

**Ewa Szałtowska-West, Ewa
Majewska, Waldemar Grzywacz,
Tomasz Ochowski, Sławomir
Śląski**

**Symposium psychologiczne pt.
"Człowiek wobec lęku i zagrożenia"**

Studia Philosophiae Christianae 20/1, 243-251

1984

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.

Państwowe Wydawnictwo Naukowe:

- K. Zamiara, *Metodologiczne znaczenie sporu o status poznawczy teorii*, 1974.
 W. Marek, J. Onyszkiewicz, *Elementy logiki i teorii mnogości w zadaniach*, 1974², 1977³, 1978⁴.
 W. Pogorzelski, *Klasyczny rachunek zdań. Zarys teorii*, 1975².
 J. Such, *Czy istnieje experimentum crucis*, 1975.
 J. Such, *Problemy weryfikacji wiedzy*, 1975.
 J. Kmiża, *Wykłady z logiki i metodologii nauk dla studentów. Wydziałów humanistycznych*, 1976³, 1977⁴.
 L. Nowak, *Wstęp do idealizacyjnej teorii nauki*, 1977.
 J. Stupecki i inni, *Logika i teoria mnogości*, 1978.
 A. Wojciechowska, *Elementy logiki i teorii mnogości*, 1979.
 M. Lipczyńska, *Zbiór zadań z logiki dla studentów wydziału prawa i administracji*, 1980².
 K. Pasenkiwicz, *Logika ogólna*, 1980².
 E. Pietruska-Madej, *W poszukiwaniu praw rozwoju nauki*, 1980.
 W. Wolter, M. Lipczyńska, *Elementy logiki. Wykład dla prawników*, 1980³.
 Z. Kraszewski, *Logika — nauka rozumowania*, 1981³.
 L. Bonkowski, *Elementy logiki formalnej*, 1981⁵.
 W. Pogorzelski, *Klasyczny rachunek kwantyfikatorów. Zarys teorii*, 1981.
 W. Marciszewski, *Metody analizy tekstu naukowego*, 1981².
 A. Grzegorzczyk, *Zarys logiki matematycznej*, 1981⁵.
 R. Wójcicki, *Wykłady z metodologii nauk*, 1982.
 H. Mortimer, *Logika indukcji*, 1982.
 G. Hunter, *Metalogika*, 1982.

Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne:

- A. Rutkowski, *Elementy logiki matematycznej*, 1978.
 M. Omyła, *Logika — wybrane zagadnienia*, 1980.

Ossolineum:

- E. Vasiliiu, *Elementy semantycznej teorii języków naturalnych. Semantyka logiczna zdań jądrowych*, 1981.
Z historii polskiej logiki. Praca zbiorowa pod red. W. Voisé i Z. Sikubała-Tokarskiej, 1981.

Redakcja Wydawnictw KUL:

- M. Poletyło, *Analiza logiczna dowodów występujących w metafizyce Ch. Boyera*, 1966.
 J. Herbut, *Hipoteza w filozofii bytu*, 1979.

Wydawnictwo ATK:

- W kierunku formalizacji tomistycznej teodycei*. Tom I serii Miscellanea Logica pod red. E. Nieznańskiego, 1980.

SYMPOZJUM PSYCHOLOGICZNE PT. „CZŁOWIEK WOBEC LĘKU I ZAGROŻENIA”

W dniach 21—22 kwietnia 1983 na ATK odbyło się sympozjum pt. *Człowiek wobec lęku i zagrożenia*, zorganizowane przez Koło Naukowe Studentów Psychologii i Radę Wydziału Filozofii Chrześcijańskiej.

Problematyka symposium, ujęta w aspekcie psychologicznym oraz filozoficzno-teologicznym, została przedstawiona w następujących referatach:

1. *Lęk w teorii i praktyce psychiatrycznej* — dr med. Adam Frankowski;
2. *Analiza lęku w świetle teorii zachowania* — dr hab. Krystyna Ostrowska;
3. *Poziom niepokoju młodzieży studiującej w świetle badań studentów ATK* — referat Koła Naukowego Studentów Psychologii, wygłosiła Teresa Idźkowska;
4. *Lęk w filozofii C. Jaspersa* — ks. mgr January Budzisz;
5. *Pedagogika przezwyciężania lęku* — ks. doc. dr Janusz Tarnowski;
6. *Ascetyczne propozycje przezwyciężania lęku* — prof. dr Mieczysław Gogacz.

