

Tomkiewicz, Antoni

Postawy religijne w świetle analizy transakcyjnej

Studia Teologiczne 1, 301-314

1983

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.

Ks. ANTONI TOMKIEWICZ

POSTAWY RELIGIJNE W ŚWIETLE ANALIZY TRANSAKCYJNEJ

Treść: Wstęp; I. Teoretyczne podstawy analizy transakcyjnej; II. Zakres badań analizy transakcyjnej; III. Postawy religijne.

WSTĘP

Jednym z najnowszych kierunków w psychologii jest analiza transakcyjna, która wyrosła na bazie praktyki terapeutycznej. Rozwój tego kierunku zapoczątkował w końcu lat 50-tych amerykański psychiatra i psychoanalityk Eric Berne. Analiza transakcyjna zasadniczo bazuje na psychoanalizie. Niemniej jednak spotykamy w niej pewne elementy z psychologii indywidualnej, z teorii uczenia się, z teorii ról i z psychologii humanistycznej. Elementy te, zaczerpnięte z różnych teorii psychologicznych, interpretuje się w inny, sobie właściwy sposób. Analiza transakcyjna stanowi zwartą teorię osobowości, z nachyleniem na psychoterapię.

Jest to teoria otwarta na różne kierunki i dyscypliny wiedzy. Stąd też zauważa się duże zainteresowanie analizą transakcyjną kierunków pedagogicznych, psychologicznych, socjologicznych oraz pastoralnych.

Analiza transakcyjna wzbudza duże zainteresowanie, ponieważ stara się analizować zjawiska psychiczne całościowo, uwzględniając kontekst społeczny, a więc próbuje badać struktury, grupy i instytucje społeczne, w których funkcjonuje człowiek. Podejmuje się również wyjaśnienia konfliktów międzyludzkich, ich źródła i przebiegu. Metody terapeutyczne, jakie proponuje, mogą być stosowane przez jej zwolenników samodzielnie. Mają oni głównie uczyć się kształtować i doskonalić swoją osobowość oraz ulepszać relacje międzyludzkie poprzez nauczanie się wzajemnego zaufania i spontaniczności.

Zasadniczym celem, jaki stawia sobie analiza transakcyjna, jest wzrost osobowy jednostki ludzkiej i doskonalenie relacji międzyosobowych w układach społecznych. Jest to teoria i praktyka optymistyczna, skierowana na rozwój i doskonalenie osobowości człowieka. Nastawiona jest na wzbudzenie zaufania, nadziei i miłości. Proponuje ona również odpowiednie metody terapeutyczne dla tych, którzy znajdują się w różnych kryzysach psychologicznych. Dzięki zastosowanym metodom, jakie pro-

ponuje analiza transakcyjna, w stosunkowo krótkim czasie uzyskuje się pozytywne rezultaty w ich rozwiązaniu.

Analiza transakcyjna jest mało znaną teorią, dlatego wydaje się celowe przedstawienie w szerszym zakresie teoretycznych jej założeń, następnie zaś w oparciu o zakres jej badań przedstawiona zostanie próba interpretacji postaw religijnych człowieka. Odczuwa się brak szerszych, empirycznych badań zjawiska religijności w świetle tej teorii, stąd religijność będzie przedstawiona w sposób bardzo niepełny.

I. TEORETYCZNE PODSTAWY ANALIZY TRANSAKCYJNEJ

W analizie transakcyjnej przyjmuje się funkcjonowanie u człowieka trzech podstawowych potrzeb. W początkowym okresie rozwoju potrzeby te funkcjonują w warstwie biologicznej, w dalszym rozwoju i w warstwie psychicznej człowieka. Zakorzenione w warstwie biologicznej potrzeby są tak silne, że nazywa się je głodem.

Do potrzeb tych zalicza się:

- 1) potrzebę stymulacji,
- 2) potrzebę wsparcia,
- 3) potrzebę strukturalizacji czasu.

Ad 1). Psychofizyczny organizm człowieka prawidłowo może rozwijać się jedynie w odpowiednim środowisku społecznym. Polega to na ciągłej i systematycznej stymulacji organizmu człowieka ze strony świata zewnętrznego. Bez tej stymulacji rozwój człowieka ulec może różnym nieprawidłowościom lub upośledzeniom. W pierwszym okresie rozwoju organizm człowieka potrzebuje jak najwięcej różnorodnych stymulacji od środowiska, które pobudza ciągłe ten rozwój.

Świat zewnętrzny powinien dostarczyć potrzebnej ilości bodźców dla rozwoju psychofizycznego organizmu człowieka. W początkowym okresie rozwoju stymulacja organizmu przebiega na płaszczyźnie biologicznej (np. przez dostarczanie w odpowiedni sposób dziecku pokarmu), następnie zaś na płaszczyźnie psychicznej (np. dziecko dzięki otrzymanym zabawkom rozwija swoje zdolności motoryczne, pamięć, koncentrację uwagi itp.). Bez doznawania odpowiedniej stymulacji ze strony świata zewnętrznego następuje niedorozwój psychofizyczny człowieka.

Z potrzebą stymulacji łączy się potrzeba wsparcia.

Ad 2). Potrzebę wsparcia w analizie transakcyjnej nazywa się głodem uzyskiwania „głasków”. Jest to również silna i bardzo ważna potrzeba, która ma swoje zakorzenienie w warstwie biologicznej człowieka. Pod pojęciem wsparcia rozumie się tutaj sposób i rodzaj przyjęcia egzystencji człowieka przez otoczenie społeczne. Stwarza to podstawy do zaspokojenia tak istotnych potrzeb, jak: potrzeba bezpieczeństwa, potrzeba doznawania miłości, potrzeba uznania i potrzeba poczucia wysokiej wartości siebie.

