małżeństwo Albert Einstein (1879–1955) i Mileva Einstein-Maric (1875–1948)

lepiej przez przełożonych, jeśli posiadają wyższą IE.

Badania z użyciem testu zdolności pokazały, że osoby o wyższej IE rzeczywiście rzadziej angażują się w zachowania, które narażają je na ryzyko utraty zdrowia lub dobrego samopoczucia, np. rzadziej nadużywają alkoholu, narkotyków i dopuszczają się agresji. Dowiedziono, że inteligencja emocjonalna pozwala z większą łatwością rozwiązywać problemy społeczne, jednak ta zdolność nie przejawia się bezpośrednio w działaniu i nie determinuje zachowań. Wysoka IE nie gwarantuje początkowej popularności w grupie, ale ludzie inteligentni emocjonalnie z czasem zdobywają więcej przyjaciół niż nieinteligentni. Przyjaźnie ludzi inteligentnych emocjonalnie nie wyróżniają się większą bliskością, rzadziej pojawiają się w nich konflikty. Badania dotyczące negocjacji pokazały, że choć osoby o wysokiej IE nie stosują określonego stylu negocjacyjnego, cechuje je większa elastyczność i zdolność trafnego dopasowania własnej strategii do zmieniających się warunków i działań partnera.

Inteligencja emocjonalna nie gwarantuje satysfakcji w sferze romantycznych relacji ani jej nosicielowi, ani osobie, z którą jest związany. Poziom IE nie wpływa na to, jak życzliwie spostrzegany jest własny partner

i jak trafna jest to ocena, nie chroni również przed rozczarowaniem bliską osobą. Posiadanie rozwiniętych zdolności emocjonalnych przynosi jednak pewne korzyści. Świadomość tego, że bliska osoba posiada wady, nie wzbudza w osobach inteligentnych emocjonalnie lęku i nie wywołuje zwątpienia w sens związku, a negatywne myśli o partnerze nie prowokują ich do zazdrości. Kobiety osiągające wysokie noty w teście IE bardziej konstruktywnie reagują na związkowe kryzysy. Mimo iż ludzie inteligentni emocjonalnie nie przeceniają zalet swoich partnerów i partnerek, w jednym aspekcie różnią się istotnie od osób o mniejszych zdolnościach emocjonalnych – mają do swoich bliskich więcej zaufania. Nie oznacza to bezbrzeżnej naiwności.

Rezultaty przeprowadzonych przeze mnie eksperymentów pokazują, że kiedy w relacji pojawia się kryzys podważający sens jej istnienia, kobiety o wyższej IE są skłonne działać na własną korzyść, a nie na korzyść partnera lub związku. Gdy inteligentna emocjonalnie kobieta spostrzega, że własny partner ocenia ją bardzo krytycznie, staje się bardziej otwarta na nowe znajomości i postrzega innych potencjalnych partnerów jako bardziej atrakcyjnych. Co ciekawe, osoby inteligentne reagują równie mocno na pozytywne zachowania

partnera: jeśli dowiadują się, że partner je idealizuje, same też oceniają go życzliwiej. Wygląda więc na to, że ludzie inteligentni emocjonalnie są wrażliwsi i bardziej reaktywni zarówno na negatywne, jak i pozytywne sygnały wysyłane przez partnera i w obu przypadkach odpowiadają wzajemnością.

### Równanie z samymi niewiadomymi

„Podziwiam Twojego ojca za to, że potrafił spędzić całe życie z jedną kobietą. To projekt, który mnie się zupełnie nie udał, dwukrotnie” – napisał Albert Einstein w liście do syna swojego zmarłego przyjaciela. Choć brzmi to jak wyznanie człowieka tęskniącego za bliską relacją, fakty świadczą o tym, że jego autor był niezdolny do utrzymania stabilnego związku opartego na intymności i wierności. Czy, jak podejrzewają niektórzy, chodziło o wynikający z dużego natężenia cech narcystycznych i psychopatycznych brak troski o innych ludzi, czy raczej o charakterystyczne dla zaburzeń ze spektrum autyzmu deficyty w rozpoznawaniu sygnałów społecznych? A może Einstein nie był w stanie zrozumieć emocji bliskich mu osób i przewidzieć, jakie skutki przyniesie realizacja własnych egoistycznych potrzeb?

Inteligencja emocjonalna jest istotnie związana z inteligencją ogólną, ponieważ obie te zdolności opierają się na operowaniu informacjami. W przypadku inteligencji akademickiej przetwarzane są abstrakcyjne symbole i pojęcia, inteligencja emocjonalna wykorzystuje informacje o emocjach i nastrojach. Nawet najlepszy samochód nie pojedzie na pustym baku, a najsprawniejszy system przetwarzania informacji nie przyniesie oczekiwanych efektów, jeśli nie zostanie napełniony adekwatnymi danymi. Jeżeli Albert Einstein błędnie rozpoznawał i interpretował bodźce emocjonalne, to mimo niezwyklej sprawności systemu przetwarzania, nie dysponował treścią, którą mógł go wypełnić.

Niewykluczone więc, że równania opisujące świat emocji okazały się dla człowieka uznanego za geniusza nierozwiązywalne, bo zawierały zbyt wiele niewiadomych.

©

MAGDALENA ŚMIEJA

*Autorka jest doktorem psychologii, pracuje w Zakładzie Psychologii Społecznej na UJ, zajmuje się badaniem psychologii bliskich związków, inteligencji emocjonalnej i spostrzegania społecznego.*

# Niepodzielny umysł

**LUIZ PESSOA, BADACZ MÓZGU:**

**Skoordynowane zachowanie wyłania się z różnych obszarów mózgu, z których każdy sam w sobie może nie pełnić jakiejś konkretnej funkcji. Dychotomia rozumu i emocji to dzieło psychologii potocznej. Nauka potrzebuje bardziej precyzyjnych pojęć.**

**NATALIA WÓJCIK:** Zwykle przeciwstawia się umysł, a zwłaszcza rozum, emocjom. Pana zdaniem to niewłaściwe.

**LUIZ PESSOA:** Emocje są powiązane z wieloma innymi funkcjami mózgu, które nazywamy poznaniem. Zachodnie kultury przez bardzo długi czas utrzymywały wizję emocji i poznania jako odseparowanych od siebie. Nabrało to szczególnego znaczenia od czasu, gdy Kartezjusz rozdzielił domeny umysłu oraz ciała i zasugerował, by traktować je jako dwa oddzielne byty. Obecnie jednak zbieramy coraz więcej dowodów, które skłaniają nas do myślenia w bardziej zintegrowany sposób o emocjach, poznaniu czy nawet motywacji. Te wszystkie funkcje wchodzi bardzo ściśle w interakcje i razem tworzą nasze życie umysłowe.

**Czy istnieje sprawdzona definicja emocji i rozumu według neuronauki?**

Niektórzy proponują konkretne definicje, ale ja wolę ich na siłę nie konstruować. Prawdziwy problem rodzi się właśnie przez operowanie definicjami i przekształcanie umysłu w pudełko, do których przyklejamy etykiety „uwaga”, „percepcja”, „język” itd. Na większe pudełko nakleimy „poznanie”, a w jeszcze większym zobaczymy dodatkowo „emocje” i „motywację”. Lepiej unikać tego rodzaju myślenia. Trzeba definiować pojęcia, które badamy, ale jesteśmy dopiero na początkowym etapie rozumienia mózgu i umysłu, więc musimy być ostrożni. Wszystkie te etykiety są używane w języku potocznym, i to w sposób, który niekoniecznie sprzyja rozwojowi naukowego rozumienia tego, co badamy.

Większość osób zgodziłaby się ze stwierdzeniem, że pojęcie „rozumu” obejmuje procesy takie jak rozwiązywanie problemów, planowanie i myślenie abstrakcyjne, a emocje są bardziej odpowiedzią na problemy, które mają natychmiastowe i biologiczne znaczenie. Uważa się powszechnie,

że emocje są konieczne z powodów ewolucyjnych, mają bezpośredni związek z przetrwaniem. Moim zdaniem zbyt długo rozpatrywaliśmy te pojęcia osobno. Powinniśmy teraz znaleźć równowagę, połączyć te obszary z powrotem i badać właśnie to połączenie.

**Dlaczego dualizm emocji i poznania utrzymał się w debacie filozoficznej i naukowej tak długo?**

Pewne sposoby rozumienia umysłu przychodzą ludziom naturalnie. Spójrzmy na fizykę. Ludzie mają nieformalne modele przyczynowości i działania różnych sił we wszechświecie. Tworzymy bardzo proste modele otaczającego nas fizycznego świata, które są oparte na naszym doświadczeniu. Na przykład widzimy, że rzeczy spadają, a nie lecą w górę, gdy je upuszczamy. Taką wiedzę nazywamy fizyką potoczną. Podobnie jest w psychologii – każdy z nas ma umysł i swoją psychologię potoczną, to znaczy próbujemy rozumieć funkcje umysłowe własne i innych ludzi, opierając się na doświadczeniu.

Różne kultury podkreślały reaktywny sposób działania emocji, stawiając je w opozycji do zimnego, beznamiętnego i ostrożnego rozumu. Znana jest metafora emocji jako dzikiego konia, który jest kontrolowany przez wprawno jeźdźcę, czyli rozum. To wszystko wydaje się powiązane z psychologią potoczną, z tym, jak etykietujemy różne zjawiska. Jako naukowcy czasami za bardzo polegamy na potocznym rozumieniu tego, jak pracuje umysł, a to spowalnia udoskonalanie nauki. Spójrzmy na zaawansowaną fizykę – ona nie pasuje do tego, jak laicy postrzegają fizyczny świat. Bardzo skomplikowane teorie, które odnoszą się do grawitacji czy fizyki kwantowej, są co najmniej nieintuicyjne. Tak samo jest z umysłem. To, co o nim wiemy naukowo, będzie się coraz bardziej i bardziej różnić od tego, co wiemy intuicyjnie.

Separujemy nie tylko poznanie i emocje, ale też np. percepcję, rozumianą po prostu jako odbiór informacji, oraz akcję, czyli działanie w świecie. Wydaje się, że to odrębne funkcje, a jednak wiele badań pokazuje również złożoną interakcję percepcji i działania. Są to kolejne kategorie, które mogą być problematyczne, jeśli rozpatrujemy je osobno. Również na nie musimy nauczyć się patrzeć w inny sposób niż dotychczas.

**Czego dokładnie dotyczą Pana badania?**

Staram się zrozumieć, kiedy i jak emocje oraz poznanie wchodzi w interakcje. To śmieszne, bo kiedy używam języka, muszę mówić tak, jakby to rzeczywiście były oddzielne byty. Już o tym wspominałem – trudno nam się oderwać od myślenia, że coś jest bardziej poznawcze, a coś bardziej emocjonalne. Mówienie o emocjach i poznaniu wynika z braku odpowiednich pojęć, które pozwoliłyby na mówienie o czymś bardziej zintegrowanym. Według mnie nie istnieje nic takiego jak czyste emocje czy czyste poznanie, i tego dotyczą moje badania. Poznanie jest obecne w jakimś kontekście – także emocjonalnym i motywacyjnym.

**Jak wyglądają badania, które pozwalają na wyciągnięcie wniosków dotyczących integracji emocji i umysłu?**

Badania w moim zespole można podzielić na dwie główne gałęzie. Po pierwsze, wykorzystujemy tradycyjne metody dla psychologii eksperymentalnej. Są to eksperymenty laboratoryjne, podczas których ochotnicy wykonują różne zadania uwagowe i pamięciowe. Manipulujemy różnymi aspektami tych zadań, np. w różnych warunkach badani odczuwają łagodny, ale awersyjny szok. Większość z tych eksperymentów ma swoje wersje, które można zastosować w funkcjonalnym rezonansie magnetycznym (fMRI), pozwalającym na

badanie całego mózgu naraz – to ta druga gałąź naszych badań. Sprawdzamy, jak zachowanie koresponduje z aktywacją różnych obwodów mózgowych, których pewne funkcje zostały odkryte we wcześniejszych badaniach.

**Mówi Pan o ściślejszej integracji pozornie odseparowanych od siebie funkcji i systemów. Prowadzi się jednak badania, których celem jest poszukiwanie neuronalnych korelatów emocji i funkcji poznawczych. Jak można interpretować ich wyniki?**

Badania nad mózgiem to poszukiwanie czegoś, co jest wyjątkowo ludzkie. Zadawano sobie pytania, co dały ssakom, na czelnym, wreszcie ludziom, ich poznawcze zdolności. Czy jesteśmy wyjątkowi pod względem funkcjonowania naszego umysłu? Już ponad 150 lat temu pojawił się pomysł, że być może to kora przedczołowa odgrywa podstawową rolę w abstrakcyjnym myśleniu, planowaniu, hamowaniu dominujących reakcji i impulsów. Uznawano ją za zasadniczo poznawczy obszar i dopiero od lat 90. XX w. zaczęły pojawiać się badania sugerujące, że kora przedczołowa przetwarza dużo informacji, których nie można nazwać *stricto* poznawczymi. Kiedy ten region zostaje naruszony przez udar, guz lub inny czynnik powodujący zmiany w tkance, to deficyty, które wtedy obserwujemy, nie dotyczą tylko tradycyjnie rozumianego poznania. Problemem staje się nie tylko abstrakcyjne myślenie. W tym samym czasie pojawiają się problemy z podejmowaniem decyzji, integrowaniem informacji, które mają jakąś wartość ze względu na przykład pozytywne lub negatywne konsekwencje dla organizmu. Stopniowo zaczęliśmy rozumieć, że to nie jest oddzielny zaulek mózgu, który

zajmuje się wyłącznie lub w większości poznaniem.

Tak samo jest z drugą stroną. Emocje były i są uważane za coś, co dzielimy ze zwierzętami. W dużej mierze są widziane jako zależne od struktur podkorowych – to znaczy struktur mózgu, które znajdują się głębiej, a nie należą do tej wierzchniej warstwy kory mózgowej, którą widzimy zazwyczaj na obrazkach. Struktury podkorowe to duże masy komórek, które mają inną organizację niż komórki tworzące zewnętrzną część mózgu, czyli korę mózgową. Uważano, że struktura podkorowa, ciało migdałowe, jest

typowo emocjonalnym regionem mózgu. Okazuje się, że ono również jest zaangażowane w wiele innych funkcji, takich jak uwaga czy podejmowanie decyzji, czyli spełnia zadania klasyfikowane jako typowo poznawcze. Coraz częściej widzimy, że zazwyczaj istotą danego obszaru nie jest pełnienie jednej roli – każdy obszar mózgu jest wielofunkcyjny. Zaczynamy również rozumieć kolejny krytyczny aspekt: obszary mózgu nie pracują w izolacji od siebie. Co więcej, regiony same w sobie nie są użytecznymi jednostkami, jeśli chcemy zrozumieć zachowanie. Dopiero to, w jaki sposób się komunikują, łączą w obwody i sieci, daje początek złożonemu zachowaniu.

**Czy możliwe jest w takim razie w pełni racjonalne zachowanie?**

**Chyba że, z perspektywy Pańskiego podejścia, to źle postawione pytanie?**

Myszę, że narzucamy sobie fałszywą kategorię, gdy próbujemy ująć to w ten sposób. Ludzie rozwiązują problemy, a to dokonuje się zawsze w kontekście, który nigdy nie jest kompletnie neutralny: jest usytuowany, ucieleśniony i ma wartość. Można uznać, że abstrakcyjna matematyka jest czymś najbliższym pojęcia racjonalności, choć nie lubię używać tego terminu. Osoba,

która uprawia matematykę, to ktoś wysoce zmotywowany, by tropić wewnętrzne piękno matematycznego świata, poznawać jego elegancję i strukturę. Jeśli matematycy nie interesowałiby się tym, to zajęliby się czymś innym. Zobaczmy, jak trudno przekonać dzieci, by uczyły się matematyki, gdy tego nie znoszą. Nawet jeśli ktoś nie jest motywowany zewnętrznie, czyli nie dostaje nagrody za rozwiązywanie problemów matematycznych, to może być coś integralnie nagradzającego w wykonywaniu samej czynności. Nikt nie przestrzeża zasad na ślepo, jak komputer. Są różne sposoby na „zaatakowanie” abstrakcyjnego ↪



→ problemu. Nawet tak ekstremalnie „racjonalne” zachowanie jest mocno umotywowane, zanurzone w kontekście, ma jakąś wartość, nawet jeśli ta wartość nie jest bezpośrednio podyktowana, ale jest związana wewnętrzną motywacją.