Sesję otworzył dziekan Wydziału Filozofii Chrześcijańskiej ks. prof. dr hab. M. Luibański. W pierwszym dniu obrad przewodniczyła opiekunka Koła dr hab. K. Ostrowska, a w drugim prof. dr M. Gogacz.

Mottem wykładu dra A. Frankowskiego była myśl A. Kępińskiego wskazująca na to, że: „(...) lęk byłby jakimś doznaniem najpierwotniejszym, bo wynikającym z samego procesu życia i przeciwstawienia się entropii panującej w przyrodzie nieożywionej”.

Podkreślając fakt wszechobecności lęku w życiu człowieka, prelegent omówił tę stronę fenomenu lęku, która najbardziej interesuje psychiatrię. Za A. Kępińskim potraktował lęk jako sygnał niebezpieczeństwa, które grozi jednostce ludzkiej we wszystkich aspektach jej istnienia i funkcjonowania. Wspominał też o często przyjmowanym, lecz nadal dyskusyjnym odróżnieniu lęku od strachu.

Następnie prelegent scharakteryzował typowe dla lęku symptomy psychologiczne oraz zmiany cielesno-wegetatywne i behawioralne. Wprawdzie lęk zakłada określone niebezpieczeństwo, to jednak w praktyce psychiatrycznej spotyka się często sytuacje paradoksalne, w których jest ono bardzo trudne do zidentyfikowania. Rodzi się więc pytanie o celowość lęku, o wiarygodność sygnałów lękowych. Niejednokrotnie podnoszono, że lęk w niewielkim natężeniu działa mobilizująco. Jednakże po przekroczeniu pewnej granicy powoduje zachowanie chaotyczne, paraliżuje; obraca się przeciwko istocie, która go doznaje. Wbrew założeniu nie tylko nie chroni przed niebezpieczeństwem, ale sam w sobie stanowi niebezpieczeństwo. Szczególnym przykładem takiego dezorganizującego działania lęku są choroby psychiczne, które według pewnych poglądów stanowią właśnie specyficzny sposób rozwiązywania problemu lęku.

Dalej dr Frankowski przedstawił koncepcje lęku powstałe na kanwie teorii zaburzeń psychicznych takich jak: nerwice, schizofrenia, melancholia, psychozy organiczne. W trakcie powyższej analizy został uwypuklony związek między lękiem a aktywnością polegający na tym, że aktywność w sposób elementarny przeciwdziała lękowi.

W podsumowaniu prelegent, powołując się na cytowaną wcześniej monografię A. Kępińskiego: wysunął wniosek, iż być może lęk będąc słabością okazał się siłą, która stała się ważnym motorem ewolucji. W ten sposób potraktowany lęk miałby podwójną naturę: pozytywną oraz negatywną; a więc prawdopodobne są założenia pewnych szkół psychiatrycznych mówiące, że do psychoz dochodzi wtedy, gdy neguje się lęk jako fundamentalne zjawisko życia. Jedyną drogą do zmieni-

malizowania destrukcyjnego działania lęku jest zaakceptowanie go i przeciwstawienie się mu.

Dr hab. K. Ostrowska na wstępie swojej wypowiedzi zastrzegła, że nie będzie mówiła o lęku w takim aspekcie, w jakim rozpatrują go psychiatrzy i psychologowie kliniczni. Stwierdziła, że ponieważ lęk stanowi integralną część sytuacji zagrożenia typowej dla człowieka czasów współczesnych, więc interesujące zarówno ze względów poznawczych jak i praktycznych okazać się może spojrzenie na fenomen lęku w świetle teorii zachowania. Dalsze rozważania prelegentki koncentrowały się wokół wypełniania treścią poszerzonego schematu tej teorii: S-O-R-Z-O (działa bodziec — uruchamia pewne mechanizmy jednostkowe — powstaje reakcja alarmowa motywująca do działania — następuje zachowanie jednostki będące funkcją struktury osobowości oraz czynników otaczającej rzeczywistości — następuje oddziaływanie na osobowość jednostki).