W początkowym okresie rozwoju człowieka potrzeba wsparcia przejawia się u dziecka z potrzebą utrzymywania fizycznego kontaktu z matką przy okazji otrzymywania pokarmu lub przy zasypianiu. Ten kontakt fizyczny z matką odbierany jest przez dziecko jako pozytywne „głaski” (wsparcia). Mają one bardzo duże znaczenie w rozwoju osobowości człowieka. Ich brak we wczesnym okresie rozwoju powodować może różne dolegliwości fizyczne i psychiczne. W skrajnych przypadkach może doprowadzić nawet do upośledzenia fizycznego lub psychicznego. Na bazie

potrzeby wsparcia kształtuje się u człowieka poczucie zaufania do drugiego człowieka.

W późniejszym okresie rozwoju „głaski” nabierają charakteru bardziej symbolicznego, ich wymiar fizyczny ulega zmniejszeniu. Do tego typu „głasków” można zaliczyć np. pozdrowienie, przyjazny uśmiech, uścisk dłoni itp.

Sposób i jakość udzielania „głasków” przez otoczenie społeczne ma istotne znaczenie w kształtowaniu postaw życiowych wobec siebie i otoczenia społecznego. Jednostka ludzka, otrzymująca wystarczającą ilość „głasków”, kształtuje u siebie wysokie poczucie akceptacji siebie, co wpływa na relacje interpersonalne. Nie będąc zagrożoną w otoczeniu społecznym — dzięki formowaniu się poczucia wartości siebie — jednostka ma szansę rozwoju wyższych potrzeb psychicznych.

Udzielanie „głasków” przybierać może różne formy, np. podkreślenie pozytywnych właściwości fizycznych czy psychicznych, pozdrowienie, uważne słuchanie, prawidłowe wymawianie imienia i nazwiska. Gdy osoba nie otrzymuje dostatecznej ilości pozytywnych „głasków”, bardzo często prowokuje swoje otoczenie swoim postępowaniem, chcąc zwrócić na siebie uwagę. Sposób zachowania może tu mieć charakter nieaprobowany społecznie. Może to z czasem doprowadzić do zachowań społecznych lub antyspołecznych.

Jakość i sposób udzielania „głasków” wytwarza u jednostki ludzkiej określone nastawienia emocjonalne wobec siebie i otoczenia. W analizie transakcyjnej przyjmuje się cztery zasadnicze postawy życiowe wytwarzane w wyniku procesów wychowawczych dzięki otrzymywanym „głaskom”.

a) postawa: ja jestem OK — ty jesteś OK.

Jest to postawa prawidłowa. Wyraża się ona w wysokości akceptacji siebie i akceptacji swego otoczenia. Taka postawa jest wynikiem prawidłowego procesu wychowawczego, głównie w swoim środowisku wychowawczym. Jednostka ludzka o pozytywnym nastawieniu wobec siebie i otoczenia czuje się dobrze, nie przeżywa poczucia małej wartości siebie i nie jest skoncentrowana na sobie samej. Taka postawa sprzyja realizacji wyznaczonych przez siebie celów i zadań życiowych. Ponadto osoba taka może nawiązać prawidłowe relacje osobowe z innymi, bez uprzedzeń i bez instrumentalnego ich wykorzystywania. Nie skupiając się na swoich problemach, zdolna jest do myślenia i zachowań altruistycznych. Potrafi zrozumieć odmienną poglądów innych osób i ich postaw. Zdolna jest więc do tolerancji i do kompromisów z innymi ludźmi.

b) Postawa: ja jestem OK — ty nie jesteś OK.

Jest to postawa o zbyt wysokiej akceptacji siebie, przy pogardliwym stosunku wobec innych osób. Zewnętrznym wyrazem takiego nastawienia jest aroganckie, pewne siebie zachowanie się. Postawa taka jest wynikiem nieprawidłowych postaw rodzicielskich. Dzieje się tak wówczas, gdy dziecko przeżywa swoje negatywne zachowania jako pozytywne. Czasami taka postawa, mocno utrwalona, prowadzi do zachowań społecznych i antyspołecznych.

c) Postawa: ja nie jestem OK — ty jesteś OK.

Jest to postawa braku akceptacji siebie przy jednoczesnym akceptowaniu innych. Uzewnętrznia się to najczęściej w rezygnacji z siebie i rezygnacji w stawianiu sobie zadań życiowych. Tego typu postawa jest również wynikiem procesów wychowawczych. W okresie wczesnego dzieciństwa dziecko czuje się bezradne, zdane jedynie na opiekę matki. Ona

to udziela mu „pozytywnych głasków”. Matka w oczach dziecka jest osobą OK, sobie zaś — jako bezradne, potrzebujące pomocy ze strony innych — ocenia jako nie OK. Taka postawa, powstała w wyniku procesów socjalizacyjnych, może utrwalić się i przyjąć postać braku akceptacji siebie — swojego „ja”.

d) Postawa: ja nie jestem OK — ty nie jesteś OK.

W procesie wychowawczym wytwarza się postawa braku akceptacji siebie i innych. Nastawienie takie kształtuje się w wyniku braku uzyskania „pozytywnych głasków” w swoim środowisku rodzinnym. Z reguły wytwarza się ono u dzieci odrzuconych i niechcianych, które nie doznają poczucia bezpieczeństwa i miłości ze strony swoich rodziców.

Wyrazem takiej postawy jest często kontestacja wobec otoczenia społecznego. Człowiek o takiej postawie nie akceptuje swojego życia i innych ludzi. Często wchodzić może w kolizję z prawem, gdyż nie posiada odpowiednich zasad moralnych.

Na bazie potrzeby wsparcia kształtuje się więc w procesie wychowawczym postawa życiowa wobec siebie i otoczenia. W analizie transakcyjnej uważa się te postawy za względnie trwałe. Mogą one jednak ulec zmianie pod wpływem zdobywanego doświadczenia życiowego. Niemniej jednak, ukształtowanie w okresie dzieciństwa i młodości, stanowią silny motyw postępowania i zachowania człowieka.

Ad 3). Inną ważną potrzebą człowieka, zakotwiczoną w biologicznej warstwie, jest potrzeba strukturalizacji czasu. Człowiek musi mieć ustrukturalizowany czas, aby nie popaść w cierpienie z racji przeżywania nudy.