**Może więc powinniśmy przestać pytać, jak emocje i poznanie wpływają na siebie? Jeśli te funkcje nie są odseparowane, trudno mówić, że wzajemnie na siebie wpływają.**

Tak, myślę, że są na tyle zintegrowane, że lepiej nie konceptualizować tych pojęć jako wpływających na siebie. Jeśli chcemy używać języka, który odnosi się do zadań, gdzie manipulujemy zmiennymi, z których jedno nazwiemy poznawczymi, a inne emocjonalnymi – możemy to robić. Ale myślę, że aby rozumieć procesy umysłowe, czy ich mózgowo podłoże, to pytanie o to, jak jedno wpływa na drugie, przeszkadza w rozumieniu tego systemu. Próbuujemy zrozumieć, jak skoordynowane zachowanie wyłania się z różnych komponentów, przy czym każdy komponent sam w sobie może nie mieć żadnej funkcji – potrzebujemy lepszego nazewnictwa i lepszych narzędzi do zrozumienia tego typu zjawisk.

**A co z zaburzeniami, które są rozważane jako problem między emocjami i poznaniem? Czy Pana model jest w stanie pomóc je lepiej rozumieć?**

Podam przykład, który wydaje mi się najbardziej adekwatny do mówienia o interakcji emocji i poznania w kontekście zaburzeń. Chodzi o depresję, którą dzięki takiemu podejściu możemy lepiej zrozumieć. Osoba chora nie może czasem znaleźć motywacji, by wstać z łóżka, nie widzi nic nagradzającego w różnych czynnościach, nie potrafi czerpać z niczego żadnej przyjemności. Możemy o tym myśleć jak o emocjonalnym czy – inaczej – afektywnym zaburzeniu, tak jak jest ono nazywane przez podręczniki diagnostyczne. Kiedy jednak osoby o nasilonej depresji wykonują zadania tradycyjnie nazywane poznawczymi, to możemy obserwować całe spektrum zmian, które obejmują nie tylko emocje. Możemy nawet powiedzieć, że osoby chorujące na depresję są w pewnym sensie poznawczo osłabione – sugeruje to sposób, w jaki rozwiązują problemy i łączą informacje. Widzimy coraz więcej manifestacji depresji w różnych wymiarach zachowania. Moja koncepcja to podkreśla: że zmiany występują w różnych wymiarach naraz, a nie w jednym wymiarze.

**To nie jest tak, że badając mózg, uzyskujemy dostęp do jakichś ostatecznych prawd, będących ponad tymi, które wynikają z badania samego zachowania. Nasza wiedza musi się uzupełniać.**

**Jak inni uczeni reagują na Pańskie poglądy?**

Spotykam się z krytyką. Jak w każdej innej dyscyplinie, w neuronauce i psychologii są różne punkty widzenia i wyniki, które uzasadniają różne interpretacje. Opierając się na własnych badaniach i wiedzy o anatomii, fizjologii i zachowaniu, mocno wspieram i podkreślam rolę integracji. Niektórzy wolą widzieć bardziej posegregowaną naturę mózgu. Jednym z nich jest badacz, którego prace podziwiam – Ralph Adolphs, bada on emocje od ponad 20 lat. Może niekoniecznie podpisałby się pod starym rozumieniem odizolowania emocji i poznania, ale na pewno jest bliżej tego krańca niż ja. Prawdopodobnie większość badaczy zgodziłaby się z myślą, że różnego rodzaju interakcje mają miejsce, ale dzieli nas stopień, w jakim wspieramy bardziej interakcję bądź separację.

**Być może więcej dowiemy się, gdy ulepszymy nasze metody i narzędzia badawcze?**

Do tej pory używaliśmy wspomnianego fMRI, żeby widzieć aktywację mózgową. Jest to bardzo niebezpośrednia metoda pomiaru aktywności mózgu. Kiedy wzrasta aktywność neuronów, mają one zwiększone potrzeby metaboliczne, a to zwiększa obecność utlenionej krwi w konkretnych rejonach mózgu. Gdybyśmy mieli narzędzia, które pozwalałyby nam zobaczyć właściwą aktywność neuronów, a nie tylko te niebezpośrednie dane, wtedy moglibyśmy zobaczyć efekty, które mają znacznie lepszą przestrzenną i czasową rozdzielczość. Na razie w skali przestrzennej patrzymy na aktywność setek tysięcy neuronów razem. Jest ogromna

ilość rzeczy do odkrycia, a mamy ograniczone technologie. Ograniczenia powstają również ze względów etycznych – nie możemy stosować metod inwazyjnych, musimy zostawić system w tym samym stanie, w jakim go zastaliśmy przed badaniem. Tylko w bardzo wyjątkowych przypadkach możemy być bardziej inwazyjni, na przykład gdy ktoś ma przejść operację mózgu. Albo jest ochotnikiem i przy okazji ma medyczne wskazanie – jest chory na epilepsję i chcemy zbadać bezpośrednio ośrodek odpowiedzialny za napady. Wtedy przy okazji możemy użyć tych samych elektrod, które stosowane są przy zabiegu wskazanym medycznie, by precyzyjnie badać inne struktury i aktywność neuronów. Jednak nasze techniki są prymitywne, przed nami długa droga do rozumienia dokładnie, jak działa mózg.

**Neuronauka pozwala na odkrywanie głębokich prawd o ludzkiej naturze, do których nie mogli dotrzeć filozofowie?**

Nie sądzę, że powinniśmy jako naukowcy zmierzać w tym kierunku. Musimy działać równolegle. Chcemy rozumieć mózg i zachowanie. To nie jest tak, że badając mózg, nagle mamy dostęp do jakichś ostatecznych prawd, będących ponad tymi, które wynikają z badania zachowania. To idzie w parze, ponieważ jako neuronaukowcy chcemy zrozumieć, jak złożone zachowania są powodowane przez złożone neuronalne systemy. Mam taką obawę, że czasem to bardzo staramy się polegać na pozornie obiektywnych metodach i uprawiać tzw. twardą naukę, bez wystarczającego poświęcenia uwagi zachowaniu samego w sobie. Musimy być ostrożni i działać wspólnie. Wydaje mi się, że jedynie taka droga pozwoli na robienie postępów w rozumieniu tego, o co nam chodzi, czyli zachowania. Dobra neuronauka ma tylko pomóc zrozumieć, jak różne obwody mózgowe zapoczątkowują złożone zachowanie. Nie możemy ulegać pokusie, by nadawać neuronauce nadrzędny status pośród innych nauk i filozofii. ©

Rozmawiała NATALIA WÓJCIK

**PROF. LUIZ PESSOA** jest neuronaukowcem, kieruje Maryland Neuroimaging Center na University of Maryland. Prowadzi badania w obszarze związków procesów poznawczych, emocji oraz motywacji.

**NATALIA WÓJCIK** jest doktorantką w Zakładzie Psychologii Eksperymentalnej Instytutu Psychologii UJ. Zajmuje się badaniem mechanizmów samokontroli.



W Pekinie, październik 2016 r.

# Dwa tory

BARTŁOMIEJ KUCHARZYK

**Współczesna psychologia podkreśla pewien dualizm ludzkiego myślenia, ale nie do końca można go utożsamić z dychotomią rozum–emocje.**

**P**ierwszy jest szybki, wymaga mało uwagi, działa bez wysiłku, nieświadomie, nieintencjonalnie, wręcz automatycznie. Potrafi robić kilka rzeczy równolegle, myśli metaforami, lubi patrzeć całościowo, szuka powtarzających się wzorców. Jest nieco powierzchowny, emocjonalny (nad tym się jeszcze zastanowimy) i popełnia błędy.

Drugi jest dość powolny, trzeba mu poświęcać uwagę, wymaga wysiłku, świadomości, intencji i kontroli. Zwykle robi

rzeczy po kolei, myśli logicznie, analizuje i posługuje się symbolami. Jest racjonalny, precyzyjny i rzadziej niż pierwszy przywoływany.

Współpracują, uzupełniają się, ale też rywalizują i czasem sobie nawzajem przeszkadzają. Np. w przypadku problemu Lindy, jednym z setek, a może i tysięcy zadań wymyślonych przez Amosa Tversky'ego i Daniela Kahnemana, najważniejszy duet w historii psychologii naukowej.

## Kim jest Linda?

U Tversky'ego i Kahnemana Linda (postać fikcyjna) studiowała filozofię, jest wygadana i nie ma męża. Bardzo angażuje się w zwalczanie dyskryminacji i promowanie sprawiedliwości społecznej. Jest wegetarianką. Mając o niej taką wiedzę, zastanówmy się, co jest bardziej prawdopodobne: A – że jest księgową i feministką, czy B – że jest księgową. →

⇒ Wielu ludziom, zdecydowanie więcej niż połowie pytanym, prawidłowa wydaje się odpowiedź A. Tymczasem wybranie jej wiąże się z popełnieniem jednego z podstawowych grzechów logiki, tzw. błędu koniunkcji. Zauważmy przecież, że nie można być A nie będąc jednocześnie B – wszystkie księgowo-feministki są księgowymi. Można być natomiast B nie będąc A – prawdopodobnie nie wszystkie księgowo są feministkami. Dlaczego zatem błędna odpowiedź jest tak kusząca? Powróćmy do dwóch opisów, od których zaczęliśmy.

Nie są to oczywiście ludzie, ale metafory dwóch trybów ludzkiego poznania czy myślenia. Sam Daniel Kahneman określa je czasem, choćby w książce „Pułapki myślenia”, jako myślenie szybkie i wolne, ale używa też nieco bardziej naukowej, zaproponowanej przez inny znakomity duet badaczy (Keitha Stanovicha i Richarda Westa) nazwy: System 1 i System 2.

System 1 jest ewolucyjnie starszym (można by powiedzieć, że zwierzęcym) i domyślnym, czyli dominującym sposobem funkcjonowania umysłu. Wystarcza nam, gdy odwracamy głowę w kierunku źródła niespodziewanego dźwięku, szukamy wrogości w głosie rozmówcy, rozwiązujemy „równanie” typu 2+2, a nawet gdy staramy się zrozumieć proste zdania. System 2 występuje prawdopodobnie tylko u *Homo sapiens* (oprócz niemowląt), co więcej: nie zawsze jest u nich włączony. Przydaje się, gdy sytuacja zmusza nas do samokontroli, gdy wypełniamy deklaracje podatkową, piszemy powieść albo udowadniamy twierdzenia matematyczne.

Oba systemy uczestniczą, mniej lub bardziej, w różnych zadaniach naszego myślenia – rozumowaniu (wyciąganiu wniosków), ocenianiu (wydawaniu sądów), podejmowaniu decyzji i rozwiązywaniu problemów. System 2 pracuje na algorytmach i można go kojarzyć z rozumowaniem w sensie ścisłym (racjonalnością). System 1 posługuje się heurystykami (skrótami myślowymi) i wiąże się z tym, co niektórzy nazywają intuicją.

Wróćmy do problemu Lindy. Kahneman i Tversky uznali, że jego poprawne rozwiązanie utrudnia jeden ze składników Systemu 1 – heurystyka reprezentatywności, czyli tkwiąca głęboko w naszych głowach tendencja, by pytanie o prawdopodobieństwo, że obiekt X należy do zbioru Y, zastępować pytaniem o stopień podobieństwa X do naszego schematu, prototypu czy stereotypu Y.

Opis Lindy uaktywnia stereotyp kobiety niezależnej, nie pasuje zaś do potocznego wyobrażenia pracownicy biurowej. System

## Dylematy bezosobowe częściej rozwiązujemy utylitarystycznie, ważąc zyski i straty. Ocalenie pięciu ludzi kosztem jednego jest „logiczne”.

mowi 1 trudno jest zaakceptować możliwość, że Linda jest „tylko” księgową, więc blokuje on logiczne rozwiązanie proponowane przez System 2. W „Pułapkach myślenia” Kahneman wspomina, że z blokadą tą musiał walczyć nawet tak wybitny myśliciel, jak ewolucjonista Stephen Jay Gould, który zanotował: „Jakiś ludzik w mojej głowie nie przestawał podskakiwać i wrzeszczeć: Ale przecież ona nie może być po prostu kasjerką! Przeczytaj sobie opis!”.

Nie należy przy tym myśleć, że System 1 nie udał się ewolucji. Jego zaletami są szybkość, oszczędność wysiłku i wielozadaniowość. W standardowych sytuacjach daje zresztą zadowalające rezultaty – uznanie Lindy za feministkę nie jest przecież bezpodstawne. Psychologowie znajdują ślady jego działania w niemal każdej naszej aktywności umysłowej. Nic dziwnego, że coraz więcej teorii psychologicznych ma w nazwie słowo „dwusystemowa” lub „dwuprosowa”. Jedną z ciekawszych dotyczy bardzo delikatnej funkcji myślenia – wydawania sądów moralnych.

### Moralne wehikuły

Klasyczne teorie psychologii moralności były racjonalistyczne, to znaczy przypisywały świadomemu rozumowaniu kluczową rolę w procesach decyzji i ocen etycznych. Lawrence’a Kohlberga, ojca założyciela tej dziedziny badań, interesowały głównie argumenty, jakie ludzie podają, by uzasadnić swoje wybory moralne. Uważał on przy tym, że dojrzewając, osiągamy coraz wyższe, bliższe doskonałości stadia etyczne. Zaczynamy jako dzieci od szukania przyjemności i unikania kary, a dojsz możemy nawet, choć rzadko się to udaje, do „orientacji kosmicznej”, czyli wierności uniwersalnym zasadom i poczucia jedności z Naturą.

Na początku XXI w. małej rewolucji w myśleniu o psychologicznych mechanizmach moralności dokonał Jonathan Haidt. Wyszedł on od obserwacji, że naszych sądów moralnych, nawet tych, których twardo się trzymamy, często nie umiemy tak naprawdę uzasadnić. Jest tak jego zdaniem dlatego, że większość ocen etycznych jest efektem działania ewolucyjnie i społecznie ukształtowanych intuicji i emocji (szczególną rolę odgrywa tu wstępną), a ewentualne szukanie argumentów odbywa się, gdy sąd został już wydany. Nasza moralność to „emocjonalny pies z racjonalnym ogonem” – metaforę tę Haidt umieścił w tytule swojego manifestu.

Jak często bywa, szybko znalazła się osoba chętna, by dokonać syntezy. Kolega Haidta, Joshua Greene z Uniwersytetu Harvarda, uważa, że decyzje i sądy moralne wynikają z interakcji rozumu i emocji. „Moralność”, twierdzi Greene, to pojęcie równie pojemne jak na przykład „wehikuł”. Wehikułem jest zarówno samochód, jak i żaglówka, choć bardzo różnią się w kwestii mechaniki ruchu. Podobnie ma się rzecz z moralnością. Za jej działanie odpowiadają różnorodne mechanizmy umysłowe (mózgowe). Niektóre z nich przynależą do Systemu 1, inne do Systemu 2 (podział ten nie jest jednak ostry).

Co decyduje o tym, który system przeważa w konkretnej sytuacji? W laboratorium Greene’a szuka się odpowiedzi na to pytanie, korzystając m.in. z wysłuchanych już nieco problemów etycznych. Jeden z nich, nazywany dylematem zwrotnicy, ułożyła w latach 60. XX w. filozofka Philippa Foot:

Znajdujesz się w pozbawionym hamulców wagoniku, który bardzo szybko zbliża się do rozjazdu torów. Za rozjazdem na torach po lewej widzisz grupę pięciu robotników kolejowych. Na torach po prawej widzisz jednego robotnika. Jeśli nie zrobisz nic, wagonik pojedzie w lewo i spowoduje śmierć pięciu robotników. Jedynym sposobem na uniknięcie śmierci tych robotników jest naciśnięcie dźwigni na twojej desce rozdzielczej, co sprawi, że wagonik pojedzie w prawo i spowoduje śmierć pojedynczego robotnika. Czy naciśnięcie przez ciebie dźwigni w celu uniknięcia śmierci pięciu robotników jest właściwym zachowaniem?

