

Derc, Małgorzata

O przedmiocie psychologii humanistycznej

Acta Universitatis Nicolai Copernici. Filozofia 16 (279), 37-49

1995

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Institut Filozofii UMK

Małgorzata Derc

O PRZEDMIOCIE PSYCHOLOGII HUMANISTYCZNEJ

W literaturze naukowej termin „psychologia humanistyczna” zaistniał oficjalnie w roku 1961; wtedy to czołowy reprezentant „Trzeciej siły”, Abraham Maslow, założył wraz z Sutichem pismo „Journal of Humanistic Psychology”. Mianem „Trzeciej siły” określano wówczas środowisko amerykańskich psychologów, którzy stworzyli opozycję wobec dwóch najbardziej wpływowych szkół psychologicznych — behavioryzmu i psychoanalizy. W roku 1963 powstało Amerykańskie Towarzystwo Psychologii Humanistycznej (AHP), które w sześć lat potem przekształciło się w Towarzystwo Międzynarodowe. Pierwszymi członkami Amerykańskiego Towarzystwa Psychologii Humanistycznej byli między innymi: Gordon Allport, James Bugental, Charlotte Bühler, George Kelly, Abraham Maslow, Floyd Matson, Henry Murray, Gordner Murphy, Carl Rogers, Rollo May. Fragment wystąpienia Floyda Matsona określa klimat ideowy owej tak zwanej „Trzeciej siły”:

Idea Trzeciej Siły [...] wyrosła [...] jako protest przeciwko minimalistycznemu i fragmentarycznemu sposobowi patrzenia na człowieka, który przeważał zarówno w uczelniach (tj. w nauczaniu psychologii), jak i w klinikach (tj. w praktykowaniu psychologii). To minimalistyczne widzenie, ta niska ocena ludzkiej kondycji wydawały się nie budzić sprzeciwu w obrębie całej dyscypliny, gdziekolwiek nie spojrzeć. Były one jednakowo oczywiste dla obu stron w sporze „natura—środowisko”. Zarówno dla psychogenetycznego determinizmu ortodoksyjnych freudystów, czyniących z człowieka wytwór instynktów, jak i dla środowiskowego determinizmu behaviorystów, traktujących człowieka jako produkt warunkowania [...]. Minimalistycznemu, skurczonemu obrazowi człowieka, redukującemu go do tego, co Gordon Allport określił jako „ofiara—widza” (*victim—spectator*) ślepych sił działających niezależnie od niego, przeciwstawiano obraz maksymalistyczny — podejście afirmujące, w którym odważono się mówić o ludzkich zasobach sił i możliwości, o radości, miłości i po prostu o rozwoju — nawet [...] o aktywnym „ja”, „ja” jako podmiocie. Było to nie tylko nowe na ówczesnej scenie, było to głęboko wywrotowe¹.

¹ F. W. Matson, *What Ever Become of the Third Force?*, [in:] *Satan is Left Handed*, Association for Humanistic Psychology, San Francisco 1976, s. 17. (Ten cytat i następne w niniejszym artykule w moim tłum. — M. D.).

Psychologia humanistyczna zaproponowała zatem odwrócenie dotychczasowego podejścia, zrehabilitowanie „ja” w jego subiektywności, a przez to w jego godności, wymianę mechanomorficznego modelu robota na antropomorficzny model osoby. Pozwalało to przenieść uwagę z determinizmu na samookreślenie, z przyczynowości na celowość, z zachowania na przeżywanie, z manipulacji na spełnienie. Zhumanizowano w ten sposób przedmiot psychologii i to samo stało się z metodą badania. W szczególności psychoterapia — zwłaszcza ludzie tacy jak Carl Rogers i Rollo May — dała wyraz uznaniu dla efektywnego znaczenia troski i zaangażowania, współczującej introspekcji i opartego na współodczuwaniu spotkania. W skrócie: przypisano znaczenie raczej zmniejszaniu dystansu między obserwatorem a obserwowanym niż powiększaniu go.

Celem nowej nauki o człowieku stało się nie przewidywanie i kontrola, ale zrozumienie i oswobodzenie. W laboratoriach humanistów analiza ustąpiła miejsca, jeżeli chodzi o ważność, syntezie. W ich klinikach porzucano diagnozę na rzecz dialogu. W tym wszystkim — wygnańczy status uczuć i „tendencji” (to znaczy wartości) został uznany i doceniony. Być humanistycznym psychologiem, znaczyło między innymi być psychologiem holistycznym: widzieć człowieka jako całość, nie jako czysty rozum lub wyłącznie mechanizm, ale jako jedność serca, umysłu, woli i nawet śledziony².

Cytat ten pozwala wnioskować o podstawowych założeniach psychologii humanistycznej ukazując:

- 1) antydeterniistyczną, personalistyczną koncepcję człowieka,
- 2) antymanipulacyjny kształt terapii, przeciwstawiany terapii behawioralnej i autorytaryzmowi interpretującej terapii psychoanalitycznej,
- 3) system wartości podkreślający wagę autonomii osoby ludzkiej i autentycznych międzyludzkich relacji.

