

Konstantinos Tsirigotis

Zagadnienie wartości w aspekcie zdrowia psychicznego

Rocznik Wieluński 4, 161-179

2004

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.

Konstantinos Tsirigotis

ZAGADNIENIE WARTOŚCI W ASPEKCIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO

1. Wstęp

Pracuję w dziedzinie zdrowia psychicznego od ponad 15 lat. W pracy zawodowej stykam się z ludzkim cierpieniem natury psychicznej. Są to psychozy, nerwice, reakcje sytuacyjne, różne problemy np. „sercowe”, małżeńskie i rodzinne, także związane z wyborem kierunku studiów bądź innego celu życiowego, z przemocą w rodzinie itd.

Realizując proces diagnostyczny czy prowadząc psychoterapię, staram się m.in. odpowiedzieć na pytania:

- co sprawia, że niektórzy ludzie zapadają na choroby (w tym również psychiczne), inni zaś nie?
- dlaczego jedni pacjenci szybko z choroby wychodzą, a drudzy mają z tym poważne trudności?

Na podstawie moich doświadczeń w pracy z ludźmi oraz w oparciu o literaturę światową założyłem, że ważnym czynnikiem mającym wpływ na zdrowie psychiczne są wartości, które człowiek uznaje i realizuje.

W niniejszym artykule pragnę przedstawić najważniejsze psychologiczne koncepcje nt. wartości, zwłaszcza w związku ze zdrowiem psychicznym.

2. Wartości ludzkie

„Cogito, ergo sum” stwierdził Kartezjusz, „aestimo, ergo sum” stwierdza M. Szyszkowa (1981)* ; „człowiek jest istotą społeczną” stwierdził Arystoteles, „człowiek jest istotą wartościującą” powiada R. May (1973). Traktując o przystosowaniu, Goldstein (1939, 1965) zaznacza, że nie chodzi li tylko o przetrwanie (przeżycie, survival) bądź o istnienie zwyczajne, „po prostu” (mere existence),

* W nawiasie podany jest rok wydania pracy danego autora; pełna informacja bibliograficzna znajduje się na końcu artykułu.

lecz o istnienie wartościowe, które przybiera formę samourzeczywistnienia (self-realization). Wartości, ich doświadczanie, ich wybór, ich hierarchia, kierowanie się nimi, stanowią integralną część funkcjonowania człowieka. Zagadnienie wartości od jakiegoś czasu przestało być przedmiotem rozważań jedynie w obrębie aksjologii; coraz częściej zajmują się nim przedstawiciele innych nauk, głównie społecznych, zwłaszcza psychologów.

Pojęcie wartości, funkcjonujące tak w mowie potocznej, jak i w wielu dyscyplinach naukowych, nie jest jednoznaczne i nie zostało ostatecznie zdefiniowane, nawet w obrębie jednej dyscypliny naukowej. Istnieje nawet stanowisko, wg którego stan badań nad wartościowaniem cierpi wręcz na nadmierne rozproszenie i nadmierną ogólnikowość (Czapiński J., 1983).

Niezależnie jednak od trudności napotykanych podczas prób badania zjawiska, uczeni na ogół są zgodni, że wartości pełnią funkcję regulacyjną w rozwoju i funkcjonowaniu osobowości oraz w życiu człowieka. Stanowią one kryterium wyboru ludzkich dążeń, wyznaczają cele tychże dążeń, aktywizują ludzkie działanie i kształtują motywację do tego działania. Dają odpowiedź na pytanie, jakim człowiekiem się chce być, jakie sprawy są ważne i warte zachodu.

W języku polskim wyraz „wartość” został przejęty od niemieckiego „Wert” lub „Würde”, co oznacza „godność” (Brückner A., 1985, s. 603).

„Wartość to cecha lub zespół cech właściwych danej osobie lub rzeczy, stanowiących o jej walorach (np. moralnych, artystycznych) cennych dla ludzi, mogących zaspokoić jakieś ich potrzeby; ważność, znaczenie kogoś, czegoś” (Szymczak M., 1995, t. III, s. 615). Poza wyżej wymienionymi określeniami bądź znaczeniami, spotyka się też pojęcie wartości w aspekcie ekonomicznym lub naukisłych, które, rzecz jasna, nie będą nas tu interesowały.

W filozofii zagadnienie wartości bywało rozpatrywane różnie. Zasadniczym problemem, jeszcze nie rozwiązanym, jest odpowiedź na pytanie: czy wartości istnieją niezależnie od doświadczającego je podmiotu, tj. obiektywnie, czy nie? Mają one charakter absolutny czy relatywny?

Zwolennicy stanowiska relatywistycznego przeczą istnieniu wspólnych, ogólnoludzkich wartości. Uważają oni, że wartości mają względny charakter, zależny od całokształtu kultury i warunków społecznych.

Absolutyści i obiektywiści zakładają istnienie wartości niezmiennych dla wszystkich ludzi, we wszystkich czasach. Traktują oni wartości jako pojęcia, idee lub byty istniejące obiektywnie, niezależnie od aktów wartościowania dokonywanych przez człowieka. Istotą tego stanowiska jest niezrelatywizowanie wartości względem wartościujących przeżyć podmiotowych (Buczyńska-Garewicz H., 1975). Obiektywiści uważają, że wartości istnieją jako szeroko rozumiane jakości bądź idee; są one niezależne w swoim istnieniu od podmiotu, funk-

cjonują one odeń niezależnie. Coś jest wartością i dlatego powinno być lub jest cenione i pożądane. Wartości charakteryzuje transcendencia wobec podmiotu; nie są one zrelatywizowane względem subiektywnych przeżyć wartościujących (Kościuch J., 1984; Oleś P., 1989). Czołowym przedstawicielem tego stanowiska w filozofii jest M. Scheler, którego twierdzenia obiektywistycznej filozofii wartości są następujące: a) wartości istnieją niezależnie od ludzkich działań (w tym poznawczych); b) wartości istnieją w ścisłym powiązaniu ze swoimi nosicielami; c) możliwe jest doświadczenie wartości przez człowieka; d) w doświadczeniu wartości obecny jest moment odczytania apelu wartości o odpowiednie działanie (Nelicki A., 1987).

Zwolennicy stanowiska subiektywistycznego i koncepcji psychologizacyjnych (wg Kościucha) uważają, że wartości są zależne nie od miejsca, czasu czy warunków, lecz od człowieka. Odnoszą oni wartości do sfery podmiotowej: ludzie tworzą wartości tak pozytywne jak i negatywne. Utożsamia się tu wartości ze świadomym ich przeżyciem, z wartościowaniem, z emocjonalną reakcją na coś lub ze skutkiem tego rodzaju operacji. Coś jest lub staje się wartością, ponieważ jest cenione, pożądane lub uznawane za wartość. Odmianą subiektywizmu jest naturalizm, uznający, wartość za jakość analogiczną do właściwości fizycznych rzeczy i jak one poznawalną. Konwencjonalisci traktują wartości jako wynik umowy społecznej (Szyszkowa M., 1981; Oleś P., 1989).