Inny, tzw. dylemat kładki, zaproponowała Judith Jarvis Thomson:

Pozbawiony hamulców wagonik mknie po torach w stronę pięciu robotników, którzy zginą, jeśli wagonik utrzyma swój kurs. Znajdujesz się na kładce nad torami, pomiędzy zbliżającym się wagonikiem a pięcioma robotnikami. Obok ciebie na kładce stoi obca, bardzo dużych rozmiarów osoba. Jedynym sposobem na ocalenie życia pięciu robotników jest zepchnięcie tej osoby z kładki na tory poniżej, gdzie jej wielkie ciało zatrzyma wagonik. Obcy zginie, jeśli to zrobisz, ale pięciu robotników zostanie ocalonych. Czy zepchnięcie przez ciebie obcego na tory w celu uratowania pięciu robotników jest właściwym zachowaniem?

Dylematy te są ludzko podobne (czy poświęcić jedną osobę, by uratować pięć?), ale zazwyczaj wywołują przeciwne odpowiedzi. W przypadku dylematu zwrotnicy twierdząco odpowiada ok. 80 proc. pytanych. Podobny odsetek udziela odpowiedzi negatywnej stojąc przed dylematem kładki.

Matematyczna równoważność tych problemów nie pociąga za sobą równoważności psychologicznej. Pierwszy ma zdaniem Greene'a charakter bezosobowy, drugi – osobowy. Dylematy bezosobowe częściej rozwiązujemy utylitarystycznie, czyli ważąc zyski i straty (ocalenie pięciu ludzi kosztem jednego jest „logiczne”). Dylematy osobowe łatwiej wywołują reakcje deontyczne, oparte na jednoznacznych zasadach etycznych (np. „nie zabijaj”). Nieco światła na tę akademicką dychotomię rzucają badania nad pracą postawionego przed takimi wyborami mózgu.

### Co na to mózg

Zespół Greene'a wykorzystał w tym celu funkcjonalny rezonans magnetyczny – metodę pozwalającą ocenić, które obszary kory mózgowej pracują nad zadaniem szczególnie intensywnie. Okazało się, że nad dylematem zwrotnicy i innymi problemami bezosobowymi pracowały zwłaszcza części mózgu związane ze świadomym przetwarzaniem informacji i pamięcią roboczą, np. środkowy zakręt czołowy prawej półkuli. Dylematy osobowe (w tym problem kładki) angażowały obszary związane z procesami emocjonalnymi, choćby tylny zakręt obręczy. Te właśnie badania, opisane na łamach „Science”, ugruntowały dwuprocesową teorię wydawania sądów moralnych.

Następne eksperymenty pokazały oczywiście, że mózgowo mechanizmy rozwiązywania dylematów są bardziej skomplikowane i tworzą złożone sieci, ale główna idea pozostała bez zmian. Moralność jest grą procesów automatycznych (szybkich) i kontrolowanych (wolnych), a więc naszych dwóch systemów.

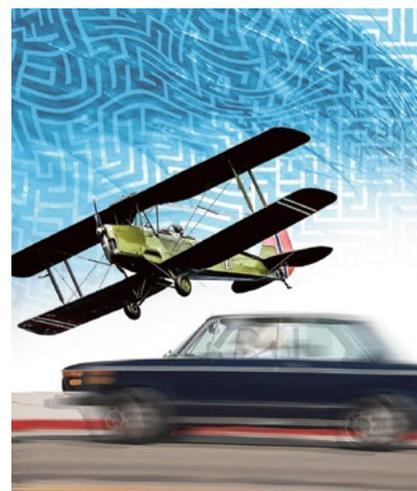
Nie jest w pełni jasne, czy można je utożsamiać z tradycyjną opozycją emocji i rozumu. Psychologowie poznawczy, tacy jak Kahneman, wolą mówić o intuicji i heurystykach oraz rozumowaniu i algorytmach. Psychologowie społeczni, w tym Greene, są mniej rygorystyczni. Wskazują np., że w ocenianiu moralne uwikłane jest ciało migdałowate – część mózgu zgodnie przez badaczy wiązana z procesami afektywnymi, a zwłaszcza negatywnymi emocjami.

Wobec eksperymentów z wykorzystaniem zadań takich jak dylematy kładki i zwrotnicy wysuwa się szereg zarzutów. Najczęstszy dotyczy ich sztuczności. Rzadko zdarza nam się stać przy zwrotnicy, gdy rozpedzony wagonik nieubłagania mknie w stronę grupy nieświadomych zagrożenia osób. Nasze codzienne decyzje i oceny moralne dotyczą mniej dramatycznych spraw. Czy to, jak mózg pracuje nad filozoficznym problemem, mówi nam coś o tym, jak rozstrzygamy wątpliwości na temat relacji międzyludzkich albo pieniędzy?

Być może nie. Współczesny świat przynosi jednak zaskakujące paralele dylematów z wagonikiem. Różnica między popchnięciem dźwigni zwrotnicy a popchnięciem osoby na tory kojarzy się z dyskusją na temat zabijania z użyciem dronów i filmem „Niewidzialny wróg” z Helen Mirren w roli głównej. Z kolei wybór między poświęceniem czyjegoś życia a zaniechaniem ratowania innych to problem istotny dla producentów i potencjalnych użytkowników autonomicznych aut. Nieprzypadkowo Massachusetts Institute of Technology uruchomiło platformę internetową *moralmachine*.mit.edu, na której prosi o odpowiedzi na dylematy, przed którymi może stanąć samosterujący się samochód. I nieprzypadkowo to właśnie Joshua Greene pytał, znów w „Science”, kiedy nasze auta powinny być gotowe nas zabić. Rzecz jednak w tym, że nawet jeśli zdecydujemy się powierzyć sprawę albo rozumowi, albo emocjom, to i tak nie mamy gwarancji jednej odpowiedzi. ©

BARTŁOMIEJ KUCHARZYK

*Autor jest psychologiem i prawnikiem, członkiem Centrum Kopernika i koordynatorem Copernicus Festival.*



ZALLEY

## Dlaczego boimy się latać?

W 2016 r. w katastrofach samolotów cywilnych linii lotniczych całego świata zginęło 229 osób. To oczywiście dużo, ale w wypadkach samochodowych śmierć poniosło 3 026 osób. Statystyki wskazują jasno: samolot jest najbezpieczniejszym środkiem transportu masowego, a komunikacja drogowa jest najbardziej śmiertelna. Pomimo tego znacznie łatwiej jest nam znaleźć kogoś, kto bardziej boi się latać, niż osobę, która odczuwa paniczny strach, gdy ma wsiąść do samochodu. To nie jedyny przypadek, kiedy nasze obawy (w świetle danych liczbowych) okazują się być irracjonalne – np. bardziej obawiamy się śmierci w wyniku zamachu terrorystycznego niż choroby nowotworowej. W swoich badaniach psychologowie Daniel Kahneman i Amos Tversky wykazali, że szacując prawdopodobieństwo danego zdarzenia na co dzień korzystamy z uproszczonej metody rozumowania, nazywanej heurystyką dostępności. Kierujemy się nie wszystkimi danymi, ale przestankami, które są łatwo dostępne, czyli lepiej utrwalone i łatwe do wydobywania z pamięci. Nie bez znaczenia jest tu emocjonalne nacechowanie danych. Choć wypadki lotnicze są bardzo rzadkie, okazują się tragiczne (ginie naraz wiele osób), co sprawia, że przykuwają większą uwagę mediów, a zarazem są przez nas lepiej zapamiętywane. ©

# Jak czytać innych

MAGDALENA MATYJEK

**Cierpiący na autyzm mają problemy z odczytywaniem cudzych emocji i intencji, ale dzięki specjalnym strategiom potrafią odnajdywać się w sytuacjach społecznych.**

**L**udzie są zwierzętami społecznymi, muszą więc się ze sobą komunikować. Żeby robić to dobrze, potrzebują informacji na temat stanów mentalnych – myśli, emocji czy motywacji – innych osób. Informacje te nie są oczywiście bezpośrednio dostępne. Wykształciliśmy jednak mechanizmy pozwalające na przekazywanie i odbieranie sygnałów zdradzających intencje jednostki. Oczywiście przykładem takiego mechanizmu jest język, ale dysponujemy również całym zestawem środków pozawerbalnych. Gesty, mimika, postawa ciała i inne zachowania są używane do kodowania zamiarów i innych stanów wewnętrznych, zwykle w nadziei na odczytanie ich przez partnerów interakcji. Umiejętność odczytywania tych sygnałów – na podstawie cudzych zachowań – nazywana jest w psychologii teorią umysłu.

Brytyjski psycholog Simon Baron-Cohen twierdzi, że właśnie nieprawidłowy rozwój teorii umysłu sprawia, iż osoby z autyzmem mają trudności w interakcjach społecznych, występujące niezależnie od poziomu inteligencji. Sytuacje społeczne są dla autystyków niezrozumiałe i nieprzewidywalne. Problemy sprawia im nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów, odczytywanie cudzych intencji, identyfikowanie emocji na podstawie wyrazu twarzy oraz utrzymywanie kontaktu wzrokowego. Niektóre dzieci z autyzmem nie nabywają języka albo wolniej go rozwijają. Dla autystyków interakcje społeczne stają się więc nieznośnie stresujące i nieatrakcyjne, unikają ich zatem i nie uczą się strategii społecznych, przydatnych w codziennym życiu.

Według Barona-Cohana u osób z autyzmem występuje niedobór zasobów poznawczych, które pozwoliłyby na wykształcenie pełnej teorii umysłu. Wniosekowanie o emocjach, pragnieniach i przekonaniach innych osób wymaga umiejętności postawienia się „obok” postrzeganej sytuacji czy „wejścia w skórę” rozmówcy, czyli zawieszenia własnej perspektywy. Ta

zdolność nie jest wrodzona – dzieci uczą się jej około drugiego roku życia. Przejawia się ona w różnych wariantach zabawy w udawanie, w których dzieci przypisują obiektom i osobom nowe znaczenia i role („Ta lalka będzie moją córeczką, a ja będę jej mamą”). Dzieci z autyzmem rzadko angażują się w podobne zabawy.

## Gdzie jest piłka

Zespół Barona-Cohana przeprowadził w 1985 r. pomysłowy eksperyment, którego schemat powtarzany był w wielu późniejszych badaniach. Dziecko zaprasza się do pokoju, w którym czeka na niego eksperymentator. Na stole leżą pudełko, koszyk, dwie lalki i piłka. Eksperymentator opowiada pewną historyjkę, używając tych rekwizytów. W historyjce jedna z lalek, Sally, wkłada piłkę do swojego koszyka, czego świadkiem jest druga lalka, Anna. Po chwili Sally wychodzi (chowa się pod stołem) i nie widzi, co dzieje się dalej. Pod jej nieobecność Anna wyciąga piłkę z koszyka i wkłada ją do swojego pudełka. Po chwili wraca Sally. W tym momencie eksperymentator zadaje dziecku dwa pytania: „Gdzie jest piłka?” oraz „Gdzie Sally będzie szukać piłki?”. Pierwsze pytanie sprawdza, czy dziecko skoncentrowało się na historyjce i zrozumiało, co się wydarzyło na stole. Z prawidłową odpowiedzią na to pytanie nie mają problemów ani dzieci z autyzmem, ani zdrowe – wszystkie wskazują na pudełko. Różnice pojawiają się przy pytaniu drugim. Zdrowe dzieci wskazują na koszyczek, czyli tam, gdzie Sally zostawiła piłkę i gdzie powinna jej szukać, nie zdając sobie sprawy ze zmiany jej lokalizacji przez Annę. Dzieci z autyzmem z kolei wydają się nieświadome błędnych przekonań Sally. Przy drugim pytaniu konsekwentnie wskazują na pudełko. Badacze tłumaczyli te wyniki brakiem rozróżnienia pomiędzy wiedzą własną a reprezentacją wiedzy lalki u dzieci z autyzmem, potwierdzając swoją hipote-

zę o zaburzeniu teorii umysłu charakteryzującym autyzm.

Od tamtej pory naukowcy konstruują testy pozwalające dokładniej przyjrzeć się teorii umysłu u prawidłowo rozwijających się dzieci i u osób dotkniętych zaburzeniem rozwojowym lub mentalnym. W toku badań pojawiła się sugestia, że teoria umysłu może nie być tak homogenicznym konstruktem, jak początkowo zakładano. Niektórzy badacze zasugerowali, że umiejętność „czytania w myślach” ma dwa aspekty – ukryty i jawny. Jawny to intencjonalne rozważanie, szacowanie i wybór interpretacji. Tę umiejętność angażujemy np. wtedy, gdy wygłaszamy opinie na temat zachowania innych osób: „Zosia wydaje się dzisiaj nieobecna i smutna, może stało się coś złego?”. Z drugiej strony na co dzień tworzymy setki podobnych interpretacji, próbując zrozumieć zachowania otaczających nas osób, jednak rzadko świadomie myślimy, jak wyrazić je w języku. Takie ukryte interpretacje są szybsze i przez to częściej używane w codziennych interakcjach, które wymagają natychmiastowego zrozumienia sytuacji i reagowania zgodnie z przyjętym wyjaśnieniem.

Nielatwą umiejętności „czytania” innych ludzi musimy nabyć, by móc uczyć się norm społecznych. Dzieci nie dostają od rodziców zbioru reguł opisujących akceptowane w danej kulturze zachowania. Uczą się tego wszystkiego inaczej – rodzice uśmiechają się i chwalać malca, kiedy chcą nagrodzić jego postępowanie i zwiększyć prawdopodobieństwo jego powtórzenia, lub ściągają brwi, grożą palcem i okazują dezaprobatę dla zachowań nieadekwatnych i nieakceptowalnych.

Takie uczenie, bez podania zasady łączącej zachowanie z jego konsekwencjami, nazywamy uczeniem ukrytym.

Z uwagi na fakt, że zdecydowana większość zasad, które musimy poznać, by sprawnie funkcjonować w środowisku społecznym, wymaga uczenia ukrytego, braki w tej umiejętności mogą powodo-



Obraz autystki April Dawn Griffin „Autoportret”

wać poważne problemy w interakcjach z innymi ludźmi. W sytuacjach społecznych takie uczenie wymaga oczywiście ukrytej teorii umysłu – dziecko musi rozpoznać intencje rodzica, aby poprawnie oszacować stopień (dez)aprobaty. Czy powinniśmy zatem dopatrywać się przyczyn problemów społecznych u osób z autyzmem w deficytach ukrytej teorii umysłu?

W innych eksperymentach opracowanych na badanie teorii umysłu uczestników prosi się o „czytanie” emocji ze zdjęć oczu, tworzenie historyjek na podstawie fotografii, obrazków lub abstrakcyjnych kształtów, poruszających się w sposób mogący przypominać zachowania ludzkie. W takich zadaniach dzieci i dorośli z autyzmem potrzebują więcej czasu na udzielenie odpowiedzi, jednak zwykle odpowiadają podobnie jak osoby zdrowe – przeciwnie niż w teście „Sally i Anny”. Jak to możliwe?

Rozwój metod naukowych, zwłaszcza okulografii, pomógł psychologom udzielić nowych odpowiedzi na to pytanie. Okulograf to urządzenie, które pozwala śledzić ruchy oczu badanych osób. Kieru-

nek wzroku okazuje się dobrym predyktorem naszych oczekiwań i uwagi. Wyobraźmy sobie test z Sally i Anną, w którym zamiast słuchać odpowiedzi dzieci na pytania zadawane przez eksperymentatora, rejestrujemy, gdzie (na pudełko czy na koszyk) spojrzy dane dziecko, widząc Sally wracającą do pokoju i szukającą swojej piłki. Wyniki badań okulograficznych potwierdzają tezy grupy Barona-Cohana – dzieci z autyzmem patrzą na pudełko, wcale zatem nie przypisują Sally błędnych przekonań. Taki eksperyment nie wymaga świadomej refleksji nad pytaniem eksperymentatora ani językowego sformułowania odpowiedzi, a więc angażuje jedynie ukrytą teorię umysłu. Wobec tego to jej nieprawidłowy rozwój prawdopodobnie odpowiada u autystyków za problemy z „czytaniem” innych osób.

