

W. Szewczyk

"Disclosing Man to Himself", Sidney
M.Jourard, New Jersey 1968 :
[recenzja]

Studia Philosophiae Christianae 9/2, 232-236

1973

Artykuł został zdigitalizowany i 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.

wg Lennertza (1970) w grupie zażywającej haszysz była chwiejność emocjonalna, tolerancyjność w stosunku do niepalących, towarzyskość, obniżony krytycyzm w stosunku do siebie. Do podobnych wyników doszedł Halpern w stosunku do konsumentów marihuany.

Według Smarta i Jonesa (1970) konsumenci LSD, w stopniu większym niż w grupie normalnej, ujawniali społeczną izolację, mniej interesowali się własną osobą, mieli większe tendencje do ucieczki od rzeczywistości, ujawniali więcej objawów zaburzeń psychicznych takich jak schizoidia, histeria, psychopatia, hypomaniakalne zaburzenie osobowości.

Innym ważnym problemem zasygnalizowanym w pracy to medyczno-psychologiczny problem zależności od narkotyku. Chodzi tu o zależność zarówno psychiczną jak i organiczną. Powstaje ona wówczas, gdy na skutek dłuższego przyjmowania jakiegoś środka następuje przyzwyczajenie się do przyjmowanego narkotyku. Związek między konsumentem a przyjmowanym środkiem jest tak silny, że nagle odstawienie go powoduje wystąpienie całego zespołu przykrych objawów psychofizjologicznych (pocenie się, bóle, drgawki, wymioty, urojenia).

Ze względu na bardzo aktualny a nierozwiązany dziś problem narkomanii wśród młodzieży opublikowana pozycja stanowi cenny wkład do literatury światowej. Dla czytelnika polskiego, zwłaszcza dla psychologów, socjologów, lekarzy, praca zawiera ważne źródła dla studium tego problemu i ewentualnie bardziej skutecznej działalności profilaktycznej.

Cz. Cekiera

Sidney M. Jourard, Disclosing Man to Himself, Pricetn, New Jersey 1968, s. 245

W psychologii współczesnej przeważają w różnych odcieniach dwa podstawowe nurty — psychoanalityczny i behawiorystyczny. Różnią się one w wielu punktach, ale głównie ze względu na charakter założeń metodologicznych i metody weryfikacji swich hipotez.

W ostatnich dziesięciu latach zarysował się coraz wyraźniej, zwłaszcza w psychologii amerykańskiej nowy nurt, zwany psychologią humanistyczną, albo Trzecią Siłą w psychologii.

Wśród jej zwolenników, skupionych głównie wokół wydawanego od 1961 roku czasopisma „Journal of Humanistic Psychology”, należy wymienić takie nazwiska jak: A. Maslow, C. Moustakas, N. Hakayawa, C. Rogers, H. Otto, J. Butler, J. Mann.

Główne twierdzenia psychologii humanistycznej można by streścić następująco:

1. Zamiast zajmować się patologią, trzeba przede wszystkim zająć się badaniem warunków zapewniających optymalny rozwój człowieka.

2. Zamiast opisywać jak człowiek reaguje, szukać trzeba odpowiedzi na pytanie — kim jest i kim może się stać.

3. Zamiast wyjaśniać motywację człowieka w oparciu o mechanizm redukcji, napięcia właściwy zwierzętom, należy zbadać pozytywne dynamizmy rozwojowe tkwiące w jednostce i sposoby ich aktualizowania.

Psychologowie humanistyczni przyjmują za K. Goldsteinem, A. Maslowem, C. Rogersem istnienie u każdego człowieka tzw. tendencji do samoaktualizacji. Tendencja do samoaktualizacji funkcjonuje na dwu poziomach: na poziomie biologicznym (*actualizing tendency*), oraz na poziomie psychicznym (*self actualizing tendency*). „*Self actualizing tendency*” obejmuje dążność do realizowania potencjalnych możliwości jednostki, a zwłaszcza jej subiektywnego obrazu siebie (*self concept*). Na obraz siebie składa się zespół wszystkich pojęć, ocen i sądów zorganizowanych wokół „ja”, „mnie”.