Sensualisci utożsamiają wartości z przyjemnością. Pragmatyści uważają, że wartość to użyteczność. Za wartościowe uznaje się to, co służy do czegoś. Odmianę stanowiska pragmatystycznego stanowi pogląd, że wartościowe są te przedmioty, które mogą zaspokajać ludzkie potrzeby duchowe i materialne.

Agnostycy podkreślają niemożność poznania wartości, ze względu na niedoskonałość ludzkich zdolności poznawczych; nie negują istnienia wartości.

Nihilisci natomiast przeczą temu, że wartości mają jakiegokolwiek znaczenie (Szyszkowa M., 1981).

Przedstawiciele emotywizmu odmawiają realności wartościom: wg nich one nie istnieją, natomiast empirycznie stwierdza się sam fakt wartościowania (Oleś P., 1989).

3. Wybrane psychologiczne koncepcje wartości

Powstanie indywidualnego systemu wartości uzależnione jest od wielu czynników, powiada Kościuch (1984, 1986). Jako ważne, wymienia on predyspozycje indywidualne związane z odziedziczonymi cechami fizycznymi i psychicznymi. Bezpośrednio lub pośrednio na kształtowanie się systemu wartości wpływa typ układu nerwowego, funkcjonowanie układu endokrynnego, budowa ciała, siła, wzrost, sprawność fizyczna, uroda itd. Czynniki fizyczne wpływają na

typ temperamentu, który może rzutować na całość życia psychicznego, w tym na kształtowanie światopoglądu i hierarchii wartości, zależnych w dużym stopniu także od wychowania oraz środowiska kulturowego.

Szuman (1933) wyróżnia trzy fazy w rozwoju stosunku człowieka do wartości. Pierwsza jest faza idealizmu antycypującego, w której rzeczywistość jest rozpatrywana przez pryzmat marzeń i wysublimowanych wyobrażeń przyszłości. Druga to faza idealizmu kompensującego, w której ideały konfrontowane są z rzeczywistością, w wyniku czego następuje ucieczka w świat wyobrażeń. Trzecia jest faza idealizmu normatywnego, w której ideały uznane są za własne, przez co stają się wyłącznymi normami postępowania.

Ponad pół wieku później inny polski autor, Muszyński (1987), ujmuje wartość jako ceniony stan rzeczy; coś staje się wartością o tyle, o ile jest ktoś, kto je za wartość uznaje, czyli ceni. Zakłada on, że prawidłowości rozwoju wartości nie dotyczą samych wartości, lecz procesów ich przyswajania. Wyróżnia dwa aspekty etapu przyswajania: przyjmowanie jakichś wartości od otoczenia oraz przetwarzanie tych wartości we własnej osobowości. Podobnie do Szumana, wyróżnia on trzy stadia rozwoju wartości. Pierwsze to stadium pierwotnego idealizmu, w którym dziecko przejmuje takie wartości, jakie przypisuje ważnym osobom z otoczenia, nadając im absolutny charakter. Drugie to stadium dezintegracji ideowej, w którym ma miejsce konfrontacja zaakceptowanych wartości z życiem. W wyniku tej konfrontacji powstają rozczarowania z dwóch powodów: z jednej strony dziecko odkrywa relatywny charakter wartości (nie zawsze mają one zastosowanie, czasem trzeba rezygnować z jednych na rzecz innych wartości), a z drugiej odkrywa również, że osoby, którym dotąd przypisywało pewne wartości, nie zawsze się nimi kierują w życiu. Fakty te powodują kryzys wartości i autorytetów. Trzecie jest stadium autonomizacji ideowej, w którym młody człowiek buduje własny, niezależny system wartości i ideałów, charakteryzujący się brakiem realizmu i radykalizmem.

Trzy poziomy w rozwoju ocen moralnych wyróżnia także Kohlberg (1967). W pierwszym poziomie wartość moralna związana jest z zewnętrznymi, quasi-fizycznymi zdarzeniami, złymi postępkami lub quasi-fizycznymi potrzebami, lecz nie osobami ani standardami. Poziom pierwszy obejmuje dwa stadia. W stadium pierwszym występuje orientacja na posłuszeństwo i karę; mamy tu do czynienia z uległością wobec siły lub prestiżu, z nastawieniem na unikanie kłopotów. Występuje tu również obiektywna odpowiedzialność. W stadium drugim orientacja jest naiwnie egoistyczna. Za właściwe uznaje się działanie zaspokajające instrumentalnie potrzeby własne a czasem i innych ludzi. Istnieje tu świadomość relatywizmu wartości w zależności od potrzeb i punktu widzenia każdej z działających osób. Często występuje też naiwny egalitaryzm oraz nastawienie na wy-

mianę i wzajemność świadczeń. Na poziomie drugim wartość moralna jest związana z wypełnianiem właściwych ról, podtrzymywaniem konwencjonalnego porządku oraz spełnieniem oczekiwań innych osób. I tutaj autor wyróżnia dwa stadia (trzecie i czwarte). W trzecim stadium występuje orientacja „dobrego chłopca” oraz nastawienie na uzyskanie aprobaty innych ludzi, podobanie się innym i pomaganie im. Mamy tu do czynienia ze stosowaniem się do stereotypowych wyobrażeń o większości, czyli „naturalnego” zachowania w danej roli oraz z oceną wg intencji. Stadium czwarte charakteryzuje orientacja na utrzymywanie porządku społecznego oparta na poszanowaniu autorytetów. Ważne jest nastawienie na „spełnienie obowiązków”, okazywanie szacunku autorytetom, utrzymywanie istniejącego porządku społecznego dla niego samego oraz zważanie na uzasadnione oczekiwania ludzi. Na poziomie trzecim wartość moralna związana jest ze stosowaniem się do wspólnych (lub mogących być wspólnymi) standardów, praw czy obowiązków. W tym przypadku też następują po sobie dwa stadia (piąte i szóste). W stadium piątym orientacja jest legalistyczna i opiera się na „umowie społecznej”. Uznaje się wówczas, że w regułach i standardach umożliwiających osiągnięcie porozumienia występuje pewien element dowolności. Obowiązek definiowany jest w kategoriach umowy, unika się pogwałcenia woli lub praw innych ludzi, oraz w kategoriach woli i dobra większości. W stadium szóstym występuje orientacja na zasady i sumienie oraz nastawienie nie tylko na rzeczywiście obowiązujące reguły społeczne, ale również na zasady wyboru, odwołujące się do logicznej spójności i uniwersalności. Mamy tu również do czynienia z orientacją, w której główną rolę odgrywa sumienie oraz wzajemny szacunek i zaufanie. Łatwo zauważyć, że te koncepcje rozwoju wartości mają wiele wspólnych cech, jak choćby trójpodział faz, stadiów bądź poziomów.

