

شیخون "شبه علم" به روانشناسی/ کرونا مجالی برای سارقان سلامت روان

شبه علم به عقایدی گفته می‌شود که ظاهر علم را دارند ولی در واقع برای اثبات آن‌ها روش‌های علمی طی نشده است.



شبه علم به عقایدی گفته می‌شود که ظاهر علم را دارند ولی در واقع برای اثبات آن‌ها روش‌های علمی طی نشده است. در دوران شیوع کرونا پرداختن به شبه علم بیش از هر زمان دیگری به چشم آمد. از تجویز روغن بنفشه برای درمان کرونا تا انتشار مطالبی درباره ی آثار ضد عفونی سیر و زنجبیل. روانشناسی نیز از این شیخون بی نصیب نمانده است.

به گزارش ایسنا، در روزهایی که کرونا زندگی عادی مردم را مختل کرده است، بخش قابل توجهی از زیست اجتماعی ما به فضای مجازی منتقل شده است. در فضای مجازی درس می‌خوانیم، با دوستان و اقوامان معاشرت می‌کنیم و گشت وگذار در آن، جای تفریحاتی که پیشتر داشتیم را گرفته است. در این میان، بازار صفحات مجازی روانشناسی هم سکه است؛ صفحاتی که اغلب آن‌ها محتوای شبه علمی روانشناسی را عرضه می‌کنند و با برگزاری کارگاه‌های آنلاین و جلسات مشاوره به مردم می‌آموزند چگونه شادتر باشند یا موفق شوند یا زندگی زناشویی خوبی داشته باشند. جولانگران این عرضه فقط افراد سودجو از عنوان روانشناس نیستند، بلکه برخی روانشناسان نیز خود مروج روانشناسی زرد شدند.

هفته ترویج علم و تقارن آن با روزهای شیوع کرونا فرصت مناسبی بود که با برخی روانشناسان کشور درباره روانشناسی شبه علمی و آسیب‌های آن گفت وگو کنیم.

دکتر علی اصغر اصغرنژاد فرید، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران، معتقد است برای خود روانشناسان نیز تشخیص روانشناسی علمی از شبه علمی چندان راحت نیست.

او افزایش سواد رسانه ای مردم را راهکار می‌داند و می‌گوید: مردم باید درجه ای از سواد رسانه ای و تفکر نقادانه را داشته باشند که اگر با سخنی مواجه شدند، بتوانند تشخیص دهند آیا این سخن برای کسب منافع شخصی بیان شده است یا فرد گوینده صرفاً بدون غرض اطلاعاتی مفید را مطرح می‌کند.

یک روانشناس دیگر نیز تفکر انتقادی را مهم‌ترین شاخصه ی روانشناسی علمی می‌داند. سحر پهلوان نشان در این باره می‌گوید: وقتی از روانشناسی علمی صحبت می‌کنیم، باید مفاهیم حوزه، مفاهیمی علمی و تخصصی باشد، داده‌های آن از روش‌های علمی مبتنی بر مشاهده و آزمایش نه صرفاً تجارب شخصی به دست آمده باشد که روایی و پایایی آن نیز قابل بررسی بوده و مهمتر از همه انتشار این نتایج هم مطابق با اصول، ساختار و قواعد علمی صورت گرفته باشد. در روش علمی، داده‌ها باید از مراحل آزمایش، مشاهده و به واسطه استفاده از ابزارهای معتبری چون پرسشنامه و .. به دست آمده باشد. اما در روانشناسی غیرعلمی داده‌ها عموماً از تجارب شخصی، نظرات دوستان، جستجو در سایت‌های بعضاً نامعتبر و ... به دست می‌آید.

