

Władysław Szewczyk

Obraz człowieka a psychoterapia

Studia nad Rodziną 13/1-2 (24-25), 197-203

2009

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. Władysław SZEWCZYK

OBRAZ CZŁOWIEKA A PSYCHOTERAPIA

U podstaw każdego kierunku psychoterapii leży pewien obraz człowieka, który w sobie właściwy sposób warunkuje proces terapeutyczny¹, gdyż jak zauważa V.E. Frankl „nie ma psychoterapii bez obrazu człowieka i światopoglądu”.

W sytuacji specyficznego „dialogu – spotkania”, jakim jest terapia, relacja terapeuta – pacjent w istotny sposób zależy od biorących w niej udział osób. Nie bez znaczenia dla tego spotkania – terapii i całego procesu terapeutycznego oraz skutków, jakie ona przyniesie², pozostaje obraz człowieka, jaki posiada psychoterapeuta.

1. Redukcjonistyczny obraz człowieka a psychoterapia

W sytuacji, gdy terapeuta reprezentuje poglądy zawierające redukjonistyczny obraz człowieka, w formie biologizmu, psychologizmu czy socjologizmu, trudno mu jest wyjść poza ramy tego obrazu.

Teoria biologizmu (fizjologizmu) polega na sprowadzaniu „wszystkiego co w człowieku” do biologii i chemii. Człowiek jest widziany jako „mechanizm popędowy”. Siły popędowe, zwane przez Z. Freuda „id”, mają decydujący wpływ na działanie człowieka³.

¹ Por. A. Bergin, Values and religious issues in psychotherapy and mental health, „American Psychologist” 1991, nr 46, s. 34-403.

² Por. A. Siemianowski, Filozofia a psychoterapia, w: Człowiek – wartości – sens. Studia z psychologii egzystencji, red. K. Popielski, Lublin 1996, s. 116; por. K. Popielski, Koncepcja człowieka i jej znaczenie dla psychoterapii i poradnictwa – propozycje K. Wojtyły i V. E. Frankla, w: Człowiek – wartości – sens. Studia z psychologii egzystencji, dz. cyt., s. 25-47.

³ Por. Z. Freud, Poza zasadą przyjemności, Warszawa 1982.

Psychologizm redukuje złożone bogactwo rzeczywistości duchowej człowieka do faktów psychicznych, do odbierania i przetwarzania bodźców wrażeńiowych, nie uznaje natomiast duchowej duszy ludzkiej. Traktuje człowieka jak „automat psychiczny”, który na określone impulsy zewnętrzne (bodźce) reaguje w ściśle określony sposób, nie dostrzegając jakiegokolwiek autonomii egzystencji duchowej. W ogólnym ujęciu błąd psychologizmu polega na zatarciu różnicy pomiędzy płaszczyzną psychiczną a duchową człowieka⁴.

Natomiast teoria socjologizmu widzi w człowieku tylko grę sił społecznych. Podstawą takiego poglądu jest myślenie kolektywistyczne, czyli uznające tylko wartości społeczno-użytkowe, pomijające godność człowieka jako jednostki i osoby⁵. Teoria ta skupia się na uwarunkowaniu społecznym i dobru większości. Tego typu teorię V. Frankl określa mianem chorobliwej, uznając iż, „jest ona tylko jednym z elementów patologii ducha naszych czasów”⁶.

Wszystkie te teorie charakteryzuje błąd redukcjonizmu, polegający na zredukowaniu obrazu człowieka⁷. W żadnej z tych teorii obraz człowieka nie jest prawdziwy, więc nie mogą one stać u podstaw dobrze rozumianej psychoterapii⁸.

2. Immanentny i transcendentny obraz człowieka a psychoterapia

Próby wyjaśnienia człowieka przez niego samego pojawiały się już w starożytności⁹, w różnych postaciach ciągle na nowo odżywają – również

⁴ M. Wolicki, Człowiek w analizie egzystencjalnej Viktora Emila Frankla, Przemysł 1986.

⁵ V. E. Frankl, Homo patiens, Warszawa 1976, s. 51-52,

⁶ Tamże, s. 51.

⁷ Por. W. Szewczyk, Kim jest człowiek. Zarys antropologii filozoficznej, Tarnów 2002; P. Lenartowicz, J. Koszteyn, Wprowadzenie do zagadnień filozoficznych, Kraków 2004, s. 46-48.

⁸ Por. K. Popielski, Koncepcja człowieka i jej znaczenie dla psychoterapii i poradnictwa – propozycje K. Wojtyły, w: Człowiek – wartości – sens. Studia z psychologii egzystencji, red. K. Popielski, Lublin 1996, dz. cyt., s. 395.

