

12.3 Μάθημα

Στρατηγική Θεραπευτικής Προσέγγισης

12.3 Επιστημονική Υπόθεση και Επαλήθευση

1. Εισαγωγή
2. Ορισμός Επιστημονικής Υπόθεσης
3. Εφαρμογή της Επιστημονικής Υπόθεσης και Επαλήθευσης

1. Εισαγωγή

Η Επιστημονική Υπόθεση και Επαλήθευση είναι ένα ακόμα βασικό βήμα αμέσως μετά την εμπιστοσύνη και το αίτημα της Στρατηγικής Θεραπευτικής Προσέγγισης. Ειδικά σε αυτό το σημείο η Επιστημονική Υπόθεση και Επαλήθευση λειτουργεί ως μία συνέχεια εφόσον έχουν προηγηθεί τα δύο προηγούμενα βήματα. Δεν μπορεί κάποιος να εφαρμόσει αυτό το βήμα χωρίς να έχουν ολοκληρωθεί τα δύο προηγούμενα. Αυτό το βήμα της Επιστημονική Υπόθεσης και Επαλήθευσης κρίνεται σημαντικό όπως και το δύο άλλα βήματα με την διαφορά ότι αυτό το βήμα θα μπορούσαμε να το χαρακτηρίσουμε το βήμα της στοχευμένης ψηλάφησης της βαθύτερης αιτίας που προκαλεί το σύμπτωμα το οποίο θέλουμε να αλλάξουμε στην σωστή κατεύθυνση ή στην σωστή θεραπεία. Δηλαδή όπως ένας θεράπων ιατρός ψηλαφεί με τα χέρια του το πάσχων σημείο του σώματος που πρέπει να ιαθεί έτσι με αυτή την εικόνα θα μπορούσαμε να πούμε ότι λειτουργεί η Επιστημονική Υπόθεση και Επαλήθευση. Δηλαδή ο έμπειρος ειδικός ψηλαφεί το πάσχων σημείο στο οποίο εστιάζει και στην συνέχεια εφαρμόζει την ιατρική παρέμβαση.

Η Επιστημονική Υπόθεση και Επαλήθευση βοηθάει τον ειδικό να εστιάσει στην πραγματική αιτία που προκαλεί το σύμπτωμα. Η δυσκολία εστιάζεται σε σημεία που δεν είναι ορατά, όπως σε σχέσεις και αυτές με την σειρά τους αλληλεπιδρούν και τέλος προκαλούν το σύμπτωμα. Ένα παράδειγμα είναι ο θυμός ενός παιδιού που

εκφράζεται προς όλες τις σχέσεις του είτε στα μέλη της οικογενείας είτε στον χώρο του σχολείου. Η Επιστημονική Υπόθεση εστιάζει στην σχέση του πατέρα με το παιδί του περιγράφοντας τα εξής: Εάν ο πατέρας εκφράσει ειλικρινές ενδιαφέρον, αγάπη και σημαντικότητα προς το παιδί του, τότε αναμένεται να μειωθεί ο θυμός του παιδιού έως και να σταματήσει. Για να εστιάσουμε όμως στην σχέση του πατέρα έτσι ώστε να αρχίσουμε να αλλάζουμε την σχέση του πατέρα - παιδιού θα πρέπει νωρίτερα να ανιχνεύσουμε εάν η σχέση του πατέρα πράγματι δεν είναι καλή με το παιδί. Η ανίχνευση αυτή είναι το παρόν βήμα της Επιστημονικής Υπόθεσης και Επαλήθευσης. Δηλαδή σε αυτό το βήμα ανιχνεύουμε την σχέση πατέρα - παιδιού και εάν πράγματι η σχέση πατέρα παιδιού δεν είναι καλή τότε γίνεται και η Επαλήθευση της Επιστημονικής Υπόθεσης. Επομένως εκεί θα πρέπει να εστιάσει ο εξειδικευμένος ή ο εμπειρικός ειδικός.

Στην περίπτωση όμως που η σχέση του παιδιού πράγματι είναι καλή θα πρέπει να εστιάσει ο ειδικός σε άλλη Επιστημονική Υπόθεση. Αυτό είναι το σημείο που χαρακτηρίζει την Επιστημονική Υπόθεση και Επαλήθευση μία αυθεντική επιστημονική διαδικασία η οποία δεν σταματά στατικά σε μία και μόνο αιτία. Αυτό από μόνο του φανερώνει ότι η διαδικασία είναι επιστημονική η οποία είναι δυναμική. Έχει μία ροή αναζήτησης της πραγματικής αιτίας με επιστημονικό τρόπο διότι παρατηρεί, εστιάζει, επαληθεύει και λειτουργεί όπως ακριβώς και κάθε θετική επιστήμη που εφαρμόζει απαραίτητα το πείραμα την απόδειξη και το συμπέρασμα.