Według dr hab. K. Ostrowskiej lęk jest reakcją alarmową zawsze o ujemnym ładunku emocjonalnym, będącą następstwem subiektywnego odczucia zagrożenia motywującą jednostkę do działania lub zaniechania działania. Lęk jako reakcja alarmowa na zagrożenie, stanowiąc zespół odruchów, procesów i zachowań ma charakter dynamiczny i podlega uczeniu. Długotrwały lęk prowadzi do tzw. stanu lękowego.

Zdaniem autorki nie wszyscy ludzie reagują lękiem na te same zagrożające bodźce lub sytuacje. Fakt ten znajduje usprawiedliwienie w wyróżnionym przez dr hab. Ostrowską subiektywnym odczuciu zagrożenia (utrąty) systemu wartości jednostki (wartości: biologicznych, psychologicznych, społecznych, macierzyńskich, moralnych i metafizycznych).

Następnie prelegentka zaprezentowała koncepcję dotyczącą powstawania, funkcjonowania i redukcji lęku. Teoria ta sformułowana została w postaci 15 twierdzeń zgrupowanych w trzy bloki tematyczne:

1. twierdzenia dotyczące bodźca;
2. twierdzenia dotyczące osobowości;
3. twierdzenia dotyczące zachowania.

Dr hab. Ostrowska zakończyła swój referat przedstawieniem badawczych i praktycznych implikacji wynikających z przedstawionych hipotez. Odnosnie do aspektu badawczego autorka postulowała doświadczalną weryfikację teorii, co przyczynić by się mogło do skonstruowania bardziej adekwatnej i ogólnej koncepcji lęku. Natomiast dla poradnictwa wyłoniła się ważna zasada, iż nie można skutecznie pomóc jednostce borykającej się z odczuwanym zagrożeniem i lękiem nie znając jej uznanego i faktycznie realizowanego systemu wartości. Tak więc u podłoża rozpoczęcia oddziaływania terapeutycznego należy postawić diagnozę systemu wartości.

Trzeci wygłoszony w tym dniu referat był sprawozdaniem z badań przeprowadzonych przez Koło Naukowe Studentów Psychologii. Pod opieką dr hab. K. Ostrowskiej w przygotowaniu referatu sprawozdawczego uczestniczyli studenci:

Teresa Idźkowska, Ewa Szalkowska-West, Dorota Wyszyńska, Maria Zakrzewska-Pohorecka, Andrzej Bafeltowski, Waldemar Grzywacz, Tomasz Ochowski, Sławomir Śląski.

Wygłoszenie referatu powierzono studentce III roku Teresie Idźkowskiej.

Ankieta przeprowadzali trzy osoby: dr hab. K. Ostrowska, Tomasz Ochiniowski, Waldemar Grzywacz.

Były to badania sondażowe typu anonimowego, które zostały przeprowadzone w marcu 1983 r. Objęły 183 studentów wszystkich wydziałów uczelni, przeważnie słuchaczy pierwszych trzech lat. Ankieta zawierała 4 pytania o charakterze pytań otwartych i pięte dotyczące ogólnej charakterystyki badanej grupy. Treść pytań była następująca:

1. Staraj się za pomocą kilku przymiotników określić swój przeważający nastrój, który towarzyszy Ci od dłuższego czasu.
2. Podaj, co w ostatnim okresie (kilka miesięcy) jest przedmiotem Twojej stałej troski i niepokoju.
3. Określ za pomocą kilku przymiotników, jaki(a) jesteś w różnych sferach swojej działalności.
4. Jeżeli masz wypracowane własne techniki radzenia sobie w sytuacjach trudnych (niepokoju, porażki, frustracji itp.), to postaraj się je opisać. Jeżeli nie masz takich technik radzenia sobie w sytuacjach trudnych, to w tym punkcie napisz, że nie masz takich technik.

Jeżeli nad tymi problemami nie zastanawiałeś(aś) się, to też napisz o tym.