⁹ Słynne powiedzenie Protagorasa (V w. przed Chrystusem), że „człowiek jest miarą wszystkich rzeczy” nakreśliło ramy antropocentryzmu (por. W. Tatarkiewicz, Teoria filozofii, Warszawa 1990, t. I., s. 66-72, C. Valverde, Antropologia filozoficzna, Poznań 1998, s. 57; W. Szewczyk, Kim jest człowiek. Zarys antropologii filozoficznej, dz. cyt., s. 26).

w naszych czasach, szczególnie w postmodernizmie¹⁰. Są to różne odmiany antropocentryzmu, w których człowiek zdaje się być jedynym panem siebie, zdolnym poznać siebie i we własnym zakresie radzić sobie z wszystkimi problemami. Taki samowystarczalny i autonomiczny człowiek w samym sobie odnajduje odpowiedzi na nurtujące go pytania. Staje się bogiem dla samego siebie. Oceniając siebie, innych ludzi, świat – czyni siebie samego miarą wszelkiej oceny. Wszystko tłumaczy w ramach swej natury, czyli w ramach biologii, psychiki i środowiska w którym się znajduje. Taka postawa rodzi całkowite oderwanie od transcendencji, od tego, co poza człowiekiem, gdyż człowiek zamknięty jest w swej własnej immanencji. Żyje tak, „jakby Boga nie było”.

Błąd tego sposobu myślenia łatwo daje się zauważyć, gdyż już w doświadczeniu siebie samego jako osoby, człowiek odczuwa potrzebę transcendowania siebie, nazywanego przez psychologów również transgresją¹¹. Negowanie tej potrzeby, zaprzeczenie jej wobec faktu, iż człowiek jest ukierunkowany na transcendencję, staje się poważną deformacją obrazu człowieka. Jest to wypaczenie, grożące niebezpieczeństwem dehumanizacji człowieka i traktowania go wyłącznie jako organizmu, automatu, nie uwzględniającego sfery duchowej.

Błąd transcendentalizmu, występuje o wiele rzadziej. Jest teorią roszczącą sobie prawo do wyjaśniania rzeczywistości człowieka, jakby zapominając, że „chodzi po ziemi”. Trzeba się zgodzić z tym, że „nie można wyjaśnić człowieka w sposób tylko immanentny, wychodząc od tego, co jest tylko w nim, ani też nie można zrozumieć i wyjaśnić człowieka w sposób tylko transcendentalistyczny, wychodząc od tego, co jest poza nim”¹².

Wyjaśnianie i definiowanie człowieka – ekstrapolując pewne twierdzenia o człowieku za punkt wyjścia biorąc rzeczywistość poza nim – jest metodologicznie błędną drogą określania prawdziwego obrazu człowieka. Przeakcentowanie pewnych wymiarów, płaszczyzn określających człowieka, nie może przynieść rzetelnego wyjaśnienia – kim jest człowiek. Jedynie komplementarne podejście do osoby ludzkiej wyrażone przez Frankla jako „jed-

¹⁰ Por. artykuły pod ogólnym tytułem „Wobec postmodernizmu”, w czasopiśmie „Ethos” 1996, nr 1-2, s. 63-211.

¹¹ Por. K. Tarnowski, Człowiek i transcendencja, Kraków 1995; Z. Zdybicka, Człowiek i religia, Lublin 1977, J. Koziński, Koncepcja transgresyjna człowieka, Warszawa 1987; Tenże, Psychotransgresywizm, Warszawa 2001.

¹² M. Wolicki, Człowiek w analizie egzystencjalnej Viktora Emila Frankla, dz. cyt., s. 170.

ność mimo różnorodności”¹³, ukazuje bogactwo złożenia człowieka, które św. Tomasz z Akwinu określił mianem *unitas multiplex*¹⁴.

3. Integralny obraz człowieka a psychoterapia

Obraz człowieka w niektórych nurtach psychologii jest zdeformowany poprzez sprowadzenie go do jednego tylko wymiaru. Psychoanaliza upatruje źródło sił życiowych i wszelkiej motywacji działania w podświadomości i siłach popędowych. Behawioryzm natomiast przeciwnie – odrzucając psychikę człowieka, skupia całą swoją uwagę na reakcjach na bodźce z otoczenia społecznego¹⁵.