Założenia te nie zostały jednak przyjęte *a priori* w postaci określonego systemu aksjologicznego. Podłożem ich była wieloletnia praktyka terapeutyczna. Psychologia humanistyczna po dziś nie jest nauką jednorodną, opartą na wyraźnie sprecyzowanych przesłankach metodologicznych. Kształtuje się ona dość żywiołowo, będąc raczej określonym modelem działania, który stopniowo wyłania samowiedzę metodologiczną, odnajdując pokrewieństwo z filozoficznymi nurtami refleksji nad człowiekiem.

Historycznie rzecz biorąc, „początków” tej nauki należałoby szukać w latach czterdziestych. Powstały wtedy grupy treningowe charakteryzujące się antybehavioralnym stylem psychoterapii. Organizowane były przez Carla Rogersa i jego uczniów.

Inny nurt treningu wrażliwości rozwinął się w latach 1946—1947; zapoczątkował go również Carl Rogers na uniwersytecie w Chicago tworząc „grupy spotkaniowe” (*encounter groups*). Grupy te były formą szko-

² Ibid., s. 15.

lenia przyszłych terapeutów. Celem spotkań była pomoc osobom uczestniczącym w głębszym rozumieniu siebie, pomoc w uczeniu się lepszego rozumienia innych.

W rozwijającym się obecnie w Stanach Zjednoczonych ruchu spotkań treningowych wyróżnia się dwa nurty: wywodzący się z inspiracji grup „T” oraz z *encounter groups* Rogersa. Ruch pierwszy, związany z działalnością Krajowego Laboratorium Szkoleniowego dla Rozwoju Grup (National Training Laboratory for Group Development — NTL), nastawiony jest głównie na procesy grupowe, na uczenie uczestników lepszego współdziałania z innymi (np. usprawnienia działań określonych instytucji). Drugi, który wyrósł z tradycji „grup spotkaniowych” C. Rogersa, obecnie związany z działalnością Esalen Instytut w Kalifornii, nastawiony jest przede wszystkim na rozwój osobisty i kształcenie indywidualnej wrażliwości uczestników.

Terapia antybehavioralna, zainicjowana również przez Rogersa, miała swój początek w latach czterdziestych. Rogers po wieloletnich doświadczeniach doszedł do wniosku, że skuteczność pomocy psychologicznej jest wyznaczona charakterem relacji między terapeutą a pacjentem, nie zależy więc od takiego czy innego zestawu technik terapeutycznych. Efektywność terapii zależy bowiem od stopnia osobistego zaangażowania terapeuty i pacjenta. Relacje nie mogą być oficjalne; im bardziej terapeuta potrafi zapewnić pacjentowi poczucie bezpieczeństwa i wolności, im autentyczniej może go zaakceptować, unikając ocen i dyrektywności, tym efektywniejsze będą wyniki pracy. Stąd postulat szacunku dla autonomii pacjenta, pełnej akceptacji pacjenta jako osoby, potraktowania relacji terapeutycznej jako autentycznego spotkania (w znaczeniu, jakie określił temu nadał Martin Buber) — czyli odrzucenia technik manipulacyjnych, ocen, autorytatywnej interpretacji przeżyć pacjenta. Taka terapia wedle Rogersa miała dopiero uruchomić naturalny proces rozwojowy człowieka.

Stanowisko terapeutów humanistycznych można określić następująco: Celem terapii nie jest przystosowanie zachowań pacjenta do wymagań społecznej rzeczywistości przez oparty na warunkowaniu system uczenia zachowań pożądaných. Celem tym nie jest również przystosowanie do rzeczywistości przez uzyskanie wglądu w stłumione mechanizmy popędowe. Celem terapii jest uwolnienie potencjalnych możliwości rozwojowych człowieka przez udzielenie mu wsparcia w procesie usuwania wewnętrznych przeszkód, uniemożliwiających mu dotąd swobodne reagowanie na świat, tzn. celem tym są autonomiczne wybory i decyzje, nie obciążone projekcją, lękiem bądź jakimkolwiek zniekształceniem. Podsumowując — terapia powinna być nastawiona na rozumienie i uwolnienie, a nie na przewidywanie i kontrolowanie.

Do innych szkół psychologii humanistycznej należą: terapia *Gestalt* Fryderyka Perlsa, analiza transakcyjna Eryka Berna, zespolona terapia

rodzinna Virginii Satir, psychosynteza Roberta Assagiolo, bioenergetyka Aleksandra Lowena.

Obok wielu szkół psychoterapii profesjonalnej usytuowanych w nurcie psychologii humanistycznej, działają liczne grupy nieprofesjonalne, które uzasadnienie dla swojego istnienia czerpią z założenia, że pomoc drugiemu może dać każdy, kto wyróżnia się otwartością, zdolnością do empatii, szacunkiem dla autonomii człowieka jako osoby. Te nieprofesjonalne terapeutyczne kontakty były źródłem pomysłu Harriego Jackin-sona, który zainicjował tzw. „R—C” (*Reevolution Counseling*)³.

Istnienie psychologii humanistycznej nie sprowadza się do działalności grup treningowych, spotkaniowych czy też nieprofesjonalnej pomocy psychologicznej. Należy uwzględnić również kontekst metodologiczny, aksjologiczno-filozoficzny tego zjawiska.

