PRZEGLĄD PSYCHOLOGICZNY – THE REVIEW OF PSYCHOLOGY
2026, TOM 69, NR 3, 73–84
DOI: 10.31648/przegldpsychologiczny.13200

Psychologia oparta na dowodach naukowych: od wiarygodnych dowodów do odpowiedzialnej praktyki.

Standardy międzynarodowych organizacji psychologicznych

Beata Krzywosz-Rynkiewicz
Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie
Katedra Psychologii Klinicznej, Rozwoju i Edukacji
https://orcid.org/0000-0003-4306-4875

Monika Talarowska-Dublicka
Uniwersytet Łódzki
Instytut Psychologii, Wydział Nauk o Wychowaniu
https://orcid.org/0000-0002-3451-1250

Adam Tarnowski
Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu
Instytut Psychologii, Wydział Filozofii i Nauk Społecznych
https://orcid.org/0000-0001-6687-8420

Dlaczego dziś warto w Polsce mówić o psychologii opartej na dowodach naukowych?

Dyskusja o psychologii opartej na dowodach nabiera w Polsce szczególnego znaczenia w związku z toczącymi się zmianami prawnymi dotyczącymi regulacji wykonywania zawodu psychologa, debatą nad standardami psychoterapii oraz niezmienną od wielu lat – dużą popularnością psychologii jako kierunku studiów. Dodatkowo w społeczeństwie wzrasta świadomość dostępności usług świadczonych przez psychologów w ramach szeroko rozumianych interwencji psychologicznych. Procesy te zwiększają społeczne znaczenie psychologii, zwracając uwagę na konieczność podnoszenia standardów kształcenia na tym kierunku, potrzebę wzmacniania jakości świadczonych przez psychologów usług oraz ogromną odpowiedzialność zawodową psychologów jako reprezentantów jednego z zawodów zaufania publicznego. Ustawa z dnia 23.01.2026 r. o zawodzie psychologa oraz

samorządzie zawodowym psychologów (2026, Dz.U. 2026 poz. 187) kształtuje nowe ramy prawne zawodu, wiążąc je z aktualnym stanem wiedzy psychologicznej oraz praktyką psychologiczną opartą na dowodach naukowych. W odniesieniu do diagnozy wskazuje na stosowanie metod psychologicznych opartych na dowodach, a w przypadku testów psychologicznych podkreśla znaczenie ich standaryzacji, obiektywności, trafności i rzetelności. Tym samym naukowe podstawy działań psychologa zyskują również wymiar prawny. Równolegle toczy się debata o uregulowaniu zawodu psychoterapeuty (Sejm Rzeczypospolitej Polskiej, 2025, https://www.sejm.gov.pl/Sejm10.nsf/PrzebiegProc.xsp?nr=1345, dostęp z dnia 15.09.2026 r.), która uwidoczniła pytania dotyczące kwalifikacji, standardów kształcenia, odpowiedzialności zawodowej oraz podstaw empirycznych stosowanych interwencji. Obecność tych zagadnień w debacie publicznej wskazuje, że problem jakości i naukowych podstaw praktyki psychologicznej przestał być wyłącznie wewnętrzną dyskusją środowisk akademickich i zawodowych (Rzecznik Praw Obywatelskich, 2025).

Dodatkowego znaczenia tej problematyce nadaje duże zainteresowanie psychologią jako kierunkiem studiów – najczęściej wybieranym w rekrutacji na rok akademicki 2025/2026 (Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego, 2025). Rosnąca liczba absolwentów oznacza także wzrost liczby osób wykorzystujących wiedzę psychologiczną w różnych obszarach życia społecznego, co zwiększa znaczenie standardów jakości kształcenia i praktyki.

Zagadnienia te były już podejmowane na łamach *Przeglądu Psychologicznego*, Numer 66(1) z 2023 roku, pt.: „Kryzys wiarygodności w psychologii: przyczyny, przejawy, rozwiązania", koncentrował się na problemach metodologicznych i sposobach zwiększania wiarygodności badań (https://czasopisma.uwm.edu.pl/index.php/pp/issue/view/521, dostęp z dnia. 15.09.2026 r.). Z kolei numer 68(4) z 2025 roku, zatytułowany: „Psychoterapia. Leczenie metodami psychologicznymi" wskazywał na znaczenie empirycznych podstaw interwencji psychologicznych oraz praktyki opartej na dowodach (https://czasopisma.uwm.edu.pl/index.php/pp/issue/view/611, dostęp z dnia 15.09.2026 r.).

Niniejsze opracowanie rozwija wymienione kierunki dyskusji, przedstawiając, w jaki sposób znaczące międzynarodowe organizacje psychologiczne odnoszą się do problemu jakości dowodów, wiarygodności wiedzy psychologicznej oraz wykorzystywania wyników badań w praktyce zawodowej. Uwzględniono działania *Association for Psychological Science* (APS), *Society of Clinical Psychology* (SCP), *Australian Psychological Society* (APS Australia), *American Psychological Association* (APA), *European Federation of Psychologists' Associations* (EFPA), *International Association of Applied Psychology* (IAAP) oraz *International Union of Psychological Science* (IUPsyS).