Strukturalizacja czasu w najwcześniejszym dzieciństwie przejawia się w cyklicznym funkcjonowaniu organizmu, a więc czuwaniu, spaniu i przyjmowaniu pokarmu. Wraz z rozwojem dokonuje się różnicowanie czasu i w warstwie psychicznej. Potrzebę tę realizuje człowiek dzięki określonym czynnościom. W analizie transakcyjnej wymienia się ich kilka, a mianowicie: rytuał, odizolowanie się, rozrywki, działalność zewnętrzną, gry, przeżywanie zażyłości.

a) Rytuał. Chodzi tu głównie o spełnianie codziennego ceremoniału, który przyjęty jest w określonej grupie czy instytucji społecznej, zgodnie z tradycją narodową i kulturalną. Spełniając rytuał jednostka wypełnia nim czas i jednocześnie za wypełnienie rytuału ma szansę uzyskania pozytywnych „głasków”. Dzięki funkcjonującym rytuałom grup społecznych człowiek nie traci dużo energii psychicznej przy ich spełnianiu, ponieważ są to gotowe formy postępowania i zachowania w określonych sytuacjach. Rytuały umożliwiają nawiązanie kontaktów międzyludzkich bez większego ryzyka na niepowodzenie, gdyż znana jest ich efektywność w danej społeczności.

Każda właściwie instytucja i grupa społeczna posiada mniej lub bardziej rozbudowany rytuał. Zadaniem członków określonej społeczności jest przyswojenie sobie w procesie socjalizacyjnym tych gotowych form i sposobów zachowania się. Spełnianie rytuałów nie wyczerpuje człowieka, ponieważ nie angażuje go całościowo. Wymaga ono jednak pewnej orientacji, taktu, jak również odpowiedniego stopnia inteligencji.

b) Wycofywanie się. Człowiek co jakiś czas potrzebuje być sam. Izuluje się więc od swego otoczenia w sposób fizyczny lub tylko psychiczny, tzn. wyłącza się myślą ze swego otoczenia. Ograniczanie się w kontaktach ludzkich ma duże znaczenie w samoregulacji u człowieka. Jednostka, gdy pozostaje sama, ze swoimi zinternalizowanymi doświad-

czniami, daje tym wyraz swej autonomii. Zdolność do wycofywania się jest alternatywą dla nawiązywania prawidłowego kontaktu ze światem zewnętrznym. Dzięki tej umiejętności jednostka ludzka może unikać stresów i rozczarowań w zakresie relacji międzyludzkich. Potrafi także czerpać zadowolenie ze swego „Ja” i w sposób prawidłowy traktować drugiego człowieka. Stwarza to pewne podstawy dla realnej i prawidłowej oceny innych osób, zdarzeń i zjawisk.

Jednak ciągle wycofywanie się z otoczenia stworzyć może niebezpieczeństwo wyobcowania się człowieka ze świata zewnętrznego.

c) Rozrywki. W ramach strukturalizacji czasu znajduje się również tzw. spędzanie czasu poprzez różnego rodzaju rozrywki. Zajmują one określoną ilość czasu i mają różne formy, np. sporty, dyskusje, zabawy. Człowiek w rozrywki zbyt nie angażuje się i nie traci energii. Często są one formą odprężenia psychicznego i fizycznego. Podczas rozmów i dyskusji są przekazywane i otrzymywane „głaski”, zarówno negatywne jak i pozytywne. Jeżeli rozrywki czy rozmowy prowadzone są zbyt często, z czasem mogą stać się nudne i wyczerpujące. Aby zbyt nie zużyły jednostki ludzkiej, przybierają różne formy.

d) Działalność zewnętrzna. Jedną z istotnych form strukturalizacji czasu jest działalność zewnętrzna. Chodzi tu głównie o czynności związane z realną rzeczywistością, np. pielęgnacja i wychowywanie dzieci, praca zawodowa. W działaniu takim człowiek spędza poważną część swego życia. Czynności te w bardzo znacznej mierze chronią człowieka przed doznawaniem nudy. Występuje tu mniejsze lub większe zaangażowanie psychofizyczne, mimo że nie wszystkie sfery psychiczne mogą brać udział w tych czynnościach. Zależy to od charakteru pracy. Czynności te mogą wyczerpać człowieka z zasobów energii, gdy angażują go zbyt silnie i przez dłuższy czas.

e) Gry. Człowiek, żyjąc w danym społeczeństwie, ma określone role społeczne do spełnienia. Są one już zaprogramowane od urodzenia człowieka. Jednakże w procesie socjalizacyjnym człowiek uczy się „odgrywać” role ze względu na płeć, narodowość, klasę społeczną. Ponadto pełni on role zawodowe, które są w zasadzie uzależnione od jego zainteresowań, kompetencji i stopnia inteligencji. Za wypełnienie ról społecznych czy zawodowych jednostka otrzymuje pozytywne „głaski” ze strony otoczenia społecznego. Natomiast niespełnienie ról zgodnie z oczekiwaniami społecznymi powoduje karanie jednostki przez otoczenie, które posiada różne sankcje.

Człowiek jednak nie zawsze spełnia dokładnie role zgodnie z oczekiwaniami społecznymi. Aby więc nie uzyskać „głasków” negatywnych, jednostka posługuje się całym repertuarem wyuczonych gier, które mają prowadzić do uzyskania odpowiednich pozytywnych „głasków”. Gry są często powtarzane przez jednostkę, mają więc odpowiedni stopień pewności. Dzięki nim może człowiek część poczucia odpowiedzialności przenieść na innych, zmniejszając własne poczucie winy za niewłaściwe postępowanie. Prowadzenie gier związane jest głównie z istnieniem tzw. „luk” w uczuciach. Dzieje się tak wówczas, kiedy negatywne uczucia, takie jak np. uczucia strachu, złości, nienawiści, zazdrości nie mogą uprawnić się ze względu na ocenę otoczenia. Znajdują wówczas swój wyraz w innym zachowaniu — aprobowanym społecznie (np. jednostka będąc w stanie złości czy smutku — uśmiecha się). Tak więc prawdziwe uczucie zostaje zastąpione innym uczuciem. Te uczucia zastępcze występują u człowieka, który spełnia różne role społeczne i zawodowe.