Stanowisko metodologiczne psychologów humanistycznych można określić jako przeciwstawienie obiektywnemu, „zewnątrznemu” podejściu do badania człowieka (które reprezentuje behawioryzm i autorytatywne podejście psychoanalityczne) — subiektywnego, „wewnętrznego układu odniesienia”, dającego możliwość zrozumienia człowieka nie z punktu widzenia „zewnątrznego” interpretatora, ale z punktu widzenia samej osoby „zachowującej się”. Celem jest więc dotarcie do niepowtarzalnego, osobistego sposobu przeżywania własnego istnienia i świata. Ten układ nazywany jest często fenomenologicznym układem odniesienia. Poznawanie człowieka wiąże się zawsze z polem znaczeń, które ukazują się przed nami w określonej sytuacji. Husserl powiada: „adekwatnie doświadczamy tego, że sami istniejemy, chociaż nie bardzo wiemy jakie są granice naszego ja”⁴. Nieadekwatne doświadczenie drugiego jest szczególnie zniewalające. Nasze ja zaczyna nabierać kształtu ze względu na drugiego. Ten drugi wyznacza granice naszej wolności. Znamienne, że ucieczka od ludzi jest często zapowiedzią patologii. Ustępowanie choroby wiąże się z powrotem do ludzi. To dialog z ludźmi, bycie z nimi uświadamiają nam granice i samo istnienie naszej wolności. Przyjęcie fenomenologicznego układu odniesienia przyniosło konieczność zmiany metod badawczych, stworzenia takich warunków, które gwarantowałyby maksymalną otwartość osoby badanej, odsłonięcie jej indywidualnego pola znaczeń. Fenomenologiczne opisy przeżyć, doznań i uczuć są więc podstawowym materiałem źródłowym do formułowania wiedzy o człowieku.

Istotną kwestią odróżniającą psychologię humanistyczną od innych kierunków w psychologii jest stosunek do wartości. Psychologowie humanistyczni odrzucają postawę bezosobowego obserwatora z „zewnątrz” jako nieadekwatną wobec specyficznego przedmiotu poznania, jakim jest człowiek. Odrzucają również pozytywistyczny dogmat neutralności aksjo-

³ H. Jackins, *The Human Side of Human Beings in The Theory of Reevolution Counseling*, Seattle 1965, s. 23.

⁴ J. Tischner, *Odpowiedź na ankietę*, Znak, 1977, nr 281/282, s. 1357.

logicznej badacza, jako postawę niemożliwą do osiągnięcia, a w swych konsekwencjach niebezpieczną dla ludzkiego gatunku. „Klasyczna filozofia nauki jako moralnie neutralna, obojętna na wartości, neutralna wobec wartości jest nie tylko błędna, ale bardzo niebezpieczna. Jest nie tylko amoralna, potrafi być także niemoralna”⁵. Maslow odrzuca tak zwany „obiektywizm normy statycznej”. Człowiek „dobry” — to taki, który osiąga dostępny mu pułap ludzkich możliwości, a więc sposób istnienia, który Maslow nazywa „pełnią człowieczeństwa”, a Rogers „w pełni funkcjonującą osobą”. „Norma statystyczna, norma opisowa, tzw. przeciętna jest często obrazem pewnego rodzaju schorzenia, kalcetwa czy skarłowacenia, które dzielimy z innymi i którego dlatego często nie zauważamy”⁶. Przeciętność, średniość ukazuje nam zafałszowany obraz człowieka. Stąd u Maslowa „obiektywność” oparta na średniej statystycznej zostaje zastąpiona „obiektywnością” opartą na tzw. „statystyce wzrastającego wierzchołka”, która ukazuje potencje ludzkie przez badanie możliwości, jakie posiadają najbardziej „dobrowoli przedstawiciele gatunku”.

W ostatnim czasie jednak coraz powszechniej podnosi się kwestię komplementarności różnych metod i sposobów poznania człowieka.

Psychologia humanistyczna próbuje stworzyć jedną filozofię dla różnych, cząstkowych podejść w psychologii [...], aby ją opisać ukułem termin „epibehawiorystyczna”, „epifreudowska” (*epi* — bazująca na czymś). Pozwala to uniknąć nie-dojrzałego, dwuwartościowego, dychotomicznego nastawienia, na przykład profreudowskiego czy antyfreudowskiego. Jestem behaviorystą i freudystą, opowiadam się także za psychologią humanistyczną, w rzeczywistości zaś tworzę czwartą psychologię, psychologię transcendencji. Mówię tutaj w swoim imieniu. Nawet bowiem wśród psychologów humanistycznych są tacy, którzy uważają, że znajdują się w opozycji do behavioryzmu i psychoanalizy, nie próbując włączyć tych systemów w większą nadrzędną strukturę. Sądzę, że część z nich balansuje na krawędzi postawy antynaukowej⁷.

Inna wypowiedź sugeruje, że psychologia humanistyczna nie określa się już jako kierunek opozycyjny wobec behavioryzmu czy psychoanalizy, lecz próbuje integrować możliwe sposoby poznania człowieka, usiłując tym samym odpowiedzieć na najistotniejsze pytania.

...najpoważniejsze psychologiczno-filozoficzne wyzwanie wobec humanistycznej psychologii wydaje mi się polegać na znalezieniu sposobów uwzględnienia obu: fenomenologicznej i przyczynowo-funkcjonalnej perspektywy bycia człowiekiem. Metaforyczna relacja między tymi perspektywami wydaje się taka jak między komplementarnością formuł falowej i kwantowej w fizyce...⁸

Pytania psychologów humanistycznych są podstawowe: Czy możemy

⁵ A. H. Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature*, New York 1971, s. 114.