Schaie (1981) przedstawia odmienny pogląd na rozwój wartości w życiu człowieka. Wyróżnia cztery stadia: nabywania (acquisition), osiągnięć (achievement), odpowiedzialności (responsibility) i restytuowania lub ponownej integracji (re-integration). W stadium nabywania, trwającym od dzieciństwa do wczesnej dojrzałości, dominują wartości instrumentalno-materialne. Młody, lecz dojrzały człowiek w stadium osiągnięć dąży do nich poprzez integrację niezależności i odpowiedzialności. Instrumentalno-materialne wartości mają wówczas mniejsze znaczenie, natomiast ważne stają się wartości rozwoju osobowościowego. Stadium odpowiedzialności charakteryzuje obniżenie zainteresowania rozwojem osobowościowym oraz wzrost w wartościach wymiany interpersonalnej. Ostatnie stadium, ponownej integracji, występuje w starszym wieku. Charakteryzuje je wybiórcza uwaga skierowana egocentrycznie i ponowny wzrost znaczenia wartości instrumentalno-materialnych; zwłaszcza wartości hedonistyczne manifestują się u starszych mężczyzn.

W literaturze psychologicznej można spotkać przynajmniej trzy znaczenia pojęcia „wartość”: „wartość przedmiotowa”, „wartość podmiotowa” i „wartość subiektywna”.

Wartość subiektywna, inaczej „użyteczność” jest sytuacyjną, zmienną cechą przedmiotów, stanów i zdarzeń.

Wartość przedmiotowa jest cechą przysługującą przedmiotowi czyjejs postawy.

Wartość podmiotowa jest bardziej cechą człowieka niż otaczającego go świata. Wartości podmiotowe dotyczą najważniejszych celów w życiu człowieka, bądź najogólniejszych sposobów osiągania tych celów; zawsze są one czyjeś, należą do konkretnej osoby lub mniejszej czy większej grupy (Brzozowski P., 1986; 1987).

Oleś (1989) przedstawia koncepcje wartości w ujęciu głównych kierunków psychologii - „orientacji” - jak je określa. Przedstawiciele orientacji humanistycznej poświęcają wiele uwagi wartościom ludzkim i procesowi wartościowania, traktując człowieka jako osobę, tj. jako wolny i odpowiedzialny podmiot zdolny do indywidualnego rozwoju, do doskonalenia się i aktualizowania wewnętrznych możliwości. Podejście tej orientacji, w głównej mierze, to podejście holistyczne, polegające na wyjaśnianiu części przez odniesienie się jej do całości, zgodnie z przekonaniem, że całość nie jest prostą sumą części, lecz stanowi zasadę organizującą i jednoczącą te elementy. W znaczeniu pozytywnym wartości mogą być tym, co człowiek uważa za dobre i ocenia pozytywnie, co odczuwa jako przyjemne, czego pragnie lub co wyraża w powinnościach lub to, co po prostu wybiera. W przypadku człowieka zdrowego wszystkie te aspekty łączą się w jednolitym procesie wartościowania.

Przedstawiciele psychologii egzystencjalnej, zaliczanej do orientacji humanistycznej, rozpatrują wartości w kontekście dylematów egzystencjalnych. Podkreślają oni osobiste zaangażowanie jednostki w odkrywanie i realizację wartości. Osoba odnajduje je poza sobą, bądź sama je tworzy, dokonując wyborów. Podejście koncepcji humanistycznych jest najbliższe założeniom niniejszej pracy.

Spośród polskich autorów Dąbrowski (1974), twórca koncepcji dezintegracji pozytywnej, wartością nazywa pewne specyficzne ludzkie właściwości, pojmowane jako cele rozwojowe, jako to, co „być powinno”. Wartości wywodzą się z wewnętrznych właściwości i zdolności podmiotu. Autor rozróżnia dwie grupy wartości: indywidualne i wspólne. Wartości indywidualne wyrażają się przez zainteresowania, uzdolnienia, talent. Wspólne zaś wartości dla wszystkich ludzi to empatia, autonomia, autentyczność, odpowiedzialność, wysoki poziom świadomości społecznej. Zdaniem Dąbrowskiego, wartości mają wpływ na zdrowie psychiczne, jak zobaczymy w dalszej części tej pracy.

Oleś (1989) odwołując się do koncepcji humanistycznych, wartościowanie ujmuje szeroko, jako przeżywanie wartości; składają się na nie procesy i zacho-

wania poznawcze, emocjonalno-uczuciowe i wolitywne: uznawanie, uzasadnienie, akceptowanie, ocenianie, preferowanie, wybieranie, doświadczanie uczuć w związku z wartością oraz poczucie realizacji wartości. Wartości ludzkie natomiast określa jako pewne właściwości lub jakości przysługujące osobie, gdy realizuje ona właściwą sobie naturę, czyli urzeczywistnia takie właściwości, które stanowią ideał osoby i wzorzec życia. Ze względu na owe właściwości osoba ta jest lub staje się wartościowa. Wśród tych wartości wymienia autor wartości należące do istoty bytu ludzkiego (np. godność osoby), wartości uzależnione w większym stopniu od samego człowieka i jego działań (np. szacunek ze strony innych), które dotyczą, ze względu na swą genezę, świata zewnętrznego (np. piękno świata) i które stają się wartościami ludzkiego życia na mocy relacji powstającej między osobą a światem zewnętrznym (np. kontemplacja piękna).

Po tym krótkim przeglądzie ogólnych zagadnień związanych z wartościami, bliżej przyjrzymy się niektórym, wybranym psychologicznym koncepcjom wartości.

3.1. Koncepcja wartości Jana Kościucha

Autor obszernej i wnikliwej pracy badawczej na temat wartości oraz niedziałającej pamięci mój mistrz, zwłaszcza w zakresie psychoterapii, prof. Jan Kościuch uważa, że powstanie indywidualnego systemu wartości uzależnione jest od wielu czynników, w tym od cech fizycznych i psychicznych, a także oddziaływania środowiska kulturowego (Kościuch J., 1984).

Na proces wartościowania (waloryzację) mają wpływ: doświadczenie człowieka, jego potrzeby, wyobrażenia, idee, najogólniej mówiąc jego światopogląd. Człowiek postrzega świat zewnętrzny w taki sposób, jaki mu dyktuje jego światopogląd. Prof. Kościuch odżegnuje się od stanowiska subiektywistycznego, twierdząc, że w światopoglądzie człowieka zawarte są mniej lub bardziej trwałe wartości przekazywane drogą dziedziczenia społecznego; internalizując te wartości lub uświadamiając sobie, człowiek uznaje je za własne. Twierdzenia powyższe są bliskie założeniom pracy niniejszej. Opowiada się zatem Kościuch za stanowiskiem „psychologistycznym” głoszącym, że wartości są zrelatywizowane względem subiektywnych przeżyć wartościujących; stanowią one wytwór subiektywnych przeżyć psychicznych. Dla autora, każda wartość kulturowa bądź społeczna, po internalizacji staje się wartością psychologiczną (wartością jednostki) i odwrotnie, wartość konkretnej jednostki może stać się wartością społeczną i kulturową. Ujmuje on wartość jako pewną jakość bytu, o ile byt ów jest przedmiotem naszych intencjonalnych aktów poznawczo-pożądczych. Kształt osobowości jest określany przez „indywidualną aksjologię”, przez system wartości przyjętych (czasem stworzonych) przez konkretnego człowieka.

