

Wstęp

„Najkosztowniejszą ze wszystkich szaleństw jest wiara w to,
co w oczywisty sposób nie jest prawdą. Jest to główne zajęcie ludzkości”.
~ H. L. Mencken

„Pewne jest, że problem lęku [...] jest zagadką, której
rozwiązanie musiałoby rzucić strumień światła
na całe nasze życie psychiczne”.
~ S. Freud

W latach 50. XX wieku członkowie amerykańskiej sekty The Seekers (zwaney też The Brotherhood of the Seven Rays) byli przekonani, że nadchodzi kataklizm, ostateczny kres istnienia. W oczekiwaniu na ratunek ze strony kosmitów porzucili swoje prace i rodziny. Spodziewany koniec świata nie nastąpił, niemniej ten fakt nie skłonił większości członków sekty do rewizji swoich poglądów. Przeciwnie, przyczynił się do ich wzmocnienia¹. O przekonaniach można myśleć jako o wierze w coś oczywistego, np. że jutro ponownie wstanie słońce. Jak jednak wskazują historia i szereg wyników badań naukowych, przekonania głęboko kształtują nasze życie, a duża ich część jest irracjonalna i odporna na modyfikację – nawet w obliczu faktów podważających.

Przekonania wpływają na funkcjonowanie zarówno jednostek, jak i całych społeczeństw. Wchodzą w zakres trwałych struktur mentalnych podmiotu, wywierając wpływ na jego poszczególne sfery życia. Jaskrawym tego przykładem jest zjawisko efektu *placebo*² – samo przekonanie pacjenta o skuteczności zastosowanych wobec niego oddziaływań leczniczych może skutkować wymierną poprawą w takich schorzeniach jak m.in. astma, przewlekły ból czy nadciśnienie. Dzieje się to nawet wtedy, gdy zastosowana substancja lecznicza jest farmakologicznie obojętna. Przeciwnie rezultaty obserwuje się w przypadku efektu *nocebo* – jeśli podmiot wierzy w destruk-

¹ L. Festinger, H. W. Riecken, S. Schachter, *When Prophecy Fails*, Pinter & Martin Publishers, Londyn 2008.

² L. Colloca, A. J. Barsky, *Placebo and nocebo effects*, „New England Journal of Medicine” 2020, t. 382, nr 6, s. 554–561.

cyjne działanie np. określonego preparatu, faktycznie może dojść do negatywnych następstw. Przekonania jednostki dotyczące osoby, z którą pozostaje w interakcji, mogą modulować jej zachowanie w kierunku zgodnym z tymi przekonaniami; w literaturze zjawisko to określa się mianem efektu oczekiwań interpersonalnych³. Powyższe efekty przyczyniły się do wypracowania procedur podwójnie ślepej próby w badaniach eksperymentalnych. Procedury te są kluczowe dla trafności badania i wyciąganych z niego wniosków. Wynikają z faktu, że a) przekonanie badanego może wpływać na uzyskiwane wyniki oraz b) przekonanie badającego może wpływać na badanego. Jednostkowa wiara w to, że „świat jest sprawiedliwy”⁴, może mieć negatywne konsekwencje społeczne, związane z deprecjonowaniem ofiar oraz usprawiedliwianiem ich krzywdy. Ponadto przekonania pełnią kluczową funkcję w utrzymywaniu zdrowia psychicznego. Utrwalone i negatywne przekonania o sobie i swojej przyszłości, o innych i świecie w ogóle wiążą się z zaburzeniami nastroju i zaburzeniami lękowymi. Opisuje je tzw. triada depresyjna Aarona Becka^{5, 6}. Wreszcie przekonania, które podzielane są w danych zbiorowościach, stają się religiami, ideologiami i systemami wartości. Zbiorczo nadają kierunek zmianom ustrojowym i politycznym. Ideologie polityczne to w swojej istocie wzajemnie powiązane przekonania, dotyczące tego, jak *powinno* być zorganizowane społeczeństwo⁷. Przekonanie o równości wszystkich ludzi lub przeciwnie, o wyższości określonej grupy nad innymi, stanowiło – i nadal stanowi – punkt wyjścia dla zorganizowanych masowych ruchów społecznych i wydarzeń zmieniających bieg historii. Konkludując, przekonania wpływają na funkcjonowanie psychospołeczne jednostki, jej stan zdrowia i jakość relacji interpersonalnych, na jej zachowania wobec przeciwności, postawy wobec polityki i świata