### Autyzm w każdym z nas

Autyzm nie jest chorobą, ale spektrum zaburzeń rozwojowych. Oznacza to, że zachowania i cechy autystyczne znajdu-

jemy także u osób „zdrowych”, czyli nie spełniających kryteriów diagnostycznych. Również wśród osób z diagnozą spektrum autyzmu nasycenie cech, a co za tym idzie, zachowań autystycznych, jest bardzo zróżnicowane. Wielu dobrze funkcjonujących „pacjentów” radzi sobie z codziennymi sytuacjami społecznymi w sposób niezauważalny dla innych. Jak to możliwe? Badania psychologiczne rzucające światło na rozróżnienie aspektów teorii umysłu sugerują, że pomimo braku w teorii ukrytej, osoby z autyzmem wykorzystują strategie kompensacyjne, pozwalające osiągnąć dobre rezultaty na drodze rozumowania i racjonalnego interpretowania sytuacji międzyludzkich. Choć pytani zwykle odpowiadają, że nie mają wielu znajomych, to często wskazują na kilku bliskich przyjaciół, których zachowań powiązanych z danymi stanami emocjonalnymi po prostu się nauczyli. W takich przypadkach osoby z autyzmem bardzo dokładnie potrafią opisać, jakich ich przyjaciół używa gestów, mimiki i słów, kiedy jest na przykład przygnębiony, a jakich, gdy jest podekscytowany. Co ciekawe, ich relacje często wskazują na strategie wykorzystujące jawne i zindywidualizowane reguły: „Janek mało się dzisiaj uśmiecha, często patrzy w bok, obejmuje się rękoma i niewiele mówi. To znaczy, że jest smutny”. Z kolei osoby niedotknięte autyzmem często mają problemy z tworzeniem podobnych opisów, chociaż doskonale radzą sobie z rozpoznawaniem stanów emocjonalnych „na żywo”.

Nasze codzienne interakcje z ludźmi, zarówno z dobrze nam znanymi przyjaciółmi, jak i nowo poznanymi osobami, są niezmiernie skomplikowane i wymagają natychmiastowego przetwarzania ogromnej ilości informacji w złożonym kontekście i mało przewidywalnych warunkach. Normalnie rozwijające się dzieci wykształcą zdolności pozwalające radzić sobie z takimi sytuacjami i szybko stają się ekspertami w interakcjach społecznych. Jednak kiedy te umiejętności nie mogą być prawidłowo rozwinięte, tak jak w przypadku autyzmu, ograniczenia w sferze emocjonalnej mogą być rekompensowane przez tworzenie jawnych, racjonalnych reguł interpretacji środowiska społecznego.

Może warto się więc zastanowić, czy nazywanie różnych strategii radzenia sobie w takich sytuacjach „zaburzeniami” jest stosowne? ©

*Autorka jest kognitywistką, doktorantką w Berlin School of Mind and Brain.*

# Smutek, prawda i racjonalność

MAREK JAKUBIEC

**Gdy przyjrzymy się najnowszym badaniom i konceptualizacjom tego, w jaki sposób budujemy nasz światopogląd, granice między rozumem a emocjami zaczną się zacierać – albo przynajmniej mocno komplikować.**

**W**potocznym rozumieniu argumentacja oznacza uzasadnianie jakiegoś stanowiska lub przekonywanie innych o jego trafności. Robimy to właściwie każdego dnia, udzielając porad, prawiąc morały i tocząc mniej lub bardziej poważne spory. W idealnym świecie – a może wcale nie tak idealnym, jak w swoim artykule przekonuje Bartosz Brożek (zob. s. 17) – w dyskusjach kluczową rolę powinny odgrywać rzeczowe argumenty. W naszym świecie często z siły argumentów przechodzimy do argumentu siły. Dlaczego?

Na ławie oskarżonych łatwo postawić w tym kontekście emocje. To one mają wpływać na zmniejszenie poziomu racjonalności dyskusji. Koresponduje to z roz-

powszechnym przekonaniem, że emocje są czymś irracjonalnym, stoją w opozycji do rozumu. Takie stanowisko zajmowali nie tylko teologowie, upatrujący w afektach źródła skłonności do wielu grzechów, ale też filozofowie, przypisujący rozumowi wyłączną rolę w poznaniu. Wystarczy wspomnieć słynną platońską alegorię rydwanu, którego woźnica (rozum) miał za zadanie ujarzmić konie symbolizujące pożądliwość i emocje.

Współcześnie taki obraz funkcjonowania naszego umysłu przestał nas satysfakcjonować – wiemy, że jest zbyt uproszczony. Gdy przyjrzymy się najnowszym badaniom i konceptualizacjom tego, w jaki sposób budujemy nasz światopogląd i uzasadniamy własne przekonania, granice między rozumem a emocjami zaczną się

zacierać – albo przynajmniej mocno komplikować.

## Umysły otwarte i zamknięte

Domknięcie poznawcze – to teoretyczny konstrukt psychologiczny, rozpropagowany przez amerykańskiego psychologa społecznego (polskiego pochodzenia), Ariego Kruglanskiego. Intuicyjnie można określić go jako potrzebę unikania niejasności. Nie jest to jednak potrzeba w znaczeniu potocznym, lecz raczej pewna skłonność. W pełni zresztą zrozumiała. Każdy z nas chce przecież rozumieć otaczającą go rzeczywistość. Nie lubimy sytuacji, gdy nie pojmujemy tego, co dzieje się wokół nas. Wpływa to na zmniejszenie poczucia bezpieczeństwa, zwiększając ryzyko niepowodzeń, ale także powoduje wątpliwości, których przeżywanie zazwyczaj nie należy do przyjemnych.

Dążenie do domknięcia, przejawiające się w odczuwaniu konieczności posiadania określonego obrazu świata, nawet za cenę ignorowania jego niespójności, występuje jednak w różnym nasileniu. Jednostki, które wykazują wysoki poziom tej potrzeby, będą skłonne do silnej obrony swojego światopoglądu, gdyż nie chcą zakwestionować odpowiedzi na określone pytanie, którą wcześniej przyjęły. Obrona ta często będzie jednak przebiegała w sposób nieudolny, choćby z uwagi na brak pogłębionej wiedzy i, co za tym idzie, adekwatnych argumentów.

Stąd już prosta droga do dogmatyzmu, który przejawia się w petryfikacji przekonań. Stają się one po prostu niepodważalne, więc nie jest możliwe przedstawienie takiej argumentacji, by osoba była skłonna je zmodyfikować.

Osoby o mniejszej potrzebie domknięcia są bardziej tolerancyjne na niepewność

Burano, Włochy, 2007 r.



MACIEJ FROLOW / GETTY IMAGES

i skłonne do dokładniejszego analizowania różnych sytuacji, a w związku z tym ich przekonania łatwiej mogą ulegać zmianom. Rzadziej kierują się one stereotypami i są mniej sztywne poznawczo. W dyskusjach będą więc bardziej otwarte na argumenty oponentów, a ich własne będą wynikiem przeprowadzonych analiz. Warto pamiętać jednak o jednej sprawie: wysoka potrzeba domknięcia i sztywność nie muszą się wiązać z niższym poziomem inteligencji – nie stwierdzono występowania tego typu korelacji.

Kruglanski określił dwa kluczowe elementy domknięcia poznawczego mianem „chwytania” i „zamrażania”. Pierwsze z nich oznacza przyjęcie wyjaśnienia bez jego dokładnej analizy; im wyższy poziom potrzeby domknięcia, tym bardziej akceptowane rozwiązania muszą być zgodne ze stanem wiedzy podmiotu (pomijane są informacje, które mogą podać w wątpliwość zasadność przyjętego systemu przekonań). Zamrażanie polega z kolei na tym, że nowa informacja zostaje częścią systemu przekonań i również staje się niepodważalna.

Dlaczego nasze przekonania stają się niepodważalne? Na to pytanie można próbować odpowiedzieć, odchodząc nieco od psychologii społecznej, a wchodząc na pole filozofii. Wydaje się, że wszyscy chcemy znać prawdę, ale niektóre osoby wykazują większą tendencję do przeświadczenia o jej posiadaniu. Niezależnie od tego, czy ich wizja świata będzie obiektywnie łatwa, czy trudna do podważenia (zwolennikowi teorii płaskiej Ziemi teoretycznie powinno wystarczyć pokazanie zdjęć z kosmosu), dla nich będzie nienaruszalna. Takie poczucie „pewności prawdziwości” rzeczywiście może być przyjemne. Zwalnia z dalszych poszukiwań – bo przecież skoro to ja posiadam prawdę, to czego mam poszukiwać? Wszyscy, którzy twierdzą inaczej, są w błędzie, a zatem można ich albo próbować przekonać, albo z politowaniem wzruszyć ramionami, wysłuchując ich argumentów.

W tym kontekście należy wspomnieć także o roli autorytetów. Ich znaczenie będzie zdecydowanie większe u osób o większej potrzebie domknięcia. Uznawanie pewnych osób za autorytety, rzecz jasna, nie stanowi samo w sobie cechy niepożądanego. Jeżeli jednak ich opinie są przyjmowane bezkrytycznie, to trudno komuś takiemu uczestniczyć w racjonalnej wymianie argumentów. Samo powołanie się na autorytet nie będzie wystarczające – nie wszyscy muszą przecież zgadzać się z konkretnym stanowiskiem ani uznawać, że wskazana osoba rzeczywiście stanowi au-

torytet. Z drugiej strony, wszyscy kierujemy się opinią osób uznanych za biegłych w danej dziedzinie. Na uczelni, u lekarza czy u mechanika samochodowego – zazwyczaj jesteśmy zdani na wiedzę innych osób, sami przecież nie możemy się znać na wszystkim. Problem sprowadza się więc do skali i bezkrytyczności przyjmowanych opinii oraz braku ich analizy, jaka powinna poprzedzać wykorzystanie uzyskanych w ten sposób argumentów w dyskusji.

### Kto zapalił światło

Pokrewnym terminem, do którego możemy się odwołać, mówiąc o argumentacji, jest refleksyjność.

Oznacza tendencję do długiego podejmowania decyzji i popełniania niewielkiej liczby błędów, w psychologii przeciwstawia się ją impulsywności. Refleksyjność można mierzyć – służy do tego m.in. test porównywania znanych kształtów (zadaniem uczestnika tego testu jest znalezienie wśród kilku wariantów rysunku takiego, który jest identyczny ze wzorcem, wyświetlanym równocześnie).

W kontekście filozoficznym refleksyjność można określić jako skłonność do pogłębionego namysłu nad rzeczywistością, analityczne nastawienie w myśleniu. Nie powinno zaskakiwać, że wysoka refleksyjność koreluje z niskim poziomem potrzeby domknięcia.

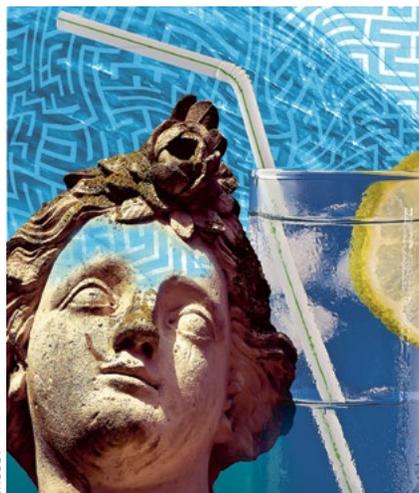
Gdzie pośród tych wszystkich konstrukcji teoretycznych opisujących nasz umysł znajduje się miejsce na emocje? Jak wspomniałem, można je uznawać za coś, co przeszkadza w argumentowaniu czy poprawnym postrzeganiu rzeczywistości. Wszyscy posługujemy się przecież w języku potocznym wyrażeniami w stylu: „dała się ponieść emocjom” czy „był tak rozemocjonowany, że nie wiedział, co mówi”. Co jednak ciekawe, nie zawsze tego rodzaju stwierdzenia muszą nas prowadzić do adekwatnej oceny sytuacji. Stwierdzono istnienie zależności pomiędzy pewnym typem emocji a racjonalnością podejmowanych decyzji – a co za tym idzie, także argumentacji. Dotyczy to emocji określanych jako „negatywne”, czyli strachu, gniewu lub smutku.

Osoby, u których występują one w większym nasileniu, są bardziej realistyczne i precyzyjne, skłonne do pogłębionego myślenia i mniej podatne na wpływy osób trzecich (wykazują więc prawdopodobnie mniejszą potrzebę domknięcia). Do takich wniosków może prowadzić interpretacja ↪



## Dlaczego reklamy na nas działają?

Dlaczego reklamodawcy wydają zawrotne sumy, by powtarzać tak często swoje spoty? Niezjący już amerykański psycholog społeczny polskiego pochodzenia Robert Zajonc pod koniec lat 60. XX w. przeprowadził eksperymenty, w których osoby badane odgadywały, czy słowa takie jak „KADIGRA” i „DYLIKALI” w języku tureckim mają znaczenie pozytywne czy też negatywne. Badani nie znali tureckiego, więc nie wiedzieli, że słowa te są zmyślane. Okazało się, że im częściej dane słowo było powtarzane, tym bardziej badane osoby były skłonne do przypisywania mu pozytywnego wydźwięku. Podobną prawidłowość zaobserwowano w przypadku ekspozycji innych danych – np. nieznanym uczestnikom chińskich ideogramów. Zjawisko to Zajonc nazwał efektem czystej ekspozycji. Polega on na zmianie ustosunkowania emocjonalnego do danego obiektu wraz ze zwiększającą się liczbą kontaktów z nim. Innymi słowy, im więcej razy spotykamy się z czymś, tym bardziej doświadczenie to oceniamy jako pozytywne. Odkrycie efektu czystej ekspozycji stało się impulsem do dyskusji nad relacjami afektu i poznania. Sam Zajonc bronił stanowiska, że w naszym życiu to emocje wiodą prym nad rozumem. ©



## Szklanka w połowie pusta

Daniel Kahneman i Amos Tversky przedstawili dwóm grupom osób następującą sytuację: „Wyobraź sobie, że twój kraj przygotowuje się na wybuch epidemii, która może zabić 600 osób. Masz do wyboru dwa plany”. Osoby z pierwszej grupy miały wybrać spośród dwóch opcji: „Jeśli wybierzemy plan A, uda się uratować 200 osób. W przypadku planu B prawdopodobieństwo, że wszystkie 600 osób zostanie uratowanych wynosi 1/3, natomiast prawdopodobieństwo, że nie uda się uratować nikogo, wynosi 2/3”. Grupa druga wybierała spośród opcji: „Jeśli wybierzemy plan C, to umrze 400 osób. W przypadku realizacji planu D prawdopodobieństwo, że przeżyją wszyscy z 600 osób, wynosi 1/3, natomiast prawdopodobieństwo, że zginą wszyscy, wynosi 2/3”. W pierwszej grupie aż 72% wybrało plan A, z kolei w drugiej grupie tylko 22% badanych wybrało plan C. Łatwo zauważyć, że skutki wyborów planów A i C są identyczne (przeżyje 200 osób, zginie 400), zresztą tak samo jak planów B i D. Różnica polega na sposobie przedstawienia informacji: w planach A i B akcentowane jest to, ile osób uda się na pewno uratować (wybieramy „pewniaka”), natomiast w planach C i D akcent pada na liczbę ofiar (wolimy zaryzykować). Zjawisko to, gdy podejmując decyzję, positkujemy się bardziej sposobem sformułowania problemu niż „twardymi danymi”, nazywa się efektem obramowania. ©

→ wyników uzyskanych m.in. przez dwie amerykańskie psychologiki, Lauren Alloy i Lyn Abramson. W 1979 r. przeprowadziły badania, w których brały udział dwie grupy: osoby depresyjne (bardziej podatne na zachorowanie na depresję) oraz niedepresyjne. Badani mogli w dowolnym momencie nacisnąć guzik, po czym mogło nastąpić zapalenie się zielonego światła. Możliwych było więc kilka scenariuszy: (1) osoba naciska guzik i światło się zapala, (2) naciska, ale się nie zapala, (3) nie naciska, ale światło się zapala, oraz (4) nie naciska i światło się nie zapala.