Kościuch przypisuje wartościom, jak i postawom, trzy komponenty:

- a) poznawczy, ponieważ wartość jest poznaniem czegoś pożądanego i stanowi podstawę wyborów między sposobami zachowań lub celami;
- b) afektywny, ponieważ człowiek w stosunku do pewnych sposobów zachowania bądź celów przejawia pozytywne lub negatywne nastawienie emocjonalne;
- c) behawioralny, ponieważ wartość jest zmienną interweniującą, pobudza do konkretnego działania.

Kościuch interesuje się głównie związkiem między wartościami a zdrowiem psychicznym lub patologią, o czym będzie mowa w dalszej części artykułu.

3.2. Wartości w ujęciu Antoniego Kepińskiego

W rozważaniach na temat wartości uwzględniane są również poglądy Antoniego Kepińskiego, wybitnego polskiego psychiatry, praktyka i teoretyka. Rozpatruje on (Kepiński A., 1985; 1988) zagadnienie wartości w kategoriach relacji interpersonalnych, twierdząc, że klasyfikacji naszych bliskich dokonujemy na dwóch etapach: najpierw (na pierwszy rzut oka) oceniamy „charakter ruchu” danej osoby (ekstra-introwersja, sytonia-autyzm, cyklo-schizotypia), a dopiero potem zwracamy uwagę na jej hierarchię wartości. Prawdopodobnie w genezie tej hierarchii wartości odgrywają większą rolę czynniki środowiskowe niż genetyczne. Autor zakłada, że w człowieku istnieją jakby dwie hierarchie wartości: idealna („takim bym chciał być”) i realna („takim jestem naprawdę”). Między obu hierarchiami wartości istnieją powiązania, jedna wpływa na drugą, a ostateczna decyzja jest wynikiem działania obu; postępowanie człowieka zależy nie tylko od jego nawyków, biologicznych potrzeb itp. czynników, które mieszczą się w realnej i przeważnie nieświadomej hierarchii wartości, ale także jest rezultatem jego świadomych dążeń, ideałów, modeli kulturowych itp., czyli idealnej (świadomej) hierarchii wartości. W formowaniu się świadomej hierarchii wartości poważną rolę odgrywają czynniki natury społecznej i kulturalnej. Pod wpływem społecznego otoczenia, które odgrywa rolę zwierciadła społecznego, człowiek stara się wciąż swój system wartości doskonalić. Na kształtowanie się decyzji ma także wpływ ten świadomy, przeważnie wyidealizowany obraz samego siebie. Na tym polega współdziałanie idealnej hierarchii wartości z realną.

Oceniając samego siebie, człowiek bierze pod uwagę przede wszystkim idealną hierarchię wartości, gdyż jest ona świadoma i dlatego dostępna introspekcji, natomiast najczęściej nie dostrzega swojej realnej hierarchii wartości, głównie nieświadomej. Gdy jednak obserwuje zachowanie drugiego człowieka, widzi przede wszystkim to, co on rzeczywiście wybiera, a nie to, co chciałby wybrać, tj. jego realną hierarchię wartości. Stąd bierze się różnica w tym, jak człowiek sam siebie widzi, a jak go postrzegają inni ludzie. Autor podaje, że między real-

nym a idealnym systemem wartości istnieje również różnica czasowa: realny system wartości obejmuje odcinek przeszłości i teraźniejszości, natomiast idealny-odcinek przyszłości.

W samym Systemie Wartości wyróżnia on trzy warstwy: biologiczną, emocjonalną i społeczno-kulturową. Warstwa biologiczna obejmuje wszystko to, co mieści się w pojęciu biologicznego programowania, z czym człowiek przychodzi na świat i czym w niewielkim tylko stopniu może kierować. Mieszczą się tu dwa prawa biologiczne: zachowania własnego życia i życia gatunku. Warstwa biologiczna jest najsilniejsza i gdy dochodzi do starcia między poszczególnymi warstwami, ona najczęściej zwycięża.

Druga warstwa, emocjonalna, obejmuje nasz stosunek uczuciowy do otoczenia, głównie społecznego, zwłaszcza do drugiego człowieka (przewaga postawy „do” lub „od”). W warstwie tej tworzą się kompleksy, tj. uczuciowe ogniska krystalizacyjne, wokół których skupiają się nasze relacje uczuciowe z otoczeniem. W sensie emocjonalnym, człowiek „widzi” otaczający go świat poprzez swój związek uczuciowy z ważną osobą z wczesnego okresu rozwoju.

Obie warstwy hierarchii wartości, biologiczna i emocjonalna, mieszczą się przeważnie poniżej progu świadomości i odnoszą się do czasu przeszłego, i dlatego są to warstwy historyczne (historia wg autora może sięgać poza początek życia danej jednostki).

Warstwa społeczno-kulturowa odpowiada „idealnej hierarchii wartości”, w przeciwieństwie do hierarchii „realnej”, zbudowanej przede wszystkim z warstwy biologicznej i emocjonalnej. W tej warstwie człowiek rzutuje w przyszłość i koncentruje swój wysiłek, by obraz realny dorównał idealnemu. Procesy decyzyjne w tej warstwie są raczej świadome, w przeciwieństwie do nieświadomych, w przypadku pierwszej i drugiej warstwy. Chociaż wszystkie trzy warstwy hierarchii wartości są ze sobą ściśle powiązane, ostateczna forma decyzji zależy od warstwy społeczno-kulturowej. Warstwy biologiczna i emocjonalna mają charakter bardziej indywidualny, natomiast warstwa społeczno-kulturowa bardziej kolektywny. W tej warstwie decyzja musi być tak sformułowana, aby została przyjęta przez otoczenie społeczne. Poza tym człowiek może się realizować tylko przez swoją aktywność w otaczającym świecie, który jest przede wszystkim światem społecznym. Dlatego w kształtowaniu osobowości ważną rolę odgrywa hierarchia wartości otoczenia społecznego. Z czasem, pod wpływem kontaktów z tym otoczeniem, staje się ona własną hierarchią wartości danego człowieka. Jest to proces internalizacji, która dokonuje się głównie w sposób świadomy.

Proces internalizacji może przebiegać dwojako: z jednej strony dana wartość od początku może być przez człowieka akceptowana, a wówczas internalizacja dokonuje się bez większych oporów. Z drugiej strony wartość ta może być na

początku przez człowieka odrzucana, lecz pod naciskiem otoczenia decyduje się on na jej przyjęcie (akceptacja zewnętrzna), a wewnętrznie ją odrzuca. Z czasem jednak negatywne ustosunkowanie się słabnie, a wartość otoczenia staje się wartością danego człowieka (postawa konformistyczna). Swoją prawdziwą natomiast hierarchię wartości człowiek wyjawia w sytuacjach konfliktowych bądź granicznych (np. w obliczu śmierci).