⁶ *Ibid.*, s. 112.

⁷ *Ibid.*, s. 4—5.

⁸ W. Harman, *Edited Transcript AHP Conference*, Tuscon (Arizona) 1975, s. 106.

poznać siebie? Do czego warto dążyć? Dlaczego bywa nam źle? Jak możemy pomóc sobie i innym, by wykorzystać maksymalnie swój potencjał? Są to pytania stawiane od tysięcy lat, wciąż żywe i pulsujące. Czy psychologia humanistyczna pozwoli nam ujrzeć świat na nowo? Czy stanowi ona jakąś nową wersję filozofii człowieka? Czy byłoby prawomocne traktowanie jej jako nowego kierunku filozofii współczesnej? Kwestie te będą tematem dalszych moich refleksji.

Jak wiadomo, w tradycji kultury europejskiej odpowiedź na pytanie o możliwość poznania człowieka wskazuje na następującą alternatywę: albo obiektywny i fragmentaryczny schemat człowieka, albo nieobiektywna i niejasna, ale głęboka wizja człowieka. Pierwsza perspektywa poznawcza dominowała dotąd w socjologii, psychologii, pedagogice, medycynie i psychiatrii. Druga perspektywa była domeną literatury i indywidualnych filozoficznych prób konstruowania obrazu człowieka.

W związku z tym, że „siebie” poznajemy bezpośrednio, nasza wiedza o „sobie” wydaje nam się często oczywista i intuicyjnie trafna, a nawet prawdziwa do chwili, kiedy pojawi się tendencja do racjonalizacji naszego zachowania, krytyczna refleksja o mechanizmach obronnych, emotywniej idealizacji lub deprecjacji obrazu własnej osoby. Chęć głębszego zrozumienia „siebie” wykracza poza nawykowy stereotyp, powoduje chaos informacyjny, chaos ocen i ambiwalentnych uczuć. Kolejne próby werbalizacji tego chaosu wydają się niepełne, zniekształcone głównie dlatego, że przybierają postać statycznego obrazu tego, co z natury rzeczy jest zmiennym procesem. Tak więc nawet poznanie samego „siebie” wydaje się nieuchwytnie i niekomunikowalne.

W tej perspektywie rozważań szansa poznania innych wydaje się nieosiągalna. Nie możemy bowiem doświadczyć subiektywnych przeżyć innych ludzi. Co prawda obserwując „innych” w mniejszym stopniu stosujemy idealizację czy racjonalizację, lecz nasze obserwacje bywają zniekształcone przez mechanizm projekcji i inne schematy postrzegania. Tak zwane obiektywne metody badań: testy, kwestionariusze osobowości ujmują zaledwie kilka aspektów osobowości. Obraz człowieka budowany na podstawie tzw. obiektywnych narzędzi pomiaru można porównać do czystego arkusza papieru, na którym zaznaczono jedynie kilka wzajemnie skorelowanych punktów.

Z tradycyjnych kierunków psychologii (behavioryzmu i psychoanalizy) wyłania się uproszczony obraz człowieka, odpowiadający przyjętym schematom pojęciowym. Behavioryzm ogranicza się więc do opisu korelacji między zachowaniami, które można obserwować i mierzyć. W psychoanalizie wizja człowieka wyprowadzona jest z kilku schematów interpretacyjnych, których walor poznawczy był niejednokrotnie kwestionowany. Obydwa te kierunki opisując i wyjaśniając zachowanie człowieka odwołują się wyłącznie do konfliktu między potrzebami a możliwościami

ich zaspokojenia — omijając problem wartości i celów ludzkiego postępowania. Problem świadomości jest w psychoanalizie również zredukowany do kilku schematów interpretacyjnych. W obu tych perspektywach poznawczych i terapeutycznych człowiek jest analizowany, obserwowany, opisywany i poddawany manipulacji.

Uboga to wizja wobec rzeczywistych ludzkich problemów. Psychologia humanistyczna konstatuje ten fakt uwzględniając w swojej perspektywie poznawczej to, co zawierało się w aparaturze pojęciowej tak zwanej psychologii akademickiej i filozoficznej zarazem, a co zostało radykalnie odrzucone w połowie XIX wieku przez tzw. „psychologię naukową”. Chodzi mianowicie o wpływ wartości na postępowanie człowieka. Psychologia humanistyczna, wzbogacona o refleksję fenomenologiczną i egzystencjalistyczną, nie powieliła starych schematów poznawczych psychologii akademickiej czy filozoficznej, nie odwołuje się też do tradycyjnej hierarchii wartości. Wspólną cechą orientacji teoretycznych psychologii humanistycznej jest podkreślanie roli samoświadomości. Człowiek jest autorem procesu samopoznania. Psycholog nie jest już „posiadaczem” prawdy o człowieku, dostępnej tylko wtajemniczonym. Jest on partnerem we wspólnym wysiłku rozumienia osoby, która zachowuje swą autonomię nawet w procesie terapii. Poznanie człowieka u Rogersa, Masłowa, Frankla, Perlsa jest procesem odkrywania, doświadczania i dążenia do zrozumienia zmiennych struktur znaczeniowych konkretnej osoby. Nie ma prób budowania jednolitego obrazu natury ludzkiej. Taka refleksja, odrzucając trwałe i jednolite opisy i pomiary, zmierza do uświadomienia procesów przebiegających w różnych sferach funkcjonowania człowieka: biologicznej, emocjonalnej i intelektualnej.