Podejmowane przez te organizacje działania obejmują różne poziomy funkcjonowania psychologii: od promowania transparentności i replikowalności badań, przez systematyczną ocenę podstaw empirycznych interwencji, po uwzględnianie korzystania z wiedzy naukowej jako elementu kompetencji profesjonalnego psychologa.

W dalszych częściach artykułu przedstawiono kolejno inicjatywy APS dotyczące wiarygodności badań, sposoby oceny podstaw empirycznych interwencji

przyjmowane przez SCP i APS Australia oraz rozwiązania APA, EFPA, IAAP i IUPsyS dotyczące relacji między wiedzą naukową a profesjonalnym działaniem psychologa. Opracowanie zamyka się refleksją nad znaczeniem tych doświadczeń dla rozwoju standardów polskiej psychologii.

Wiarygodność wiedzy psychologicznej w regulacjach

Association for Psychological Science (APS) stanowi przykład odpowiedzi instytucjonalnej na wyzwania związane z wiarygodnością badań psychologicznych. Organizacja rozwija rozwiązania służące zwiększaniu transparentności procesu badawczego, możliwości niezależnej weryfikacji wyników i replikowalności badań (Association for Psychological Science, b. d.-b). Obejmują one politykę wydawniczą czasopism APS, rozwój nowych formatów publikacyjnych oraz promowanie praktyk otwartej nauki. APS deklaruje, że wspiera kulturę badawczą bazującą na zasadach transparentności, otwartości i replikowalności.

Rezultatem opisanych działań jest włączanie zasad otwartej nauki bezpośrednio do praktyki publikacyjnej. APS jest wydawcą wysoko notowanych czasopism, takich jak: *Psychological Science* (JIF 2025 = 5,1), *Perspectives on Psychological Science* (JIF 2025 = 8,4) oraz *Advances in Methods and Practices in Psychological Science* (JIF 2025 = 13,4) (Clarivate, 2026). W zakresie dostosowanym do ich profilu, promowane lub wymagane są praktyki obejmujące m.in. preprejestrację, udostępnianie danych, materiałów i kodu analitycznego oraz deklarowanie informacji dotyczących transparentności procesu badawczego (Association for Psychological Science, b.d.-a; b.d.-b; b.d.-c).

W przypadku czasopisma *Psychological Science* otwartość danych i materiałów źródłowych przestała być jedynie dodatkowo wyróżnianą praktyką, a stała się elementem standardu publikacyjnego, z możliwością uzasadnionych odstępstw wynikających z ograniczeń etycznych, prawnych lub ochrony poufności. Możliwość publikowania w wymienionym czasopiśmie prac oryginalnych jest również uzależniona od sporządzenia przez autorów publikacji tzw. *Research Transparency Statement* (Association for Psychological Science, b.d.-c). Dokument ten informuje o warunkach procesu prerejestracji oraz dostępności wykorzystywanych danych badawczych, jawności stosowanych materiałów oraz sposobu kodowania wyników. Tym samym transparentność nie jest traktowana jedynie jako wartość deklaratywna, lecz jako element organizacji procesu publikacyjnego.

Istotą opisanych rozwiązań nie jest samo udostępnianie danych. Ich celem jest ewaluacja sposobu realizacji kolejnych etapów projektu badawczego, od jego chwili jego zaplanowania, poprzez przeprowadzenie, po analizę otrzymanych rezultatów. Poszukuje się również odpowiedzi na pytanie, czy ostatecznie opublikowany raport odpowiada wcześniejszym decyzjom badawczym. Z tego punktu widzenia, szczególne znaczenie dla praktyki psychologicznej opartej na dowodach naukowych mają: proces prerejestracji projektu, sformułowanie hipotez oraz opracowanie planów analiz oraz szczegółowe dokumentowanie przeprowadzonych procedur. Należy pamiętać, iż prerejestracja nie wyklucza analiz eksploracyjnych; pozwala natomiast odróżnić hipotezy i analizy powstałe przed

zapoznaniem się z wynikami przeprowadzonego badania, od tych sformułowanych na kolejnych etapach pracy nad publikacją (dorabianie hipotez które pasują do już uzyskanych wyników jest traktowane jako nieetyczne).