Autor wyróżnia również oficjalną i nieoficjalną hierarchię wartości. Oficjalna to ta, którą człowiek przedstawia światu zewnętrznemu i do której stara się nałożyć swoje wszystkie decyzje tak, aby struktury czynnościowe zrealizowane, mogły być akceptowane przez otoczenie. Nieoficjalną natomiast hierarchię wartości człowiek chowa głęboko w sobie, często nie zdaje sobie w pełni z niej sprawy, a w żadnym przypadku nie chce, aby otoczenie o niej coś wiedziało.

Hierarchię wartości wiąże autor również z dwiema fazami przebiegu metabolizmu informacyjnego. W pierwszej fazie, filogenetycznie starszej i sterowanej głównie przez starsze części mózgu (diencephalon, rhinencephalon, tj. międzymózgowie i węchomózgowie, gr. diegkejalov, rinegkejalov, odpowiednio), dotyczącej przede wszystkim postawy „do” i „od”, zapada nieświadoma i niezależna od woli decyzja co do postawy uczuciowej wobec otoczenia i poziomu dynamiki życiowej (nastroju). W fazie tej hierarchia wartości przedstawia się prosto: świat ma wartość dodatnią lub ujemną. Gdy świat ma wartość dodatnią, jest przyciągający, stanowi źródło przyjemności, człowiek przyjmuje postawę ekstrawertywną, syntoniczną, cyklotymiczną, dąży do ekspansji, „stawia” na drugie prawo biologiczne, przypisuje ludziom postawę „do”; gdy natomiast świat ma wartość ujemną, odpycha, jest źródłem przykrości, człowiek przyjmuje postawę introwertywną, autystyczną, schizotypiczną, zamyka się w sobie, ucieka przed światem, „stawia” na pierwsze prawo biologiczne, przypisuje ludziom postawę „od”.

W drugiej fazie metabolizmu informacyjnego, filogenetycznie młodszej i sterowanej głównie przez nową korę (neocortex, gr. neoV=młody), dotyczącej przede wszystkim postawy „nad”, zapadają bardzo różnorodne decyzje co do różnych form naszej interakcji w otaczającym świecie. W fazie tej hierarchia wartości wygląda o wiele bardziej skomplikowanie niż w drugiej fazie. Im silniej rozwinięta jest nowa kora mózgu, tym bogatsze są różnorodne formy interakcji z otoczeniem.

3.3. Koncepcja wartości Abrahama H. Maslow'a

Maslow (1954, 1964) zakłada, że psychologowie powinni wykazać więcej zainteresowania problematyką wartości, co zresztą sam czyni, tworząc cenną koncepcję wartości w powiązaniu z koncepcją potrzeb. Wychodzi on z założenia, że ogromnie ważnym czynnikiem wyznaczającym zachowanie ludzkie jest wolny wybór. Ludzie wybierają wartości, a lista tych preferencji ustala hierarchię war-

tości. To samo dotyczy uprawiania nauki: nauka nie jest wolna od wartości, ponieważ uczony dokonuje wielu wyborów, czyli realizuje wartości. Powiada autor, że zarówno nauka jak i naukowcy pozostają w służbie wartości. Ponadto, interesuje się on głównie hierarchią wartości ludzi zdrowych.

Wartości specyficznie ludzkie nie wywodzą się z podstawowych popędów, lecz są pierwotne i autonomiczne. Wiąże to autor ze stwierdzeniem, że organizm ludzki ma wrodzone predyspozycje do rozwoju i wzrostu, czyli możliwości człowieka są z natury dobre. Podobnie jak potrzeby, wartości mają strukturę hierarchiczną. Odwołując się do „mądrości ciała” Maslow twierdzi, że żywy organizm dokonuje niezliczonych wyborów, aby funkcjonować właściwie. Wybór przedmiotu dążeń świadczy o akceptowanych wartościach. Potrzeby i wartości podstawowe są zarówno celem, jak i krokiem do celu, w postaci osiągnięcia wartości ostatecznych bytu jednostkowego. Wartością ostateczną jest samourzeczywistnienie lub samorealizacja, stanowiąca ukoronowanie dążeń wynikających z istnienia potrzeb podstawowych. U osób, które mają zaspokojone podstawowe potrzeby, pojawia się potrzeba samourzeczywistnienia; wówczas realizują się wartości istnienia (values of being), tj. metawartości, wywodzące się z potencjału jednostki i wyznaczające indywidualną linię rozwoju. Wartości istnienia mogą pełnić rolę ostatecznych celów rozwoju jednostki. Człowiek motywowany wartościami istnienia jest zdolny równocześnie do interioryzacji wartości kultury, w której żyje. Wartości istnienia są tym, za czym wielu ludzi głęboko tęskni. Są one mniej lub bardziej świadomie poszukiwane, preferowane, dają prawdziwą i głęboką satysfakcję, rodzą wiele pozytywnych uczuć (Maslow A.H., 1969).

W związku z samourzeczywistnieniem Maslow (1962) posługuje się pojęciami „być” i „stawać się”: poprzez ciągłe stawanie się człowiek zaczyna „być”. W tym ujęciu wartość samourzeczywistnienia to potrzeba stawania się coraz bardziej tym, czym może człowiek się stać. Z wartością samourzeczywistnienia się pozostaje w związku pojęcie „doznanie (przeżycie) szczytowe” (peak experience), a jest nim postrzeganie przedmiotu jako pełnego, całkowicie niepowtarzalnego; przedmiot ów jest, ponadto, postrzegany z troską i miłością a nie instrumentalnie i egocentrycznie.

Osoby realizujące w życiu tendencję do samourzeczywistnienia wybierają wartości, które mają korzystne znaczenie nie tylko dla nich samych, dla ich indywidualnego rozwoju, ale i dla społeczeństwa (np. miłość, prawda, dobro itp.).

Maslow wiąże system wartości ze zdrowiem i patologią, o czym będzie mowa w następnej części artykułu.

4. Wartości a zdrowie psychiczne

Na związki między wartościami a zdrowiem psychicznym i patologią wskazują prace wielu autorów, nie tylko z kręgu koncepcji humanistycznych.

Allport (1949) utrzymuje, że jednym z kryteriów zdrowej osobowości jest nadrzędna filozofia życia, jako system znaczeniowy i etyczny uwzględniający podstawowe okoliczności życiowe. Nadrzędna filozofia życiowa bądź światopogląd, to własna hierarchia wartości, która integruje funkcje osobowości i ukierunkowuje aktywność człowieka. Owe wartości nadają jego życiu sens; utrata sensu życia napawa człowieka wielką troską.