Psychologów humanistycznych interesuje nie tylko formalna struktura obrazu siebie, ale przede wszystkim jego struktura treściowa tzn. rodzaj wartości znajdujący się we wspomnianym obrazie siebie. Chodzi tu szczególnie o to, jakie wartości jednostka uznaje i przeżywa oraz jakie cele sobie stawia. Poznać drugiego człowieka można tylko poprzez jego subiektywny obraz siebie, czyli z tzw. wewnętrznego punktu odniesienia. „Poznać drugiego człowieka, jak pisał C. Rogers — można nie wtedy, gdy myśli się o nim lub za niego, ale wtedy, gdy myśli się razem z nim”, tzn. poprzez jego obraz siebie, który stanowi pryzmat nadający indywidualny, jednostkowy „kształt” wszelkim bodźcom środowiska wewnętrznego i zewnętrznego. W ten sposób psychologia humanistyczna stara się dotrzeć do tych sfer ludzkiej psychiki, które w subiektywnym świecie jednostki zajmują istotne miejsce, a przez psychologów myślących kategoriami neopozytywistycznymi zostały uznane za znajdujące się poza marginesem nauki.

Jednym z wybitnych przedstawicieli psychologii humanistycznej jest prof. uniw. na Florydzie, Sidney M. Jourard, który już we wsześniejszych swoich pracach (*Personal Adjustment: An Approach Through Study of Healthy Personality; Transparent Self*) dał znać o sobie nie tylko jako dobry znawca problematyki psychologii humanistycznej, ale i jako gorący jej zwolennik.

Autor postawił sobie za cel, o czym informuje już sam tytuł książki,

pomóc człowiekowi do odkrycia w sobie potencjalnych możliwości rozwojowych i pełnej ich realizacji. Adresatami książki są psychoterapeuci, lekarze, nauczyciele, księża; i ci wszyscy, którzy odpowiedzialni są za kształtowanie stosunków międzyludzkich.

Książka składa się z czterech rozdziałów, z których pierwszy pod znamienym tytułem: „Rewolucja humanistyczna w psychologii” zawiera sugestywny wykład głównych tez autora. Wychodzi on od stwierdzenia, że procedury badawcze w psychologii uzależnione są od przyjętych uprzednio założeń metodologicznych i filozoficznych. Wśród tych ostatnich najważniejsza jest przyjmowana koncepcja człowieka. W badaniach traktuje się człowieka bardzo różnie; raz jako maszynę, to znowu jako organizm podobny do szczura czy małpy, lub jako układ samoregulujący itp. W oparciu o tego rodzaju założenie próbuje się wyjaśniać funkcjonowanie człowieka oraz podejmuje się metody psychoterapeutyczne. Tymczasem — jak mówi autor — najlepszym „modelem dla człowieka jest sam człowiek. Trzeba więc z powrotem docenić ludzkie bezpośrednie doświadczenie. Wprawdzie to bezpośrednie, subiektywne doświadczenie jest dyskredytowane przez neopozytywistyczne rygory sprawdzalności, ale czy można — pyta autor — stawiać psychologii takie same wymagania metodologiczne jak np. fizyce, czy innym przedmiotom nauk ścisłych? Odpowiada na to pytanie przecząc, wskazując na różnice przedmiotu psychologii i nauk ścisłych. Zastosowanie bardzo ostrych rygorów metodologicznych do wszystkich zagadnień psychologicznych prowadzi do wyrzucenia wielu bardzo ważnych dla człowieka zagadnień poza granice naukowego poznania. Przestrzegając przed taką ewentualnością autor wskazuje na prawomocność na terenie psychologii problematyki wysuwanej przez psychologię humanistyczną. Wprawdzie nie zdołała ona jeszcze dopracować się własnej solidnej metodologii, nie stanowi również jakiegoś zwartego systemu, niemniej jednak jej postulaty — jak sądzi autor — w najbliższych latach muszą znaleźć na terenie psychologii swoje należne miejsce.

Druga część pracy poświęcona jest omówieniu psychoterapii ujętej w kontekście pozytywnego rozwoju osoby. Autor nie zastanawia się bliżej nad przyczynami, czy formami patologii powodującej „wołanie o pomoc”, czyli potrzebę psychoterapii; ale tylko od strony pozytywnej określa na czym polega zdrucie psychiczne i przez jakie formy oddziaływania psychoterapeutycznego można je osiągnąć. Zdrowa osobowość jest to „osobowość, która rośnie”, rozwija się. W zdrowej osobowości podkreśla autor takie cechy jak umiejętność możliwie pełnego uczestniczenia w podejmowanej pracy i formie życia, zdolność do przekraczania napięć pomiędzy sferą świadomą i podświadomą, zdolność „doświadczenia” i realnej oceny siebie, otwarty stosunek do nowych,

napotykanych wartości oraz zdolność do utrzymywania bliskich kontaktów miłości i przyjaźni.