Szerszą ramę dla omawianych praktyk tworzą wskazówki zawarte w dokumencie zatytułowanym – *Transparency and Openness Promotion Guidelines* (TOP), których aktualna wersja – TOP 2025 (Grant i in., 2026), koncentruje się na zwiększaniu możliwości weryfikacji twierdzeń empirycznych. Sformułowane wytyczne wyróżniają trzy grupy rozwiązań: *Research Practices*, *Verification Practices* i *Verification Studies*. Do pierwszej grupy należą m.in. rejestracja badania, protokół, plan analiz oraz transparentność raportowania materiałów, danych i kodu. Wspólnym celem tych działań jest stworzenie warunków umożliwiających niezależną ocenę przebiegu badania i uzyskanych wyników.

TOP 2025 wyraźnie odróżnia przy tym transparentność od faktycznej weryfikacji. Samo udostępnienie danych i kodu nie przesądza o poprawności analiz. Dlatego wyodrębniono między innymi zasadę *computational reproducibility*, pozwalającą na sprawdzenie, czy na podstawie tych samych danych i procedur można odtworzyć raportowane wyniki, oraz zasadę zwaną *results transparency*, odnoszącą się do oceny tego, czy zgłaszane dane nie były selektywnie raportowane. Jednocześnie autorzy wytycznych podkreślają, że transparentność nie jest synonimem jakości metodologicznej. Badanie może być całkowicie przejrzyste, z jednoczesnymi metodologicznymi niedociągnięciami. Prezentowana zasada otwartości zwiększa zatem możliwość niezależnej oceny badań, ale nie zastępuje ścisłego rygoru metodologicznego.

Drugim ważnym obszarem aktywności APS jest instytucjonalne wspieranie replikacji badań. Przykładem tej aktywności są tzw. *Registered Replication Reports* (Association for Psychological Science, b.d.-b) – wieloośrodkowe badania replikacyjne prowadzone zgodnie z protokołem badań oryginalnych. Ich znaczenie polega nie tylko na sprawdzaniu, czy wcześniejszy efekt można uzyskać ponownie, lecz także na dokładniejszym oszacowaniu jego wielkości i zakresu generalizacji. Istotną zasadą jest możliwość publikacji poprawnie przeprowadzonej replikacji niezależnie od tego, czy jej wyniki potwierdzają rezultat pierwotny.

Podobną funkcję pełnią *Registered Reports* (Chambers i Tzavella, 2022). W tym formacie, pytania badawcze, hipotezy, jak i również plan metodologiczny podlegają procesowi recenzji jeszcze przed zebraniem danych, a pozytywna ocena projektu może prowadzić do warunkowej zgody na publikację niezależnie od ostatecznego wyniku. Rozwiązanie to ogranicza zależność decyzji publikacyjnej od statystycznej istotności czy atrakcyjności rezultatów i przesuwa punkt ciężkości z wyniku na jakość sformułowanego pytania oraz projektu badawczego.

Charakterystyczną cechą współczesnego podejścia do wiarygodności badań prowadzonych w obszarze psychologii jest także przesunięcie odpowiedzialności z pojedynczego badacza na cały system naukowy. Standardy transparentności mogą być uwzględniane nie tylko przez czasopisma, lecz także przez instytucje finansujące badania, uczelnie, organizacje naukowe i systemy oceny dorobku. Odpowiedzią na problemy z wiarygodnością współczesnych badań nie jest więc jedynie apel o większą rzetelność indywidualnych badaczy, ale również zmiana obowiązujących reguł i bodźców instytucjonalnych.

Jednocześnie zarówno polityki APS, jak i standardy TOP 2025 podkreślają potrzebę elastyczności. Nie wszystkie spośród zaproponowanych praktyk mogą być stosowane w identyczny sposób w każdym z paradygmatów badawczych. Ograniczenia etyczne i prawne, ochrona poufności oraz specyfika zastosowanych metod, mogą uzasadniać odstępstwa od sformułowanych zasad. Wytyczne mają zatem charakter kontekstowy i modułowy, a nie bezwzględnie nakazowy.

Omówione w tej części artykułu rozwiązania nie rozstrzygają jednak o sile dowodów przemawiających za konkretną interwencją psychologiczną. Transparentność, reprodukowalność i replikacja dotyczą przede wszystkim wiarygodności procesu powstawania wiedzy. Ocena siły całego korpusu dowodów stanowi odrębne zadanie, podejmowane m.in. przez *Society of Clinical Psychology* i *Australian Psychological Society*.

Ocena empirycznych podstaw interwencji psychologicznych

Działania przedstawione w poprzednim rozdziale dotyczą samego procesu przeprowadzania i publikacji badań. W praktyce profesjonalnej pojawia się z kolei pytanie o to, jak uporządkować dostępne wyniki badań dotyczących konkretnych interwencji psychologicznych i określić siłę ich wsparcia empirycznego? Dwa odmienne sposoby rozwiązania tego problemu przedstawiają wspomniane organizacje – *Society of Clinical Psychology* (SCP) oraz *Australian Psychological Society* (APS Australia). Obydwie z wymienionych dążą do przełożenia obszernej i niejednorodnej literatury naukowej na informacje użyteczne dla praktyki psychologicznej. Nie sprowadzają jednak oceny do prostego podziału metod na skuteczne vs. nieskuteczne. Uwzględniają natomiast rodzaj i jakość dostępnych badań naukowych z danego obszaru, a w przypadku SCP także kliniczne znaczenie efektów, trwałość wyników, bezpieczeństwo procedury oraz możliwość stosowania interwencji poza warunkami eksperymentalnymi.