Karen Horney (1993) pisząc o zaburzeniach nerwicowych, mówi o rozwoju wręcz jako o wartości moralnej. Rozwój możliwości tkwiących w człowieku, „człowieczych potencji”, umożliwi mu z czasem znalezienie zespołu uznanych wartości i celów życiowych. Człowiek z istoty swej natury dąży do samorealizacji, a uznawane przez niego wartości kształtują się w toku tego procesu.

Maslow (1954; 1964) zakłada, że istnieje w człowieku dążenie do zrozumienia, systematyzowania, organizowania, analizowania, poszukiwania związków i znaczeń, konstruowania systemu wartości. Aktywność ta prowadzi ku „pełni człowieczeństwa”, jak określa on zdrowie psychiczne, oraz do usuwania „ograniczenia pełni człowieczeństwa”, jak określa on patologię. Struktura wartości ludzi samourzeczywistniających się, zdrowych psychicznie, jest uniwersalna i międzykulturowa. Natomiast stan istnienia bez systemu wartości jest psychopatogenny. Człowiek potrzebuje pewnej struktury wartości, wg której ma żyć i rozumować. Dla zdrowia psychicznego niezbędne są wartości wzrostu, rozwoju (Maslow A.H., 1962). Gdy człowiek ma zaspokojone podstawowe potrzeby i nie realizuje potrzeby samourzeczywistnienia, czyli wartości istnienia (tzw. metapotrzeb), wówczas nie rozwija swoich możliwości, mimo istnienia sprzyjających warunków. Tzw. metapatologia polega na pojawieniu się poczucia bezsensowności, bezwartościowości, osamotnienia, bezsilności, powątpiewania, utraty tożsamości, braku zdolności do odczuwania radości z życia (Maslow A.H., 1969).

Ossowski (1967) uważa, że istnienie różnych typów wartości może prowadzić do powstawania niewspółmiernych skal, czyli do „rozszczenia” osobowości. Podaje on dwa rodzaje niewspółmierności skal. Z jednej strony wartości uznawane, ale nie odczuwane, są niewspółmierne z wartościami, które są odczuwane, lecz nie uznawane. Z drugiej strony niewspółmierność wynika z istnienia dwóch konkurencyjnych skal wartości odczuwanych.

Szczepański (1970) zakłada, że wartościami są przedmioty lub stany rzeczy, które jednostkom i grupom zapewniają równowagę psychiczną, dają zadowolenie, a dążenie do nich lub ich osiągnięcie daje poczucie dobrze spełnionego obowiązku.

W polskiej psychologii na potrzebę i wartość sensu życia zwrócił uwagę Obuchowski (1983), wiążąc zdrowie psychiczne z realizacją wartości uzasadniających właśnie ów sens. Potrzeba sensu życia wg Obuchowskiego to taka właściwość człowieka, która powoduje, że bez zaistnienia w jego działalności życiowej wartości, uznawanych przez tegoż człowieka za nadające sens życiu, nie może on prawidłowo funkcjonować. Oznacza to w praktyce, że jego działalność życiowa jest za słaba w stosunku do możliwości, nie ukierunkowana i negatywnie przez niego oceniana. U normalnego, dorosłego człowieka jedynym kierunkiem działania mogącym zapewnić wyższe, dojrzałe formy zachowania się, jest kierunek wyznaczony przez potrzebę sensu życia.

Czeski badacz Vondříček stwierdził, że nerwice to choroby powstające w wyniku zmiany systemu wartości a zarazem wywołujące owe zmiany; konsekwencją zagrożenia systemu wartości może być nawet depresja reaktywna (za: Kondáš O., 1984).

Zdrowie psychiczne wiąże z wartościami również Dąbrowski (1981), określając je jako zdolność do rozwoju w kierunku wszechstronnego rozumienia, przeżywania, odkrywania i tworzenia coraz wyższej hierarchii rzeczywistości i wartości, aż do konkretnego ideału indywidualnego i społecznego (ujęcie rozbudowane). Z kolei choroba psychiczna wyraża niezdolność do rozwoju psychicznego oraz obecność ciężkich, chronicznych objawów inwolucyjnych i dyssolucyjnych. Zatem zdrowie psychiczne sprzyja rozwojowi, natomiast choroba psychiczna to zjawisko przeciwne rozwojowi. W ramach swojej koncepcji dokonał on charakterystyki ludzi przeciętnych, wybitnych oraz ludzi o ukształtowanej osobowości. Ludzie przeciętni kierują się podstawowymi potrzebami bez większych wyłomów hierarchicznych. Ludzie wybitni mają niewielkie potrzeby i dążności transcendentalne oraz małe skłonności do przemian wewnętrznych. Natomiast ludzie o ukształtowanej osobowości realizują coraz wyższą hierarchię wartości i mają silne dążenia do uzupełnienia swoich braków w rozwoju osobowości; osiągają oni zdrowie psychiczne poprzez wszechstronny i przyspieszony rozwój (Dąbrowski K., 1981a).

Eyde i Rich (1983) też potwierdzają istnienie związków między zdrowiem psychicznym a wartościami. Uważają oni, że gdy człowiekowi nie udaje się osiągnąć integracji, pojawia się pewien niezwykle typ poczucia beznadziejności i bezsilności; występuje utrata kontaktu z innymi oraz dezorientacja wartości. Nawet zaburzenia w komunikacji interpersonalnej można sprowadzić do różnic w systemach uznawanych wartości.

Kościucha (1984;1986) interesowało zagadnienie wartości w zaburzeniach nerwicowych i zaburzeniach osobowości w aspekcie psychoterapii. Sądzi on, że aby zachowania zgodne z systemem wartości mogły prowadzić do dobrego funk-

cjonowania, tj. do zdrowia psychicznego, system ten powinien weryfikować się na dwóch poziomach zgodności: a) musi występować zgoda z samym sobą; b) indywidualny system wartości musi być w zgodzie z rzeczywistością. Dopiero spełnienie tych warunków może zapewnić zdrowie psychiczne. W psychozach istnieje absolutna zgoda z własnymi przekonaniem, ale zgoda z rzeczywistością jest tylko pozorna. Jeśli wartości zorganizowane są w koherentny system zgodny z możliwościami człowieka oraz z rzeczywistością i systemowi owemu podporządkowane są postawy, motywacja i zachowania, mamy do czynienia z dobrym funkcjonowaniem. Mogą jednak istnieć systemy wartości, które same z siebie prowadzą do zaburzeń; są to sprzeczności wewnątrz systemu. Autor wymienia następujące przyczyny powstawania sprzeczności wewnątrz systemu wartości:

- a) działanie silnych mechanizmów obronnych, które z jednej strony przeszkadzają w hierarchizacji wartości a z drugiej strony mogą prowadzić do zaistnienia w systemie wartości dwóch sprzecznych celów;
- b) bezkrytyczna internalizacja sprzecznych wartości uznawanych przez grupę społeczną, w której żyje człowiek;
- c) kształtowanie się wartości niedostosowanych do możliwości konkretnego człowieka;
- d) konformizm;
- e) przejmowanie „wzorów kultury”, które nie są zgodne z wartościami zasymilowanymi w okresie wcześniejszym.

