

16 czerwca 2020 roku

**LIST OTWARTY ZARZĄDU GŁÓWNEGO NAUKOWEGO TOWARZYSTWA PSYCHOTERAPII  
PSYCHODYNAMICZNEJ ( NTPP)**

Szanowni Państwo,

z niepokojem śledzimy ostatnie publiczne wypowiedzi dotyczące przedstawicieli różnych grup społecznych. Wypowiedzi te, formułowane w sposób noszący znamiona mowy nienawiści, są zarówno nieprawdziwe w świetle obowiązującej dzisiaj wiedzy, jak i niebezpieczne w kontekście rozumienia zdrowia psychicznego zarówno na poziomie jednostkowym, jak i społecznym.

Protestujemy wobec głoszenia takich treści. Jako Naukowe Towarzystwo Psychoterapii Psychodynamicznej uważamy, że naszym obowiązkiem jest dzielenie się wiedzą psychologiczną, która pozwala zrozumieć to, co dzieje się wokół nas i zapobiegać potencjalnej eskalacji społecznej destrukcji.

W ostatnich tygodniach szczególnie wiele takich wypowiedzi dotyczy osób określanych jako LGBT. Osoby LGBT nie są – z racji ich orientacji seksualnej – chore lub zaburzone.

Na przykład - WHO, czyli światowa Organizacja Zdrowia w 1990 roku usunęła homoseksualizm z listy chorób i zaburzeń psychicznych, ponieważ nie spełniał definicji ani choroby, ani zaburzenia.

Obecnie homoseksualizm nie jest uznawany za zaburzenie przez jakąkolwiek światową klasyfikację diagnostyczną. Traktuje się go jako mniejszościową, normalną orientację seksualną.

Jednak, jak każda mniejszość, grupa (LGBT) jest szczególnie zagrożona wykluczeniem.

Nie jest to jedyna grupa, która w ostatnim czasie stawała się obiektem agresji, czy wobec której podlegano do niechęci i pogardy w ogóle – byliśmy i jesteśmy świadkami pogardliwego atakowania oponentów politycznych, upokarzania protestujących obywateli, szkalowania przedstawicieli zawodów prawnych, i nie tylko.

Wszystkie te działania łączy jedno – są to procesy generujące zło i przemoc, niszczące ludzi i tkankę społeczną.

Skutki wielu z nich mogą być trudno odwracalne.

Co znamienne dla psychologii procesów grupowych, momenty zagrożenia, naruszenia dotychczasowego porządku czy dużych zmian wiążą się z większą polaryzacją postaw, wzrostem agresji oraz z pojawieniem się utopijnych obietnic przywrócenia porządku i bezpieczeństwa – często poprzez pozbycie się grupy, która jest „inna”.

Ta prawidłowość została wielokrotnie zbadana i opisana w literaturze dotyczącej analizy psychologicznych mechanizmów prowadzących do dramatycznych skutków w sferze polityczno-społecznej - jak wszelkie odmiany totalitaryzmu, faszyzmu czy zinstytucjonalizowanej przemocy.

Jesteśmy obecnie, podczas trwającej pandemii i wielu zmian polityczno – społecznych, szczególnie podatni na intensyfikację tych procesów. Lęk, frustracja, zmęczenie, poczucie zagrożenia sprawia, że łatwiej i szybciej postępuje proces dehumanizacji „Innego”, kimkolwiek on jest.

Tak naprawdę „Innym” może stać się „Každy”. Každy z nas.

Nasz układ nerwowy sprawia, że jesteśmy niezwykle wrażliwi na komunikaty wzmagające lęk. Jeśli są one powtarzane i dodatkowo wskazują na konkretne źródło lęku i zagrożenia, wyzwalają na poziomie biologicznym impulsy agresywne, których pierwotną rolą jest zapewnienie bezpieczeństwa. Jeśli taki proces eskaluje, człowiek zaczyna mieć coraz większe tendencje do łączenia wskazanej osoby lub grupy osób z poczuciem zagrożenia i przymusem walki. Może stać się tak również wtedy, kiedy ten wskazany „Inny” realnie nie stanowi żadnego niebezpieczeństwa.

Prawidłowość tą potwierdzono w wielokrotnie powtarzanych badaniach psychologicznych.

Z badań wiemy również, że im dłużej trwa opisany powyżej mechanizm, tym bardziej uszkadza ludzką zdolność do refleksji, dobrego kontaktu z rzeczywistością oraz do widzenia człowieka w drugiej istocie ludzkiej.

Ta wiedza może być instrumentalnie wykorzystywana do zdobycia i utrzymania władzy, często do odwrócenia uwagi od realnych problemów; ale może też służyć zatrzymaniu destrukcji poprzez zwiększenie świadomości tego, co rzeczywiście dzieje się wokół nas.

Warto zatem dzielić się wiedzą w celu zatrzymywania takiej destrukcji.

Stymulowanie agresji jest destrukcyjne dla zdrowia psychicznego wszystkich ludzi – nie tylko tych atakowanych, ale również i atakujących. To proces, w którym nie ma wygranych. Badania nad PTSD, czyli syndromem stresu pourazowego wyraźnie pokazują, że wszelkie konflikty oparte na przemocy, których deklarowanym celem jest przywrócenie porządku i bezpieczeństwa, ostatecznie dewastują każdą zaangażowaną w nie stronę.

Z kolei z badań nad wykluczeniem jasno wynika, że po doświadczeniu wykluczenia w danej grupie znacząco wzrasta zapadalność na depresję i liczba podejmowanych prób samobójczych

Dowodów na niebezpieczny kierunek, w jakim zmierza obecna sytuacja mamy aż nadto.

Jako Zarząd Naukowego Towarzystwa Psychoterapii Psychodynamicznej stanowczo protestujemy przeciwko nawoływaniu do agresji i przemocy wobec kogokolwiek.

Protestujemy przeciwko publicznemu przekazywaniu kłamstw nie mających nic wspólnego ze współczesną wiedzą medyczną i psychologiczną, ani ze stanem faktycznym w obszarze społecznym, prawnym i politycznym. Protestujemy przeciw używaniu tych kłamstw do wzbudzania lęku i manipulacyjnego zyskiwania poparcia.

Wszystkie dane przytoczone w naszym oświadczeniu pochodzą ze zweryfikowanych metodologicznie badań i obrazują współczesny stan wiedzy klinicznej w zakresie omawianych zjawisk.

**Zarząd Główny Naukowego Towarzystwa Psychoterapii Psychodynamicznej**

Anna Król – Kuczkowska, Przewodnicząca

Zofia Miłska Wrzosińska, Krystyna Sosnowska, Katarzyna Skirmuntt,

Paweł Malinowski, Marcin Obrębski