Society of Clinical Psychology – klasyfikacja siły wsparcia empirycznego

SCP prowadzi rejestr zwany *Psychological Treatments*, którego celem jest udostępnianie informacji o interwencjach posiadających opublikowane dane dotyczące ich skuteczności (Society of Clinical Psychology, b.d.). Aktualny system oceny, bazujący na propozycji Tolina i współpracowników (Tolin i in., 2015), przesuwa punkt ciężkości z pojedynczych badań, na systematyczne przeglądy metaanaliz randomizowanych badań kontrolowanych. Interwencje są klasyfikowane w 4 kategoriach: *very strong*, *strong*, *weak* oraz *insufficient evidence*. Najwyższy poziom wsparcia nie oznacza jedynie uzyskania statystycznie istotnego efektu. Uwzględnia się również poprawę funkcjonowania uczestników, utrzymywanie efektów w czasie, ryzyko szkody, poziom i rodzaj wykorzystanych zasobów oraz skuteczność interwencji w warunkach zbliżonych do rzeczywistej praktyki. W ten sposób ocena empiryczna zostaje powiązana z pytaniami istotnymi dla profesjonalnej praktyki psychologa. SCP zaznacza jednocześnie, że jego baza jest aktualizowana stopniowo. Część interwencji oceniono już według nowych kryteriów, podczas

gdy inne nadal mają klasyfikację historyczną. Brak określonej metody w bazie nie oznacza więc automatycznie braku dowodów na jej skuteczność.

Interesującym elementem tego podejścia jest próba określenia, co należy uznać za leczenie psychologiczne. SCP przyjmuje, że nie wystarczy wykazanie określonego efektu w badaniu. Interwencja psychologiczna powinna angażować procesy poznawcze, emocjonalne, behawioralne lub interpersonalne, a jej podstawowe założenia dotyczące procedury i mechanizmu zmiany powinny być zakorzenione w nauce psychologicznej i zgodne z aktualną wiedzą naukową.

Australian Psychological Society – hierarchia dowodów i jakość badań

Odmienne rozwiązanie przyjęło stowarzyszenie *APS Australia*. W piątej edycji opracowania pt.: *Evidence-Based Psychological Interventions in the Treatment of Mental Disorders: A Literature Review* z 2024 roku (Australian Psychological Society, 2024), przedstawia aktualny przegląd empirycznych podstaw interwencji stosowanych wobec szeregu zaburzeń psychicznych u dorosłych oraz dzieci i młodzieży. Dokument nie jest wytyczną kliniczną i nie ma zastępować profesjonalnego osądu psychologa. Zawarte w opracowaniu wyniki badań powinny być integrowane z doświadczeniem praktycznym, preferencjami osób korzystających z pomocy oraz czynnikami indywidualnymi, społecznymi, etycznymi i kulturowymi.

Podstawowym narzędziem porządkowania dowodów potwierdzających skuteczność stosowanych interwencji psychologicznych jest dla *APS Australia*, tzw. hierarchia ewaluacyjna przedstawiona w *National Health and Medical Research Council* (NHMRC) (Australian Psychological Society, 2024). Najwyższy poziom obejmuje metaanalizy (tzw. *meta-analyses*) i przeglądy systematyczne (tzw. *systematic reviews*) odpowiednio zaprojektowanych badań, kolejne poziomy – randomizowane (*randomized controlled trials*, RCTs,) i nierandomizowane badania porównawcze (*non-randomized comparative studies*), natomiast najniższy – studia przypadków (tzw. *case studies*). Hierarchia ta jest uzupełniana o ocenę ryzyka błędu systematycznego z wykorzystaniem stosowanych narzędzi bazujących na *Cochrane Risk of Bias* (system oceny ryzyka błędu w badaniach z randomizacją) (Australian Psychological Society, 2024). Jeśli dla danej interwencji dostępnych jest kilka kwalifikujących się publikacji, pierwszeństwo otrzymuje badanie reprezentujące najwyższy poziom dowodu, następnie badanie o najniższym ryzyku błędu, a przy równorzędności tych kryteriów – najnowsza z publikacji.

APS Australia podkreśla, że poziom dowodu nie jest równoznaczny z rekomendacją kliniczną. Z tego powodu w przeglądzie nie zastosowano systemu GRADE (*Grading of Recommendations Assessment*, *Development and Evaluation*), służącego między innymi do formułowania zaleceń na podstawie całego korpusu dowodów. Sformułowany przez nich dokument ma mapować i porządkować dostępną wiedzę, a nie wskazywać, jaką metodę należy zastosować wobec konkretnej osoby.