Η Επιστημονική Υπόθεση και Επαλήθευση είναι διαδικασία και όχι πληροφορία, είναι δεξιότητα και όχι γνώσεις. Εστιάζει ο ειδικός κυρίως στην διαδικασία που είναι πρακτική εμπειρία δεν αναλώνει άσκοπο χρόνο δεν καταβάλλει κόπο χωρίς βεβαιότητα, αλλά εστιάζει και επαληθεύει μόνο εκεί που γνωρίζει ότι θα φέρει θεραπευτικό αποτέλεσμα. Η Επιστημονική Υπόθεση και Επαλήθευση είναι προϊόν των τελευταίων δεκαετιών της Συστημικής Ψυχοθεραπευτικής Προσέγγισης η οποία μας έχει πληροφορήσει για ένα μεγάλο εύρος Επιστημονικών Υποθέσεων που αφορούν παθολογικές συμπεριφορές. Αυτές οι υποθέσεις περιγράφουν την βαθύτερη αιτία του ψυχολογικού προβλήματος και χωρίς την

σύνδεση της με την επαλήθευση, τότε απλά θα παρέμενε μία υπόθεση απογυμνωμένη από την επιστημονική διαδικασία.

Αρχικά θα δούμε τον ορισμό της Επιστημονικής Υπόθεσης και Επαλήθευσης πώς γεννήθηκε η ιδέα της Επιστημονικής Υπόθεσης, ποια είναι η λειτουργία και δομή της και τέλος πώς επαληθεύεται η Επιστημονική Υπόθεση με παραδείγματα.

2. Ορισμός Επιστημονικής Υπόθεσης

Η Επιστημονική Υπόθεση στην συστημική ψυχοθεραπευτική προσέγγιση διατυπώνεται από έναν έμπειρο ειδικό σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο. Η λειτουργία ενός συστήματος μέσα από τις αλληλεπιδράσεις των μελών αποκαλύπτει τον τρόπο που σχετίζονται τα μέλη και αυτό ο ειδικός το γνωρίζει. Ο τρόπος που σχετίζονται τα μέλη φανερώνουν την λειτουργία του νοήμονος ανθρωπίνου συστήματος όπως είναι η οικογένεια στο οποίο ανήκει κάθε μέλος. Το κάθε μέλος έχει την δική του μοναδική προσωπικότητα και ιδιαίτερα προωπικά χαρακτηριστικά. Το κάθε μέλος αλληλεπιδρά με κάθε άλλο μέλος εντός του πλαισίου όπως είναι για παράδειγμα το πλαίσιο της οικογένειας και αυτή η αλληλεπίδραση παράγει αποτελέσματα σε επίπεδο συναισθήματος, αλλά και πληροφορίας.

Ταυτόχρονα μέσα στην οικογένεια υπάρχουν αλληλεπιδράσεις όχι μόνο σε διαπροσωπικό επίπεδο αλλά και σε άλλα επίπεδα. Αυτά τα επίπεδα αλληλεπίδρασης λειτουργούν συνειδητά είτε ασυνείδητα. Συγκεκριμένα αυτά τα επίπεδα στην οικογένεια αλλά και σε κάθε ομάδα είναι τα εξής: είναι το επίπεδο του πολιτισμού, οι αξίες, οι γραφοί και οι άγραφοι κανόνες, η ηθική τα οποία επιδρούν και διαμορφώνουν άποψη, στάση ζωής, επιλογές συναισθήματα, γνώσεις, πληροφορίες και όλα μαζί συνδιαμορφώνουν την πορεία και εξέλιξη κάθε ζωντανού συστήματος και αυτό το ζωντανό σύστημα με την σειρά του επιδρά σε κάθε μέλος που το απαρτίζει όπως είναι π.χ. η οικογένεια που με τα μέλη της εφαρμόζει τους δικούς της κανόνες επικοινωνίας, τις δικές του αξίες και δική τους ηθική.