Następnie badani mieli oszacować, na ile światło zapalało się po prostu w przypadkowy sposób. Chodziło o sprawdzenie ich poczucia sprawczości. W sytuacji, gdy zapalenie lampki rzeczywiście było warunkowane wciśnięciem guzika, wszyscy badani adekwatnie oceniali swój wpływ na rezultat. Jednakże w sytuacji alternatywnej, gdy związek ten nie występował, u osób niedepresyjnych pojawiła się iluzja kontroli – przeceniały one swój wpływ na zapalenie się zielonego światła. Efekt ten nie wystąpił natomiast u jednostek depresyjnych, które dostrzegały, że ich działanie (lub jego brak) nie wywołuje żadnych skutków. Można więc wysunąć wniosek, że dominacja pozytywnych emocji skutkuje przecenianiem własnych możliwości kontrolowania rzeczywistości, co z kolei może prowadzić do zaburzenia w przetwarzaniu informacji i podejmowaniu decyzji. Niedocenienie roli przypadku zwiększa też prawdopodobieństwo popełniania błędów poznawczych. Efekt ten nie wystąpił u osób znajdujących się w stanach depresyjnych czy, ogólniej, z dominującymi negatywnymi emocjami. Bardziej adekwatnie określały one swoje możliwości kontrolowania rzeczywistości.

Wysuwa się więc przypuszczenia, że dominacja negatywnych emocji wiąże się z bardziej racjonalnym podejmowaniem decyzji, a co się z tym wiąże – z wyższym poziomem racjonalności myślenia.

Tym samym również w przypadku argumentacji uzasadnione będzie przypuszczenie, że okaże się ona bardziej racjonalna. Prawdopodobnie jest tak, że im bardziej dominuje afekt pozytywny, tym mniejsza jest skłonność do pogłębionego myślenia. Uzasadnione wydaje się przypuszczenie, że łączy się to z niechęcią do możliwej zmiany tego stanu. Obecność negatywnych emocji z kolei może powodować (nawet nieuświadomione) dążenie do zmiany, a zatem łączy się z wyższym poziomem refleksyjności oraz większą otwartością na argumenty.

## Depresja i samooszukiwanie

Nie bez powodu przywołuje się w tym kontekście zjawisko depresyjnego realizmu, czyli bardziej adekwatnego oglądu świata, występującego u osób z dominującymi negatywnymi stanami afektywnymi. Na pierwszy rzut oka określenie to może się jawić jako oksymoron: depresja ma przecież przejawiać się w zaburzeniu oceny własnej sytuacji czy nieprawidłowej percepcji otoczenia. Niektóre kognitywne teorie depresji podkreślają rolę negatywnego, nierealistycznego myślenia jako czynnika ją powodującego. Aaron Beck, jeden z pionierów terapii poznawczej, zaproponował ujęcie określane jako negatywna triada poznawcza. Oznacza ona pesymistyczne postrzeganie: siebie samego, otoczenia i przyszłości. Choć bez wątplenia może ono powodować pogorszenie nastroju, a w sytuacjach skrajnych pojawienie się dystymii czy nawet depresji, nie oznacza to, że ocena ta zawsze musi być nieadekwatna.

Tego typu sytuację można powiązać ze słabszym działaniem mechanizmów samooszukiwania się, które z perspektywy ewolucyjnej mogą być uznane za strategię przystosowawczą. Na temat znaczenia samooszukiwania toczą się spory tak wśród filozofów, jak i psychologów oraz ewolucjonistów. Przyjmijmy stosunkowo proste jego rozumienie, zgodne z tym, jakie proponuje biolog ewolucyjny Robert Trivers. Według niego to proces polegający na usuwaniu prawdziwej informacji, co prowadzi do tego, że rzeczywistość jawi się w sposób zniekształcony. Chodzi o usunięcie ze świadomości możliwości, że prawdą jest przeciwny do przyjmowanego pogląd w określonej sprawie. Jeżeli mechanizm samooszukiwania jest zaburzony, to negatywne spojrzenie na rzeczywistość może okazać się dominujące. Ale zwróćmy uwagę, że wtedy samooszukiwanie występuje w mniejszym stopniu, a zatem wizja świata staje się bardziej adekwatna – „mniej oszukaną”.

Depresyjny realizm może sprawiać, że posługujemy się bardziej racjonalnymi i uzasadnionymi argumentami. Emocje nie muszą więc wpływać negatywnie na poziom racjonalności – przeciwnie, w niektórych przypadkach ich wpływ jest pozytywny. Nieco paradoksalnie, jeśli same są negatywne. ©

MAREK JAKUBIEC

*Autor jest filozofem i prawnikiem, członkiem Centrum Kopernika. Obecnie przygotowuje doktorat w katedrze Filozofii Prawa i Etyki Prawniczej na WPiA UJ.*



Posągi moai na Wyspie Wielkanocnej

# Świat bez emocji

BARTOSZ BROŻEK

**Gdyby wyciąć z naszego życia oraz z historii ludzkości wszystkie emocje, zostalibyśmy prawie z niczym. Sam rozum na niewiele by nam się przydał.**

**T**e straszne emocje! Gdyby tak można czasem się ich pozbyć! Gdyby istniał guzik, który je wyłącza choć na chwilę, szczególnie wtedy, gdy przeszkadzają nam w życiu: nie pozwalają logicznie myśleć, paraliżują działania lub wręcz przeciwnie – sprawiają, że robimy rzeczy, których potem żałujemy. Gdyby móc spojrzeć na świat w czysto racjonalny, obiektywny sposób, dostrzec go takim, jaki jest, a nie przez emocjonalne okulary, zabarwione strachem, winą, podziwem, euforią, zdu-

mieniem... Pozbyć się emocji! Czy na pewno byłoby nam bez nich lepiej?

## Wolność i resentyment

W znanym eseju „*Freedom and Resentment*” P.F. Strawson zastanawia się, czy bez pewnej klasy emocji, takich jak oburzenie czy wdzięczność, możliwa byłaby moralność. Strawson zauważa najpierw, że dla istnienia relacji międzyludzkich, w tym relacji moralnych, konieczne jest

przyjmowanie pewnej postawy, którą określić można mianem uczestniczącej. Uważamy, że w jakimś stopniu jesteśmy odpowiedzialni wobec innych za swoje czyny, a przy tym możemy spodziewać się podobnej odpowiedzialności z ich strony. Postawa taka zależy od istnienia pewnych emocji społecznych i w nich się przejawia. Jeśli ktoś mnie umyślnie skrzywdzi, np. kłamstwem – czuję złość i oburzenie; jeśli pomoże mi bezinteresownie – będę odczuwał wdzięczność. Oczywiście zdarzenia takie potrafimy →

→ oceniać także czysto racjonalnie, rozważając dane okoliczności i wydając w miarę obiektywny sąd: pierwszy czyn zasługuje na potępienie moralne, a drugi na aprobacie. Rzecz w tym, że racjonalność podąża tu za emocjami. Gdyby nie istniały oburzenie i wdzięczność, nie byłoby też wyrefinowanych teorii moralnych i obiektywnych ocen ludzkich zachowań.

Łatwo to dostrzec – sugeruje Strawson – jeśli przyjrzymy się sytuacjom, w których nasze reakcje emocjonalne są na rozmaite sposoby modyfikowane. „Jeśli ktoś przypadkiem nastąpi na moją rękę, próbując mi pomóc, mój ból nie będzie może mniejszy niż wtedy, gdyby zrobił to, nie zważając w ogóle na moje istnienie bądź wręcz z zamiarem, aby mnie skrzywdzić. Ale w tym drugim przypadku będę co do zasady czuł taki rodzaj oburzenia (...), którego nie doświadczę w przypadku pierwszym”. Moja reakcja emocjonalna będzie jeszcze słabsza – i na pewno nie będzie przypominać oburzenia – jeśli ktoś nastąpi mi na rękę nie przez nieuwagę, ale dlatego, że ze względu na okoliczności nie mógł tego uniknąć (np. ktoś inny go popchnął). Mówiąc inaczej, Strawson każe zastanowić się nad sytuacjami, w których zachowania innych ludzi nie wywołują w nas ani oburzenia, ani wdzięczności – tak się stanie, gdy nie będziemy skłonni przypisać im intencji działania w określony sposób. Jeśli ktoś umyślnie chce mnie skrzywdzić, będę czuł złość i oburzenie, ale jeśli stanie się to przypadkiem, moja reakcja będzie inna – wykażę zrozumienie i skwituję całą sprawę stwierdzeniem, że całe zdarzenie to jeden wielki pech. Jeśli ktoś mi w czymś pomoże, mając taki zamiar, będę odczuwać wdzięczność, ale jeśli mój zysk z czyichś działań jest wynikiem przypadkowego zbiegu okoliczności, będę „wdzięczny losowi”, a nie tej osobie.

Pójdźmy dalej tropem rozważań Strawsona. Można wyobrazić sobie sytuacje, w których nasze emocjonalne reakcje na działania innych są jeszcze słabsze – np. wtedy, gdy jakąś krzywdę wyrządzi nam nieświadome swych działań małe dziecko albo chora psychicznie osoba, wyraźnie niepotrafiąca pokierować swoim zachowaniem. Będziemy w takich przypadkach odczuwać rozmaite emocje, ale nie będą to te reakcje, które zwykle towarzyszą moralnej ocenie zachowań innych ludzi. Strawson twierdzi, że zmieniamy wtedy nasze nastawienie do relacji społecznych z uczestniczącego na uprzedmiotawiającego. Nie czulibyśmy gniewu i nie potępilibyśmy moralnie robota, który nastąpił nam na rękę – wszak

## Bez emocji społecznych musielibyśmy się obejść bez moralności i nie byłibyśmy zdolni do stworzenia kultury.

jest to ostatecznie przedmiot, który nie posiada intencji ani wolnej woli, tak jak gałąź, która podczas silnej wichury spada nam na głowę. Małe dzieci i osoby, które cierpią na ciężkie choroby psychiczne, mają podobny status: nie są w pełni aktorami w teatrze relacji społecznych, ale raczej – jakkolwiek nie brzmi to elegancko – elementami scenografii.

Jesteśmy teraz gotowi na mały eksperyment myślowy: co by się stało, gdybyśmy nie posiadali w ogóle takich emocji jak oburzenie, złość czy wdzięczność? Nasze reakcje wobec działań małych dzieci i osób psychicznie chorych dostarczają następującej podpowiedzi: bez odpowiednich reakcji emocjonalnych nie potrafilibyśmy przyjąć postawy uczestniczącej, a jedynie uprzedmiotawiającej. Wszelkie wyrządzone nam zło i dobro (o ile te pojęcia miałyby jeszcze jakiś sens) nie miałyby już wymiaru moralnego. Przypominałyby w tym zjawiska rządzone w pełni deterministycznymi prawami fizyki. Innymi słowy – na ile w ogóle jesteśmy to sobie w stanie wyobrazić – świat bez niektórych tylko emocji (oburzenia, złości, wdzięczności, gniewu itd.) byłby pozbawiony wymiaru moralnego, nawet jeśli nasza zdolność do racjonalnego myślenia pozostałaby niezmienną.

### Emocjonalne źródła kultury

Współcześni psychologowie i kognywiści zapewne zgodziliby się z diagnozą Strawsona: emocje stanowią fundament ludzkich praktyk moralnych. Wielu z nich poszłoby jednak znacznie dalej, sugerując, że bez odpowiednich emocji społecznych nie zaistniałaby kultura, a więc nie tylko moralność, ale także nauka, język, instytucje społeczne czy zwyczaje.

W „Dociekaniach filozoficznych” Ludwig Wittgenstein zadaje intrygujące pytanie: „Czy jest (...) do pomyślenia język, w którym ktoś na swój własny użytek zapisywałby lub wypowiadał swe wewnętrzne przeżycia – uczucia, nastroje itd.? Czy nie możemy tego robić w na-

szym własnym języku? (...) Wyrazy takiego języka miałyby odnosić się do czegoś, o czym wiedzieć może tylko mówiący; do jego bezpośrednich, prywatnych doznań. Druga osoba nie mogłaby więc tego języka rozumieć” (przeł. B. Wolniewicz).

Wittgenstein sugeruje tu, że język jest naszym wspólnym przedsięwzięciem i ma sens tylko w ramach wspólnoty. Oczywiście możemy wyobrazić sobie, że ktoś wymyśla nowe słowa na oznaczenie pewnych doznań – np. zamiast mówić „ból”, mówi „óbl”, albo posługuje się kilkudziesięcioma różnymi słowami na oznaczenie rozmaitych odcieni czerwieni. Rzecz w tym, że taki prywatny język byłby nieprzydatny. Co więcej, ktoś mógłby go stworzyć jedynie wtedy, gdyby najpierw posiadał umiejętność posługiwania się zwykłym – publicznym, wspólnym – językiem. Oddajmy raz jeszcze głos Wittgensteinowi: „Jak to się robi: nazwać ból?! Cokolwiek dziecko tu zrobiło, jakież to miało cel? Gdy mówimy: »Nadało doznaniu nazwę«, to zapominamy, że wiele musiało być już przygotowane w języku, by proste nazywanie miało swój sens. Gdy mówimy, że ktoś nadał bólowi nazwę, to gramatyka słowa »ból« jest tym, co było już przygotowane; wskazuje ona miejsce, w które wstawia się nowe słowo”. Rzecz można ująć jeszcze inaczej: gdyby Robinson Crusoe trafił na bezludną wyspę jako bardzo małe dziecko, które nie potrafi mówić, i jakimś sposobem przeżył, nie stworzyłby żadnego, nawet „prywatnego” języka.

Jak to jednak możliwe, że ludzie jako jedyny gatunek rozwinęli tak złożone systemy komunikacji? Istnieją oczywiście rozmaite hipotezy ewolucji języka, ale niemal wszystkie one podkreślają, że powstanie języka wymagało czegoś więcej niż odpowiednich zdolności poznawczych. Owszem, takie zdolności – np. umiejętność bardzo precyzyjnego naśladowania zachowań innych ludzi – były konieczne. Przecież posługiwanie się językiem wymaga opanowania, głównie na drodze naśladowania, ogromnego repertuaru bardzo precyzyjnych sposobów zachowania się. Zdolność do imitacji jednak nie wystarcza – potrzebujemy jeszcze odpowiedniej motywacji, by podjąć taki wysiłek. Motywacji tej dostarczają mechanizmy emocjonalne, które działają jak społeczny klej. Ewolucja wyposażała Homo sapiens w niezwykły potencjał do podejmowania wspólnych działań i utożsamiania się gatunku własnego z przedstawicielami. Małe dzieci można wręcz określić mianem „maszyn do imitacji”. Od urodzenia przyswajamy sobie, zwykle nieświadomie, wzorce za-

chowań „obowiązujących” w danej społeczności. Obejmują one nie tylko język, ale wszelkie formy kultury, od zwyczajów i reguł moralnych po matematykę.

Nasz eksperyment myślowy prowadzi zatem do coraz bardziej zaskakujących konsekwencji. Jeśli istniałby guzik, który pozwala wyłączyć same emocje społeczne, znaleźlibyśmy się w świecie zupełnie nam obcym. Nie tylko musielibyśmy, jak sugeruje Strawson, obejść się bez moralności, ale nasz gatunek w ogóle nie byłby zdolny do stworzenia kultury: języka, muzyki, matematyki itd.

### Intelekt w służbie namiętności

Pozbawieni emocji społecznych nie zostalibyśmy jednak z pustymi rękami. Ciągłe dysponowalibyśmy inteligencją, która dałaby nam szansę na skuteczne poruszanie się w świecie. Owszem, nie moglibyśmy korzystać ze wspólnej, nagromadzonej przez tysiąclecia wiedzy o rzeczywistości, bo z braku tendencji do współpracy nic takiego by nie istniało. Ale nic nie stałoby na przeszkodzie, by w trakcie osobniczego życia zgromadzić tyle przydatnych informacji, że dysponowalibyśmy wystarczająco precyzyjnym „modelem świata”, zakodowanym w naszych mózgach – modelem, który zwiększałby nasze szanse na przetrwanie, umożliwiając przewidywanie rozmaitych zjawisk i dopasowanie naszych zachowań do tych przewidywań.

Kłopot w tym, że wysiłek poznawczy, prowadzący do konstrukcji umysłowego modelu świata, jest tym właśnie wysiłkiem, wymagającym ogromnych nakładów energii. Trudno zrozumieć, dlaczego mielibyśmy rozwijać naszą indywidualną wiedzę, skoro miałyby ona przydać się dopiero w nieokreślonej przyszłości, pozwalając na przewidywanie odległych i niepewnych zdarzeń. Niewątpliwie byłaby to rozsądna strategia działania – lepiej jest wielokrotnie „zginąć w wyobraźni”, zastanawiając się nad rozmaitymi sposobami polowania na niebezpieczne zwierzę, niż polować na nie bez takiego przygotowania, rzeczywiście ryzykując życiem. Ale żaden organizm nie działa w ten sposób. Ogromny wydatek energetyczny, związany z wykorzystaniem wyobraźni, musi zostać nagrodzony niezwłocznie, a nie w nieokreślonej przyszłości. Temu służą emocje epistemiczne: zdziwienie, zaciekawienie, niepokój, dezorientacja, olśnienie i rozbawienie.