دکتر پیمان دوستی درباره علت گرایش برخی افراد به روانشناسی زرد گفت: افراد با اینکه به وضوح می‌دانند این روش‌ها در طولانی مدت اثربخش نیست، اما به دلیل پیامد کوتاه مدت که فرد در لحظه احساس بهتری دارد یا به زبان روانشناسی، تقویت منفی یا همان حذف محرک ناخوشایند دریافت می‌کند، این رفتار را ادامه می‌دهد و چرخه ادامه پیدا می‌کند. این امر در حالی است که ما می‌دانیم پروسه روان‌درمانی و مبتنی بر روش‌های علمی، فرآیندی طولانی مدت و در برخی شرایط دردناک است که در نهایت منجر به بازسازی شخصیت و رفع مشکلات مربوط به روان می‌شود، اما باز هم تاکید می‌کنم انسان همیشه به دنبال راهکارهای ساده است و شبه علم با روش‌های ساده، آنچه مردم می‌خواهند را به آنها می‌گوید.

اما از آن جایی که برخی روانشناسان نیز در گسترش روانشناسی زرد تاثیرگذار بوده‌اند، ممکن است بتوان با ارائه واحدهای درسی ای با موضوعات اخلاق حرفه ای در دوران تحصیل در دانشگاه رعایت موارد اخلاقی را در دانشجویان این رشته نهادینه کرد. موضوعی که برخی از روانشناسان معتقدند تاثیر کافی نخواهد داشت.

دکتر علی فیضی در این باره می گوید: در دانشگاه های ما آموزش مشخصی در خصوص این که یک روانشناس یا مشاور چگونه می تواند عمل کند، وجود ندارد. دوره های کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی یا دکترای روانشناسی سلامت قرار است فرد را برای پژوهش در زمینه های مختلف آماده کند. اما مقدار زمانی که در دوران دانشگاه به اخلاق حرفه ای پرداخته می شود به زحمت به ۳۰-۴۰ ساعت می رسد. همین مدت کوتاه هم در دوران تحصیلات تکمیلی و سخنرانی مانند ارائه می شود.

دکتر فرهاد طارمیان، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی نظر دیگری دارد و معتقد است تدریس دروس مرتبط به اخلاق حرفه ای، ضامن این که دانشجوی پس از فارغ التحصیلی به اصول اخلاق حرفه ای پایبند بماند، نیست و به مواردی همچون تعهدات شخصی و اخلاقی و باورهای اعتقادی او ارتباط دارد تا مانع از سوق یافتن وی به سمت روانشناسی زرد شود.

تعدادی از روانشناسانی که با ایسنا گفت وگو کردند، درباره لزوم وجود ناظری برای کنترل اطلاعات روانشناسی شبه علمی در فضای مجازی نیز نکاتی را بیان کردند.

دکتر ندا علی بیگی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی با بیان این که سازمان نظام روانشناسی ایران به عنوان متولی روانشناسان ایران در این زمینه نقش کلیدی دارد، گفت: از سازمان نظام روانشناسی انتظار می رود در انتخاب معیارهای ورود به رشته روانشناسی و نیز اعطای مدرک برای کار حرفه ای، دقیق و موشکافانه برخورد کند.

طارمیان نیز در این باره معتقد است که باید سازمان و نهادی برای نظارت کیفی و مانیتورینگ دائمی بر روی فعالیت های افراد رواج دهنده روانشناسی زرد وجود داشته باشد و متأسفانه در حال حاضر این نظارت به شکل جدی وجود ندارد. عمده نظارت سازمان نظام روانشناسی و مشاوره بر افرادی است که پروانه فعالیت برای آن ها صادر شده است، هر چند یکی از وظایف آن می تواند «کنترل بر گسترده شدن روانشناسی زرد» باشد و سایر انجمن های علمی در این زمینه به سبب نوع وظایفشان فاقد اهرم اجرایی برای نظارت بر حوزه روانشناسی هستند؛ یعنی نمی توانند به شکل قانونی مانع از فعالیت برخی مدعیان روانشناسی شوند.

سلامت روان به اندازه سلامت جسمانی مهم است و همانگونه که نهادهای نظارتی بر تبلیغ و توزیع پزشکی شبه علمی حساسیت به خرج می دهند، برای جلوگیری از گسترش روانشناسی زرد نیز باید سازوکاری معین تعریف شود و نهادهایی مخصوص رصد فضای مجازی به منظور مقابله با آسیب به سلامت روانی تعریف شود.