Tymczasem człowiek jest osobą ludzką, która łączy w sobie materię, czyli ciało i ducha, o którym zapomniano lub mieszano go z psychiką we wyżej wspomnianych błędnych ujęciach. Wyodrębnienie w człowieku wymiarów: biologiczno-psychologiczno-duchowego jest w pewnym sensie procesem sztucznym. Niemniej jest to konieczne dla celów naukowych, przy założeniu, że człowiek stanowi jedną i niepodzielną całość. Nie składa się on z elementów ciała, psychiki i ducha, lecz stanowi jedną całość. Frankl stwierdza, że: „człowiek jest czymś więcej niż samym ciałem, a nawet tylko ciałem i duszą; przekonał się, że człowiek ostatecznie jest istotą duchową. Jest czymś więcej niż organizmem psychofizycznym, człowiek jest osobą duchową”¹⁶. To stwierdzenie Frankla opiera na bogatym doświadczeniu życiowym – nie tylko na zdobytej wiedzy naukowej, ale także na doświadczeniu zdroworozsądkowym¹⁷. Frankl w ujęciu integralnym wyróżnia w człowieku trzy wymiary: somatyczny (biologiczny), psychiczny (psyche) i duchowy, czyli noetyczny. Wymiary te pozostają ze sobą w relacjach, co powoduje, że nie są odrębnymi warstwami, lecz wzajemnie się przenikając, tworzą jedną całość. Człowieka można więc określić jako istotę biologiczno-psychiczno-duchową.

O ile udział psychiki i ciała w procesie oddziaływania psychoterapeutycznego jest oczywisty, o tyle zdania psychologów i terapeutów na temat znaczenia czynnika religijnego są często odmienne.

¹³ V. Frankl, *Homo patiens*, dz. cyt., s. 132.

¹⁴ Tamże.

¹⁵ Por. W. Łukaszeński, *Psychologiczne koncepcje człowieka*, w: *Psychologia*, red. J. Strelau, t. I, Warszawa 2000, s. 67-92; J. Koziński, *Koncepcje psychologiczne człowieka*, Warszawa 2000¹⁰.

¹⁶ Por. W. Szewczyk, *Kim jest człowiek. Zarys antropologii filozoficznej*, dz. cyt., s. 221-242; B. Smolka, *Narodziny i rozwój personalizmu*, Opole 2002.

¹⁷ V. Frankl, *Homo patiens*, dz. cyt., s. 266.

4. Religijność zmienną wspomagającą w procesie psychoterapii

Religijność jest specyficznym wymiarem życia człowieka. Wpływa na całość kształtu jego egzystencji. Warunkuje i motywuje postępowanie oraz określa jego życiowy cel.

Będąc „częstką osobowości”¹⁸, religijność stanowi zmienną włączającą się w proces terapeutyczny. Dlatego psychoterapia – dostrzegając w religijności pewne „mechanizmy” zbliżone w oddziaływaniu na jednostkę do oddziaływania terapeutycznego – może wykorzystać w odpowiedni sposób ten religijny wymiar człowieka, jako zmienną wspomagającą proces leczenia, czy też doskonalenia osobowości.

Nie chodzi o traktowanie religii w sposób instrumentalny, lecz o skorzystanie z tego dobra, jakie wnosi religia w życie człowieka wierzącego. Jest to wpływ terapeutyczny. I chociaż ten wpływ nie jest bezpośrednim celem religii, lecz jakby ubocznym skutkiem, to wartości religijne i pobudki religijne, mogą wpływać znacząco, na wynik procesu psychoterapii¹⁹. Innymi słowy, religijność może się stać specyficzną zmienną (elementem) wspomagającą proces psychoterapii.

Takie stwierdzenie wydaje się być uzasadnione, gdyż zdaniem W. Prężyny²⁰ religijność człowieka charakteryzuje się trzema podstawowymi cechami: jest fenomenem powszechnie związanym z egzystencją człowieka, głęboko przenika życie psychiczne człowieka, także w jego wymiarze poznawczym i emocjonalno – motywacyjnym, spełnia doniosłą rolę w normalizacji i organizacji życia, zarówno wewnątrz osobowościowego, jak i społecznego.

Człowiek autentycznie religijny, nigdy nie powie, iż już osiągnął dojrzałość religijną. Wręcz przeciwnie, czuje on pewien niedosyt, swego rodzaju niezadowolenie z siebie, będąc tym samym wciąż otwartym na nowe, na zmianę, na ciągłe dążenie ku doskonałości. Taka postawa wydaje się być bardzo pomocna w sytuacji, gdy człowiek ten korzysta z pomocy psychoterapeutycznej. Otwartość, krytycyzm w spojrzeniu na siebie, pragnienie i nadzieja

¹⁸ Z. Chlewiński, *Dojrzała osobowość: Sumienie, Religijność*, Poznań 1991; tenże, *Rola religii w funkcjonowaniu osobowości*, w: *Psychologia religii*, red. tenże, Lublin 1982, s. 61-76.

¹⁹ Por. H. Bless, *Zarys psychiatrii duszpasterskiej*, Warszawa 1980, s. 251; H. Clinebell, *Basic types of pastoral care and counseling*, Nashville 1987; W. Miller, K. Jackson, *Practical psychology for pastors*, Englewood Cliffs 1985.