5. Podaj następujące dane: wiek, płeć, rok studiów ewentualnie kierunek.

Spośród 183 ankiet 7 odrzucono z powodu niepoważnego potraktowania badania. Wśród pozostałych 176 respondentów było:

- | | |
|-------------------------------|---------------|
| 1. studentów psychologii | — 86 (48,86%) |
| 2. studentów teologii | — 44 (25%) |
| 3. studentów filozofii | — 31 (17,62%) |
| 4. studentów prawa | — 7 (3,97%) |
| 5. studentów z innych uczelni | — 4 (2,27%) |
| 6. brak danych o 4 osobach. | |

Rozkład ze względu na rok studiów:

słuchaczy I roku studiów było 68 (38,65%),
 słuchaczy II roku studiów było 60 (34,1%),
 słuchaczy III roku studiów było 41 (23,25%),
 słuchaczy IV roku studiów było 3 (1,71%),
 słuchaczy V roku studiów nie było,
 osoby spoza uczelni.

— doktorant	1 (0,57%)
— technik elektryk	1 (0,57%)
— brak danych o dwóch osobach	(1,14%)

Wiek badanych:

1. 18—20	52 osoby (29,55%)
2. 21—23	79 osób (44,89%)
3. 24—26	27 osób (15,34%)
4. 27—30	11 osób (6,25%)
5. 34—35	2 osoby (1,14%)
6. 36—44	2 osoby (1,14%)
7. brak danych	3 osoby (1,77%)

Płeć badanych:

Kobiety	110 (62,5%)
mężczyźni	62 (35,23%)
brak danych	4 (2,27%)

Analiza uzyskanych wyników doprowadziła do następujących wniosków:

1. Występuje znaczne obniżenie nastroju emocjonalnego młodzieży studiującej. Wiąże się to ze skalą odczuwanych frustracji, niepowodzeń i zagrożeń.
2. Zainteresowania młodzieży koncentrują się przede wszystkim wokół problematyki funkcjonowania własnej osobowości. Silnie odczuwana jest też troska o najbliższych członków rodziny i przyjaciół.
3. Studenci przeżywają niepokoje związane z sytuacją społeczno-gospodarczą i skutkami tej sytuacji dla jednostki, jej najbliższych, społeczeństwa i kraju.
4. Istnieje autentyczna potrzeba rozpropagowania wśród młodych ludzi efektywnych sposobów radzenia sobie w sytuacjach lękorodnych oraz rozbudzenia zainteresowania studentów działalnością kół naukowych i duszpasterstwa akademickiego.

Głównym wątkiem dyskusji zarówno po referacie dra A. Frankowskiego (wzięli w niej udział: prelegent, K. Ostrowska, M. Gogacz, T. Kobierzycki, ks. J. Bazylak) jak i po wykładzie dra hab. K. Ostrowskiej (dyskutanci: K. Ostrowska, A. Frankowski, M. Gogacz) był problem związku lęku z systemem wartości. W dyskusji po drugiej z wymienionych wyżej prelekcji podjęto też sprawę trafności doboru teorii uczenia się do analizowania fenomenu lęku, oraz funkcje porządkujące tej teorii (mówili o tym: S. Siek, M. Lubański, T. Kobierzycki).

W drugim dniu sympozjum ks. mgr J. Budzisz przedstawił myśl Jaspersa dotyczącą antropologii człowieka, wskazując na miejsce, jakie zajmuje w niej problem lęku.

Na pytanie, jaki jest właściwy byt człowieka Jaspers odpowiada, że jest nim egzystencja transcendentna wobec wszystkiego, co można o niej powiedzieć (*Selbstsein*). Jest ona czymś różnym od bytu empirycznego (*Dasein*) — całokształtu czynników biologicznych, społecznych, kulturowych przysługujących każdemu człowiekowi. To *Selbstsein* oznacza ruch najgłębszej identyfikacji jednostki samej z sobą. Przejawia się natomiast w podejmowaniu bezwarunkowych rozstrzygnięć, czyli decydowanie w sytuacjach granicznych.