Uczucia prawdziwe nie otrzymują pozwolenia na uzewnętrznienie się i zastąpione zostają innymi. Są to w zasadzie mechanizmy obronne. W analizie transakcyjnej nazywają się one uczuciami zastępczymi i są szeroko rozbudowane.

Dzięki uczuciom „zastępczym” człowiek może otrzymywać pozytywne „głaski” od otoczenia. Prowadzone gry mają charakter mniej lub bardziej zawoalowany. Jak już wspomniano, mają one w zasadzie na celu uzyskanie pozytywnych „głasków”, usprawiedliwienie swego postępowania, zmniejszenie poczucia odpowiedzialności. Bardziej zamaskowane gry prowadzą osoby z niskim poczuciem wartości siebie — czyli osoby z kompleksami, a więc te, które odznaczają się nastawieniem: ja nie jestem OK.

Gry zajmują w analizie transakcyjnej stosunkowo dużo miejsca, gdyż dzięki ich analizie można poznać dokładniej strukturę i funkcję osobowości człowieka. Prowadzenia gier człowiek uczy się już w dzieciństwie i młodości, wówczas, gdy próbuje „wygrywać” ze swoimi rodzicami.

Często w podstawowych grupach, jakimi są małżeństwo i rodzina, szczególnie uwidacznia się rodzaj gier, sprowadzany do tzw. dramatycznego trójkąta Karpana:

prześladowca	obrońca
ofiara	

Ten sam człowiek może grać rolę:
 prześladowcy (np. mam was już dość),
 ofiary (np. nie wiem, co mam począć, proszę, pomóż mi),
 obrony (np. jestem gotowy pomóc wam).

W analizie transakcyjnej bada się gry człowieka bardzo często w aspekcie tego trójkąta, ponieważ łatwiej jest zrozumieć konflikty międzyludzkie, jak również typ prowadzonych przez człowieka gier. Zasadniczo jednostka unika „grania” roli ofiary. Łatwiej przychodzi jej granie obrońcy i prześladowcy. Właściwie zależy to od podstawowych nastawień emocjonalnych człowieka i od jego struktury osobowości.

f) Przeżywanie zaufania. Jest to jedna z ważnych form strukturalizacji czasu. W relacjach międzyludzkich od czasu do czasu dochodzi do otwartej i spontanicznej wymiany przeżyć uczuciowych. Ponieważ odbywa się to na płaszczyźnie uczuciowej, angażuje człowieka znacznie silniej niż np. rozrywki czy wypełnienie rytuału. Człowiek ukazuje się innemu bez „maski”, takim jakim jest. Zaufanie istnieje wówczas, gdy człowiek jest przekonany, że będzie przez innego akceptowany i rozumiany.

Ludzie jednakże często wycofują się z takich prób, gdyż lękają się przeżywania zażyłości, aby nie otrzymać „negatywnych głasków” i nie poczuć się zranionym. Kontakty międzyludzkie często ograniczają się do typowych i przyjętych rytuałów, zachowując dystans uczuciowy wobec innych. Jednostka nie ma pewności, czy ukazując swoje prawdziwe „ja” drugiemu, zostanie przez niego zaakceptowana. Z drugiej zaś strony odczuwa wielką potrzebę takiego uzewnętrznienia się przed drugim. Dzięki zaistnieniu takich relacji osoba zaspokaja bardzo ważne potrzeby, jak np. potrzeba podzielenia się z innymi, potrzeba otrzymywania i dawania „głasków”, potrzeba uzewnętrznienia psychicznego.

Zdolność do przeżywania zaufania w relacjach międzyludzkich jest jednym z głównych celów w psychoterapii i w procesie wychowawczym. Chodzi więc tu o uzdolnienie człowieka do przeżywania zaufania w układach międzyludzkich. Zdolność taka jest wyrazem autonomii i wolności człowieka.

II. ZAKRES BADAŃ ANALIZY TRANSAKCYJNEJ

Analiza transakcyjna koncentruje się na czterech podstawowych zagadnieniach:

- 1) analizuje struktury osobowości człowieka,
- 2) analizuje komunikację międzyludzką, czyli bada transakcje międzyosobową,
- 3) analizuje tzw. zapis życiowy czyli bada historię życia jednostki,
- 4) bada i analizuje typy prowadzonych gier międzyludzkich.

Ad 1). W analizie transakcyjnej przyjmuje się, że osobowość jednostki ludzkiej składa się z trzech głównych struktur, których funkcjonowanie uzewnętrznia się w charakterystycznych sposobach myślenia, odczuwania i działania. Dla określenia tych struktur używa się nazw wziętych z życia, a mianowicie:

Ja-Rodzic	R	(extropsychika)
Ja-Dorosły	D	(neopsychika)
Ja-Dziecko	Dz	(archeopsychika)

Te trzy zasadnicze struktury kształtują się w procesie rozwojowym dzięki czynnikom wychowawczym i samoświadomościowym.

Ja-Rodzic (extropsychika) zawiera wszystkie przyjęte normy i zasady postępowania, wszystkie etyczne nakazy i zakazy. Jest odpowiedzialny za tradycję i etykę.

Struktura Ja-Rodzic posiada dwie podstruktury: Ja-Rodzic kontrolujący, który rozkazuje, ocenia, nagradza, karze, krytykuje i Ja-Rodzic troszczący się, który pomaga i opiekuje się.