Organizacja zwraca również uwagę na ograniczenia stosowania hierarchii badań naukowych: randomizacja nie zawsze jest możliwa, dobrze przeprowadzone randomizowane badania kontrolowane (RCTs) mogą mieć ograniczoną trafność zewnętrzną, a próby badawcze nie zawsze reprezentują zróżnicowanie osób spotykanych w praktyce. Ponadto niektóre z interwencji łatwiej poddają się

badaniom eksperymentalnym niż inne. Dlatego brak dowodów skuteczności danej techniki, nie uzasadnia automatycznie jej nieskuteczności, a wyniki przeglądu nie powinny być stosowane w izolacji od profesjonalnego osądu i kontekstu osoby korzystającej z pomocy.

Dwa sposoby porządkowania dowodów

Zestawienie podejść SCP i *APS Australia* pokazuje, że organizacje psychologiczne mogą w różny sposób porządkować wiedzę o skuteczności interwencji. SCP tworzy syntetyczną klasyfikację siły wsparcia empirycznego dla określonych terapii, podczas gdy *APS Australia* przede wszystkim mapuje poziom i jakość dostępnych badań, uwzględniając ich miejsce w „hierarchii naukowości", ryzyko błędu systematycznego i aktualność. Nie chodzi przy tym o rozstrzygnięcie, który z tych systemów jest lepszy. Odpowiadają one na różne pytania i pełnią odmienne funkcje. Wspólna pozostaje zasada, że ocena interwencji powinna odwoływać się do jawnych kryteriów i aktualnego stanu badań, a nie wyłącznie do popularności metody, tradycji jej stosowania czy przekonania jej zwolenników.

Oba przykłady pokazują również granicę takiej oceny. Ani klasyfikacja SCP, ani przegląd *APS Australia* nie zastępują decyzji profesjonalisty wobec konkretnej osoby. Odpowiadają przede wszystkim na pytanie o stan wiedzy dotyczącej danej interwencji. To jak wiedza ta zostaje połączona z kompetencjami psychologa, charakterystyką i preferencjami klienta oraz warunkami prowadzenia interwencji, stanowi już kolejny poziom praktyki opartej na dowodach – i jest przedmiotem kolejnego rozdziału.

Od wiedzy naukowej do standardu profesjonalnego działania

Przedstawione wcześniej inicjatywy dotyczą wiarygodności badań oraz oceny podstaw empirycznych interwencji. Dokumenty organizacji zawodowych wprowadzają kolejny poziom dyskusji odpowiadając na pytanie – jak psycholog powinien wykorzystywać wiedzę naukową w praktyce zawodowej? Dobrze ilustrują to rozwiązania przyjęte przez kilka spośród organizacji, w tym międzynarodowych – *American Psychological Association* (APA), *European Federation of Psychologists' Associations* (EFPA), *International Association of Applied Psychology* (IAAP) i *International Union of Psychological Science* (IUPsyS). Dokumenty wymienionych stowarzyszeń, koncentrujące się na analizowanej przez nas tematyce, różnią się zakresem i statusem, ale łączy je przeniesienie relacji między nauką a praktyką na poziom kompetencji i profesjonalnych zachowań.

APA – evidence-based practice jako proces profesjonalnego działania

Punktem wyjścia dla stanowiska APA jest koncepcja *Evidence-Based Practice in Psychology* (EBPP), zgodnie z którą praktyka oparta na dowodach oznacza integrację najlepszych dostępnych wyników badań, kompetencji klinicznych oraz charakterystyki, kultury i preferencji pacjenta (APA Presidential Task Force

on Evidence-Based Practice, 2006). Podejście to nie sprowadza się więc do wyboru metody o potwierdzonej skuteczności, lecz obejmuje cały proces profesjonalnego działania: diagnozę, konceptualizację przypadku, planowanie, relację z pacjentem, dostosowanie postępowania do jego sytuacji oraz monitorowanie rezultatów. Koncepcja ta została rozwinięta w podręczniku *Professional Practice Guidelines for Evidence-Based Psychological Practice in Health Care* z 2021 roku (American Psychological Association, 2021). APA wyraźnie odróżnia *professional practice guidelines*, opisujące sposób profesjonalnego działania psychologa, od wytycznych klinicznych dotyczących skuteczności konkretnych metod leczenia. Wytyczne obejmują m.in. aktualizowanie wiedzy naukowej, adekwatną diagnozę, współpracę z pacjentem, dostosowywanie działania do jego charakterystyki i kontekstu, monitorowanie procesu i wyników oraz zmianę podejścia, gdy nie przynosi ono oczekiwanych korzyści. Szczególnie istotne jest traktowanie śledzenia aktualnej literatury i oceny jakości badań jako części kompetencji zawodowej, a także systematycznej oceny efektów własnego działania. Funkcją tych wytycznych jest przede wszystkim wskazywanie profesjonalnych oczekiwań i wspieranie wysokiej jakości praktyki.