Te sprzeczności wewnątrz systemów wartości są przyczyną powstawania ambiwalentnych postaw i motywacji bądź braku instrumentalności postaw wobec wartości i potrzeb, co prowadzi do wzrostu napięcia wewnętrznego, którego redukcja poprzez mechanizmy obronne może z kolei prowadzić do poważnych zaburzeń.

Drugi mechanizm, wyjaśniający powiązanie wartości ze zdrowiem psychicznym, zależy od zmiennych towarzyszących relacji wartości-zachowania. Są to:

- a) naciski zewnętrzne zmuszające do zachowań niezgodnych z systemem wartości człowieka;
- b) uzyskanie nowych informacji niezgodnych z już istniejącymi;
- c) trudności wyboru z racji niesprecyzowanego przedmiotu owego wyboru.

Harding (1985) również zwraca uwagę na związki między zdrowiem psychicznym a wartościami. Stwierdza on, że niski poziom zdrowia spostrzegalny w pewnych grupach może być funkcją uznawania „dewiacyjnych wartości” społecznych (hipoteza „dewiacyjnych wartości”). Autor zakłada, że czyjeś zdrowie pozostaje pod wpływem wartości, które dany człowiek uznaje. Poza tym zdrowie psychiczne (lub szczęście) nie jest doznaniem jednowymiarowym. Poprawniej byłoby mówić o „komponentach” zdrowia psychicznego, które w różnej mierze

i w różnym stopniu określają zdrowie psychiczne; jednymi z głównych komponentów są właśnie wartości.

A. Kępiński (1994) zajął się wartościami w przypadku jednej z poważniejszych chorób, tj. w samej schizofrenii (zwanej też „sfinksem psychiatrii”, z powodu trudności diagnostyczno-terapeutycznych, które sprawia). Dramatyczne przemiany w hierarchii wartości, związane ze zmianami w psychice tych chorych pod wpływem przeżyć chorobowych to zagadnienie niezwykle istotne dla terapii. Uważa on, że schizofrenicy „przefilozofują” swoje życie; występuje u nich odwrócenie zasady, której się trzyma większość ludzi: *primum vivere, deinde philosophari*. Sprawy codziennego życia schodzą u nich na daleki plan i są nieważne wobec ogromu przeżyć i ogólnych strapień, które ich trawia. W schizofrenii ulega odwróceniu hierarchia wartości. Zdolność oderwania się od konkretnej sytuacji w schizofrenii przemienia się w cechę patologiczną, tj. w autyzm (polegający na odcięciu się od konkretności życia), który Bleuler uważał za jeden z osiowych objawów w schizofrenii. O zakłóceniach perspektywy wartości wspomina autor również w innej swojej pracy (Kępiński A., 1981), przy okazji omawiania tzw. defektu schizofrenicznego. Zmienia się tu również hierarchia wartości: dawny chory może przejmować się jakimiś błahymi lub odległymi sprawami a przechodzić obojętnie wobec spraw aktualnych i dla niego ważnych. Te przemieszczenia w hierarchii wartości często sprawiają, że zmiana hierarchii wartości jest istotnym problemem w leczeniu i rehabilitacji chorych. Kilka lat później Kępiński (1988) przedstawia inny aspekt zagadnienia zmian hierarchii wartości w schizofrenii. Omawia postawę buntowniczą, typową dla schizofrenii, która pojawia się ponieważ chory na schizofrenię nie może „strawić” społecznych systemów wartości i przeciwstawia im swój własny, który często przybiera formę idei nadwartościowej lub urojenia. Innymi słowy schizofrenicy nie potrafią zinternalizować istniejących systemów wartości i tym łatwiej poddają się nowym, wypracowanym przez siebie.

Uważam, że w czasach wielkich przemian społeczno-ustrojowych wartości stanowią swego rodzaju wyznaczniki kierunków działań, wypełniających nasze życie; warunkują one nasze dążenia i cele i dlatego ich wpływ na nasze zdrowie jest tak wielki.

Na podstawie moich doświadczeń zawodowych w zakresie psychodiagnostyki i psychoterapii oraz w oparciu o światowe piśmiennictwo, pozwalam sobie na stwierdzenie, że wartość jest zawsze czyjaś, czyli ktoś, jakiś podmiot uznaje ją za taką. Zakładam również, że wartości istnieją poza konkretnym podmiotem i jego świadomością, o ile są uznawane i doświadczane przez pozostałych członków grupy czy społeczności; w tym przypadku musiałyby one zostać zinternalizowane (świadomie bądź nie), uznane za „swoje” i doświadczane przez ów podmiot.

W konsekwencji należałoby przyjąć, iż wartość istnieje poza świadomością konkretnego podmiotu (bo w świadomości społecznej) ale jednocześnie, w odniesieniu do konkretnego podmiotu zaczyna ona istnieć gdy ów podmiot akceptuje i doświadcza ją. W tym ujęciu, Psychologię, zwłaszcza Psychologa-praktyka interesuje przede wszystkim doświadczenie wartości przez człowieka oraz to, czy i w jakim stopniu wartości uczestniczą w procesach regulacyjnych i przystosowawczych.

W początkowych fazach rozwoju ontogenetycznego, potrzeby określają preferowanie pewnych wartości; dzieje się tak za sprawą zaspokajania fizjologicznych, podstawowych potrzeb człowieka. Można by zaryzykować stwierdzenie, że są to potrzeby i wartości „pierwszosygnalowe”. W miarę natomiast dojrzewania (biologicznego, psychicznego i społecznego) człowieka, zwłaszcza w wyniku dojrzewania jego struktur poznawczych i umysłowych, relacja powyższa może ulec odwróceniu: pewne przyjęte (w wyniku socjalizacji lub rozwoju osobowości) wartości wyznaczają potrzeby; byłyby to wartości i potrzeby „drugosygnalowe”, związane z rozwojem intelektualnym i osobowościowym człowieka (zdaje się, że w procesie rozwoju filogenetycznego sprawa ma się podobnie).

Jeżeli relacje te ulegną odwróceniu, pojawić się mogą zaburzenia w funkcjonowaniu człowieka. Zaburzenia te są poważniejsze, jeżeli w wieku dojrzałym dominują potrzeby i wartości charakterystyczne dla etapów wcześniejszych, tj. „pierwszosygnalowe”. Powszechnie wiadomo, że wzmocnienie pozytywne (nagroda) w postaci cukierka jest skuteczniejsze u małych dzieci niż wzmocnienie werbalne, np. pochwała; w przypadku osób dorosłych i dojrzałych bywa raczej odwrotnie i dlatego ludzie potrafią odroczyć gratyfikację pewnych potrzeb na rzecz odległych bądź ważniejszych celów i wartości.