Struktura Ja-Dorosły to jest świadoma, racjonalna struktura osobowości człowieka. Zbiera ona informacje pochodzące od Ja-Rodzica i Ja-Dziecka, ocenia, sprawdza z danymi z rzeczywistości, namyśla się, rozważa i podejmuje określone decyzje:

Ja-Dziecko jest strukturą zróżnicowaną, posiadającą trzy podstruktury, a mianowicie:

struktura Ja-Dziecko naturalne (zwane wolne) zawierająca m.in. uczucia impulsywne, ufności, spontaniczności;

struktura Ja-Dziecko przystosowujące się zawiera m.in. uczucia powinności, wdzięczności, obawy, lęku itp. Jest ona silnie rozwinięta przy rozbudowanym Ja-Rodzic kontrolującym;

struktura Ja-Dziecko zwane „mały profesor” zawiera wszystkie uczucia intuicyjne, twórczości i ciekawości.

Poznanie, która z tych struktur jest dominująca w osobowości człowieka, nie przedstawia większych trudności. Można tego dokonać poprzez analizę zachowania się człowieka w układach międzyludzkich. Określona struktura osobowości uzewnętrznia się poprzez gesty, treść i ton mowy, jak również poprzez postawę ciała.

Te trzy struktury i ich początkowy rozwój zależą od potencjału genetycznego człowieka. Mają tu wpływ czynniki dziedziczne i prenatalne.

Dzięki zaś czynnikom socjalizacyjnym rozwija się genetyczny potencjał człowieka w określonym kierunku.

R

D Dz

Dz

Pierwsza emocjonalna socjalizacja dokonuje się na bazie potrzeb biologicznych. Dziecko, doświadczając głodu, zaspokaja tę potrzebę dzięki swojemu otoczeniu (matce). Pierwsza socjalizacja ma istotne znaczenie w dalszym przebiegu rozwoju, ponieważ w tej fazie występuje zasadnicza dyferencjacja uczuć. W wyniku doświadczenia ze światem zewnętrznym, dziecko doznaje zaspokojenia względnie blokowania podstawowych potrzeb, a wśród nich rozwijającej się potrzeby bezpieczeństwa. Od poziomu jej zaspokojenia zależy rozwój innych wyższych potrzeb. Uważa się, że poczucie bezpieczeństwa jest prauzuciem dla uczucia zaufania. Jednostka, która w okresie wczesnego dzieciństwa nie miała w dostatecznej mierze zaspokojonej potrzeby bezpieczeństwa, może mieć poważne trudności w nawiązaniu prawidłowych kontaktów międzyludzkich. Często osoba o niezaspokojonej potrzebie bezpieczeństwa może charakteryzować się chłodem uczuciowym lub „lepkością” uczuciową w układach międzyludzkich. Można więc powiedzieć, że w tej pierwszej fazie emocjonalnej socjalizacji sposób zaspokojenia potrzeb biologicznych dziecka jest istotny, ponieważ te potrzeby są nośnikiem potrzeb wyższych, psychicznych.

Dруга emocjonalna socjalizacja dokonuje się na płaszczyźnie Ja-Rodzic. Dzieje się to między 2—5 rokiem życia. W tym bowiem okresie wyraźnie formuje się struktura Ja-Rodzica. Dzięki posiadanym zdolnościom psychicznym takim, jak zdolności poznawcze, naśladowcze, dziecko przyjmuje określone normy i zasady postępowania i zachowania. Uczy się dzięki rozwijającym się uczuciom poczucia winy, przyjmowania zachowania moralnego. Uczucia te kształtują się w oparciu o normy społeczno-kulturowe przyjęte w określonej społeczności ludzkiej. Dzięki tym uczuciom człowiek staje się zdolny do przestrzegania norm i sposobów zachowania etycznego i moralnego.

Trzecia faza emocjonalnej socjalizacji przebiega na płaszczyźnie Ja-Dorosłego. Tutaj kształtują się uczucia na bazie samoświadomości człowieka. Dotyczy to głównie uczuć społecznych, a więc uczucia solidarności, altruizmu, odpowiedzialności i samokontroli. Na kształtowanie się struktury Ja-Dorosły duży wpływ mają Ja-Dziecko oraz Ja-Rodzic. Rozwój tej struktury dokonuje się najsilniej i najwyraźniej w okresie dorastania.

Czynnik wychowawcze sprawiają, że te podstawowe struktury rozwijają się mogą w sposób nieprawidłowy. W wyniku oddziaływań społecznych może jedna struktura stać się dominującą nad innymi. Gdy w strukturze osobowości człowieka ukształtuje się w sposób dominujący Ja-Rodzic, to uzewnętrznia się to w charakterystycznej postawie człowieka. Taka osoba myśli i postępuje autorytarnie, odznacza się dość niskim poziomem tolerancji wobec odmiennych postaw, nie akceptuje odmiennych ocen i poglądów, łatwo też ocenia i krytykuje innych według jednego, przyjętego przez siebie kryterium. Tym zasadniczym kryterium jest własny pogląd, tzn. poglądy, które są zgodne z jej własnymi, ocenia jako pozytywne i prawidłowe. Niezgodne zaś z jej poglądem oceniane są jako z gruntu fałszywe i nie do przyjęcia. Uważa też innych

za mniej kompetentnych. Dlatego też niechętnie prowadzi dialog z innymi, których potrzebuje głównie dla wypełnienia własnych potrzeb i przemyśleń lub dla potwierdzenia własnego zdania czy poglądu. Jeżeli jest to osoba o rozbudowanej strukturze Ja-Rodzica opiekującego się, to może wykazywać potrzebę opiekowania się i pomagania innym (tzw. paternalizm). Jak wskazuje doświadczenie, niektóre instytucje społeczne sprzyjają bardzo w kształtowaniu się i formowaniu osób o silnej strukturze Ja-Rodzic.

Jednostka o silnie dominującej strukturze Ja-Dziecko reaguje uczuciem na różne sytuacje i wydarzenia. Może być posłuszna, agresywna lub lękliwa — w zależności od tego, jakie uczucia w strukturze Ja-Dziecko są dominujące i rozbudowane.

Jednostka ludzka o silnie rozbudowanej strukturze Ja-Dorosły posiadać może zintegrowaną osobowość, ale pod warunkiem, że nie upośledza tych pozostałych struktur, tj. Ja-Rodzica i Ja-Dziecka. Człowiek taki bada rzeczywistość bez uprzedzeń i bez marzycielstwa. Zbiera informacje, zestawia je i rozważa, porównując możliwości ich realizacji, po czym podejmuje stosowne decyzje, licząc się z Ja-Rodzicem i Ja-Dzieckiem.