Ο ειδικός είναι ο παρατηρητής που βλέπει το νοήμων σύστημα δηλαδή την οικογένεια και καλείται να βοηθήσει σε ένα συγκεκριμένο αίτημα. Ειδικός με την έννοια της εξιδίκευσης είναι δύο κατηγορίες καθώς και μία τρίτη που είναι ο εμπειρικός. Στην πρώτη κατηγορία εξιδίκευσης είναι ο ακαδημαϊκός ειδικός όπου σε επίπεδο έρευνας και πειραμάτων παρέχει έτοιμη γνώση και πληροφορίας προς αξιοποίηση έτσι ώστε να κατανοηθεί η λειτουργία του νοήμονος συστήματος. Στην δεύτερη κατηγορία εξειδίκευσης ανήκει ο σύγχρονος εν ενεργεία επαγγελματίας συστημικός ψυχοθεραπευτής όπου σε πραγματικές συνθήκες ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας έχει παράξει σήμερα σημαντικές πληροφορίες και εμπειρία που σήμερα αποτελούν έτοιμη γνώση προς αξιοποίηση.

Στην τρίτη κατηγορία ανήκει ο εμπειρικός όπου εκεί κατηγοριοποιούνται άνθρωποι που λειτουργούν ψυχοθεραπευτικά σε σημαντικό ποσοστό και παράγουν ψυχοθεραπευτικά αποτελέσματα τα οποία είναι μέσα από την εμπειρία τους. Ωστόσο όμως δεν μπορούν από μόνοι τους να επαληθεύσουν με επιστημονική διαδικασία τα αποτελέσματα τους επειδή δεν γνωρίζουν από μόνοι τους αυτό το οποίο εφαρμόζουν ότι μπορεί να είναι και επιστημονικό. Επίσης μπορεί ότι κάνουν να είναι και επιστημονικό να είναι γνωστό στην επιστημονική και επαγγελματική κοινότητα , αλλά οι ίδιοι όμως δεν το γνωρίζουν, δηλαδή μπορεί να εφαρμόζουν ασυνείδητα τεχνικές, αλλά οι ίδιοι δεν το γνωρίζουν. Επομένως από την μία παρατηρείται σε αυτή την κατηγορία ψυχοθεραπευτικό αποτέλεσμα μέσα από την εμπειρία, αλλά επειδή δεν γνωρίζουν ακριβώς οι ίδιοι μία επιστημονική διαδικασία καταγραφής το πριν και το μετά της παρέμβασης τους για αυτό ονομάζουμε <<εμπειρικός>> την κατηγορία στην οποία ανήκουν.

Η καταγραφή και η περιγραφή αυτής της κατηγορίας θα μπορούσε από μόνη της να είναι επιστημονική διαδικασία, διότι απλά συμβαίνει να υπάρχουν σήμερα άνθρωποι που παράγουν ψυχοθεραπευτικά αποτελέσματα χωρίς να έχουν επιστημονική κατάρτιση παρά μόνον εμπειρική. Αυτό όμως δεν θα το κάνουμε εμείς. Απλά επισημαίνουμε αυτή την κατηγορία για να αναδείξουμε ότι σήμερα υπάρχουν γονείς που μπορούν από μόνοι τους να υποστηρίξουν τον εαυτό τους και τα μέλη της οικογενείας τους

χωρίς εξωτερική βοήθεια και να παράξουν εντυπωσιακά αποτελέσματα. Επίσης υπάρχουν γονείς που δεν τα καταφέρνουν ιδιαίτερα ή θα ήθελαν περισσότερα να γνωρίζουν σε θεωρητικό και εμπειρικό επίπεδο και έτσι ζητούν εξωτερική βοήθεια και πράγματι στην συνέχεια παράγουν εντυπωσιακά ψυχοθεραπευτικά αποτελέσματα με κατάλληλη υποστήριξη. Άλλωστε αυτός είναι και ο δικός μας ρόλος εδώ να υποστηρίξουμε ανθρώπους που έχουν μία εμπειρία ζωής, αλλά όμως θα ήθελαν μία στοχευμένη εξωτερική βοήθεια έτσι ώστε να παράξουν ψυχοθεραπευτικά αποτελέσματα στον εαυτό τους και στο πλαίσιο στο οποίο ανήκουν είτε αφορά την οικογένεια είτε το ζεύγος είτε όχι επειδή οι ίδιοι το έχουν ανάγκη.