Charakterystyczna dla psychologów humanistycznych perspektywa poznawcza została wyznaczona przez prawidłowości, cele i potrzeby procesu terapii, a nie przez wizję poznania, która jest celem samym w sobie. Pytanie, które wydaje się zasadne brzmi: czy w tej perspektywie poznawczej można dostrzec szansę na zbudowanie całościowej, trafnej i adekwatnej koncepcji człowieka? Czy możliwe jest konstruowanie ogólnej wizji człowieka tam, gdzie za każdym razem poznanie ma na celu zrozumienie tej oto konkretnej osoby? Okazuje się, że psychologowie humanistyczni podejmują próby stworzenia takiej syntezy. Cechą szczególną tych propozycji jest to, że nie abstrahują one od wartości i nie zakładają na ogół żadnej określonej ich hierarchii. Człowiek staje się autonomicznym podmiotem samopoznania, a także autonomicznym twórcą sensu własnego życia, tj. twórcą własnej hierarchii celów.

Okazuje się więc, że wspomniana na wstępie tradycyjna alternatywa: subiektywizm czy obiektywizm poznania — w perspektywie psychologii humanistycznej w pewnym stopniu dewaluuje się. Poznanie osoby w jej najgłębszej subiektywności staje się drogą do pozyskania obiektywnej prawdy o istocie ludzkiej. Ów „subiektywny układ odniesienia” z pew-

nością nie mieści się w ramach pozytywistycznego modelu nauki, wskazuje, że scjentyistyczny paradygmat metodologiczny jest za ciasny wobec złożoności problemów, które próbuje rozwiązać człowiek.

Następny obszar dociekań odnosi się do humanistycznej koncepcji człowieka i poszukiwania odpowiedzi na pytanie: jacy jesteśmy? Czy na to pytanie można znaleźć odpowiedź w pracach psychologów humanistycznych?

Behavioryści zarzucają psychologom humanistycznym, że ich propozycje są przedwczesne, nienaukowe, że ich obraz człowieka jest zbyt subiektywistyczny i napiętnowany aksjologicznym zaangażowaniem. Na zarzut ten psychologowie humanistyczni odpowiadają, że w badaniach empirycznych, których przedmiotem jest człowiek, nie można uniknąć wcześniejszych, transcendentnych, a więc aksjologicznie zaangażowanych założeń dotyczących koncepcji człowieka (np. Rollo May). Podobnie jest z praktyką terapeutyczną — w każdej odpowiedzialnie prowadzonej terapii terapeuta w kontakcie z pacjentem zakłada jakąś nieobojętną aksjologicznie wizję ludzkiej natury. Jak dotąd nie udało się stworzyć naukowego, spójnego obrazu człowieka wywiedzionego z dorobku poszczególnych nauk o człowieku i tworzonej przez niego kultury. Z kolei w scjentyistycznie zorientowanych nurtach humanistyki zawarte są *implicite* różnorodne koncepcje natury ludzkiej jakże sprzeczne z rzeczywistym doświadczeniem ludzi. Podstawą koncepcji człowieka w psychologii humanistycznej jest właśnie rzeczywiste doświadczenie ludzi, myślących i czujących podmiotów, afirmujących świat i obawiających się go, doświadczenie ludzi zaangażowanych we własne istnienie.

Koncepcja doświadczenia wywodzi się z praktyki terapeutycznej i rozumienia tego pojęcia wywodzącego się od Jamesa i Deweya. Według Jamesa w bezpośrednim charakterze ludzkiego doświadczenia zawarty jest element „chcenia”, decyzji, jako wstępnego warunku odkrycia prawdy. W tradycji filozoficznej myśli amerykańskiej tak rozumiane doświadczenie jest źródłem wiedzy o wartościach. Koncepcja doświadczenia przyjęta przez psychologię humanistyczną spokrewniona jest również z tradycją ruchu fenomenologicznego, z Husserlowskim postulatem „powrotu do rzeczy”, rozumianym jako dążenie do odsłaniania, bezpośredniego uobecniania świata.

Jakiż to świat odsłania się w doświadczeniu terapeutycznym, w „spotkaniu” człowieka z człowiekiem? Przede wszystkim w świecie tym nie ma rozdziału na podmiot poznający i podmiot poznania. Istotą autentycznego spotkania jest doświadczenie własnej podmiotowości przy jednoczesnym otwarciu się na podmiotowość „drugiego”. W spotkaniu terapeutycznym uczestniczą ludzie, z których każdy doświadcza siebie i świata, w obrębie którego znajduje się „ten drugi”. Tak rozumiane spotkanie musi być ugruntowane na jakiejś zasadzie organizującej jedność, całość i odrębność osób biorących udział w spotkaniu, na jakiejś

wspólnej koncepcji świata. Taki sposób rozumienia problemu bliski jest Heideggerowskiej koncepcji pierwotnej zdolności człowieka do „bycia w świecie” i „współbycia” z innymi ludźmi.