³ R. Rosenthal, L. Jacobson, *Pygmalion in the classroom*, „The Urban Review” 1968, t. 3, nr 1, s. 16–20.

⁴ M. J. Lerner, *The belief in a just world*, [w:] M. J. Lerner (red.), *The belief in a just world: A fundamental delusion*, Springer US, Boston 1980, s. 9–30.

⁵ A. T. Beck, A. J. Rush, B. F. Shaw, G. Emery, R. J. DeRubeis, S. D. Hollon, *Cognitive Therapy of Depression*, Guilford Publications, Nowy Jork 2024.

⁶ I. Marchetti, P. Pössel, *Cognitive triad and depressive symptoms in adolescence: specificity and overlap*, „Child Psychiatry & Human Development” 2023, t. 54, nr 4, s. 1209–1217.

⁷ J. T. Jost, C. M. Federico, J. L. Napier, *Political ideology: Its structure, functions, and elective affinities*, „Annual Review of Psychology” 2009, t. 60, nr 1, s. 307–337.

w ogóle. Zrozumienie istoty przekonań i funkcji, jaką spełniają, wydaje się więc jednym z fundamentalnych zagadnień nauki, o istotnym praktycznym znaczeniu dla wielu sfer ludzkiego funkcjonowania.

Potocznie można rozumieć przekonania jako utrwalone i względnie niepodatne na zmiany sądy, wyjaśniające, jak jest i jak powinno być, wpływające na podejmowane decyzje, emocje i zachowania jednostki⁸. Z naukowej perspektywy natomiast przekonania (ang. *beliefs*) ujmuje się jako swoistą reprezentację kognitywną. Edward Nęcka⁹ definiuje przekonania jako sądy deskryptywno-ewaluatywne (opisowo-wartościujące), dotyczące wyróżnionych elementów rzeczywistości. Mogą dotyczyć natury ludzkiej („ludzie są z natury nieuczciwi”), świata społecznego („świat jest sprawiedliwy”), zjawisk/obiektów („szczepionki powodują autyzm”; „zmiany klimatu to fikcja”), a jako że człowiek poznawczo jest w stanie odnosić się do samego siebie i np. traktować swoje ciało jako obiekt, który „posiada” („moje ciało jest atrakcyjne/nieatrakcyjne”) – to sam podmiot może mieć na swój temat określony zestaw przekonań („jestem zaradny”). W ujęciu analitycznym przekonania definiowane są jako nastawienia sądzeniowe (ang. *propositional attitudes*), osadzające się na treści reprezentacji (np. „jestem nielubiana”) oraz określonej postawie podmiotu wobec tego przekonania (np. uznaniu go za fakt)¹⁰. Co należy podkreślić, nie wszystkie przekonania są świadome i przez podmiot werbalizowane. Niektóre z nich są nieświadome (np. założenia podstawowe – presupozycyjne lub implicytne¹¹), niemniej ich posiadanie uwidacznia się w zachowaniu¹². Przykładem są podstawowe założenia ontologiczno-epistemiczne, takie jak: „świat fizyczny istnieje”; „ludzie są prawdziwi”; „świat rządzi się prawami przyczynowo-skutkowymi”. Powyższe skądinąd stanowi

⁸ M. H. Connors, P. W. Halligan, *A cognitive account of belief: a tentative road map*, „Frontiers in Psychology” 2015, t. 5, s. 1588.

