

Mớ hỗn độn khoa học, đẹp đẽ, tuyệt vời của tâm lý học

Bài viết đăng ngày 13 tháng 8 năm 2013 trên tờ Scientific American, tựa đề gốc ‘**Psychology’s brilliant, beautiful, scientific messiness**’

Người viết: Melanie Tannenbaum

Người dịch: Lâm Gia Uyên, Đào Thị Diễm My (Zen)

Hôm nay, ngồi xuống đọc trang Twitter của tôi, tôi thấy một đường dẫn mới đến tác phẩm cũ của Tiến sĩ Alex Berezow về lý do tại sao tâm lý học không thể tự gọi mình là một ngành khoa học. Hôm nay mang đến những cảm giác giận dữ, cũ kỹ mà tôi không bao giờ có cơ hội công khai khi bài xã luận lần đầu tiên được xuất bản. Những người khác, như Dave Nussbaum, đã thực hiện tốt việc tháo gỡ các phê bình trong bài viết này, nhưng thực tế là mọi người vẫn chia sẻ đường dẫn đến bài viết này (và các bài khác nữa, thậm chí ở những nơi khác trên Mạng SciAm, vẫn lặp lại những lời chỉ trích tương tự) có nghĩa là một điều rõ ràng không biết phải nói bao nhiêu cho đủ:

Tâm lý học là một ngành khoa học. Ngưng nói về việc tại sao không được rồi đó.

Tôi rõ ràng không thể chỉ nói suông mà không giải thích tại sao tâm lý học là một khoa học, mặc dù đôi khi tôi ước mình có thể giống như các nhà sinh học, nhà hóa học và nhà vật lý, những người không bao giờ phải đối mặt với việc phải trả lời những câu hỏi như vậy. Vì vậy, tôi sẽ bắt đầu bằng cách trích dẫn sự công kích chính của cuộc tranh luận của Tiến sĩ Berezow, và sau đó giải thích lý do tại sao những người 20 tuổi tham gia lớp Tâm lý xã hội giới thiệu của tôi mỗi học kỳ đều đã có thể nói với Berezow tại sao ông ta sai ngay vào cuối tuần đầu tiên của lớp.

Đoạn trích từ tác phẩm của Berezow:

‘Tâm lý học không phải là khoa học.

Tại sao chúng ta có thể nói dứt khoát điều đó? Bởi vì tâm lý học thường không đáp ứng năm yêu cầu cơ bản để một lĩnh vực được coi là nghiêm ngặt về mặt khoa học: thuật ngữ được xác định rõ ràng, định lượng, điều kiện thí nghiệm được kiểm soát cao, khả năng tái lập và cuối cùng là khả năng dự đoán và kiểm tra.

[Để cho rằng tâm lý học] là "khoa học" là không chính xác. Thật ra, nó còn tệ hơn thế nữa. Đó là một nỗ lực định nghĩa lại khoa học. Khoa học, nếu định nghĩa lại, không còn là phân tích thực nghiệm về thế giới tự nhiên; thay vào đó, nó là bất kỳ chủ đề nào có rắc một vài con số xung quanh.’

Trước hết, nếu bất cứ ai đang cố gắng "xác định lại" khoa học ở đây, thì chính Berezow, với tuyên bố của ông rằng khoa học đã từng bị giới hạn trong một phân tích thực nghiệm về thế giới tự nhiên. Tôi là một chuyên gia về tâm lý học, không phải vật lý hay hóa học, vì vậy có nhiều điều về các lĩnh vực này mà tôi không có chuyên môn để đề cập đến một cách đầy đủ, thế nên buồn thay rằng các ví dụ của tôi sẽ có giới hạn thôi. Nhưng ngay cả với quan điểm hạn chế của tôi về cái gọi là "các ngành khoa học cứng" ("hard sciences"), tôi biết rằng không bao giờ có