Dla psychologów humanistycznych człowiek to myślący, czujący organizm, to jedność procesów biologicznych i duchowych — tworzenie sensu, dążenie do wartości, bycie świadomym własnej osoby, bycie wolnym. Otwieranie się na własne doświadczenia, doświadczenie innych wiąże się z ryzykiem różnorodnych zniekształceń: projekcji, introjekcji. W doświadczeniu własnych uczuć, w odsłanianiu swych autentycznych dążeń ograniczają człowieka maski i fasady, których on sam jest w pewnym stopniu świadomym twórcą (Rogers). Zniekształcenie pojawia się wówczas, gdy w człowieku przeważa lęk przed dążeniem do rozwoju. Potrzeba poczucia bezpieczeństwa staje się wtedy mocniejsza niż satysfakcja wynikająca z rozwoju (Maslow). Ta Maslowowska koncepcja konfliktu między dwiema przeciwstawnymi tendencjami — dążeniem do bezpieczeństwa i dążeniem do rozwoju, nie jest tożsama z Freudowską koncepcją natury będącej terenem bezosobowej gry popędów. U Masłowa człowiek może wybrać. Jeśli wybór dokonany jest zgodnie z naszymi pragnieniami, zgodnie z naturalnymi potrzebami organizmu — jest wyborem dobrym. „Wszystkie wybory są dobre, istnieje bowiem mądrość rozwoju i mądrość obrony” (Maslow). Zły wybór to podporządkowanie się pragnieniom innych, wybór, w którym osoba wyzbywa się swego „ja” — pozbawiając się autonomii i podmiotowości. Wybór dokonuje się więc za pośrednictwem spontanicznie, samorzutnie reagującego organizmu. Wtedy to uświadamiamy sobie własne preferencje i realizujemy je.

Realizując własny rozwój, zaspokajamy coraz wyższe i zróżnicowane potrzeby, a wśród nich uczucia altruistyczne i prospołeczne. Stąd Maslowowska „osoba rozwijająca się” jest zawsze procesem, nigdy ustalonym bytem (Rogers). Oznacza to wejście w żywy kontakt z rzeczywistością („tu i teraz”) możliwie wszystkimi „kanałami percepcyjnymi” (Perls). Będąc procesem, każdorazową sumą doświadczeń dokonujących się „tu i teraz”, osoba ludzka jest zarazem całością, jednością skupioną wokół „wewnętrznego ośrodka” (May), osobą dokonującą wyborów, za które tylko ona jest odpowiedzialna. Problem wyboru, wolności i odpowiedzialności częstokroć podejmowano we współczesnej filozofii, zwłaszcza filozofii egzystencjalnej. Podobnie ma się rzecz z rehabilitacją podmiotowości ludzkiej. Psychologia humanistyczna nie formułuje nowej definicji człowieka. Ukazuje drogę, na której psychologowie próbują odnaleźć nowy paradygmat umożliwiający zrozumienie myślących, czujących, działających, zorientowanych na wartości ludzi.

Następna kwestia dotyczy problemu, co w psychologii humanistycznej określa się słowem „dobro”. Otóż „dobre” jest to wszystko, czego rzeczywiście chcą ludzie. Może to oczywiście prowadzić do skrajnego subiek-

tywizmu otwierającego drogę aksjologicznemu relatywizmowi. Okazuje się jednak, że Fromm, Maslow, Rogers, Szasz nie stoją na stanowisku ani subiektywizmu, ani też aksjologicznego relatywizmu. Czy jest jednak możliwe, aby odwołując się — za Frommem — do protagorejskiego zdania o człowieku, który jest miarą wszechrzeczy, twierdzić, że wartości nie mają charakteru subiektywnego i że dobro moralne nie jest względne?

Psychologowie humanistyczni uważają, że człowiek wyposażony jest przez naturę w zdolność dokonywania „trafnych wyborów” — tych wyborów, które służą rozwojowi, a nie destrukcji. Co to jest „trafny wybór”? To taki wybór, który jest podyktowany przez autentyczne „chcę” osoby ludzkiej. Zgubienie autentycznego „chcę” — to wybory chybione, zagubione, bądź lęk przed doświadczeniem ich. W każdym autentycznym „chcę” zawarte jest pragnienie istnienia i współistnienia, a więc więzi z innymi; pragnienie realizacji potencjalnych możliwości zawartych w osobie i w „innych”. Autentyczne „chcę” człowieka jest treścią jego świadomości, o ile nie jest to świadomość zafałszowana lękiem, presją lub uległością wobec autorytetu. Fromm nazywa tę autentyczną świadomość świadomością humanistyczną (w przeciwieństwie do świadomości autorytarnej). Najautentyczniejszą świadomość samych siebie mają, zdaniem Masłowa, „najlepsi”, najbardziej autonomiczni. Budują oni swoje życie zgodnie z autentycznym „chcę”, nie są manipulowani ani sterowani od zewnątrz.