Procesy wychowawcze mogą spowodować pewne zniekształcenie tych struktur w trakcie rozwoju człowieka.

Gdy więc zaburzeniom ulegnie funkcja struktury Ja-Rodzica, to postawa takiej jednostki charakteryzuje się społecznym lub antysocjalnym zachowaniem się, bez liczenia się z zasadami moralnymi i etycznymi. Gdy natomiast zaburzeniom ulegnie Ja-Dziecko, to zachowanie człowieka ma charakter psychopatyczny, gdzie człowiek nie jest zdolny do nawiązania głębokich kontaktów międzyludzkich, gdyż nie potrafi współbrzmieć i współodczuwać z drugim człowiekiem. Nie jest zdolny do tzw. syntonii. Przy zaburzonej funkcji Ja-Rodzic i Ja-Dziecko mamy do czynienia z przypadkiem ciężkiej psychopatii. Postępowanie człowieka charakteryzuje się wówczas zimnym wyrachowaniem, nieliczeniem się z zasadami moralnymi i etycznymi. Czasami też ulec może dysfunkcji Ja-Dorosły. Wówczas zachowanie człowieka ma charakter psychotyczny (psychoza).

R	R	R	R	R
D	D	D	D	D
Dz	Dz	Dz	Dz	Dz

psychopatia psychopatia silna psychopatia psychoza katatonia

Kontekst społeczny przyczyniać się może do tego, że kształtujące się struktury podstawowe mogą nakładać się jedna na drugą, powodując pewne nieprawidłowości w zachowaniu się człowieka. Gdy struktura Ja-Rodzica w pewnym wymiarze nakłada się na strukturę Ja-Dorosłego, to typowym zachowaniem się takiej jednostki są uprzedzenia tzn. Jednostka nie sprawdza sama informacji pochodzących od Ja-Rodzica na drodze analizy refleksyjnej, lecz postępuje automatycznie, zgodnie z przyjętymi stereotypami myślenia i działania.

Gdy natomiast struktura Ja-Dziecko w pewnym zakresie nakłada się na strukturę Ja-Dorosłego, postępowanie człowieka ma charakter marzycielski, iluzyjny, nie liczący się z realną rzeczywistością. Myślenie i działanie dokonuje się nie w oparciu o rzeczywistość, lecz o pewne imaginacje.

R
 uprzedzenie
 D
 iluzje
 Dz

Prawidłowe zanalizowanie struktury osobowości człowieka ma duże znaczenie w terapii w procesie kształtowania osobowości. Zanim więc człowiek podejmie określone działanie w celu doskonalenia swojej osobowości, musi osiąść prawidłowe rozeznanie w swojej osobowości. Stąd w analizie transakcyjnej kładzie się duży nacisk na dokonanie analizy struktury osobowości.

Ad 2). Analizując komunikację międzyludzką przyjmuje się tu istnienie przynajmniej dwóch osób. Siatka komunikacji między dwiema osobami jest bardzo rozbudowana. Mogą tu wystąpić aż 72 różne możliwości komunikacji między różnymi strukturami osobowości. Komunikacja międzyludzka może być paralelna, skrzyżowana, horyzontalna.

R	R	R	R
D	D	D	D
Dz	Dz	Dz	Dz

Komunikacja międzyludzka paralelna pomiędzy strukturami Ja-Dorosły np. Ja-Dorosły — proszę przynieść mi książkę, odpowiedź Ja-Dorosły, — nie mogę, ponieważ nie mam takiej.

Komunikacja przekątna pomiędzy Ja-Rodzic u jednej osoby, a Ja-Dziecko u drugiej, np. Ja-Dziecko — nie mam chęci do pracy, odpowiedź Ja-Rodzica, to nie ma znaczenia, należy to wykonać.

Analiza komunikacji międzyludzkiej ma na celu poznanie jakości tych relacji. Dzięki temu można poznać źródła i przyczyny konfliktów międzyludzkich, jak również zapobiegać im względnie pozytywnie je rozwiązywać. Analiza transakcyjna stawia sobie jako jeden z celów doskonalenie relacji międzyludzkich i spowodowanie, aby w relacjach tych miała udział struktura Ja-Dorosły, przede wszystkim struktura Ja-Dorosłego przy udziale Ja-Dziecka — nadając komunikacji międzyludzkiej pełną dynamikę i przy uwzględnianiu struktur Ja-Rodzica.

Ad 3). Analiza transakcyjna zajmuje się również badaniem i analizowaniem zapisu życia człowieka, czyli poznaniem historii życia jednostki. Ma to duże znaczenie, ponieważ pozwala na poznanie potrzeb człowieka, zakresu ich funkcjonowania, jak również sposobu i jakości ich zaspokajania. Chodzi tu głównie o to, aby człowiek był świadom swojej historii życia i znał swoje potrzeby, ich ukształtowanie i aby mógł świadomie i autonomicznie prowadzić swój zapis życiowy. Człowiek nie powinien być ubezwłasnowolniony swoim zapisem życiowym, lecz akceptując historię życia winien prowadzić dalszy zapis świadomie i dobrowolnie.

Ad 4). Człowiek, żyjąc w społeczeństwie, ma spełniać wiele ról społecznych i zawodowych. Inaczej człowiek zachowuje się jako mąż, inaczej jako ojciec, inaczej jako szef instytucji czy też podwładny. Spełniając dane role, pragnie jak najwięcej otrzymać „głasków”, bowiem swoje role nie zawsze wypełnia zgodnie z oczekiwaniami społecznymi. Spełniając role, chce on zmniejszyć poczucie winy czy odpowiedzialności przez

przeniesienie ich na innych. Aby to osiągnąć, człowiek prowadzi szereg różnych tzw. „gier”. Mają one na celu w większym lub mniejszym stopniu zmniejszyć poczucie własnej winy i obarczyć nią innych. Gry prowadzi człowiek już od wczesnego dzieciństwa i młodości, ciągle je doskonaląc z racji przyjmowania nowych ról społecznych i zawodowych. Są one często powtarzane i doskonalone, mają też w odczuciu jednostki określony stopień efektywności. Jakość i ilość prowadzonych gier pozwala poznać strukturę osobowości człowieka, jak również jakość relacji międzyludzkich.