⁹ E. Nęcka, *Wprowadzenie do psychologii*, Wydawnictwo Scholar, Warszawa 2024, s. 341–345.

¹⁰ Stanford Encyclopedia of Philosophy, *Propositional attitude reports*, „Stanford Encyclopedia of Philosophy”, [online], dostęp: 29.09.2025, <https://plato.stanford.edu/entries/propositional-attitude-reports>.

¹¹ R. Stalnaker, M. K. Munitz, P. Unger, *Pragmatic presuppositions*, [w:] *Proceedings of the Texas Conference on Performatives, Presuppositions and Implicatures*, Center for Applied Linguistics, Arlington 1977, s. 135–147.

¹² A. G. Greenwald, M. R. Banaji, *Implicit social cognition: attitudes, self-esteem, and stereotypes*, „Psychological Review” 1995, t. 102, nr 1, s. 4.

przedmiot rozważań w filozofii i nauce – np. w hipotezie symulacji¹³ (hipoteza głosi, że jeśli przyszłe cywilizacje będą mogły tworzyć symulacje przodków, to biorąc pod uwagę m.in. rozmiar wszechświata, statystycznie prawdopodobne jest, że żyjemy w symulacji); solipsyzmie¹⁴ (założenie, że tylko własny umysł jest pewny, w przeciwieństwie do świata zewnętrznego i innych umysłów) i sceptycyzmie kartezjańskim¹⁵ (np. hipoteza mózgu w naczyniu; doświadczenie człowieka mogłoby być nieodróżnialne od iluzji, więc niemożliwe jest uzasadnienie przekonań o świecie).

Jak wzmiankowano wcześniej, przekonania mają dwie wyraźne charakterystyki. Pierwszą jest ich niejednokrotnie irracjonalny charakter, drugą natomiast – względna niepodatność na zmianę. Tę trwałość dobrze tłumaczy teoria inokulacji¹⁶: analogicznie do szczepionki – wczesne wystawienie na kontrargumenty połączone z zapowiedzią ataku („zagrożeniem”) uruchamia u odbiorcy wytwarzanie własnych refutacji, co później uodparnia go na silniejszą perswazję. W efekcie przekonania stają się mocniejsze, a ludzie szybciej rozpoznają chwytły retoryczne i aktywnie im przeciwdziałają. Gdy zaś dochodzi do realnego konfliktu między odbieraną informacją a posiadanym przekonaniem, uruchamia się dysonans poznawczy¹⁷: nieprzyjemne napięcie skłania do racjonalizacji, selektywnej ekspozycji i reinterpretacji danych tak, by przywrócić spójność – co często skutkuje wzmocnieniem wcześniejszej wiary zamiast jej korekty. Przedstawiona na samym początku monografii klasyczna relacja z niespełnionej przepowiedni w badaniu terenowym Festingera i współpracowników pokazuje właśnie taki „zwrot ku wzmocnieniu” po porażce przewidywań. Trzeci, komplementarny mechanizm to perseweracja przekonań¹⁸. Gdy ludzie stworzą wyjaśnienie dla sądu („dlaczego to miało być prawdziwe”), samo wyjaśnienie kotwyczy przekonanie – i to nawet po

¹³ N. Bostrom, *Are we living in a computer simulation?*, „The Philosophical Quarterly” 2003, t. 53, nr 211, s. 243–255.

¹⁴ H. O. Mounce, *Philosophy, solipsism and thought*, „The Philosophical Quarterly” 1997, t. 47, nr 186, s. 1–18.

¹⁵ P. Smith, *Could we be brains in a vat?*, „Canadian Journal of Philosophy” 1984, t. 14, nr 1, s. 115–123.

¹⁶ J. A. Banas, S. A. Rains, *A meta-analysis of research on inoculation theory*, „Communication Monographs” 2010, t. 77, nr 3, s. 281–311.

¹⁷ L. Festinger, *Cognitive dissonance*, „Scientific American” 1962, t. 207, nr 4, s. 93–106.