chuyện mọi người đều có thể dám tuyên bố họ mọi thứ họ làm xoay quanh các phân tích thực nghiệm về các khía cạnh quan sát được của thế giới tự nhiên. Từ những gì tôi có thể thu thập, có rất nhiều hiện tượng trong "các ngành khoa học cứng" - đáng chú ý nhất là trong vật lý – là không thể quan sát được. Lý thuyết dây? Cơ học lượng tử? Ý tôi là, vì lợi ích - các nhà vật lý đã tìm kiếm Higgs Boson trong bao lâu mà không biết liệu nó có thực sự tồn tại không?! Công nghệ cần thiết để tìm kiếm nó thậm chí không tồn tại trong hơn 30 năm. Còn "tự nhiên"? Tự nhiên có nghĩa là gì? Sinh ra bởi thiên nhiên ư, nếu vậy chúng ta không thể tính bất cứ thứ gì hóa học hoặc nhân tạo là khoa học? Một chất hữu hình ư, nếu vậy chúng ta không thể tính bất cứ điều gì mang tính lý thuyết? Dùng những giới hạn này như một cái cớ để loại trừ tâm lý học và các "ngành khoa học mềm" ("soft science") khác (cảm phiền tôi đang trộn mutton dross đến mức có nguy cơ chúng chạy tụt ra đằng sau đầu tôi khi nói tới đây) ra khỏi lĩnh vực khoa học mà không tự hỏi lại sự thật rằng "các ngành khoa học cứng" thường xuyên giải quyết các chủ đề "vừa" không tự nhiên "vừa" không quan sát được "chỉ đơn giản là lười biếng.

Bây giờ, hãy giải quyết vấn đề rằng các khái niệm tâm lý là "không thể chấp nhận được." Phải thừa nhận rằng, vâng - đây thường là lời phản biện có thể nói là hợp lý nhất về tâm lý học (mặc dù tôi chắc rằng nhiều nhà tâm lý học nhận thức mà tôi biết là người làm việc với fMRI, ERP, EEG, thời gian phản ứng, và theo dõi chuyển động mắt sẽ cảm thấy không thoải mái với lời miêu tả sai sự thật một cách rành rành về cách mà họ làm việc). Nhưng khi nói đến chúng ta, "các nhà tâm lý học xã hội", những người thường nghiên cứu các khái niệm mờ nhạt hơn (như cảm xúc), chúng ta đã biết rằng chúng ta phải giải quyết những phản biện có thể gặp này trong lĩnh vực của mình một cách có trách nhiệm và nghiêm ngặt. Và chúng tôi làm. Với một khái niệm gọi là thao tác hoá (operationalization).

Trong tuần đầu tiên của lớp Giới thiệu về Tâm lý học Xã hội, tôi cho học sinh một bài tập về nhà đơn giản - quay trở lại lớp học tiếp theo với câu trả lời cho câu hỏi "Tình yêu là gì?" Tôi chơi các bài hát Haddaway khi họ bước ra khỏi cửa và bảo họ quay lại sau 2 ngày và cho biết cách họ sẽ xác định và đo lường "tình yêu" nếu họ đang tạo ra thí nghiệm của riêng mình.

Một bài tập ngớ ngẩn? Chắc chắn rồi. Nhưng sau khi họ nộp câu trả lời và sau đó trở lại lớp học vào thứ ba kế tiếp, tôi đưa ra một biểu đồ hình tròn cho họ thấy chính xác câu trả lời của họ thực sự đa dạng đến mức nào.

Khoảng 25% sinh viên có xu hướng đề xuất các phép đo bằng cách khảo sát – tức người tham gia trả lời một bảng hỏi gồm những câu hỏi với đáp án cho sẵn (close-ended self-reports). *"Hỏi người A rằng cô ấy yêu người B bao nhiêu trên thang điểm từ 1 đến 5."*

Khoảng 25% sinh viên có xu hướng đề xuất các phép đo bằng cách khảo sát – tức người tham gia trả lời một bảng hỏi gồm những câu hỏi với đáp án mở hơn (open-ended self-reports). *"Yêu cầu người A viết về việc cô ấy yêu người B đến mức nào; yêu cầu một số người kiểm tra độc lập đọc những câu trả lời này và sau đó đưa ra phán đoán về mức độ mà người A thực sự yêu người B."*

Khoảng 25% sinh viên nghiêng về các phép đo sinh lý. "*Kết nối người A lên đến một loạt các thiết bị tâm sinh lý. Khi người B vào phòng, đo nhịp tim của người A tăng lên bao nhiêu và lòng bàn tay của người A đổ mồ hôi.*"