Kończąc rozważania dotyczące wartości w aspekcie zdrowia psychicznego warto przypomnieć stwierdzenie twórcy logoterapii Victora Frankla - spełniając sens bytu ludzkiego, wypełnia człowiek swój byt ludzki sensem zawsze dzięki temu, że urzeczywistnia wartości; specyficznie ludzkimi cechami są sens i wartość, w wymiarze duchowo-nootycznym (Frankl V.E., 1971).

PIŚMIENICTWO

1. Allport G.W.: *Personality: A psychological interpretation*, London 1949, Costable and Co.
2. Brückner A.: *Słownik etymologiczny języka polskiego*, Warszawa 1985, Wiedza Powszechna.
3. Brzozowski P.: Polska wersja Testu Wartości Rokeacha i jej teoretyczne podstawy : „Przegląd Psychologiczny”, 1986, 2, s. 527-40.
4. Brzozowski P.: Skala Wartości - Polska wersja testu Milтона Rokeacha, [w]: Drwal R.Ł. (red.): *Techniki kwestionariuszowe w diagnostyce psychologicznej*, Lublin 1987, UMCS, s. 81-122.
5. Buczyńska-Garewicz H.: *Uczucia i rozum w świecie wartości*, wrocław 1975, Ossolineum.
6. Czapiński J.: Ewolucyjna teoria wartościowania: Ramy pojęciowe i ustalenia terminologiczne. Część 1, „Przegląd Psychologiczny”, 1983, t. 4, s. 775-95.
7. Czapiński J.: Ewolucyjna teoria wartościowania: Ramy pojęciowe i ustalenia terminologiczne. Część 2, (w): *Przegląd Psychologiczny*, 1984, 1, s. 27-46.
8. Dąbrowski K.: *Zdrowie psychiczne a wartości ludzkie*, Warszawa 1974, PTHP.
9. Dąbrowski K.: *Co to jest zdrowie psychiczne?* [w]: Dąbrowski K. (red.): *Zdrowie psychiczne*, Warszawa 1981, PWN, s. 7-35.
10. Eyde R. Donna, Rich A.J.: *Psychological distress in aging*, London 1983, Aspen.
11. Frankl V. E.: *Homo patients*, Warszawa 1971, PAX.
12. Goldstein K.: *The organism*, New York 1939, American Book.
13. Goldstein K.: *The organism*, [w]: Lindzey G., Hall C.S., (eds): *Theories of personality*, New York 1965, Willey.
14. Harding S.: *Values and the nature of Psychological Well-being*, [w]: Abrams M., Gerard D., Timms N. (eds): *Values and social changes in Britain*, London 1985, Macmillan, s. 227-52.
15. Horney Karen: *Nerwica a rozwój człowieka*, Poznań 1993, DW Rebis.
16. Kępiński A.: *Schizofrenia*, Warszawa 1981, PZWL.
17. Kępiński A.: *Melancholia*, Warszawa 1985, PZWL.
18. Kępiński A.: *Psychopatie*, Warszawa 1988, PZWL.
19. Kępiński A.: *Filozofia schizofrenii*, [w]: Kępiński A. (red.): *Rytm życia*, Kraków 1994, WL, s. 217-28.
20. Kohlberg L.: *Moral and religious education and the Public Schools: A developmental view*, [w]: Sizer T. (ed.): *Religion and Public Education*, Boston 1967, Houghton Mifflin.

21. Kondáš O.: Psychologia kliniczna, Warszawa 1984, PWN.
22. Kościuch J.: Hierarchie wartości w nerwicach i w psychopatii oraz ich zmiany pod wpływem psychoterapii, Warszawa 1984, ATK.
23. Kościuch J.: Zdrowie psychiczne a wartości, [w]: Bielecki J.: Wybrane zagadnienia psychologii, Warszawa 1986, ATK, s. 183-94.
24. Maslow A. H.: Motivation and personality, New York 1954, Harper and Row.
25. Maslow A. H.: Toward a Psychology of being, Princeton New York 1962, Van Nostrand.
26. Maslow A. H.: Teoria hierarchii potrzeb, [w]: Reykowski J. (red.): Problemy osobowości i motywacji w psychologii amerykańskiej, Warszawa 1964, PWN, s. 135-64.
27. Maslow A. H.: Notes on being Psychology, [w]: Sutich A. J., Vich M. A. (eds): Readings in humanistic Psychology, New York 1969, s. 51-80.
28. May R.: Psychologia i dylemat ludzki, Warszawa 1973, PAX.
29. Murray H.A. (ed.): Explorations in personality, New York 1949, Oxford University Press.
30. Muszyński H.: Rozwój moralny, Warszawa 1987, WsiP.
31. Nelicki A.: Zachowanie ludzkie a doświadczenie wartości, [w]: Przegląd Psychologiczny, 1987, t. 1, s. 151-69.
32. Obuchowski K.: Psychologia dążeń ludzkich, Warszawa 1983, PWN.
33. Oleś P.: Wartościowanie i osobowość. Psychologiczne badania empiryczne, Lublin 1989, KUL.
34. Ossowski S.: Z zagadnień Psychologii społecznej, Dzieła, t. III, Warszawa 1967, PWN.
35. Reykowski J.: Osobowość jako centralny system regulacji i integracji czynności, [w]: Tomaszewski T. (red.): Psychologia, Warszawa 1979, s. 762-825.
36. Reykowski J.: Motywacja, postawy prospołeczne a osobowość, Warszawa 1986, PWN.
37. Reykowski J., Kochańska Grażyna: Szkice z teorii osobowości, Warszawa 1980, WP.
38. Rogiewicz A.: Psychoterapia i wybrane problemy psychiatryczne w ujęciu systemowym, [w]: Bilikiewicz A. (red.): Psychiatria Kliniczna, Warszawa 1989, t. III, s. 188-306, PZWL.
39. Rokeach M.: Beliefs, attitudes and values, San Francisco 1968, Jossey-Bass.
40. Rokeach M.: The organisation and modification of beliefs, [w]: Hollander E.P., Hunt P.G. (eds): Current perspectives in social Psychology, New York 1971, Oxford University Press.
41. Rokeach M.: The nature of human values, New York 1973, Free Press.

42. Schaie W.K.: Psychological changes from mid life to early old age: Implications for the maintenance of mental health, [w]: American Journal of Orthopsychiatry, 1981, 51, s. 199-218.
43. Szczepański J.: Elementarne pojęcia socjologii, Warszawa 1970, PWN.
44. Szuman S.: Psychologia młodzieżowego idealizmu, [w]: Szuman S., Pieter J., Weryński H.: Psychologia światopoglądu młodzieży, Warszawa 1933, NTP.
45. Szymczak M. (red.): Słownik Języka Polskiego, Warszawa 1995, PWN.
46. Szyszkowa Maria: Filozofia zdrowia psychicznego, [w]: Dąbrowski K. (red.): Zdrowie psychiczne, Warszawa 1981, s. 349-69.
47. Tomaszewski T.: Człowiek i otoczenie, [w]: Tomaszewski T. (red.): Psychologia, Warszawa 1979, s. 13-36, PWN.