¹⁸ S. Nestler, *Belief perseverance*, „Social Psychology” 2010, t. 41, nr 1, s. 35–41.

obaleniu pierwotnych przesłanek. Ten upór wobec korekt dobrze ilustruje także „efekt utrzymującej się dezinformacji”¹⁹, czyli tendencja do polegania na nieaktualnych informacjach mimo późniejszego sprostowania. Razem wzięte, inokulacja (przygotowanie i hartowanie przekonań), dysonans (obrona spójności) oraz perseweracja (trwałość po nadaniu sensu) wyjaśniają, dlaczego ludzkie przekonania są relatywnie niepodatne na zmianę.

Niniejsza monografia ma charakter interdyscyplinarny. Przekonania można bowiem traktować jako centralny mechanizm kognitywno-egzystencjalny, który nadaje znaczenie rzeczywistości. Mechanizm ten wywiera wpływ na zachowanie nie tylko jednostki, lecz także całych społeczeństw. Złożona natura ludzkich przekonań wymaga różnych poziomów analizy. W rozdziale pierwszym poruszone zostaną filozoficzne podstawy przekonań. Czy jest w ogóle możliwe, aby człowiek posiadał prawdziwe przekonania? W odpowiedzi na to pytanie omówione zostaną idealne warunki, w jakich człowiek dąży do prawdy. Czyni to, wykorzystując logikę formalną i praktyczną oraz korzystając z metodologii naukowej. Omówione zostaną także wybrane filozoficzne koncepcje prawdy.

Rozdział drugi dotyczyć będzie poznawczych mechanizmów przekonań. Czy na co dzień ludzie odbiegają od idealnych standardów rozumowania, a jeśli tak, to dlaczego? Zagadnienia prezentowane w tym rozdziale będą się odnosić do zniekształceń i błędów ludzkiego rozumowania, od heurystyk poznawczych, poprzez stereotypy społeczne do efektu potwierdzenia.

Rozdział trzeci skupiać się będzie na społecznej i epistemologicznej roli przekonań. Czy przekonania wykształciły się z uwagi na społeczną naturę człowieka? Jakim celem społecznym służą? Poruszone w tym rozdziale zagadnienia dotyczyć będą wybranych społecznych motywów człowieka i ich związku z przekonaniem. Ponadto przedstawiona zostanie rola przekonań w kooperacji grupowej i utrzymywaniu spójności społecznej.

Treści przedstawione w rozdziale czwartym dotyczyć będą neuropsychologicznych i ewolucyjnych podstaw przekonań. Czy człowiek posiada wrodzone predyspozycje do formowania przekonań? Jeśli tak, to w jaki sposób mogły wyewoluować? Omówione zostaną zagadnienia neurobiologicznych

¹⁹ S. Lewandowsky, U. K. Ecker, C. M. Seifert, N. Schwarz, J. Cook, *Misinformation and its correction: Continued influence and successful debiasing*, „Psychological Science in the Public Interest” 2012, t. 13, nr 3, s. 106–131.

uwarunkowań przekonań, adaptacyjność przekonań z perspektywy wyzwań naszych przodków w procesie antropogenezy oraz ludzkie tendencje do dostrzegania znaczących wzorców, przypisywania intencjonalności i wiary w zjawiska nadprzyrodzone.

Rozdział piąty zintegruje wiedzę z poprzednich rozdziałów w ramach teorii opanowania trwogi. Jeśli człowiek nie może być niczego pewien, to dlaczego formuje i podtrzymuje sądy, co do których niejednokrotnie tę pewność żywi? Jaką funkcję w kontekście zachowania i motywacji pełnią przekonania? Czy mogą one wynikać z fundamentalnego lęku związanego z konfliktem między instynktem przetrwania a świadomością własnej kruchości i śmiertelności? W ostatnim rozdziale omówiona zostanie teoria opanowania trwogi, jej założenia i wybrane wyniki badań empirycznych, prowadzonych w podejściu egzystencjalno-eksperymentalnym.