²⁰ W. Prężyna, *Spójeczno-religijne odniesienie dla poczucia sensu życia i psychoterapii*, w: *Człowiek – wartości – sens. Studia z psychologii egzystencji*, dz. cyt., s. 375.

osiągnięcia czegoś więcej, wspomaga wysiłki terapeuty, starającego się umotywić do leczenia lub doskonalenia się pacjenta.

Religijność wyraża się w relacji „ja” do przedmiotu religijnego – „Ty”. Jest swego rodzaju otwarciem się człowieka religijnego, na Coś lub Kogoś, jest wyjściem poza siebie samego. Jest zwróceniem uwagi na kogoś lub coś więcej niż on sam. Wówczas człowiek odnajduje siebie w perspektywie jakościowo innej, nowej, mniej egocentrycznej, egoistycznej, a bardziej otwartej na Boga i na drugiego człowieka, a tym samym na jego problemy.

Relacja wertykalna człowieka „ja-Ty” przeniesiona na horyzontalną relację „ja-Ty”, ubogaca tę ostatnią, poszerzając ramy odpowiedzialności, godności oraz ukazuje nowy poziom ludzkiej podmiotowości.

Religijność jest specyficznym wymiarem osobowości. Wyrażając się w nawiązaniu osobowych relacji podmiotu z Kimś całkowicie Innym, sytuuje człowieka w innym „nowym świecie”. Domaga się zmiany patrzenia na własne „ja”, na siebie, na otaczający świat, zmiany sposobu wartościowania i działania. Tak więc „gotowość do tego, by w aspekcie nowych doświadczeń wprowadzić potrzebne korekty w obrazie siebie”²¹, staje się cechą wspomagającą w procesie psychoterapii, który jak wiadomo zakłada uporządkowanie, leczenie psychiki (a co się z tym wiąże osobowości), lub korektę pewnych elementów osobowości, celem doskonalenia i dążenia ku dojrzałej osobowości. Zdaniem Z. Chlewińskiego współkonstruuje strukturę psychiczną człowieka, tkwi w niej immanentnie. Odgrywa ona – jak się wydaje – istotną rolę w strukturze ludzkiego „ja” – pełni funkcję autoidentyfikacyjną (dzięki niej człowiek odkrywa – kim jest), a także funkcję kształtującą relacje międzyosobowe²².

„Możliwość wykorzystania” wielorakich funkcji religijności (porządkowanie systemu przekonań i wartości, znajdowanie punktu odniesienia, systemu wsparcia, itp.), wydaje się bardzo pomocna w procesie psychoterapii. Psychoterapia jako nauka nastawiona na dobro człowieka, będąca w służbie człowiekowi, z pewnością widząc możliwość pomocy w postaci religijności danego pacjenta, winna ją wykorzystać²³. Zdaniem K. Dąbrowskiego „w psychoterapii powinniśmy brać pod uwagę specyficzne komponenty psychicznej struktury każdej jednostki i poziomy tych komponentów. Dostosowanie podejścia do aktualnych potrzeb każdego pacjenta jest właśnie wyrazem wielo poziomowego i wielopłaszczyznowego realizmu”²⁴.

²¹ Z. Chlewiński, Dojrzała osobowość. Sumienie. Religijność, dz. cyt., s. 118.

²² Tamże, s. 86.

²³ V. Frankl, Nieświadomiony Bóg, Warszawa 1978, s. 171-172.

²⁴ K. Dąbrowski, Psychoterapia przez rozwój, Warszawa 1979, s. 70.

Należy sobie zdawać sprawę, jak pisze S. Kratochvil²⁵, że przy oddziaływaniu terapeutycznym, wszystkie zmienne mogą mieć znaczenie – mogą je wzmacniać albo hamować. Różne czynniki pozytywne współdziałają w osiągnięciu celu psychoterapii, jakimi są usunięcie objawów zaburzających osobowość oraz jej rozwój, zadowalające i skuteczne jej funkcjonowanie²⁶.

Fr Władysław Szewczyk: A view of man in psychotherapy

In therapy, the psychotherapist's view of man is of great significance for the therapeutic process and its effects. Quite frequently therapists represent conceptions based on a reductionist view of man, either in the form of biologism, psychologism or sociologism. Theories built on such a unidimensional view of man may not serve as a foundation for a well-conceived psychotherapy. Only a comprehensive and integral look at the man as a person, comprising all his aspects, may ensure an effective psychotherapy. In the psychotherapeutic process it is important to take into consideration this specific aspect of human life which is religiousness.

²⁵ S. Kratochvil, *Podstawy psychoterapii*, Warszawa 2004, s. 125n.

²⁶ L. Grzesiuk, *Psychoterapia. Szkoły, zjawiska, techniki i specjalistyczne problemy*, Warszawa 1994, s. 102; B. Okun, *Skuteczna pomoc psychologiczna*, Warszawa 2002.