Η Επιστημονική Υπόθεση με Επαλήθευση για να οριστεί χρειάζεται να γνωρίζουμε το πλαίσιο που μας απασχολεί και το πρόσωπο που την διατυπώνει. Το πλαίσιο όπως είπαμε παραπάνω είναι πχ η οικογένεια ή ένα ζευγάρι ή μία ομάδα και αυτός που την διατυπώνει είναι ο εξειδικευμένος ειδικός ή ο εμπειρικός ειδικός. Επομένως θα λέγαμε ως ορισμό τα εξής: Η Επιστημονική Υπόθεση στη συστημική ψυχοθεραπευτική προσέγγιση μπορεί να οριστεί ως μια δυναμική διατύπωση που περιγράφεται από τον θεραπευτή ή ειδικό, ή εμπειρικό ειδικό, η οποία αποσκοπεί στην κατανόηση των πολύπλοκων αλληλεπιδράσεων και των σχέσεων μέσα σε ένα σύστημα (π.χ., οικογένεια, ζευγάρι, ομάδα). Αυτή η υπόθεση βασίζεται στην παρατήρηση των αλληλεπιδράσεων των μελών του συστήματος, (των μοτίβων επικοινωνίας, των δομών ιεραρχίας και ρόλων) που διαμορφώνουν τις συμπεριφορές και τα συμπτώματα που παρουσιάζονται. Τέλος η υπόθεση επαληθεύεται με επιστημονικό τρόπο με συγκεκριμένη διαδικασία, έτσι ώστε όσες φορές την επαναλαμβάνει κάποιος φέρνει πάντα το ίδιο αποτέλεσμα.

3. Εφαρμογή Επιστημονικής Υπόθεσης και Επαλήθευσης

Η εφαρμογή της Επιστημονικής Υπόθεσης και Επαλήθευση χρειάζεται δύο βασικούς πυλώνες, το πλαίσιο και τον ειδικό. Η Επιστημονική Υπόθεση είναι όπως είπαμε μία δυναμική διατύπωση και εξηγούμε λέγεται έτσι διότι αυτή μπορεί να τροποποιηθεί στο

ποσοστό του αποτελέσματος. Δηλαδή μπορεί η αρχική Επιστημονική Υπόθεση να μην επαληθεύεται επομένως θα πρέπει να τροποποιηθεί ανάλογα και η Επιστημονική Υπόθεση έτσι ώστε να επυτευχθεί το αποτέλεσμα το οποίο είναι η τελική θεραπεία. Μπορούν να συμβαίνουν αλλαγές κατά την διάρκεια της θεραπείας και να επηρεάζουν τα πολλαπλά επίπεδα αλληλεπίδρασης μέσα στο σύστημα ή ακόμα να υπάρχουν αλληλεπιδράσεις που δεν έχουν καταγραφεί από τον ειδικό.

Αυτό όμως συμβαίνει σε εξαιρετικές περιπτώσεις που για λόγους εκπαίδευσης δεν θα ασχοληθούμε προς το παρόν εδώ, αλλά το αναφέρουμε για να γίνει κατανοητό **πρώτον** ότι η Επιστημονική Υπόθεση είναι μία δυναμική πρόταση η οποία αλλάζει με σκοπό πάντα την θεραπεία συγκεκριμένου ανθρωπίνου συστήματος. **Δεύτερον** είναι ένα βασικό βήμα για την στοχευμένη θεραπεία η οποία απαιτεί οπωσδήποτε Επιστημονική Επαλήθευση έτσι ώστε να επειβεβαιωθεί η αρχική Επιστημονική Υπόθεση.

Επομένως ως προς την αποτελεσματικότητα της διαδικασίας και με την τήρηση της διαδικασίας είναι βέβαιο το θεραπευτικό αποτέλεσμα. Αυτό που μένει είναι να γίνει κατανοητή η διαδικασία που αν και φαίνεται κατανοητή ως προς το παρακάτω παράδειγμα ωστόσο όμως σε πραγματικές συνθήκες απαιτεί προσοχή και απόφαση να τολμά ο συμμετέχων ξανά και ξανά όταν ειδικά κάποιος είναι στο αρχικό στάδιο. Παρακάτω θα δούμε ένα παράδειγμα για να γίνει κατανοητή η Επιστημονική Υπόθεση και η Επαληθευσή της.

Περίπτωση: Μια οικογένεια έρχεται σε θεραπεία επειδή το έφηβο παιδί τους παρουσιάζει συμπτώματα κατάθλιψης και άγχους.

Επιστημονική Υπόθεση: Το παιδί αναπτύσσει συμπτώματα άγχους και κατάθλιψης ως απάντηση στη συνεχή πίεση να διατηρεί την ηρεμία στην οικογένεια και να αποφεύγει τις συγκρούσεις των γονιών του.