EFPA i EuroPsy – wiedza naukowa jako element kompetencji zawodowej

W europejskim systemie EuroPsy relacja między nauką a praktyką zostaje silniej wpisana w model przygotowania zawodowego i utrzymywania kompetencji psychologa. EuroPsy stanowi europejski punkt odniesienia dla edukacji, praktyki zawodowej i kompetencji psychologów, nie jest jednak licencją do wykonywania zawodu i nie zastępuje regulacji krajowych.

Regulacje EuroPsy (European Federation of Psychologists' Associations, 2025) zakładają, że psycholog powinien posiadać kompetencje badawcze nie tylko po to, aby samodzielnie prowadzić badania, ale również, aby krytycznie oceniać wiedzę naukową, własną pracę oraz efekty stosowanych interwencji. W najnowszym modelu wyraźnie wskazano *kompetencje naukowe i badawcze* obejmujące podejmowanie decyzji opartych na dowodach, krytyczne rozumowanie, integrowanie wiedzy naukowej z informacjami kontekstowymi oraz korzystanie z naukowo ugruntowanych narzędzi diagnozy i interwencji. Istotne jest również to, że EuroPsy odnosi te zasady nie tylko do psychologii klinicznej, lecz także do różnych obszarów praktyki, w tym psychologii edukacyjnej, pracy i organizacji czy psychologii sportu. Korzystanie z dowodów naukowych zostaje więc potraktowane jako kompetencja zawodowa psychologa niezależnie od specjalności. Model ten łączy korzystanie z wiedzy z utrzymywaniem kompetencji w czasie. EuroPsy obejmuje przygotowanie akademickie, praktykę pod superwizją, ocenę kompetencji oraz dalszy rozwój zawodowy, a utrzymywanie aktualnej wiedzy stanowi element ponownej walidacji kompetencji.

IAAP i IUPsyS – evidence-based practitioner jako kompetencja podstawowa

Szerszą perspektywę przedstawia *International Declaration on Core Competences in Professional Psychology (ref)*, przyjęta przez IAAP i IUPsyS (International

Association of Applied Psychology & International Union of Psychological Science, 2016). Dokument ten nie stanowi międzynarodowego standardu prawnego, lecz zawiera ramy, które mogą być dostosowywane do różnych systemów edukacji i regulacji zawodu.

Z punktu widzenia niniejszego opracowania szczególnie istotne jest wyróżnienie tzw. kompetencji *operates as an evidence-based practitioner*. Obejmuje ona przyjmowanie orientacji *evidence-based* w diagnozie, interwencjach i świadczeniu usług, korzystanie z wyników aktualnych badań przy podejmowaniu decyzji oraz rozpoznawanie ograniczeń dostępnych dowodów. Kompetencja ta wiąże się z refleksyjną oceną własnej praktyki. Psycholog powinien oceniać skuteczność własnych działań, identyfikować obszary wymagające poprawy oraz korzystać z konsultacji i informacji zwrotnej. Również w opisie interwencji podkreśla się potrzebę oceny ich użyteczności i skuteczności oraz wykorzystywania wyników ewaluacji do modyfikowania dalszego działania.

Deklaracja IAAP–IUPsyS pokazuje więc, że orientacja *evidence-based* nie jest traktowana jako cecha jednego nurtu terapeutycznego ani specjalności klinicznej, a jako ogólna kompetencja profesjonalnego psychologa.

Od znajomości badań do kompetencji profesjonalnej

Zestawienie tych dokumentów pokazuje trzy nieco odmienne sposoby instytucjonalizacji związku między wiedzą naukową a praktyką. APA ujmuje go przede wszystkim jako proces profesjonalnego podejmowania decyzji, EFPA poprzez EuroPsy, wiąże go z przygotowaniem, oceną i utrzymywaniem kompetencji zawodowych, a IAAP i IUPsyS uznają działanie jako *evidence-based practitioner* za jedną z podstawowych kompetencji profesjonalnego psychologa. Wspólny kierunek jest jednak wyraźny. Psycholog powinien znać aktualną literaturę, umieć krytycznie oceniać jej jakość i ograniczenia, łączyć wiedzę naukową z informacjami dotyczącymi konkretnego klienta i kontekstu oraz oceniać rezultaty własnego działania. Jeżeli efekty nie są zgodne z oczekiwaniami, wyniki ewaluacji powinny służyć do modyfikowania dalszego postępowania.