W analizie samego procesu terapeutycznego autor nawiązuje do ujęć psychologii egzystencjalnej traktującej proces psychoterapii jako dopomożenie pacjentowi do „wyboru własnej drogi życia w świecie”. Od strony terapeuty ten typ psychoterapii daleki jest od podstawy dyrektywnej, ale raczej stanowi rodzaj „zaproszenia” skierowanego w stronę pacjenta do wyboru wartości (psychotherapy as invitation). Cel ten można osiągnąć nie tyle przez stosowanie różnych technik, ile raczej przez postawę psychoterapeuty. Elementami tej postawy winno być między innymi zaufanie do możliwości rozwojowych pacjenta, zdolność do możliwie pełnego „wejścia” w świat jego przeżyć, oraz zdolność do ukazania mu własnej autentyczności i umiejętności dialogu.

Trzecia część książki nosi wiele mówiący tytuł — „Przeżycie — zaniedbana dziedzina w psychologii”. Autor podejmuje próbę analizy różnych przeżyć ludzkich, począwszy od przeżyć związanych z procesem uczenia, poprzez twórczość, przeżycia artystyczne i kontemplację, a skończywszy na przeżyciach wyjątkowych, zwanych za A. Maslowem przeżyciami „szczytowymi” (*peak experiences*). Przykładem takich przeżyć są przeżycia ekstazy religijnej czy artystycznej. Zdaniem autora jest to wielką zasługą psychologii humanistycznej, że zwróciła uwagę na znaczenie strony przeżyć dla opisu i wyjaśnienia funkcjonowania osobowości ludzi twórczych. Autor wysuwa postulat, aby psychologowie mimo trudności badawczych pokusili się o spenetrowanie przy pomocy różnych nowszych metod badawczych tej trudno dostępnej sfery psychiki ludzkiej.

W ostatniej części pracy podaje autor ogólne wnioski i postulaty praktyczne, zmierzające do zastosowania zasad i zdobyczy psychologii humanistycznej do różnych zagadnień życia, a zwłaszcza do nauczania i wychowania.

W zakończeniu proponuje autor podjęcie wszechstronnych badań nad tymi wszystkimi formami zachowań ludzkich, w których jednostka przekracza determinanty biologiczne czy społeczne (tzw. *transcendent behavior*). Należą tu między innymi zagadnienia twórczości, oryginalności, osiągnięć, warunków pełnego funkcjonowania jednostki.

Omawiana książka nie rości sobie pretensji do wyczerpującego przedstawienia całości problematyki podejmowanej przez psychologię humanistyczną. Z analizy książki wynika, że psychologowie humanistyczni przyjęli w sposób świadomy postawę poniekąd eklektyczną, wybierając z poprzednich systemów to, co odnosi się do szeroko rozumianych warunków pozytywnego rozwoju człowieka.

Pod względem metodologicznym praca Jourarda jest niejednolita. Obok rozdziałów opartych na wynikach konkretnych badań zawiera również rozdziały, w których autor językiem mało precyzyjnym wyraża pewne swoje postulaty. Jest to jednak o tyle zrozumiałe, że nie stanowi ona przecież jakiegoś podsumowania stanu wiedzy, ale raczej pionierską wizję kierunku, w jakim w przyszłości psychologia powinna się rozwijać. Oczywiście autor zdaje sobie sprawę, że bardzo pręźnie rozwijać się będzie psychologia matematyczna, niemniej uważa, że równocześnie wzrastać będzie coraz to bardziej znaczenie praktyczne problematyki podejmowanej przez psychologię humanistyczną.

Mimo zasygnalizowanych braków omawiana pozycja może stanowić nie tylko wstępne źródło informacji o psychologii humanistycznej, ale również dobry punkt wyjścia do refleksji dla wszystkich tych, którzy stawiają sobie za cel pomóc człowiekowi do pełnego rozwoju jego potencjalnych możliwości, a tym samym osiągnięcia dojrzałej, optymalnie funkcjonującej osobowości.

W. Szewczyk