Analiza transakcyjna stawia sobie za cel w terapii uwolnienie Ja-Dorosłego od dominacji Ja-Rodzica i Ja-Dziecka, aby doprowadzić jednostkę do autonomii. Chodzi więc o to, aby człowiek mógł świadomie podejmować decyzje i czuć się za nie odpowiedzialnym. Człowiek autonomiczny pozbywa się łatwiej swoich irracjonalnych przyzwyczajęń, potrafi przeżywać rzeczywistość ciągle na nowo, tu i teraz, bez stereotypów. Człowiek autonomiczny żyje spontanicznie. Jest wewnętrznie wolny, posiada swój własny indywidualny styl życia, odrzuca przymus, a nawet w sytuacjach trudnych potrafi znaleźć możliwość rozwiązania swoich problemów. Ponadto potrafi wejść w prawidłowy kontakt ze zmieniającą się sytuacją, odpowiednio, twórczo przystosowując się do zmieniających się sytuacji. Poznając swoją historię życia jednostka ludzka potrafi akceptować swojego Ja-Rodzica i swoje Ja-Dziecko. Akceptując swoje ponędy, nie pozwala im panować nad sobą, a przeżycia wewnętrzne znajdują swój jednoznaczny wyraz bez uciekania się do mechanizmów obronnych.

W analizie transakcyjnej zwraca się uwagę na to, aby człowiek był zdolny do nawiązania głębokiego kontaktu, bez utraty tożsamości. Człowiek zdolny do nawiązania prawdziwych, głębokich kontaktów z innymi, potrafi żyć spontanicznie, czuje się wolnym. Ponadto stawia się tu za cel uzdolnienie człowieka do przeżywania zaufania w relacjach międzyludzkich. Autonomiczny człowiek ma odwagę przeżywać zażyłość z drugą osobą, bez podporządkowywania jej sobie i traktowania jej instrumentalnie. Człowiek powinien mieć odwagę spotkać się ze swoją wolnością, wykazując prawidłowe stosunki ze sobą i ze swoim otoczeniem. Podstawowe struktury osobowości i nastawienia emocjonalne człowieka wobec siebie i otoczenia wywierają duży wpływ na religijność człowieka. Postawy religijne człowieka są kształtowane w procesie socjalizacyjnym. Stąd też możemy mówić o zróżnicowanych postawach religijnych.

III. POSTAWY RELIGIJNE

W postawach religijnych mają udział elementy poznawcze, uczuciowe i działaniowe. Typ postaw religijnych zależy od tego, w jakiej strukturze osobowości mają szczególny udział, czy np. w strukturze Ja-Rodzica czy w Ja-Dziecko.

Zachowanie się człowieka w sytuacjach religijnych jest bardzo zróżnicowane. Ta sama podnieta religijna oddziałuje różnie na poszczególnych ludzi, np. słuchając kazania zauważamy bardzo zróżnicowany odbiór u poszczególnych słuchaczy. Powstaje pytanie, od czego zależy tak zróżnicowane zachowanie się człowieka w sytuacjach religijnych. Analiza transakcyjna próbuje wyjaśnić to zjawisko. Uważa się — w świetle

analizy transakcyjnej — że zachowanie się człowieka w sytuacjach religijnych zależy od tego, jaka struktura osobowości jest dominująca i jaka ma dominujący wpływ na całą postawę religijną człowieka.

1) Religijność człowieka o dominującej strukturze Ja-Rodzic.

Religijność u takiej jednostki jest określona przez to, co zostało przekazane w procesie wychowawczym od rodziców, katechetów i innych autorytetów religijnych. Decydującym czynnikiem jest przyjęcie treści religijnych na mocy autorytetu np. Pismo św. mówi, że należy czcić rodziców. Jednostki o takiej postawie religijnej starają się poznawać normy i przepisy, a swoje życie religijne prowadzą głównie dzięki autorytetom. Starają się wypełniać jak najdokładniej swoje obowiązki religijne, zwłaszcza praktyki religijne. Uważają, że należy swoje zachowanie podporządkować autorytetom religijnym. Ludzie o takich postawach zasadniczo nie przeżywają wątpliwości w wierze, są niezłomni w jej wyznawaniu. Boga uważają za Sędziego Sprawiedliwego, który za dobre wynagradza, a za złe karze. Teologia u takich osób jest dość prosta, jasny podział na dobro i zło. To, co jest zgodne z normami i przepisami — jest dobre, zaś to, co nie jest zgodne — złe.

Człowiek religijny o dominującej strukturze Ja-Rodzic opiekujący, oczekuje od Boga opieki, spełnienia swoich prośb. Przedstawia Boga jako troskliwego Ojca, który opiekuje się ludźmi. Uważa przy tym, że normy i przepisy mają zasadnicze znaczenie. Nie analizuje dogmatów, przyjmuje je ze względu na autorytet. Za najważniejsze uważa posłuszeństwo wobec wymagań religii. Modlitwa u takiej osoby nacechowana jest prośbami. Pojawiać się mogą też problemy pokuty i przebaczenia.

2) Religijność człowieka z dominującą strukturą Ja-Dziecko.

Religijność takiej osoby koncentruje się głównie wokół uczuć. Ważne jest tu przede wszystkim przeżycie, które pojawia się w sytuacjach religijnych. Mogą to być przeżycia pozytywne, smutne, radosne, negatywne. Nawet jeśli osoba o takiej postawie religijnej cytuje wersety z Pisma św., to głównie po to, aby wywołać określone przeżycia, np. jeżeli czytamy ten urywek z Pisma św., to wydaje mi się, że jestem zbawiony. Czasami określone przeżycia religijne mogą być wywołane nie treściami religijnymi, lecz pewnymi czynnikami towarzyszącymi w przekazie treści religijnych, np. tonem mowy kaznodziei, grą na organach itp.