Nie tworzy to jednego międzynarodowego systemu regulacyjnego. Wspólne znaczenie tych dokumentów polega raczej na włączaniu korzystania z wiedzy naukowej, krytycznej oceny dowodów i ewaluacji rezultatów do opisu tego, co oznacza kompetentne i odpowiedzialne wykonywanie zawodu psychologa.

Znaczenie omówionych rozwiązań dla polskiej psychologii

Przedstawione inicjatywy nie tworzą jednego, uniwersalnego modelu praktyki psychologicznej opartej na dowodach naukowych. Pomimo różnic w zakresie i statusie tych rozwiązań widoczny jest wspólny kierunek. Obejmuje on troskę o jakość i weryfikowalność wiedzy, jawność kryteriów oceny podstaw empirycznych metod, aktualizowanie kompetencji zawodowych oraz monitorowanie rezultatów podejmowanych działań. Psychologia oparta na dowodach nie jest tu sprowadzana ani do samej metodologii badań, ani do listy „skutecznych" interwencji. Obejmuje

raczej cały ciąg działań – od sposobu tworzenia wiedzy, przez ocenę jej jakości, po jej odpowiedzialne wykorzystanie w praktyce.

Pierwszym ważnym wnioskiem jest znaczenie jawnych i sprawdzalnych kryteriów. Przykłady APS, SCP i APS Australia pokazują, że organizacje psychologiczne mogą w różny sposób porządkować dowody, ale wspólna pozostaje zasada, że podstawa naukowa metody powinna być możliwa do oceny. Nie oznacza to konieczności tworzenia w Polsce jednej centralnej listy metod „dozwolonych" i „niedozwolonych". Bardziej użyteczne wydaje się rozwijanie procedur systematycznej oceny wiedzy, przejrzystego informowania o sile dostępnych dowodów i regularnej aktualizacji tych ocen.

Drugim obszarem jest kompetencja profesjonalna. Analizowane dokumenty wskazują, że sama w sobie znajomość wyników badań nie wystarcza. Psycholog powinien umieć krytycznie oceniać jakość i ograniczenia dowodów, odnosić je do sytuacji konkretnej osoby i kontekstu oraz sprawdzać skutki własnych działań. Szczególnego znaczenia nabiera więc monitorowanie rezultatów i gotowość do modyfikowania postępowania, gdy interwencja nie przynosi oczekiwanych efektów. *Evidence-based practice* obejmuje zatem nie tylko korzystanie z istniejących badań, ale również systematyczną ewaluację własnej praktyki.

Z tej perspektywy doświadczenia organizacji międzynarodowych mogą być istotne dla polskiej psychologii w kilku obszarach. Dotyczy to przede wszystkim kształcenia psychologów, w którym kompetencje metodologiczne warto rozumieć nie tylko jako przygotowanie do prowadzenia badań, lecz także jako zdolność do wyszukiwania, krytycznej oceny i wykorzystywania wiedzy naukowej w praktyce. Ważnym obszarem jest stałe doskonalenie zawodowe, ponieważ aktualizowanie wiedzy i utrzymywanie kompetencji powinno obejmować całą karierę zawodową, a nie kończyć się wraz z uzyskaniem dyplomu.

Trzecim obszarem jest odpowiedzialność instytucji i środowiska zawodowego. Promowanie psychologii opartej na dowodach nie może być zadaniem pojedynczego psychologa. Organizacje zawodowe mogą rozwijać wytyczne i standardy kompetencji, uczelnie wzmacniać przygotowanie do krytycznego korzystania z wiedzy, a czasopisma wspierać transparentność, replikowalność i wysoką jakość metodologiczną badań. W ten sposób środowisko naukowe i zawodowe współtworzy warunki, w których korzystanie z aktualnej wiedzy staje się elementem codziennej praktyki.

Nie wynika z tego potrzeba tworzenia jednego polskiego modelu, który odwzorowuje którekolwiek z opisanych rozwiązań. Różnice między APA, EFPA, APS, SCP czy IAAP–IUPsyS pokazują, że także na poziomie międzynarodowym nie istnieje jeden sposób instytucjonalizacji psychologii opartej na dowodach. Bardziej zasadne wydaje się traktowanie tych doświadczeń jako punktów odniesienia w dyskusji o jakości kształcenia, standardach zawodowych i odpowiedzialności profesjonalnej w Polsce.

Wspólny kierunek pozostaje jednak wyraźny: psychologia coraz mocniej łączy autonomię zawodową z odpowiedzialnością za jakość wiedzy, na której opierane są decyzje, kompetencję z umiejętnością krytycznej oceny dowodów, a wybór interwencji z potrzebą sprawdzania jej rzeczywistych rezultatów. Z perspektywy polskiej szczególnie istotne może być więc nie kopiowanie gotowych modeli, lecz

korzystanie z doświadczeń organizacji międzynarodowych przy rozwijaniu własnych standardów naukowych i zawodowych.