Sytuacje graniczne to według Jaspersa — jak podkreślił ks. Budzisz — rzeczywistość, w której świat empiryczny traci sens dla człowieka, to sytuacje: winy, cierpienia, walki i śmierci. Są to sfery, w których egzystencja zaktualizuje swój istotny byt, albo stanie się „jednym pośród wielu”. W sytuacji granicznej — śmierci — jawi się wobec jednostki nicość świata, jako bezznaczenność; świat traci definitywnie ważność jako przedmiot myśli szukającej zrozumienia i jako sfera jej-samounrzeczywistnienia. Równocześnie w tej sytuacji odczuwa ona nieskończoną i nieporównywalną ważność swojego bytu.

Prelegent podkreślił, iż według Jaspersa w sytuacjach granicznych otwiera się droga człowieka ku transcendencji. Jednostka odkrywa, że jest czymś więcej niż życiem, że podarowane jej zostało istnienie, a życie jest tylko jedną z form jaką istnienie przybiera.

Ks. mgr Budzisz wyjaśnił to w następujący sposób: „Transcendencja tłumaczy moją egzystencję, to znaczy: to dzięki czemu jestem „ja” (*Ich-selbst*), bo dzięki, czemu mogę nim być, nie znajduję wytłumaczenia w sferze immanencji, „tam, gdzie jestem” istotnie sobą, zostałem sobie podarowany. Stoimy wobec antynomii: absurdalność świata i mojego bytu albo przyjęcie transcendencji.

Przechodząc do problemu lęku referent ukazał, że to zagadnienie pojawia się u Jaspersa w kontekście filozoficznej wiary (*philosophische Glaube*), która jest filozoficznym spełnieniem, realizacją zmierzania transcendującego. W tak rozumianej wierze istnieje niebezpieczeństwo znalezienia definitywnego rozstrzygnięcia i spokoju. Tym samym przepadłoby pełne otwarcie na transcendencję.

Tylko lęk, dzięki któremu egzystencja zostaje przebudzona, czyni człowieka stale i nieubłagane otwartym wobec każdej formy zmierzania transcendującego, lęk uniemożliwia stygmatyzację wiary (*Fertwerden*); dzięki niemu człowiek spogląda ponad to, co już osiągnięte w ciemną otchłań w bezmiar tego co możliwe do urzeczywistnienia w zmierzaniu transcendującym, które stanowi nerw filozoficznej wiary.

Ks. Budzisz kilkakrotnie zaznaczył, że według Jaspersa, jeśli wiara filozoficzna utraciłaby lęk, to znikłaby pełnia jej otwarcia na transcendencję.

Referat ks. doc. dra hab. Janusza Tarnowskiego dotyczył lęków przeżywanych przez dzieci i młodzież.

W pierwszej części przedmiotem rozważań prelegenta były źródła lęku. Ksiądz doc. podzielił je na trzy kategorie:

- egzogenne źródła lęków,
- indogenne (osobowościowe) źródła lęków,
- egzogenne-indogenne źródła lęków.

Do lęków egzogennych zaliczone zostały: dom rodzinny, szkoła i świat. Omawiając problemy związane z rodziną prelegent wskazał na lekorodną funkcję negatywnych postaw rodzicielskich wyróżnionych w badaniach M. Ziemskiej. Natomiast odnośnie do szkoły stwierdził, iż niestety szkoła współczesna opiera się na represji, lęku i stwarzaniu sytuacji stresowych. Terminem świat ks. doc. Tarnowski określił zarówno zagrożenie konfliktem międzynarodowym, doskonale wyczuwane przez dzieci, jak i wypadki losowe oraz lękotwórczy wpływ audycji telewizyjnych.

Przedstawiając osobowościowe determinanty reakcji lękowych referent uwypuklił konieczność uwzględniania tych uwarunkowań w procesie wychowawczym. Jako pomoc zaproponował typologię charakterów Le Senne'a.

Trzecią kategorię źródeł lęku stanowi według ks. doc. błędnie interpretowana religia.

Drugą część omawianego referatu dotyczyła sposobów przezwyciężania lęku. W koncepcji ks. Tarnowskiego podstawowym warunkiem pokonywania lęku jest dialog, realizowany w wymienionych wyżej sytuacjach lekorodnych.

Ks. Tarnowski wyróżnił trzy płaszczyzny dialogu:

- dialog jako metoda,
- dialog jako proces,
- dialog jako postawa.