Podajemy wysiłek poznawczy nie dlatego, że dzięki temu skonstruujemy

precyzyjniejszy, a zatem bardziej przydatny model rzeczywistości, ale w tym celu, by pozbyć się nieznosnej dezorientacji, zaspokoić ciekawość albo doznać przyjemnego olśnienia. Sama inteligencja połączona z innymi zdolnościami poznawczymi nie wystarczyłaby do poznawania świata. Bez emocji epistemicznych nie mielibyśmy motywacji, by inteligencji tej używać. Zatem to rozum służy emocjom, a nie odwrotnie. Być może wręcz – w wymiarze ewolucyjnym – stanowi ich wytwór. Można bowiem spekulować, że ludzka zdolność do abstrakcyjnego myślenia rozwinęła się pod presją, jaką stanowiła konieczność odpowiedzi na emocje epistemiczne.

Spróbujmy z tej nowej perspektywy rozwinąć nasz eksperyment myślowy. Człowiek pozbawiony zaciekawienia, chwil olśnienia, ale także znudzenia lub dezorientacji, nie wykazywałby żadnej tendencji to poznawczego opanowywania świata. Stalibyśmy się organizmami, które nie podejmują żadnego wysiłku, by przygotować się na to, co może nas spotkać. Byłoby to niezbyt wyrafinowane życie. Owszem, jeśli ciągle dysponowalibyśmy pamięcią i elementarnymi emocjami, które pozwalają kategoryzować doświadczenia jako korzystne lub szkodliwe, pozwalałoby nam to reagować na napotykaną sytuację w adekwatny sposób. Ale im większej liczby emocji udało by nam się pozbyć, tym bardziej przypominalibyśmy proste organizmy, takie jak mały ślimak *Aplysia californica*: gdy dotknęła się jego skrzel, związa się, a jego ciśnienie się podnosi, podobnie jak rytm serca. To bardzo prosta reakcja – ale ciągle jest to reakcja emocjonalna, bardzo przypominająca to, co dzieje się wtedy, gdy odczuwamy strach.

Historii naszego gatunku nie da się sprowadzić do kolejnych etapów rozwoju zdolności poznawczych, wspinania się na coraz wyższe szczeble na drabinie intelektu. To przede wszystkim historia powstawania coraz bardziej złożonych mechanizmów emocjonalnych, bez których nie bylibyśmy w stanie poznawać świata, budować struktur społecznych ani uprawiać nauki i sztuki. Nawet wyobraźnia nawykła do wypraw w świat *science fiction* i *fantasy* nie jest zdolna w pełni pojąć, czym byłby świat bez emocji. Nie ma się czemu dziwić: w końcu jest to wyobraźnia istot na wskroś emocjonalnych. ©

BARTOSZ BROŻEK

*Autor jest profesorem, prodziekanem WPIA UJ, pracuje w Katedrze Filozofii i Etyki Prawniczej. Jest autorem kilkunastu książek, ostatnio opublikował „Myślenie. Instrukcja obsługi” (CCPress 2017).*



## Skąd niechęć do innych?

Dlaczego w wielu społeczeństwach, także w polskim, tak żywe są negatywne stereotypy na temat obcych, np. muzułmanów czy imigrantów? Jedno z psychologicznych wyjaśnień odwołuje się do tzw. błędu homogeniczności grupy obcej, czyli skłonności do postrzegania osób z innej niż własna grupa (etnicznej, religijnej, osób o innym kolorze skóry itd.) jako bardziej podobnych do siebie, niż są one w rzeczywistości. W kontekście przesądów społecznych zjawisko to pod koniec lat 60. XX w. po raz pierwszy zbadał Henri Tajfel, brytyjski psycholog polsko-żydowskiego pochodzenia. Jedno z wyjaśnień odwołuje się do częstotliwości kontaktów: częściej spotykamy osoby z własnej grupy niż innych, dlatego też łatwiej jest nam zauważyć różnorodność swoich, a zarazem ignorować heterogeniczność innych. Nawet jeśli kontakty z przedstawicielami grupy innej niż własna nie są rzadkością, efekt powstawać może na skutek względnej homogeniczności napotykanych osób. Przykładowo, gdy typowy Brytyjczyk zwolennik Brexitu napotyka imigrantów zajmujących gorzej płatne stanowiska i korzystających z zasiłków, może ekstrapolować to doświadczenie na wszystkich obcych. Sam Tajfel twierdził, że niezależnie od liczby kontaktów osoby identyfikujące się bardziej z własną grupą są bardziej skłonne do traktowania wszystkich innych jako „takich samych”. ©

# Co nas obrzydza

ŁUKASZ KWIATEK

**Lista rzeczy, które wywołują w nas wstręt, jest długa. I wcale nie obejmuje wyłącznie tego, co śmierdzi, gnije albo przyciąga najpaskudniejsze robactwo.**

**P**ewnie znacie ten stary dowcip. Dwie świny spokojnie sobie jedzą, nagle jedna zwymiotowała prosto do koryta. Druga ostro ją napomina: „Co ty robisz?! Nie dolewaj, bo nie zjemy!”. To jeden z tych niesmacznych żartów, którego lepiej nie opowiadać – ani nie czytać – przy jedzeniu. Zwłaszcza jeśli ma się tendencję do wizualizowania sobie tego, co się słyszy lub o czym się czyta.

Wstręt to ciekawa emocja. Nie chodzi tylko o to, że wystarczy wyobrazić sobie coś obrzydliwego, by poczuć mdłości – wyobraźnia pozwala na wywoływanie różnych emocji. Żeby poczuć przyspieszone bicie serca i ciarki na plecach, nie trzeba przecież spotkać jakiegoś rzeźmieszka w ciemnej ulicy – czasami wystarczy posłuchać strasznej historii albo poczytać książkę Stephena Kinga.

We wstręcie niezwykle jest mechanizm skażenia. Możemy się chyba zgodzić, że karaluchy i dżdżownice (tłuste, oślizgłe i wijące się) są obrzydliwe – mało kto z naszego kręgu kulturowego odważyłby się takie stworzenie wziąć do ręki, nie mówiąc już o tym, żeby próbować je zjeść. Ale niewiele osób byłoby skłonnych zjeść również kawałek apetycznego tortu, jeżeli choćby przez chwilę spacerował po nim dorodny karaluch. Z tego samego powodu żaden kelner na świecie nie zapyta nas, czy wystarczy, że wyłowi muchę z naszej zupy, czy raczej wolelibyśmy dostać całkiem nowe danie.

Psycholog Jonathan Haidt w latach 90. XX w. badał reakcje wywołane wstrętem. Prawie dwie trzecie uczestników jednego z jego eksperymentów odmówiło wypicia szklanki soku, w którym na chwilę zanurzony został karaluch (w elegancki sposób – za pomocą sitka do zaparzania herbaty), mimo propozycji (skromnego) wynagrodzenia oraz informacji, że to martwy i sterylny owad, który pochodzi ze specjalnej hodowli i dorastał w czystym środowisku. Sterylny czy nie, karaluch nas obrzydza. Tylko właściwie dlaczego?

Większość uczonych od czasów Darwina postrzega emocje jako produkty doboru naturalnego, umożliwiające „działanie na skrót” – błyskawiczne podejmowanie kluczowych dla przetrwania decyzji. Mimo że u licznych zwierząt takie decyzje są zautomatyzowane i bezrefleksyjne, wielu z nich nie można tak po prostu uznać za nieracjonalne. Motywowana strachem antylopa nie zachowuje się wcale głupio, gdy ucieka na widok lwa – rozum podpowiadałby jej to samo. Także wstręt niesie oczywiste korzyści adaptacyjne – pomaga bowiem uniknąć skażonego pożywienia. Nawet jeśli dzieje się to za cenę tego, że czasem nie będziemy w stanie napić się zupełnie zdrowego i odżywczego soku. Ewolucyjny ślepy zegarmistrz nie mógł przewidzieć takiego scenariusza – w końcu w naturalnym środowisku rzadko mamy do czynienia ze sterylnymi karaluchami.

## Kto czuje niesmak

Angielskie słowo *disgust*, tłumaczone na język polski jako „wstręt” czy „obrzydzenie”, dosłownie oznacza „zły smak”. Fizjologiczną reakcją towarzyszącą wstrętowi są wymioty, które pozwalają na szybkie pozbycie się zawartości żołądka. Niektórzy badacze sądzą, że ewolucyjnych korzeni wstrętu należy szukać w awersji do gorzkiego smaku, który u ludzi wywołuje podobny wyraz mimiczny jak emocja wstrętu. Trudno jednak oszacować, na ile to prawdopodobna hipoteza. Gdyby ktoś chciał naprawdę głęboko poszukiwać ewolucyjnych źródeł wstrętu, to mógłby zauważyć, że wszystkie organizmy muszą pobierać korzystne substancje ze środowiska i unikać takich, które mogą wyrządzić im szkodę. Nawet milimetrowej długości nicien *C. elegans*, żerujący w glebie w poszukiwaniu mikroorganizmów, wykazuje awersję do pewnych produktów metabolizmu bakterii – np. związku nazywanego wioleciną.

Układ nerwowy *C. elegans* liczy około 300 neuronów – czy to na tyle dużo, by kontakt z wioleciną wywoływał u tego małego stworzenia wstręt?

Oczywiście nie możemy tego rozstrzygnąć, ale pewne jest, że wstręt nie jest emocją wyłącznie człowieka. W eksperymencie przeprowadzonym przez zespół Giacomina Rizzolattiego z Uniwersytetu w Parmie (tego samego, który odkrył słynne neurony lustrzane) makakom podawano atrakcyjne dla nich pożywienie, jednocześnie stymulując w ich mózgach korę wyspy, której aktywacja u ludzi wiąże się m.in. właśnie z przeżywaniem wstrętu. Poddane takiej stymulacji małpy wypluwały jedzenie i przyjmowały wyrazy mimiczne przypominające obrzydzenie.

W jeszcze innym eksperymencie, przeprowadzonym przez Cecile Sarabian i Andrew MacIntosha, również z udziałem makaków, przed małpami kładziono orzeszka na pewnym podłożu. Albo był to plastikowy talerzyk, albo prawdziwe małpie odchody, albo ich plastikowa imitacja. Co robiły w takiej sytuacji makaki? Wszystkie zjadały orzeszka z talerzyka. Następnie bardzo ostrożnie brały jedzenie z plastikowej kupy – i najczęściej również je zjadały. Większość małp w ogóle nie zbliżała się do prawdziwych odchodów. A jeśli już, to po długim czasie, i nie zjadała orzeszka, zanim nie spróbowała go w jakiś sposób oczyścić.

## Tego lepiej nie dotykaj

Uczeni dawno zauważyli, że obrzydzenie wywołują w nas niemal wszystkie wydzieliny ciała, nie tylko ludzkiego – kał, moc, wymiociny, ślina, śluz, a także pot i krew (zwłaszcza menstruacyjna). Wyjątek w zasadzie stanowią jedynie łzy i mleko. Jest tak prawdopodobnie dlatego, że wszystkie produkty ciała zwierząt potencjalnie mogą służyć za pożywienie, ale większość do tego się nie nadaje, ponie-



Jadalne kandyzowane jabłka pokryte larwami chrząszcza (*Tenebrio molitor*)  
– wyprodukowane w USA

waż stanowi wylegarnię bakterii lub zawiera całą gamę toksyn. To samo dotyczy gnijącego ciała, a także organizmów, które mają z nim albo z cieleśnymi wydzielinami częsty kontakt – stąd taki nasz stosunek do karaluchów czy szczurów. Inne zwierzęta mogą budzić obrzydzenie, ponieważ w jakimś stopniu przypominają obrzydliwe cieleśne wydzieliny – pomyślcie choćby o ślimakach. Jest też klasa zwierząt, takich jak węże czy pająki, które wywołują mieszaninę strachu i obrzydzenia.

Nasi przodkowie sprzed setek tysięcy lat w znacznie większym stopniu niż my dzisiaj narażeni byli na infekcje. Mogły one odpowiadać za największy odsetek zgonów. Do dzisiaj w tropikalnej Afryce patogeny stanowią podstawową przyczynę śmierci ludzi. Nie dziwi więc, że natura wyposażyła nas w mechanizm wstrętu, który co prawda ogranicza nasze menu, ale jednocześnie pozwala na unikanie wielu zagrożeń.

Niemniej, autorzy rozdziału poświęconego wstrętowi z monumentalnego pod-

ręcznika akademickiego dotyczącego emocji – „*Handbook of Emotions*”, pod redakcją Lisy Feldman Barrett i współpracowników – twierdzą, że unikanie infekcji nie wyjaśnia całego fenomenu wstrętu. Zwracają oni uwagę na to, że kontakt z kałem czy zapach gnijącego mięsa nie wywołuje obrzydzenia u małych dzieci. Również dopiero około 4.-5. roku życia dzieci zaczynają wykazywać „wrażliwość na skażenie”, a wcześniej wcale nie tak łatwo nauczyć je higieny. Zresztą według Valerie Curtis, autorki książki „*Don't Look, Don't Touch, Don't Eat. The Science Behind Revulsion*” (Nie patrz, nie dotykaj, nie jedz. Co nauka mówi o wstręcie), zaledwie co piąty współcześnie żyjący człowiek zawsze myje ręce po defekacji (następnym razem dobrze się zastanówcie, zanim uściśnięcie komuś rękę na powitanie!). Czy gdyby zjawisko wstrętu miało całkowicie genetyczne podłoże, to nie powinniśmy z większą łatwością przyswajać sobie najważniejsze zasady higieny?

Z pewnością istnieją różnice indywidualne pod kątem wstrętu (sam nie tknę się owoców morza, a w szkole podstawowej miałem koleżę, który potrafił zjadać mrówki – ohyda!), a także, jeszcze potężniejsze, różnice kulturowe (owady stanowią przysmak wielu ludów, nie mówiąc już o zjadaniu psów czy kanibalizmie).

Ale być może chodzi o coś więcej. W badaniach ankietowych, przeprowadzonych przez wspomnianego Haidta, okazało się, że takie dziedziny jak zwierzęta, wydzieliny ciała czy jedzenie obejmują zaledwie 25 proc. przykładów rzeczy, które wśród amerykańskich i japońskich studentów wywołują wstręt. Wiele pozostałych przykładów dotyczy zachowań seksualnych, higieny, śmierci (zwłaszcza kontaktu ze zwłokami) czy różnych odstępstw od normalnego stanu ciała (rany, deformacje skóry, otyłość). Zdaniem autorów wspomnianego rozdziału z „*Handbook of Emotions*” (m.in. samego Haidta) wstręt może być wywoływany w zasadzie przez wszystko, co przypomina nam o naszej zwierzęcej naturze.

Jak piszą: „Ludzie muszą jeść, wydalają, oczyszczać powierzchnię ciała, uprawiać seks – tak jak inne zwierzęta. Każda kultura określa właściwe sposoby wykonywania tych czynności – np. wykluczając większość zwierząt z listy rzeczy jadalnych oraz wszystkie zwierzęta i większość ludzi z listy potencjalnych partnerów seksualnych. Ludzie, którzy ignorują te zasady, są ukazywani jako odrażający i podobni do zwierząt”.