Empirycznie stwierdzoną cechą charakterystyczną osób samorealizujących się jest posiadanie dużo mniejszych wątpliwości na temat dobra i zła, niż to się u ludzi przeciętnych zdarza. Nie zbija ich z tropu fakt, że 95% populacji nie zgadza się z nimi. Mogę wspomnieć, że przynajmniej w badanej przeze mnie grupie osoby takie zgadzały się w kwestii tego, co dobre i złe, jak gdyby postrzegały coś rzeczywistego, nie zaś jakby porównywały gusty, które są względne i osobiste. Jednym słowem użyłem ich jako probierzy wartości, czy też mówiąc inaczej — dowiedziałem się od nich, czym są wartości ostateczne⁹.

Pałącym problemem staje się zatem odnalezienie dróg prowadzących do tego, by maksymalnie duża liczba ludzi mogła osiągnąć ową wewnętrzną niezależność pozwalającą na rozwój niezafałszowanej świadomości samego siebie, by mogła kreować własne życie zgodnie z wewnętrznym głosem „chcę”.

Wielkie problemy, jakie stoją obecnie przed nauką, to pytanie jak stworzyć Dobrego Człowieka i Dobre Społeczeństwo. Rozwiązanie Wielkich Problemów wymaga — zdaniem Masłowa — odrzucenia scjentyistycznego przesądu na temat neutralności aksjologicznej uczonych. Aby rozwiązywać Wielkie Problemy, trzeba przyjąć postawę aksjologicznego zaangażowania, opowiadając się jednocześnie za takimi wartościami, jak bezpieczeństwo i rozwój człowieka, jak podmiotowość, wolność, samo-

⁹ A. Maslow, op. cit., s. 9.

realizacja i więź ze wspólnotą. Wartości te mają walor obiektywności, odpowiadają wewnętrznemu głosowi niezafałszowanej świadomości każdego człowieka, jego autentycznemu, nie zniekształconemu „chcę”. Są to wartości, których pewni są najzdrowsi, najbardziej rozwinięci przedstawiciele gatunku, które głosili od wieków mędracy, prorocy i święci różnych religii, a których chcemy wszyscy, o ile tylko zdolni jesteśmy do tego, by dotrzeć do swego najgłębszego, najbardziej autentycznego „chcę”, by bez lęku zawierzyć pragnieniom swego organizmu i intuicji.

Abraham Maslow w swojej pracy *The Farther Reaches of Human Nature* pisze, iż pierwszym i koniecznym Wielkim Problemem jest stworzenie Dobrego Człowieka. Kim jest Dobry Człowiek? Jest to człowiek odpowiedzialny za własny rozwój, to jest: człowiek oświecony, rozbudzony i obdarzony samoświadomością, osoba samorealizująca się. Dla Maslowa jest oczywiste, iż najwznioślejsze konstytucje, programy, prawa nie odniosą skutku do czasu, kiedy człowiek nie osiągnie takiego stopnia dojrzałości, siły, dobroci i zrozumienia by wprowadzić je w życie. Równie Wielkim Problemem jest dla Maslowa stworzenie Dobrego Społeczeństwa. Zauważa on istnienie sprzężenia zwrotnego między Dobrym Społeczeństwem a Dobrym Człowiekiem. Każde z nich jest warunkiem niezbędnym dla drugiego, są one sobie wzajemnie niezbędne. Przez Dobre Społeczeństwo rozumie Maslow jeden gatunek, jeden świat. Jeżeli przyjmiemy się dobroć człowieka jako coś stałego, można stworzyć warunki społeczne, które ukierunkują ludzi na dobro lub zło. Najważniejsze jest jednak by odróżnić warunki instytucjonalne od zdrowia psychicznego jednostki i być świadomym, że dobro i zło jednostek zależy od instytucji społecznych. Maslow odwołuje się do podstawowego założenia teorii synergii społecznej stwierdzającego, że w określonych warunkach społecznych jednostki w sposób nieunikniony zwracają się przeciwko sobie. W innych warunkach natomiast ludzie egoistycznie poszukujący dobra pomagają innym, bez względu na to, czy mają takie intencje; z drugiej strony, ktoś kto kieruje się przesłankami altruistycznymi uzyskuje korzyści osobiste. Jednym z przykładów podawanych przez Maslowa jest tu podatek dochodowy, który umożliwia społeczeństwu czerpanie korzyści z sukcesów poszczególnych jednostek. Większość dóbr i osiągnięć technologicznych należy zdaniem Maslowa przekazać w ręce dobrych ludzi — inaczej będą one bezużyteczne lub wręcz niebezpieczne. Kto pragnie, żeby zły człowiek miał władzę? Oczywistym przykładem jest tutaj wykorzystanie energii atomowej. Produktem ubocznym postępu technicznego jest więc sytuacja, w której źli ludzie stanowią większe niebezpieczeństwo i zagrożenie niż w całej dotychczasowej historii ludzkości, gdyż wysoko rozwinięta technika ofiarowała im potężne siły. Zdaniem Maslowa całkowicie bezwzględny człowiek, za którym stałoby równie bezwzględne społeczeństwo, byłby nie do pokonania.