Εκτίμηση πλαισίου: Ο ειδικός παρατηρεί ότι οι γονείς συχνά εμπλέκονται σε συγκρούσεις και ότι το παιδί παίρνει το ρόλο του διαμεσολαβητή για να μειώσει την ένταση μεταξύ τους.

Επαλήθευση Επιστημονικής Υπόθεσης: Ο ειδικός μετά από την διευρεύνηση του πλαισίου πράγματι διαπιστώνει ότι οι γονείς εμπλέκονται σε συγκρούσεις μπροστά στο παιδί και το ίδιο προσπαθεί να μειώσει την ένταση. Με αυτό τον απλό τρόπο επαληθεύεται η Επιστημονική Υπόθεση.

Παρέμβαση: Ο θεραπευτής αποφασίζει να δουλέψει με τους γονείς για να βελτιώσουν την άμεση επικοινωνία τους και να αναλάβουν την ευθύνη των συγκρούσεων τους χωρίς να εμπλέκουν το παιδί. Την παρέμβαση θα την εξετάσουμε σε επόμενη ενότητα.

Το παραπάνω παράδειγμα είναι κλασική περίπτωση όπου ο ειδικός συστημικός ψυχοθεραπευτής και επαγγελματίας γνωρίζει πολύ καλά την Επιστημονική Υπόθεση και σχεδόν σε μία συνεδρία μπορεί να διαγνώσει ακόμα και την Επιστημονική Επαλήθευση. Εδώ η Επιστημονική Υπόθεση ουσιαστικά συναντά την βαθύτερη αιτία που προκαλεί το σύμπτωμα. Δηλαδή το άγχος και η κατάθλιψη του παιδιού στην περίπτωση αυτή οφείλεται στις συγκρούσεις των γονέων και ταυτόχρονα εμπλέκουν το παιδί στην μεταξύ τους τεταμένη σχέση. Αυτό βεβαίως δεν συμβαίνει σε κάθε περίπτωση όταν γονείς μαλώνουν και εμπλέκουν το παιδί τους να αποκτά άγχος και κατάθλιψη εξαιτίας της δικής τους σύγκρουσης. Η κάθε περίπτωση είναι μοναδική και εξετάζεται μοναδικά στο συγκεκριμένο πλαίσιο όπου ανήκει.

Δικαιολογημένα θα μπορούσε κάποιος να θέσει τα ερωτήματα όπως πώς γνωρίζουμε ότι η Επιστημονική Υπόθεση συναντά την βαθύτερη αιτία του προβλήματος; ή πώς μπορούμε να γνωρίζουμε για την κάθε περίπτωση την αντίστοιχη Επιστημονική Υπόθεση; ή γιατί η Επιστημονική Επαλήθευση είναι απαραίτητη; Ας τα δούμε ένα ένα τα παρακάτω ερωτήματα και θα προσπαθήσουμε όσο περισσότερο μπορούμε να είμαστε απλοί στην κατανόηση.

Πώς μπορούμε να γνωρίζουμε για άλλες περιπτώσεις την Επιστημονική Υπόθεση;

Η απάντηση είναι μέσα από την υπάρχουσα επιστημονική καταγραφή και εμπειρία υπάρχει υλικό προς αξιοποίηση. Δηλαδή η επιστήμη ήδη μας παρέχει έτοιμο υλικό το οποίο μπορεί σήμερα να αξιοποιηθεί και να προσαρμοστεί σε κάθε περίπτωση. Επομένως είναι μία πληροφορία την οποία έχουμε σήμερα και αυτή μπορεί να εφαρμοστεί για ένα πολύ μεγάλο φάσμα ψυχολογικών και ψυχιατρικών περιπτώσεων. Αυτές τις πληροφορίες δίδονται σε προσωπική καθοδήγηση είτε ακόμα και σε ψυχοθεραπευτική ομάδα.