Dialog jako metoda to według prelegenta sposób porozumiewania się zwłaszcza słowem, poprzez który dwa podmioty dążą do wzajemnego zbliżenia, poznania i współdziałania.

Dialog jako proces to jest choćby częściowe osiągnięcie tego zbliżenia, poznania i współdziałania.

Dialog jako postawa to stała gotowość do realizowania procesu dialogu.

Konsekwentnie prelegent omówił następujące płaszczyzny dialogu:

1. dialog w rodzinie, czyli realizacja pozytywnych postaw rodzicielskich a także dialog w szkole;
2. dialog z samym sobą (refleksja nad sobą prowadząca do odrzucenia tkwiącego w człowieku programu lękotworczego);
3. dialog z Bogiem (dialogowe traktowanie modlitwy i uświadamianie sobie realnej obecności Boga we wszystkich sytuacjach życiowych).

W podsumowaniu ks. Tarnowski stwierdził, że przemyślenie i zastosowanie w życiu dialogu nie zlikwiduje zupełnie przeżyć lękowych, ale „pozwoли poprzez ten lęk stawac się bardziej sobą, być bardziej przygotowanym na straty, które nas w życiu czekają”.

Wykład powyższy był bogato ilustrowany przykładami z praktyki pedagogicznej autora.

Prof. dr M. Gogacz przedstawił ascetyczne propozycje przezwycięzania lęku w oparciu o uprawianą przez siebie metafizykę tomistyczną. Zainteresowanie swoje skierował na sposoby ratowania człowieka w momencie pojawiania się w obszarze jego przeżyć lęku spowodowanego świadomością utraty miłości do Boga i ludzi. Według prof. M. Gogacza łącząca ludzi z osobą Boga relacja miłości oraz relacje wiary i nadziei są podstawowymi potrzebami człowieka, bez których podjęcia nie można w ogóle rozwiązać problemu człowieka, ani nie można mu ze czcią służyć.

W dalszych rozważaniach autor ukazał proces odchodzenia człowieka od powiązań z Bogiem oraz sposoby wybronienia w człowieku tego, co może sam w sobie uratować i co mogą ochronić w nim inni ludzie.

Miłość ludzi do Boga zawsze ma postać amor i przeniknięta jest cierpieniem spowodowanym brakiem bezpośredniego odczuwania obecności Boga. Analogicznie w relacjach między osobami ludzkimi miłość przybiera tę postać, gdy nie zachodzi współobecność osoby kochanej. Istnieje więc niebezpieczeństwo, że człowiek, który nie rozpoznaje natury miłości w jej strukturze bytowej, albo wycofa się całkowicie w obojętność (a nawet w negację prowadzącą do utraty życia nie tylko duchowego) lub gdy będzie się przed nią bronił, popadnie w rozpacz. Rozpacz została zdefiniowana jako maksymalne poczucie zagrożenia utraty miłości i wywołane lękiem zerwanie powiązań pomiędzy myśleniem, decyzjami i emocjami. W przypadku relacji osobowych z Bogiem taka sytuacja może zaistnieć, jeżeli człowiek nie podejmie dokonywanej w nim przez Boga przemiany, niezbędnej, by spotkanie w miłości faktycznie się spełniło.

Następnie autor omówił metody ratowania człowieka w kolejnych etapach zagrożenia jego miłości. Na początku — w pierwszej fazie załamania się miłości — trzeba aktywizować poznanie i decyzje, aby intelekt kontaktował się z prawdą a wola z dobrem. Gdy już za późno na takie działanie należy za pomocą piękną scalać emocje wyrwując je z bierności i chaosu. W ujęciu prof. M. Gogacza dalszym etapem zagrożenia jest lęk, który można przezwyciężać ignorując go i niszczyć poprzez atakowanie jego wcieleń: paniki, zazdrości, popłochu itp. Te zewnętrzne postacie lęku są zawsze wynikiem pomyślenia możliwości i realności, więc lękiem nań jest nauka myślenia realnymi bytami. Ponieważ z jednej strony trwało by to zbyt długo, a z drugiej argumenty rozumowe nie muszą zmobilizować emocji, prof. Gogacz proponuje posługiwanie się pedagogiką, która opiera się na „postulatach”.