Maslow wyraża przekonanie, że klasyczna filozofia nauki, neutralna

wobec wartości, jest bardzo niebezpieczna i może sprowadzić wielkie zagrożenie. Nauka może też poszukiwać wartości i znajdować je wewnątrz natury ludzkiej. Są to wartości warunkujące przetrwanie oraz wartości związane z rozwojem, tj. wartości stymulujące zdrowie, mądrość, cnoty moralne, szczęście i poczucie zaspokojenia. Zakłada to potrzebę ukierunkowania przyszłych badań biologicznych, które znajdowałyby oparcie we współdziałającym sprzężeniu zwrotnym między dążeniem do zdrowia psychicznego a dążeniem do zdrowia fizycznego. Okazuje się bowiem, że jeżeli przebadamy jakąkolwiek „somatyczną” chorobę dokładnie, to odnajdą się w niej psychiczne, wewnątrzsobowe, społeczne zmienne stanowiące o rozwoju choroby. Nie chodzi tu o „uduchowienie” gruźlicy czy złamań kości. Gruźlica jest efektem ubóstwa. Niemniej w przypadku złamań Maslow odwołuje się do badań przeprowadzonych przez Dunbar (*Psychosomatic Diagnosis*, New York 1969), która stwierdza istnienie osobowości ze skłonnościami do ulegania wypadkom oraz „środowisk sprzyjających wypadkom”. Wynika stąd, że nawet złamanie kości może mieć podłoże „socjosomatyczne” czy „psychosomatyczne”. Istnieją więc wskaźniki — które są raczej ekstrapolacją, nie zaś niezaprzeczalnymi danymi — sugerujące, że kształtowanie dobrych ludzi jest skorelowane z umacnianiem zdrowia psychicznego, np. przez terapię, co z kolei zwiększy długowieczność i zmniejszy podatność na choroby.

Maslow wskazuje na choroby związane z niedoborem o charakterze duchowym, filozoficznym czy egzystencjalnym i określa to zjawisko „metapatologią”. Niezaspokojenie więc podstawowych potrzeb: bezpieczeństwa, opieki, miłości, tożsamości, samorealizacji wywołuje „choroby związane z niedoborem”. Są to nerwice i psychozy. Maslow wyróżnia poza tym ludzi, którzy mają zaspokojone podstawowe potrzeby i chcą się rozwijać poprzez prawdę, dobro, piękno, sprawiedliwość, porządek, prawo itd. Tacy ludzie mogą być niezaspokojeni na poziomie metamotywacyjnym. Maslowowska teoria metamotywacji opiera się na wynikach badania wybranych niepospolitych osób, mających większą zdolność postrzegania nie tylko faktów, lecz i wartości, i odniesieniu ich wyboru wartości ostatecznych do całego gatunku ludzkiego. Maslow przytacza słowa Arystotelesa: „To, co niepospolity człowiek uważa za dobre jest prawdziwie dobre”¹⁰. Uaktualnia tym samym stare filozoficzne pytanie: Kim jest mędrzec? Co czyni kogoś mędrce?

Człowiek jest odpowiedzialny za swój rozwój. Rozwój związany jest z wyborami i z decyzjami, a więc z wartościowaniem. Maslow odwołując się do swojego doświadczenia, popartego badaniami, twierdzi, że najzdrowsi ludzie — tj. najbardziej twórczy, najmądrzejsi, najbardziej święci — mogą być uważani za najbardziej zaawansowanych w rozwoju. Mogą oni zatem powiedzieć tym mniej wrażliwym, czym jest to, co ceni-

¹⁰ Ibid., s. 9.

my. Na przykład, empirycznie stwierdzoną cechą osób samorealizujących się jest posiadanie dużo mniejszych wątpliwości na temat dobra i zła niż to zdarza się u ludzi przeciętnych.

Człowiek moralny to, według Szasza, człowiek zdolny do dokonywania samodzielnych wyborów, do samokontroli, do samostanowienia. To, co sprzyja samorealizacji, uznane jest za dobre, co ją hamuje — traktowane jest jako zło. Zakreślony został tym samym cel, do którego warto zmierzać. Pojęciem samorealizacji, będącym kluczem do działalności twórczej, chciałabym zamknąć moje rozważania. Jest to ulubione pojęcie psychologów humanistycznych. Maslow wymienia w grupie pojęć synonimicznych, obok samorealizacji, samoaktualizację, samorozwój, indywidualizację i samourzeczywistnienie. Samorealizacja jest stawaniem się tym, kim się potencjalnie jest, bo człowiek z natury wyposażony jest w cały szereg uzdolnień, zainteresowań i potrzeb, które jedynie przez działanie ujawniają się w pełni.

BIBLIOGRAFIA

1. E. Fromm, *Man for Himself*, London 1971.
2. K. Jankowski, *Przełom w psychologii*, Czytelnik, Warszawa 1979.
3. A. Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature*, Viking Press, New York 1971.
4. C. Rogers, *On Becoming a Person*, Houghton Mifflin, Boston 1961.

ON THE SUBJECT OF HUMANISTIC PSYCHOLOGY

Summary

The authoress of the paper presents basic rules of the line called „humanistic psychology”, taking into account methodological and axiological-and-philosophical aspect. She presents ethic views of one of the most famous representatives of the „Third Force”, Abraham H. Maslow, a psychologist, optimist, philosopher. In his research on the development of a higher level of human consciousness Maslow reached a conclusion that empirical scientific methods should not be separated from philosophical reflection. „The experience is merely an origin of cognition”, Maslow says, „necessary — but insufficient”. Maslow's reflection on humanistic biology, creativeness, cognition, hierarchy of needs, motivation and role of science gives a profound study on a human nature.