Πώς γνωρίζουμε ότι η Επιστημονική Υπόθεση συναντά την βαθύτερη αιτία του προβλήματος;

Το επιβεβαιώνει η επιστημονική κοινότητα μέσα από τις έρευνες και τις παρεμβάσεις όπου έχει πραγματοποιήσει τις προηγούμενες δεκαετίες και συνεχίζει ακόμα. Η κύρια σκέψη είναι η μετατροπή της ερμηνείας σε υπόθεση. Αντί λοιπόν να ερμηνεύεται το σύμπτωμα εξηγώντας την αιτία που το προκάλεσε και στην συνέχεια να αναλύεται με γνωστικό τρόπο, διατυπώνεται στην θέση της ερμηνείας η υπόθεση. Στην συνέχεια εφαρμόζεται παρέμβαση χωρίς να σχολιάζεται η αιτία που προκάλεσε το σύμπτωμα. Το τελικό αποτέλεσμα είναι εντυπωσιακό διότι με λιγότερο κόπο και χρόνο το σύμπτωμα ή μειώνεται ή δεν εμφανίζεται ξανά. Αυτή είναι και η βασική διαφορά της συστημικής προσέγγισης από τις άλλες προσεγγίσεις που προσπαθούν να βοηθήσουν τον άνθρωπο είτε γνωστικά είτε με την ερμηνεία είτε με άλλο τρόπο.

Γιατί είναι απαραίτητη η Επιστημονική Επαλήθευση;

Είναι απαραίτητη η Επιστημονική ή Επαλήθευση διότι μέσα από αυτή επαληθεύεται ότι πράγματι το πλαίσιο πυροδοτεί το σύμπτωμα με έναν συγκεκριμένο τρόπο και εφόσον υπάρχει αυτό τότε επαληθεύεται και η Επιστημονική Υπόθεση. Εάν δεν υπάρχει ανάλογο πλαίσιο όπως ορίζει η Επιστημονική Υπόθεση δεν προτείνεται η οποιαδήποτε συνέχεια σε παρέμβαση η οποία θα

χαρακτηριστεί τυφλή διότι δεν είναι γνωστό το πραγματικό πλαίσιο το οποίο πυροδότησε το σύμπτωμα. Επομένως μία λανθασμένη εκτίμηση μπορεί να χαρακτηριστεί και επικίνδυνη διότι μία ασαφή εκτίμηση θα παράξει και μία ασαφή παρέμβαση η οποία μπορεί να οδηγήσει και στην αύξηση του παθολογικού συμπτώματος παρά στην θεραπευτική αντιμετώπιση του.

Εύκολα θα μπορούσαμε να πούμε ότι πρώτα θα πρέπει να πραγματοποιηθεί η παρέμβαση έτσι ώστε να γίνει αποδεκτή η Επαλήθευση διότι εφόσον δούμε τα αποτελέσματα τότε μόνον θα μπορούμε να πούμε ότι επαληθεύεται η Επιστημονική Υπόθεση. Η σωστή απάντηση είναι πρώτα διατυπώνουμε την Επιστημονική Υπόθεση, μετά διερευνούμε το πλαίσιο στο οποίο πυροδοτείται το σύμπτωμα και αυτό είναι η Επαλήθευση της Επιστημονικής Υπόθεσης. Η παρέμβαση είναι το επόμενο βήμα που θα αναφερθούμε σε άλλη ενότητα. Ο λόγος είναι ο εξής. Ήδη γνωρίζουμε από την προϋπάρχουσα εμπειρία και γνώση της επιστημονικής κοινότητας ότι ισχύει η Επιστημονική Υπόθεση, επομένως έχουμε ήδη έτοιμο υλικό το οποίο δεν απαιτεί επαλήθευση με αυτό τον τρόπο διότι ήδη έχει πραγματοποιηθεί.

Εφόσον έχει επαληθευτεί η Επιστημονική Υπόθεση με τον παραπάνω τρόπο τότε αυτό που μένει είναι να επαληθευθεί η σωστή παρέμβαση. Η παρέμβαση είναι το αμέσως επόμενο βήμα που θα παρουσιάσουμε σε άλλη ενότητα και εφόσον πραγματοποιηθεί με τον σωστό τρόπο τότε δεν θα μιλάμε για την επαλήθευση της Επιστημονικής Υπόθεσης αλλά για την επαλήθευση της στοχευμένης παρέμβασης. Επομένως η Επαλήθευση της Επιστημονικής Υπόθεσης είναι ένα βήμα πριν την παρέμβαση η οποία διερευνά με επιστημονική τρόπο το πλαίσιο το οποίο πυροδοτεί την αιτία του συμπτώματος που θέλουμε να αλλάξουμε, ή να παρέμβουμε και στην συνέχεια μας βοηθάει να σκεφτούμε τι είδους παρέμβαση θα εφαρμόσουμε έτσι ώστε να φέρουμε τα επιθυμητά αποτελέσματα.