Religijność taka angażuje człowieka całościowo. Mogą powstawać działania spontaniczne. Człowiek jest zdolny do dokonania bardziej lub mniej trwałych zmian u siebie. Boga taka osoba nie tyle poznaje, ile Go odczuwa. Modlitwa jest często spontaniczna, niekontrolowana, nierefleksyjna. Czasami mogą wystąpić w takiej postawie ekstazy religijne, zdolność do przeżyć mistycznych, a także tzw. wylewność z okazji przeżyć religijnych, np. radość czy spokój wewnętrzny osoba taka pragnie dzielić z innymi. W tego typu religijności wszystkie działania i czynności mogą być podporządkowane niekontrolowanym czynnikom religijnym.

3) Religijność u człowieka o dominującej strukturze Ja-Dorosły.

Religijność u takiego człowieka nie jest „zeterminowana” przez to, co jednostka zdobyła w procesie wychowawczym w środowisku rodzinnym, ani też przez strukturę Ja-Dziecko. Są to własne przemyślenia, własna refleksja religijna. Istotnym czynnikiem wiary u takiej osoby jest własna refleksyjna decyzja. Sam człowiek, dzięki swoim przemyśleniom do-

chodzi do określonego przekonania religijnego. Każda właściwie norma i zasada jest reflektowana. Taki człowiek rzadko daje się ponieść argumentom emocjonalnym. Zasadniczym argumentem jest własna przemyślana decyzja. Ten typ religijności występuje często u ludzi wykształconych i u konwertytów.

Wiara religijna u takiej osoby jest autonomiczna. Boga doświadcza jako Dobro, Piękno lub Prawdę. Teologia u takiej osoby jest rozbudowana i jest wiedzą reflektowaną. Modlitwa zaś określana bywa teologicznym myśleniem. Jednostka taka ma potrzebę przemyślenia prawd wiary. Należałoby jeszcze omówić religijność osób charakteryzujących się różnymi postawami wobec siebie i otoczenia społecznego.

4) Człowiek religijny o postawie: ja jestem OK — ty jesteś OK. Taka jednostka charakteryzuje się zaufaniem do Boga. Swoje życie przeżywa jako wartościowe. Zdolna jest do przekazywania miłości i działań altruistycznych na rzecz innych, stąd występuje u takich osób zainteresowanie akcjami charytatywnymi i społecznymi. Człowiek o takiej postawie jest motywowany, aby „dobrze czynić innym”. Ma poczucie odpowiedzialności za siebie i innych. Jest świadomy swoich słabości, ale ma świadomość, że Bóg go akceptuje takim, jakim jest. Widzi u siebie nie tylko błędy, ale i cnoty czy zalety. Zdolny jest odkrywać nowe drogi postępowania i zachowania. Nie czując się zagrożonym, nie traktuje innych przedmiotowo, instrumentalnie, lecz jako pełnoprawne podmioty.

5) Religijność człowieka o postawie: Ja jestem OK — ty nie jesteś OK. Jest to typowa postawa tzw. faryzejska. Taka osoba domaga się perfekcjonistycznych działań i zachowań od innych, gdy tymczasem siebie potrafi usprawiedliwiać i nie dostrzegać u siebie negatywnych zachowań. Nie potrafi dostrzec realnego, prawdziwego obrazu własnej religijności. Uważa się za sprawiedliwego, uczciwego. Negatywne ustosunkowanie się do innych sprawia, że ich obarcza odpowiedzialnością za wszystkie popełnione winy.

6) Religijność człowieka o postawie: ja nie jestem OK — ty jesteś OK. Postawa takiej osoby nacechowana jest lękami. Jednostka uważa swoje życie za mało warte. Oczekuje pocieszenia od innych. Uważa czasami, że Bóg ją opuścił. Koncentruje się tylko na własnej grzeszności. Z trudem podejmuje działania, aby zmienić własną sytuację, przy tym jest niecierpliwa, bez odwagi, z poczuciem niższości i opuszczenia.

7) Religijność człowieka o postawie: ja nie jestem OK — ty nie jesteś OK. Są to ludzie, którzy mają ciągłe wątpliwości w wierze. Uważają, że życie nie jest nic warte i nie można go zmienić. Z drugiej strony tęsknią za uznaniem i aprobatą ze strony innych. Sądzą jednak, że nikt nie troszczy się o człowieka, nawet sam Bóg. Wszędzie panuje bezsens i beznadziejność. Nawiązanie kontaktów z innymi — według ich przekonania — nie ma sensu, inni też nie mają znaczenia. Tacy ludzie nie stawiają sobie właściwie żadnych celów i zadań do realizacji. Żyją z dnia na dzień, trwają silnie w swoim negatywiźmie. Uważają, że wyzwoleniem może być jedynie śmierć i zniszczenie świata.

Analiza transakcyjna może być pomocna dla lepszego zrozumienia i wyjaśnienia fenomenu religijności człowieka, jak również badania w świetle tej teorii mogą przyczynić się do kształtowania prawidłowych postaw religijnych. Ma to duże znaczenie zwłaszcza w procesie wychowania religijnego w środowisku rodzinnym. Chodzi głównie o to, aby religijność człowieka była świadoma i funkcjonowała na płaszczyźnie trzech pod-

stawowych struktur, przy dominującej strukturze Ja-Dorosły. Dąży się tu do tego, aby relacja pomiędzy Bogiem a człowiekiem miała charakter świadomy, spontaniczny i intymny. Intymność bowiem dostarcza w takiego typu relacjach ciepła i wrażliwości.

Psychologiczne badania religijności mogą być przydatne w praktyce duszpasterskiej Kościoła. Stąd też zauważa się duże zainteresowanie analizą transakcyjną ze strony dyscyplin teologiczno-pastoralnych.