Và cuối cùng, khoảng 25% sinh viên làm tôi ngạc nhiên. Tôi không thể nhớ nhiều câu trả lời cụ thể rơi vào loại này ngay tức thì, nhưng câu trả lời yêu thích mọi thời đại của tôi có liên quan đến việc khiến Người A tưởng tượng rằng Người B sắp bị đẩy ra khỏi một vách đá và sau đó tìm hiểu xem có bao nhiêu Người A sẽ sẵn sàng hy sinh để cứu mạng người B. Tôi không chắc liệu thử nghiệm đó có được hội đồng đạo đức (IRB) duyệt hay không, nhưng tôi thực sự đánh giá cao sự sáng tạo.

Tôi đặt một số ví dụ này lên bảng, và các sinh viên đều cười. Khi lần đầu tiên nhận bài tập, tất cả đều nghĩ rằng đó chỉ là một trò đùa, và nó dễ dàng để đạt điểm số trong tuần đầu tiên đến lớp - và đó là cái cớ để tôi chơi "What is Love?" quá nhiều lần. Hầu như tất cả trong số họ ban đầu nghĩ rằng định nghĩa - thao tác hoá khái niệm (hay nói nôm na là lượng hoá) tình yêu là một câu hỏi dễ dàng với một câu trả lời rõ ràng. Họ gần như ngạc nhiên khi thấy sự đa dạng trong các câu trả lời của bạn cùng lớp và nhận ra rằng câu trả lời mà họ cho là "rõ ràng" không hẳn là quá rõ ràng đối với các bạn cùng lớp.

Mỗi học kỳ, lớp 100 sinh viên năm thứ hai của tôi ngay lập tức hiểu được những gì Tiến sĩ Berezow dường như chưa học được: **Đo lường rất phức tạp. Không quan trọng là bạn nghiên cứu cái gì. Chấm hết.** Thật phức tạp nếu bạn đang cố gắng giải thích chính xác những gì Schrodinger đang cố nói với vấn đề con mèo khét tiếng của mình. Thật phức tạp nếu bạn đang cố gắng tìm hiểu tại sao lại có TÁM THANG ĐO KHÁC BIỆT đo lường chính xác cho cùng một khái niệm vật lý. Thật phức tạp nếu bạn đang cố gắng tạo ra công nghệ có thể cho phép bạn phát hiện một hạt giả định, nếu nó được tìm thấy, sẽ xác nhận toàn bộ mô hình vật lý hạt. Vậy chính xác là tại sao chúng ta phải ngạc nhiên rằng nó vẫn phức tạp khi bạn đang cố gắng đo lường một cái gì đó trừu tượng? Giống như cảm xúc?

Không có gì làm cho "mồ hôi lòng bàn tay" trở thành một phép đo tình yêu hợp lệ hơn là "sẵn sàng giả định hy sinh người khác cho bạn đời của bạn", ngay cả khi cái trước là chỉ số duy nhất có tính "tự nhiên" hoặc "có thể quan sát trực tiếp" còn cái sau thì không. Tuy nhiên, chúng ta có thể thấy mỗi và mọi chỉ số có thể có ý nghĩa như thế nào và có thể cho chúng ta biết điều gì đó độc đáo về người đó và mối quan hệ của anh ấy/ cô ấy. Có lẽ mồ hôi lòng bàn tay là một chỉ số tuyệt vời về số lượng tình dục mà một cặp vợ chồng sẽ có trong vài tháng tới, nhưng sự sẵn sàng hy sinh là một chỉ số tốt hơn về việc cặp đôi cuối cùng sẽ kết hôn trong bao lâu. Điều đó có nghĩa là chúng ta phải ném toàn bộ khái niệm "tình yêu" ra ngoài cửa sổ bởi vì có nhiều cách khác nhau để đo lường nó và những phép đo lường này có mối tương quan khác nhau với kết quả mà chúng ta quan tâm? Điều đó có nghĩa là tình yêu không xứng đáng để kiểm tra bằng thực nghiệm chẳng? Điều đó có nghĩa là không còn đáng để cố gắng ước chừng cách chúng ta có thể nghiên cứu và cải thiện các mối quan hệ của con người? Hay nó chỉ có nghĩa là chúng ta có thể phải nắm bắt nó và suy nghĩ về cơ sở lý thuyết của cách mà ta lượng hoá các khái niệm để chúng

ta có tự tin ;lý giải cho các lựa chọn biến số của mình, nhận ra điểm yếu và điểm mạnh của chúng?