→



ZALLEY

## Mądry Polak po szkodzie

Na co dzień dokonujemy wielu wyborów w warunkach niepewności – musimy decydować pomimo tego, że nie jesteśmy w stanie przewidzieć skutków wyboru danej opcji. Po fakcie, szczególnie gdy nasza decyzja, np. inwestycja, okazała się nietrafiona, często powtarzamy: „wiedziałem, że tak będzie”. To tzw. efekt pewności wstecznej. Niekiedy potrafimy uczyć się na błędach, unikając w przyszłości złych decyzji, jednak opisane zjawisko świadczy o naszej ograniczonej racjonalności. Zwykle gdy nasza decyzja okazuje się błędna, dysponujemy dokładnie takimi samymi danymi jak te, na podstawie których ją podjęliśmy. Można to wyjaśnić działaniem heurystyki dostępności – wiedza o opcjach, które doszły do skutku, jest dla nas łatwiej dostępna niż wiedza o możliwych skutkach, które jednak się nie zrealizowały. Co ciekawe, czasami przeceniamy także nasze „przeszłe” przewidywania. Nawet gdy przez długi czas zmagaliśmy się z wyborem jednej z opcji, rozważając różne „za” i „przeciw”, po podjęciu decyzji skłonni jesteśmy pamiętać nasze przewidywania jako bardziej dokładne niż w trakcie procesu decyzyjnego. ©

### Moralna odraza

→ Prowadzi nas to do kolejnego wymiaru wstępu, który zdaje się leżeć w podłożu moralności – a przynajmniej niektórych jej aspektów. Prawdopodobnie nie jest przypadkiem, że różne religie i kultury zakazują zjadania „nieczystych” potraw – czyli takich, które najczęściej powstały przy użyciu obrzydliwych nas wydzielin (np. krwi) lub ze zwierząt, które z takimi wydzielinami mają kontakt (np. zjadających co popadnie świn). Zwierzęta „czyste”, takie, które nie budzą wstępu – przede wszystkim roślinożerne – nie są piętnowane przez religie. Czasami mogą wręcz stać się symbolem świętości lub boskości (jak baranek czy gołębia w chrześcijaństwie albo krowy w hinduizmie).

Zdaniem Haidta właśnie na emocji wstępu opiera się jeden z podstawowych fundamentów moralnych – fundament świętości/upodlenia. Wyraża się on w myśleniu, że ludzkie ciało jest czymś świętym i należy unikać zachowań, które doprowadzą do jego skażenia czy profanacji. Poza zjadaniem „nieczystej” żywności, chodzi tu zwłaszcza o zachowania seksualne, często uznawane za zwierzęce i degradujące, np. akty zoofilskie, homoseksualne czy kazirodcze. Według Haidta budzą one moralną odrazę przede wszystkim dlatego, że myślenie o nich wywołuje emocję wstępu. Inną wartością podtrzymywaną przez fundament świętości/upodlenia jest ludzkie życie – dlatego niewiele czynów wzbudza u licznych osób tak silną moralną odrazę jak aborcja.

Sama idea grzechu – czyli czynu, który plami duszę – silnie zakorzeniona jest w tego rodzaju myśleniu. Stąd potrzeba rytualnego oczyszczenia – na przykład poprzez wyznanie grzechów w spowiedzi czy pokropienie wodą święconą. Z drugiej strony moralna odraza może także prowadzić do dehumanizacji innych – np. homoseksualistów, Żydów, Tutsi czy uchodźców. Stąd już tylko niewielki krok do zupełnej obojętności na ich los albo wręcz do straszliwych zbrodni, wywołanych na pozór moralną intencją oczyszczenia społeczeństwa czy rasy, co zapewnić ma wyłepienie nieczystych osobników, roznosicieli chorób i pasożytów, podludzi.

### Między emocjami a rozumem

Koncepcja Haidta zakłada, że podejmując decyzje moralne albo dokonując osądów moralnych, bardzo często nieświadomie

kierujemy się afektami, które działają niczym nasz moralny kompas. Przypominamy, jak ujął to Haidt w tytule swojej najśłynniejszej publikacji, emocjonalnego psa z racjonalnym ogonem. W rzeczywistości to pies macha ogonem, choć z perspektywy ogona może się wydawać, że jest na odwrót. Odwrócenie głowy od wskazówki emocjonalnego kompasu jest – przynajmniej w teorii – możliwe, ale wymaga samokontroli i świadomości tego, jak nasz stan emocjonalny podświadomie wpływa na nasze przekonania.

Tego, że pewien obszar moralności rzeczywiście zakorzeniony jest w emocji wstępu, dowodzą liczne eksperymenty psychologów. Na przykład Yoel Inbar wraz ze współpracownikami wykazali, że wysoka wrażliwość na odczuwanie wstępu koreluje z negatywną oceną zachowań homoseksualnych i z potępieniem aborcji. Jeszcze bardziej frapujący eksperyment przeprowadził zespół samego Haidta: dwie grupy badanych poproszono o dokonywanie ocen moralnych w pomieszczeniu z koszem na śmieci. Jedna grupa rozwiązywała zadanie po tym, jak w koszu umieszczono worek foliowy spryskany śmierdzącym sprejem, drugą grupę pozbawiono takich atrakcji. Okazało się, że osoby z pierwszej grupy, u których sztucznie, za pomocą obrzydliwego zapachu wywołano odrazę, rozwiązując test, dokonywały bardziej surowych ocen moralnych. Zaś w badaniu przeprowadzonym przez Chenbo Zhongę z Uniwersytetu w Toronto uczestnicy, którzy chwilę wcześniej umyli ręce mydłem, w porównaniu z grupą kontrolną, która tego nie zrobiła, surowiej oceniali takie nacechowane moralnie zjawiska jak zażywanie narkotyków czy aborcja. Tak jakby fizyczne uczucie własnej czystości wywoływało u nich niechęć do wszystkiego, co wiąże się z moralnym brudem.

Efekty zidentyfikowane w tych badaniach są istotne statystycznie, ale trudno oszacować, jak silnie manifestują się w sytuacjach rzeczywistych, a nie w sztucznych warunkach eksperymentalnych. Jednak na wszelki wypadek, jeśli kiedykolwiek wylądujecie na ławie oskarżonych, przed pójściem do sądu lepiej wyszorujcie zęby, umyćcie włosy i załóżcie czystą koszulę. I módlcie się, żeby sędzia przypadkiem nie wyszedł do toalety. Albo przynajmniej był z tych, którzy nie myją po tym ręk. ©

ŁUKASZ KWIATEK

Autor jest członkiem Centrum Kopernika i szefem działu naukowego „TP”.



Makaki japońskie (*Macaca fuscata*) zajęte wzajemnym iskaniem się

# Kłopoty z empatią

WOJCIECH ZAŁUSKI

**Wiele naszych działań wobec bliźnich powodowanych jest empatią, ale do budowy moralnie zdrowego społeczeństwa sama empatia nie wystarczy. Zbyt często nas zwodzi.**

**G**dybyśmy chcieli wyobrazić sobie człowieka doskonale empatycznego, stanąłby nam przed oczami ktoś, kto nie tylko potrafiłby bezbłędnie rozpoznawać emocje innych osób, ale także właściwie na nie odpowiadać. Widok osoby smutnej, a nawet sama wiedza o tym, że dana osoba odczuwa smutek, skłaniałby do podzielenia jej smutku i podejmowania działań zmierzających do usunięcia jego przyczy-

ny. Tak samo widok osoby radosnej, a nawet sama wiedza o tym, że ktoś odczuwa radość, wywoływałby radość i skłaniałby do podejmowania wysiłków mających na celu zachowanie jej przyczyny. Osoba doskonale empatyczna potrafiłaby więc nie tylko współczuć innym ludziom w ich nieszczęściu, ale i współradować się ich szczęściem, a także, pod wpływem empatii, podejmować właściwe – altruistyczne – działania. Ponadto u człowieka dosko-

nale empatycznego te dwie zasadnicze odmiany empatii – współczucie i współradowanie się – przyjmowałyby postać bezstronną, obiektywną i bezinteresowną: siła przeżywanej przez niego emocji empatycznej (smutku lub radości) nie zależałaby od czynników moralnie nieistotnych (np. wyglądu czy narodowości osoby cierpiącej lub radosnej). Siła ta zależałaby wyłącznie od siły emocji odczuwanej przez osobę cierpiącą lub radosną; a sama emocja →

→ empatyczna byłaby całkowicie wolna od domieszki egoizmu.

Taki obraz człowieka doskonale empatycznego jest niezwykle atrakcyjny – większość z nas chciałaby umieć realizować ten ideał i mieć osoby doskonale empatyczne w kręgu swoich przyjaciół. Ponieważ moralna atrakcyjność człowieka doskonale empatycznego jest nie do zakwestionowana, nie może zaskakiwać fakt, że wielu myślicieli (np. Adam Smith czy Michael Slo- te) broniło poglądu zwanego „etyką empatii”, zgodnie z którym empatia (inaczej określana mianem sympatii czy współ- odczuwania) jest naszą prawdziwą władzą moralną – prawdziwą w tym sensie, że tylko działanie powodowane empatią może być nazwane „prawdziwie moralnym”, to znaczy: autentycznie dobrym moralnie. Pogląd ten jednak nie wydaje się słuszny. Zarówno z racji *stricte* pojęciowej – etyka empatii nie jest czymś wewnątrznie spójnym, jak i z racji psychologicznych – etyka empatii nie jest „na ludzką miarę”.

### Grzechy ludzkiej empatii

Jeśli dokładniej przyjrzymy się empatii przejawianej przez większość ludzi w życiu codziennym, nazwijmy ją „empatia zwyczajną”, okaże się, że dramatycznie odbiega ona od ideału empatii doskonałej (dlatego też w opisie osoby doskonale empatycznej użyłem trybu przypuszczającego). Co gorsza, jej niedoskonałość w wielu przypadkach rodzi skutki moralnie niepożądane. Empatia doskonała, jak pamiętamy, posiada trzy cechy: bezstronność, obiektywizm i bezinteresowność. Nie występują one w empatii zwyczajnej: jest ona stronnicza, nieobiektywna i skażona egoizmem.

Empatia zwyczajna jest stronnicza, ponieważ jej występowanie i siła zależą od kilku czynników. Jak zauważył już David Hume, odczuwamy silniejszą empatię wobec tych osób, które są do nas podobne (np. pod względem fizycznym, zajmowanej pozycji społecznej, zainteresowań), tych, z którymi jesteśmy bliżej spokrewnieni, oraz tych, z którymi mamy bezpośredni kontakt. Te trzy czynniki są moralnie nieistotne (choć być może w nierównym stopniu – można bronić moralnej istotności pokrewieństwa), niemniej wpływają na siłę naszej empatii i, w rezultacie, na siłę motywacji do udzielenia pomocy osobie cierpiącej. Temat stronniczości empatii jest badany także przez współczesnych psychologów. Wskazują oni choćby na istnienie tzw. efektu ofiary zidentyfikowa-

**Empatia jest niezwykle kruchym dobrem – banalne czynniki, takie jak zmęczenie czy pośpiech, mogą ją zmniejszyć lub nawet wygasić.**

nej, polegającego na tym, że ludzie chętniej pomagają „konkretnym twarzom” (np. Janowi Kowalskiemu, cierpiącemu na ciężką chorobę, dla którego jedynym ratunkiem jest kosztowna operacja) niż ofiarom jedynie statystycznym (np. ofiarom trzęsienia ziemi, które utraciły dach nad głową).

Kolejny grzech empatii, jej nieobiektywność (czyli brak proporcji między siłą emocji pierwotnej a emocji empatycznej, będącej odpowiedzią na emocję pierwotną), może być oczywiście spowodowany stronniczością. Może jednak mieć także inne przyczyny. Amerykański psycholog Paul Slovic, badając źródła obojętności społecznej międzynarodowej w obliczu ludobójstwa w Rwandzie i Darfurze, wysunął dwie intrygujące i niepokojące hipotezy.

Pierwsza z nich mówi, że wrażliwość empatyczna na informacje o kolejnych ofiarach podlega prawu „przesytu” (używając terminologii naukowej: prawu malejącej wartości krańcowej). Z im większą liczbą ofiar mamy do czynienia, tym mniejszy przyrost empatii powoduje informacja o kolejnej ofierze. Wynika stąd, że zwiększenie się liczby ofiar np. z jednej do dwóch, wzbudzi w nas znacznie silniejszy przyrost empatii niż zwiększenie się liczby ofiar np. z 80 do 81. W rezultacie nasza empatia wobec dużej liczby ofiar będzie zatrważająco niska w porównaniu z rzeczywistym rozmiarem tragedii.

Druga hipoteza (którą Slovic uważa za bardziej prawdopodobną niż pierwszą) niepokoi jeszcze bardziej. Zakłada ona, że empatia jest tym silniejsza, im mniejsza jest liczba ofiar, co oznacza, że będziemy bardziej poruszeni wiadomością o śmierci jednej osoby niż dwóch, i że śmierć bardzo dużej liczby osób nie wzbudzi w nas niemal żadnej reakcji empatycznej.

Obie hipotezy dobitnie wskazują na niezwykle kapryśny – nieobiektywny – cha-

rakter empatii zwyczajnej, przy czym druga czyni to szczególnie dobitnie. O ile bowiem wedle pierwszej empatia zwyczajna zachowuje się przynajmniej w tym sensie właściwie, że wzrasta w miarę zwiększenia się liczby ofiar (choć nie jest to wzrost proporcjonalny), a więc respektuje najbardziej elementarną intuicję moralną, iż sytuacja, w której mamy do czynienia z mniejszą liczbą ofiar, jest lepsza (mniej zła) niż sytuacja, w której liczba ofiar jest większa, o tyle wedle drugiej hipotezy empatia zwyczajna narusza nawet tę intuicję.

### Skażona egoizmem

Empatia zwyczajna często narusza także trzeci wymóg empatii doskonałej – wymóg bezinteresowności. Filozofowie i psychologowie wielokrotnie wskazywali, że empatia lubi przybierać formy zabarwione egoizmem. Jedną z nich jest osobisty dyskomfort, polegający na nieprzyjemnym pobudzeniu wywołanym widokiem cierpienia innej osoby i przejawiający się w tym, że pragniemy usunąć to pobudzenie w inny sposób niż przez udzielenie pomocy tej osobie (np. widząc z daleka osobę cierpiącą, nie podchodzimy do niej, aby pomóc, lecz przechodzimy na drugą stronę ulicy, aby jej nie widzieć i w ten sposób wygasić nieprzyjemne pobudzenie). Inną jest strach o samego siebie, spowodowany widokiem cierpienia innej osoby: empatia przybiera tutaj postać obawy o to, że nieszczęście, które dotknęło innych, przytrafi się też nam.

Zabarwiona egoizmem jest także litość (według jednego z rozumień tego słowa). Litujący się, nawet jeśli odczuwa empatyczny smutek, traktuje cierpiącego instrumentalnie: cierpiący jest dla niego niejaka okazją pozwalającą mu zwiększyć, prawem kontrastu, poczucie własnej mocy, podnieść własną samoocenę czy samopoczucie. W litości jest obecna duża domieszka pogardy, spoglądania z góry.

Za tym, że zwyczajna empatia jest zabarwiona egoizmem, przemawia także trafne spostrzeżenie wybitnego filozofa niemieckiego Maksa Schelera, który zauważył, że współradość jest rzadsza od współcierpienia, ponieważ współradość musi pokonać domieszki zazdrości, a współcierpienie jest ułatwiane przez myśl „dobrze, że to nie ja” (dlatego też, zdaniem Schelera, współradość jest bardziej wartościowa moralnie niż współcierpienie).

Za trafnością powyższego – pesymistycznego – obrazu zwyczajnej empatii można sformułować także inne argumenty

oprócz tych, które wskazują na jej stronniczość, nieobiektywność i zabarwienie egoizmem. Można np. zwrócić uwagę na niezwykle kruchość empatii – na łatwość, z jaką całkowicie banalne czynniki, takie jak zmęczenie czy pośpiech, mogą zmniejszyć lub nawet całkowicie ją wygasić. Możemy też odwołać się do bogatej literatury psychologicznej, analizującej mechanizmy wyłączania empatii (np. mechanizm dehumanizacji ofiary) u wykonawców lubobójczych rozkazów.

### Dążenie do ideału

Obrońca etyki empatii mógłby stwierdzić tak: „Mogę się zgodzić, że zwyczajna empatia jest bardzo niedoskonała: stronnicza, nieobiektywna i zabarwiona egoizmem. Ale przecież zadaniem każdej etyki, w tym etyki opartej na empatii, jest doskonalenie naszych zwyczajnych skłonności, dyspozycji czy zachowań przez dostarczanie odpowiednich wzorców. Człowiek doskonale empatyczny jest właśnie takim wzorcem, może i nieosiągalnym (jak zresztą każdy wzorec), ale przynajmniej jasno wskazującym kierunek, w jakim powinniśmy przekształcać naszą niedoskonałą empatię”.