Informacja o wykorzystaniu narzędzi sztucznej inteligencji

Podczas przygotowywania niniejszego artykułu autorzy korzystali z narzędzia ChatGPT w celu wsparcia wyszukiwania i gromadzenia odpowiednich źródeł literaturowych oraz z narzędzi EditGPT i Grammarly w celu redakcji językowej, korekty i stylistycznego dopracowania tekstu. Wszystkie źródła zidentyfikowane przy wsparciu narzędzi opartych na sztucznej inteligencji zostały niezależnie zweryfikowane przez autorów pod względem autentyczności, poprawności i adekwatności przed włączeniem do artykułu. Autorzy ponoszą pełną odpowiedzialność za ostateczną treść publikacji.

Bibliografia

American Psychological Association, Presidential Task Force on Evidence-Based Practice. (2006). Evidence-based practice in psychology. *American Psychologist*, *61*(4), 271–285. https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.271

American Psychological Association. (2021). *APA guidelines on evidence-based psychological practice in health care*. https://www.apa.org/about/policy/psychological-practice-health-care.pdf

Association for Psychological Science. (b.d.-a). *Advances in methods and practices in psychological science submission guidelines*. https://www.psychologicalscience.org/publications/ampps/ampps-submission-guidelines

Association for Psychological Science. (b.d.-b). *Open science and methodology*. https://www.psychologicalscience.org/publications/open-science

Association for Psychological Science. (b.d.-c). *Psychological Science submission guidelines*. https://www.psychologicalscience.org/publications/psychological_science/ps-submissions

Australian Psychological Society. (2024). *Evidence-based psychological interventions in the treatment of mental disorders: A literature review* (wyd. 5). Australian Psychological Society. https://drive.google.com/drive/folders/1vQj1RGKL-QZYZCGveclfIPIC1MKJHp2-

Chambers, C. D., Tzavella, L. (2022). The past, present and future of Registered Reports. *Nature Human Behaviour*, *6*, 29–42. https://doi.org/10.1038/s41562-021-01193-7

Clarivate. (2026). *Journal Citation Reports*. https://clarivate.com/news/clarivate-releases-journal-citation-reports-2026/

European Federation of Psychologists' Associations. (2025). *EuroPsy: European standard and certificate in psychology. Regulations*. https://www.efpa.eu/wp-content/uploads/2026/04/EuroPsy-Regulations-2025.pdf

Grant, S., Corker, K. S., Mellor, D., Stewart, S. L. K., Mayo-Wilson, E., Cashin, A. G., Lagisz, M., Moher, D., Umpierre, D., Barbour, V., Buck, S., Collins, G. S., Hazlett, H. F., Hrynaszkiewicz, I., Lee, C. J., Parker, T. H., Rethlefsen, M. L., Toomey, E., Nosek, B. A. (2026). TOP 2025: An update to the Transparency and Openness Promotion Guidelines. *Research Integrity and Peer Review*, *11*, artykuł 40. https://doi.org/10.1186/s41073-026-00223-0

International Association of Applied Psychology, & International Union of Psychological Science. (2016). *International declaration on core competences in professional psychology*. https://www.iupsys.net/wp-content/uploads/2021/09/the-international-declaration-on-core-competences-in-professional-psychology-1.pdf

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego. (2025). *Informacja o wynikach rekrutacji na studia na rok akademicki 2025/2026 w uczelniach nadzorowanych przez Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego*. https://www.gov.pl/web/nauka/informacja-o-wynikach-rekrutacji-na-studia-na-rok-akademicki-20252026-w-uczelniach-nadzorowanych-przez-ministra-nauki-i-szkolnictwa-wyzszego?

Rzecznik Praw Obywatelskich. (2025, 10 lipca). *Opinia RPO do poselskiego projektu ustawy o zawodzie psychoterapeuty oraz samorządzie zawodowym*. https://bip.brpo.gov.pl/pl/content/rpo-psychoterapeuci-projekt-ustawy-opinia

Sejm Rzeczypospolitej Polskiej. (2025). *Poselski projekt ustawy o zawodzie psychoterapeuty oraz samorządzie zawodowym* (Druk nr 1345). https://www.sejm.gov.pl/Sejm10.nsf/PrzebiegProc.xsp?nr=1345

Society of Clinical Psychology. (b.d.). *Psychological treatments*. https://societyofclinicalpsychology.org/resources/psychological-treatments/

Tolin, D. F., McKay, D., Forman, E. M., Klonsky, E. D., Thombs, B. D. (2015). Empirically supported treatment: Recommendations for a new model. *Clinical Psychology: Science and Practice*, *22*(4), 317–338. https://doi.org/10.1111/cpsp.12122

Ustawa z dnia 23 stycznia 2026 r. o zawodzie psychologa oraz samorządzie zawodowym psychologów (Dz.U. 2026 poz. 187). https://dziennikustaw.gov.pl/D2026000018701.pdf