Bây giờ, tâm lý học có thể - và thực tế là có - gặp vấn đề khi thao tác hoá không nhất quán hoặc bị lạm dụng. Ví dụ, bạn có thể có quá nhiều "bậc tự do của nhà nghiên cứu". Đừng nhầm lẫn: Nếu một nhà tâm lý học thử mười lần đo lường khác nhau của tình yêu và chỉ có một trong số đó đưa đến phát hiện có ý nghĩa thống kê, và cách đo lường đó được chọn để công bố, điều đó là sai trái. Nếu một nhà tâm lý học không thể tìm ra kết quả mà anh ta/ cô ta muốn với cách thao tác hoá diễn hình được chấp nhận và chọn một cái gì đó hoàn toàn chưa được kiểm chứng và cũng không có cơ sở lý thuyết tốt chỉ vì nó vô tình cho ước số p nhỏ hơn 0,05, điều đó là sai trái.

Nhưng còn bản thân việc thao tác hoá thì sao ? Việc tạo ra, kiểm tra độ hiệu lực và kiểm chứng một định nghĩa được thao tác hoá (operational definition) sẽ làm đại diện cho một khái niệm trừu tượng hoặc không quan sát được?

Bạn thân mến, đó chính là khoa học. Chấp nhận hay không, tùy bạn.

Cuối cùng, phải chăng sẽ tốt hơn nhiều nếu ta nhận thức rõ giá trị của các sắc thái trong việc thao tác hoá thay vì gạt bỏ các định nghĩa trừu tượng được thao tác như một điểm yếu cố hữu của toàn bộ ngành học? Thay vì vứt bỏ tâm lý, tại sao chúng ta không vứt bỏ những tiêu đề giật gân đã khiến toàn bộ công việc vất vả đằng sau để tạo ra các phép thao tác hoá các khái niệm tâm lý học bị đánh giá thấp ? Giá như các cây viết khoa học - bao gồm cả tôi - sẽ chú ý nhiều hơn đến cách chúng ta thao tác hoá khi chúng ta viết về nghiên cứu tâm lý, tôi nghĩ rằng tất cả chúng ta có thể ngạc nhiên về việc chúng ta sẽ lượm lặt được bao nhiêu thông tin từ các cuộc thảo luận này. Tư duy, tính sáng tạo, sự xuất sắc thuần túy trong việc tìm kiếm các khía cạnh có thể đo lường được, có thể kiểm chứng được cho các "khái niệm mơ hồ" để chúng ta có thể kiểm soát bằng thực nghiệm các chỉ số đó và tìm cách tiến gần hơn mỗi ngày để nghiên cứu một cách khoa học những điều trừu tượng mà chúng ta từng nghĩ không bao giờ có thể hiểu được – điều đó thật tuyệt vời. Thẳng thắn mà nói, đó không chỉ là khoa học - đó còn là nghệ thuật. Và đôi khi, các phương tiện mà các nhà khoa học nghĩ ra để giúp họ tiến gần hơn và gần hơn tới các khái niệm trừu tượng này, tìm các khía cạnh khác nhau để đo lường hoặc các cách khác nhau để khái niệm hóa suy nghĩ, cảm xúc và hành vi của chúng ta? Một mình quá trình đó thôi thật sự quá xuất sắc, quá phức tạp và quan trọng đến mức thường đáng để nhận được nhiều thời gian báo chí như chính những phát hiện.

Cuối bài, chúng ta buộc phải có cái nhìn buồn bã, đơn giản về khoa học nếu chúng ta muốn vứt bỏ những thứ đáng giá ra khỏi cuộc đời mình cứ mỗi khi cái thế giới tươi đẹp, phức tạp mà ta đang sống trở nên hơi lộn xộn một tí.

(“ <https://blogs.scientificamerican.com/psysociety/psychology-8217-s-brilliant-beautiful-scientific-messiness/> “)