W wypowiedzi tej zawarta jest jednak pewna konfuzja: czym innym jest bowiem przekonanie, że nasza zwyczajna empatia może być udoskonalana, czym innym przekonanie, że empatia doskonała może być podstawą konstruowania etyki. Przekonanie drugie mogłoby być uzasadnione (na gruncie psychologicznym), gdyby różnice między empatią doskonałą a zwyczajną nie były aż tak głębokie jak w rzeczywistości. Sam charakter tych różnic każe podejrzewać, że etyka empatii nie jest zakrojona na ludzką miarę.

Co więcej, jeśli weźmiemy pod uwagę fakt, że nasze mechanizmy afektywne, leżące u podstaw owych niedoskonałości empatii zwyczajnej, zostały ukształtowane przez miliony lat działania doboru naturalnego, tym większą naiwnością okaże się wiara, iż większość ludzi, i to w sposób trwały, mogłaby przekształcić własną (zwyczajną) empatię w kierunku wyznaczonym przez ideał osoby doskonale empatycznej.

Innymi słowy: gdyby porządek społeczny miał się opierać na empatii doskonałej, nigdy by nie zaistniał, ponieważ empatia doskonała jest wprawdzie niezwykle atrakcyjna moralnie, lecz osiągalna jedynie dla moralnie wybitnych jednostek. Gdybyśmy zaś mieli się opierać na

empatii zwyczajnej, musielibyśmy żywić poważne obawy o jej trwałość – empatia ta jest bowiem władzą zbyt chimeryczną, aby można było na niej polegać (a ponadto, z uwagi na jej stronniczość, nieobiektywność i interesowność, porządek ów nie byłby, ściśle rzecz biorąc, porządkiem moralnym).

Na szczęście istnieją inne mechanizmy motywujące nas do podejmowania działań moralnych, mianowicie: reguły oraz cnoty. Jako że postępowanie zgodne z regułami moralnymi, a także kształtowanie w sobie cnót znajdują się w odróżnieniu od mechanizmu afektywnego, jakim jest empatia, pod kontrolą naszej woli, dają one o wiele silniejsze gwarancje moralnie właściwego działania niż empatia. Innymi słowy: dobrymi alternatywami dla etyki empatii są etyka cnót i etyka reguł, oparte (przynajmniej przez Arystotelesa i Kanta) na rozumie, a nie na emocjach.

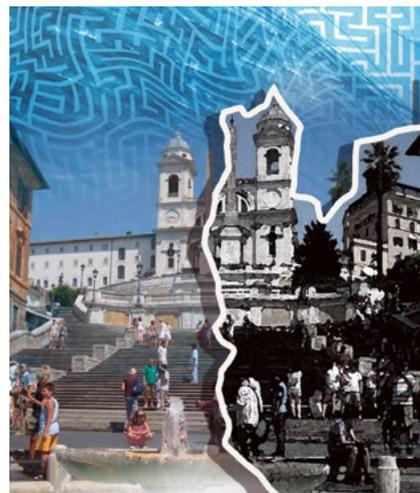
### Oby sąsiad miał gorzej

Wróćmy jeszcze do zasygnalizowanego wcześniej argumentu pojęciowego. Zwolennicy etyki empatii zakładają, że empatia może być samodzielną podstawą budowy etyki. Jednak, jak trafnie zauważył przywoływany już Max Scheler, empatia nie jest autonomiczną zdolnością etyczną. Współczucie jest bowiem etycznie wartościowe, jeśli jego obiektem jest cierpienie zasługujące na współczucie; współradowanie się jest etycznie wartościowe, jeśli jego obiektem jest radość zasługująca na współradowanie. Współczucie osobie smutnej, której smutek wynika z zawiści z powodu sukcesu innej osoby, będzie etycznie niewłaściwe, podobnie jak współradowanie się z osobą, której radość to *Schadenfreude*. O tym zaś, czy cierpienie/radość zasługuje na współczucie/współradowanie czy też nie, decydują reguły moralne. Bez nich empatia jest ślepa.

Empatia nie może być więc samodzielną podstawą budowy etyki, ponieważ sama podlega ocenie moralnej: nie jest bowiem tak, że samo odczuwanie empatii ma już wartość moralną. ©

WOJCIECH ZAŁUSKI

*Autor jest profesorem, pracuje w Katedrze Filozofii i Etyki Prawniczej na WPiA UJ. Opublikował m.in. „Ewolucyjną filozofię prawa” (Wolters Kluwer Polska 2009), „Game Theory in Jurisprudence” (CCPress 2013), „Przeciw rozpacz. O tragicznej wizji świata i sposobach jej przetrwania” (CCPress 2014) oraz „Etyczne aspekty doświadczenia czasu” (WUJ 2017).*



ZALLEY

## Dlaczego pamięć jest wytwórcza?

Wyobraźmy sobie siebie podczas wymarzonych wakacji w Rzymie. Upał, mnóstwo przepychających się ludzi, niemal kilometrowe kolejki do muzeów, stynne schody wyglądają mniej efektownie niż w przewodniku, ceny mocno zawyżone. Nie jest źle, ale jednak przeżywamy rozczarowanie. A teraz wyobraźmy sobie powrót z wakacji: dumnie zamieszczamy na Facebooku zdjęcia, opowiadamy wszystkim, jak wspaniałym miastem jest Rzym i jak udane były nasze wakacje. Jesteśmy w tym zupełnie szczerzy. To jeden z wielu przykładów tzw. efektu pozytywnej retrospekcji – w teraźniejszości jesteśmy skłonni oceniać przeszłe zdarzenia lepiej niż wtedy, kiedy byliśmy ich uczestnikami. Zjawisko to jest jednym z błędów poznawczych, ale łatwo je uzasadnić – dzięki niemu możemy być zadowoleni z teraźniejszego życia oraz uwolnić się od przeszłych przykrości, a nawet traum. Innym obliczem „wytwórczego” charakteru naszej pamięci jest reminiscencja. Co do zasady lepiej pamiętamy wydarzenia z bliższej niż dalszej przeszłości. Osobom starszym bliższe są jednak pozytywne zdarzenia z ich młodości (kiedy miały 10–30 lat). Co więcej, wraz z wiekiem blaknie emocjonalny koloryt zachowanych w pamięci zdarzeń negatywnych. Choć wspomnienia nie są w pełni adekwatne, ułatwiają postrzeganie własnego życia jako dobrego i spełnionego. ©

# Gdy rozum śpi

JERZY STELMACH

**Uśpienie lub wyłączenie rozumu sprzyja „budzeniu się demonów”.  
Mówiąc bardziej nowocześnie – powstawaniu emocji negatywnych.**

**N**ie samymi emocjami negatywnymi chcę się jednak tutaj zająć, lecz ich pochodzeniem, czyli resentymentem. W moim przekonaniu nie da się bowiem sensownie dyskutować kwestii emocji negatywnych, nie wyjaśniając wcześniej natury fenomenu określonego właśnie mianem „resentymentu”.

Zacznijmy od samego pojęcia. Termin „resentyment” niby jest znany i znajduje się w powszechnym użyciu, jednak z jego doprecyzowaniem mamy zwykle spore trudności. Okazuje się, że nie zawsze nasze intuicje są w tym względzie spójne i jednoznaczne. I tak najczęściej pojęcie resentymentu było związane z pewnego typu przeżyciami psychicznymi oznaczającymi silne emocje negatywne. Rzadziej mówiono o resentymentach jako specyficznym stanie świadomości lub umysłu. Próbowano wreszcie zdefiniować resentyment jako źródło określonych postaw lub przekonań moralnych, czy też jako źródło szczególnego typu wartości lub sądów normatywnych. Jak widać, związane z resentymentem intuicje odsyłają nas do z gruntu różnych kategorii, takich jak przeżycia psychiczne, stany świadomości lub umysłu, postawy, przekonania, wartości oraz oceny i normy. Wrzucanie ich do jednego ontologicznego worka jest oczywiście nieuprawnione. Przeciwnicy nadawania resentymentowi – w szczególności w debacie na temat źródeł moralności – nadmiernego znaczenia często zresztą zwracają na to uwagę i zapewne mają w tym przypadku rację.

**O „AFEKTACH”** rozumianych jako „bezrozumne poruszenia duszy” mówili już stoicy. Ich zdaniem źródłem moralnego zła są, silniejsze od rozumu, afekty (rozumiane jako namiętności lub popędy). Wedle Zenona z Kition istnieją cztery takie zasadnicze afekty: zawiść, pożydlwość (te afekty powodują, że zabiegamy o rzekome dobra) oraz smutek i obawa (to z kolei afekty stroniące od rzekomego zła). W podobny sposób pojęcie to było rozumiane we współczesnej filozofii, najpierw przez Fryderyka Nietzschego, a potem przez Maksa Schelera. We wszystkich ujęciach, zarówno tych dawniejszych, jak i współczesnych, resentyment oznaczał przede wszystkim jednak emocję negatywną, a zatem pewien rodzaj indywidualnego przeżycia psychicznego. Przynajmniej więc na początku nie interpretowano tego pojęcia fenomenologicznie (jako pewnego stanu świadomości). Ten wymiar interpretacji pojawi się dopiero u Schelera.

Termin „resentyment” zostaje wprowadzony do języka współczesnej filozofii przez Nietzschego dla wyjaśnienia pochodzenia sądów o wartościach moralnych. Resentyment jest dla niego emocją negatywną, ekspresją wrogości, najczęściej ukrytej, emocją reaktywną i obronną, wynikającą ze słabości i zarazem niemożności czynnego zareagowania na doznane krzywdy. Podkreśliłbym, że na krzywdy rzeczywiste lub rzekome. Jest to stan psychiczny, który może na stałe określić stosunek człowieka do świata, a nie tylko wpływa na poszczególne zachowania czy

wartościowania. Resentyment wreszcie jest emocją obejmującą inne emocje negatywne, takie jak nienawiść, żądzę zemsty, zawiść czy złośliwość. Oparta na resentymentem moralność, również prawo, charakteryzuje się tym, że nie tyle ma odmienić i udoskonalic nas samych, lecz ma służyć potępieniu i kontroli tych wszystkich, którzy do określonej wspólnoty aksjologicznej już nie należą. Wzorcowym przypadkiem jest dla Nietzschego moralność chrześcijańska i mieszczańska. W „Genealogii moralności” Nietzsche rozróżnia moralność panów i niewolników. Pierwsza opiera się na sile, gdzie „dobry” znaczy potężny, bogaty, zdrowy, ta druga zaś chce bronić tego, co liche, marne, słabe i brzydkie.

**SCHELER**, dystansując się od dokonanej przez Nietzschego interpretacji resentymentu, która jest jego zdaniem zbyt techniczna, z czym się nie zgadzam, sięga najpierw do znaczeń, jakie pojęciu resentymentu nadawane są w potocznym języku francuskim. Wyróżnia dwa takie znaczenia. Wedle pierwszego będzie chodzić o utrwalony w naszej psychice powtarzający się nawrót przeżywania określonej reakcji emocjonalnej, wymierzonej przeciwko drugiemu człowiekowi, dzięki czemu emocja ta się pogłębia i, wykraczając coraz bardziej poza sferę ekspresji oraz działań danej osoby, przenika do samego jądra jej osobowości. Wedle drugiego z tych znaczeń resentyment to emocja ujemna, czyli taka, która kryje odruch wrogości. Podobne znaczenie w języku niemieckim miałyby słowo „Groll”, czyli uraza. Wrogość (uraza) będzie natomiast wyrażać się w przenikającym duszę ludzką ponurym, uporczywym gniewie. Scheler nie zgadza się z Nietzsche, że chrześcijaństwo jest najbardziej wyrafinowanym produktem resentymentu. Są natomiast nimi, jego zdaniem, moralność mieszczańska, wyprane z wartości chrześcijańskich idee humanitaryzmu, komunizm, socjalizm, antysemityzm oraz utylitaryzm. Doktryny te powstały z „impotencji moralnej” i przekształciły trudne dostępne wartości w wartości zbyteczne lub zgoła złe. Człowiek podlegający działaniu resentymentu zatruwa (fałszuje) wartości, te wszystkie, których z własnej niemocy nie może zdobyć, uznając je w końcu za pozbawione sensu i znaczenia. Istota resentymentu wyraża się w krytyce wszystkiego, czego nie posiadamy, potępianiu innych, a równocześnie porównywaniu się z nimi. Ludzie działający pod wpływem tego typu emocji chętnie utożsamiają wartości z własnymi pragnieniami oraz wolą większości, a dobrą wolę z wolą gatunku. Charakterystyczny dla resentymentu jest bowiem zarówno „doraźny utylitaryzm”, jak i „instynkt stadny”.

**JESZCZE KILKA KWESTII** związanych z moim rozumieniem resentymentu. Przede wszystkim uważam, że resentyment nie jest wrodzoną dyspozycją psychiczną człowieka. W szczególności nie może być mowy o żadnych uwarunkowaniach genetycznych. Siła ujawnianych emocji negatywnych będzie wpraw-



Napis „Gdy rozum śpi, budzą się demony” umieszczony przez Francisca Goyę na akwafortcie z cyklu „Kaprysy”, 1797–1798 r.

doskonalszym – do takiej rezygnacji ostatecznie zawsze mamy prawo; lecz z takiego wyboru, którego konsekwencją jest szukanie winnych własnej przegranej, obciążanie odpowiedzialnością za życiowe niepowodzenia tych wszystkich, którym się lepiej powiodło, silniejszych, psychicznie i intelektualnie bardziej wydolnych. Obwiniając innych za własne porażki, nieuchronnie wkraczamy w świat emocji negatywnych, w świat resentymentu, urazów i nienawiści.

Warto jeszcze zwrócić uwagę na paradoks związany z fenomenem resentymentu. Jakkolwiek resentment jest przeżyciem psychicznym indywidualnego człowieka, to równocześnie najpełniej ujawnia się w stadzie. Charakterystyczny dla resentymentu jest bowiem właśnie instynkt stadny, na który zwracał już uwagę Scheler. Jednostka ma silną potrzebę „ukrycia się” w stadzie, znalezienia alibi dla własnej niegodziwości. Dlatego zło zakorzenione w indywidualnym człowieku swoją pełnię uzyskuje właśnie na poziomie zbiorowości. Instytucje, wszelkie zorganizowane wspólnoty i zbiorowości dają jednostce wspomniane alibi, umożliwiając w zasadzie nieograniczone praktykowanie zła, które nie dość, że staje się powszechnie dostępne, to jeszcze jest zwykle bezkarne.

Siła resentymentu jest zmienna. Może oddziaływać tylko na doznającego określonych emocji negatywnych, zatruwając mu życie, może również na innych, doprowadzając w skrajnych przypadkach do zniszczenia całej wspólnoty lub zbiorowości.

**UWOLNIENIE SIĘ** od resentymentu, od emocji negatywnych jest możliwe, lecz jest to zwykle proces długotrwały. Oznacza ciągłą kontrolę własnych emocji, motywów i intencji, nieustanne kształcenie własnego rozumu, a zwłaszcza jego zdolności krytycznych. Jest stałym wysiłkiem intelektualnym, moralnym i biologicznym bycia lepszym, mówiąc inaczej, bycia silniejszym i wytworniejszym. ©

dzie zależeć od pewnych indywidualnych cech (predyspozycji) człowieka, ale także od szeregu innych czynników związanych z kulturą, moralnością, panującym systemem politycznym, sytuacją ekonomiczną jednostki i społeczności, w której ta jednostka żyje. Chcę tym samym dobitnie podkreślić, że nikt nie rodzi się ani „panem”, ani „niewolnikiem”. „Niewolnikami” stajemy się z własnego, opartego na negatywnych emocjach wyboru. Wyboru, w którym nie ograniczamy się do rezygnacji z dążenia do pewnych celów, ze starań stania się

świadczyć krytycznych. Jest stałym wysiłkiem intelektualnym, moralnym i biologicznym bycia lepszym, mówiąc inaczej, bycia silniejszym i wytworniejszym. ©

*Autor jest profesorem, teoretykiem i filozofem prawa, autorem wielu książek, znawcą i kolekcjonerem sztuki. Kieruje Katedrą Filozofii Prawniczej na WPIA UJ, na którym przez lata piastował liczne stanowiska administracyjne. Doktor honoris causa uniwersytetów w Heidelbergu i Augsburgu.*