Gdy jednak lęk jest zbyt głęboki, aby w powyższy sposób można było do niego skutecznie dotrzeć, załamanie trwa nadal i przybiera postać zawstydzienia.

Prelegent podkreślał, że źródłem zawstydzienia jest relatywistyczne myślenie o miłości. Miłość jest darem i podlega wolności, a więc nie można jej utożsamiać z obecnością. Jeżeli miłość nie przybierze postaci obecności, będzie tylko służbą bez rewanżu i wymaga wtedy nauczania się heroizmu. Pomóc w przełamaniu zawstydzienia można przez wysłuchiwanie zwierzeń zawstydzonej osoby, utrwalanie jej otwartości na innych ludzi.

Często potrzeba ukochanej osoby jest tak silna, a zawstydzienie tak głębokie, że wprowadzają w następny etap — bólu. Ból należy przenieść na poziom duszy, aby stał się cierpieniem, które nie niszczy duszy, raczej ją umacnia, uodparnia, czyni ją wybaczącą. Ta funkcja cierpienia możliwa jest wtedy, gdy smutek połączy się z ciepłością i wywrze pokutę i żal. Smutek bowiem to według M. Gogacza ból utrwalony w psychice, jakieś oczekiwanie, które trzeba przedłużyć, aby wywołać ciepłość. Smutek powiązany z ciepłością to już tęsknota, która jest normalnym życiem duszy w odniesieniu do Boga.

Jeżeli jednak nie uda się doprowadzić do tęsknoty, zacznie się proces utraty celu życia. Zarówno nowy cel jak i zgoda na samotność miłości wymagają przebudowy życia duchowego człowieka (przebaczenia — oczyszczenia).

Ożywienie miłości na następnym etapie załamania, którym jest izolacja, musi polegać na przełamaniu reagonów mechanicznych, na zachęceniu do działań przez zwiążanie z radością.

W momencie zaś, kiedy następuje wygasanie wszelkich motywów samoobrony ratowanego człowieka, autor za literaturą ascetyczną podaje, iż trzeba działać w sposób odwrotny do poprzednio omawianego etapu. Tak głęboko zrozpaczonego nie można oszczędzać i trzeba wszelkimi drogami próbować dotrzeć do emocji, a przez nie do intelektu i woli. Znakiem przewyciężenia załamania w tej ostatniej fazie są lzy.

Dyskusji podsumowującej sympozjum nadały ton dłuższe wypowiedzi dra A. Frankowskiego i prof. M. Gogacza. Głos zabrali również przybyli na sesję członkowie Polskiego Towarzystwa Higieny Psychicznej (z prezesem T. Kobierzyckim) oraz studenci Akademii.

Dyskusja skoncentrowała się wokół następujących problemów:

1. Czy lęk jest zjawiskiem wszechobecnym, przypisanym kondycji ludzkiej?

2. Rozważanie prezentowanych propozycji przewyciężania lęku.

Ad. 1. W dyskusji zarysowały się dwa przeciwstawne stanowiska dotyczące istnienia lęku w życiu człowieka. Jedno zakłada, że lęk jest niezbywalny (A. Frankowski), drugie — przeciwnie — twierdzi, że człowiek może zupełnie przewyciężyć lęk (M. Gogacz).

Ad. 2. Wskazano na niemożliwość stworzenia skutecznej psychoterapii bez adekwatnej teorii człowieka i jednolitego systemu wartości (A. Frankowski, T. Kobierzycki). Prof. M. Gogacz wysunął propozycję terapii opartej na metafizycznej teorii relacji międzypersonalnych. Propozycja ta spotkała się z niezwykle żywym zainteresowaniem dyskutantów (T. Kobierzycki, K. Zieliński, głosy studentów).

Sympozjum ukazało, jak aktualnym i trudnym problemem jest dla

współczesnego człowieka lęk, czego dowodem był zarówno liczny udział zainteresowanych w symposium, jak i fakt, że mimo aktywnego zaangażowania w dyskusję niemożliwe okazało się sformułowanie ostatecznych i syntetycznych wniosków.

*Ewa Szałkowska-West
Ewa Majewska
Waldemar Grzywacz
Tomasz Ochowski
Stawomir Slaski*