

Dominik Chojnowski

Uniwersytet Łódzki

ORCID 0000-0002-0693-1127

STUDIA Z TEORII
WYCHOWANIA
TOM XII: 2021 NR 2(35)



Rozwój człowieka w teorii dezintegracji pozytywnej Kazimierza Dąbrowskiego jako wyraz osiągnięcia dojrzałości psychicznej¹

Human development in Kazimierz Dąbrowski's theory of positive disintegration as an expression of reaching psychic maturity

Abstract. In my article, I analyze how Kazimierz Dąbrowski's theory of positive disintegration can help with understanding the phenomenon of psychic maturity. From the perspective of this conception, the development of a human being is inherently connecting with going towards your ideal, which can't be achieved without mental disturbance and sometimes even psychic breakdown. The loosening of rigid psychic structures should be linking with self-education. This process leads toward the birth of a new person that internalized her hierarchy of values and goals. This hierarchy can't be changed. The theory inscribes the development of the given individual into five key levels that have different inner properties. I shortly analyzed theory and its main components, and after that, I conceptualize how we should understand mental maturity in the light of Kazimierz Dąbrowski's theory.

Keywords: positive disintegration, development, Kazimierz Dąbrowski, psychic maturity, dynamism.

¹ Wiele treści zanalizowanych w tym artykule badałem już w swojej pracy doktorskiej *Pedagogiczne implikacje teorii dezintegracji pozytywnej Kazimierza Dąbrowskiego w świetle neoliberalizmu* (APS 2019), napisanej pod kierunkiem profesora Bogusława Śliwerskiego. Zagadnienia przedstawiane tutaj są tam omówione w daleko bardziej wyczerpujący sposób.

Wprowadzenie

W niniejszym artykule analizuję to jak w teorii dezintegracji pozytywnej dojrzałość psychiczna łączy się z rozwijaniem swoich zainteresowań i uzdolnień. Bez tego nie może być mowy o staniu się w pełni ukształtowaną osobowością. We współczesnej edukacji nakierowanej na spełnianie zaleceń formułowanych w kategoriach ekonomicznych, w ramach których uczniów traktuje się jak kapitał ludzki, pomija się zbyt często problem dojrzałości psychicznej człowieka, rozwijania jego zainteresowań i talentów. Skutkuje to rozlicznymi zaniedbaniami w zakresie higieny psychicznej uczniów i nauczycieli. Wdrożenie humanistycznego podejścia, które nawiązuje do teorii dezintegracji pozytywnej pozwoliłoby powiązać kategorię dojrzałości psychicznej z kategorią rozwoju w kierunku własnego ideału osobowościowego, co ulega skonkretyzowaniu w staniu się pełną osobowością, a to powinno być celem humanistycznie zorientowanej edukacji.

Ten tekst ma zatem na celu analizę teorii w kontekście dojrzałości psychicznej i wydobyć z niej tych jej aspektów i treści, które pozwolą spojrzeć na nią z humanistycznej, prorozwojowej perspektywy. Kształtowanie dojrzałości psychicznej u uczniów, nauczycieli, jak i szerszych kręgów społecznych jest wciąż aktualnym zadaniem, na co chcę zwrócić szczególną uwagę w tym tekście.

Teoria dezintegracji pozytywnej jako alternatywna teoria rozwoju człowieka

Teoria dezintegracji pozytywnej jest koncepcją ontogenetycznego rozwoju człowieka opracowaną przez wybitnego polskiego psychiatrę, psychologa, filozofa i pedagoga Kazimierza Dąbrowskiego (1902-1980) (Gawroński, 1989, s. 193-203). Wyrosła ona w oparciu o wieloletnie doświadczenie autora w pracy klinicznej z psychicznie chorymi i kontakty z czołowymi przedstawicielami nauki światowej (Édouard Claparède, Adolf Meyer, Wilhelm Stekel, Abraham Maslow, itp.) (Kobierzycki, 2000, s. 4-7).

Dąbrowski spoglądał na rozwój człowieka w sposób odrębny od dotychczas występujących w nauce. Stwierdził, że kryzysy, dezintegracje psychiki ludzkiej prowadzą często u jednostek posiadających wybitny potencjał rozwojowy do rozwoju przyspieszonego i występującej w jego wyniku integracji, już na nowym, wyższym poziomie (Dąbrowski, 1979b, s. 6-15). Poskutkowało to pozytywnym dowartościowaniem stanów, które określano wcześniej mianem patologicznych, a także zauważeniem, że pełnią one zasadniczą rolę dla przyspieszonego rozwoju człowieka. Co więcej Dąbrowski odkrył,

że tzw. choroby psychiczne – mowa tu zwłaszcza o nerwicach i psychonerwicach², są właśnie często połączone z wybitnymi uzdolnieniami³. Zaowocowało to stopniowym wykryciem się koncepcji wzmożonych typów pobudliwości psychicznej, dynamizmów psychicznego środowiska wewnętrznego oraz poszczególnych poziomów rozwoju, a później sformułowaniem w oparciu o nie holistycznej, interdyscyplinarnej teorii dezintegracji pozytywnej. Mamy więc tutaj do czynienia z zasadniczą zmianą znaczenia pojęć. Termin dezintegracja staje się terminem w dużej mierze pozytywnym, a termin integracja zyskuje także pejoratywny wymiar.

Dąbrowski stwierdził, że rozwój psychiczny człowieka nie pokrywa się z tzw. cyklem biologicznym jednostki ale zasadza się właśnie na konsekwentnym przekraczaniu tego drugiego przez ten pierwszy. Większość ludzi nie wychodzi (zdaniem Dąbrowskiego) poza pierwszy poziom jego teorii tzw. integrację prymitywną (pierwotną) i jest podporządkowana swoim podstawowym popędom na które dzieli się instynkt życiowy: popędowi samozachowawczemu i zachowania gatunku (Dąbrowski, 1975a, s. 46-48). Takie jednostki nie posiadają wyższych emocji, a ich intelekt pełni rolę służebną wobec wcześniej wspomnianych popędów, które oczywiście mogą się różnicować w dalszym stopniu (Dąbrowski, 1958).

Należy też dodać, że w teorii Dąbrowskiego inaczej definiuje się zarówno zdrowie psychiczne jak i chorobę psychiczną. Zdrowie psychiczne oznacza w największym skrócie: „zdolność do wszechstronnego i wielopoziomowego rozwoju psychicznego poprzez procesy dezintegracji pozytywnej i częściowej integracji wtórnej w kierunku całościowej integracji wtórnej” (Dąbrowski, 1985, s. 29), a choroba psychiczna zablokowanie możliwości rozwoju, a nawet w nim uwstecznienie: „choroba psychiczna wyraża niezdolność do rozwoju psychicznego oraz obecność ciężkich chronicznych objawów inwolucyjnych czy dyssolucyjnych” (Tamże, s. 31).

² Szczegółowa charakterystyka jest dostępna w pracy K. Dąbrowskiego, *Psychoneurosis is not an illness*, Gryf, London 1972. Warto tutaj zauważyć, że Dąbrowski kwestionował także słuszność klasyfikacji psychiatrycznej chorób i zbudował odrębną koncepcję choroby i zdrowia psychicznego, a co za tym idzie klasyfikacji chorób psychicznych. Jest więc twórcą kompletnie alternatywnego myślenia o człowieku i jego psychice, które jest niezgodne z behawiorystycznymi trendami we współczesnej psychiatrii i psychologii.

³ Badał w tym zakresie młodzież z różnego typu szkół i wykazywane przez nią zaburzenia psychiczne i uzdolnienia.

Teoria dezintegracji pozytywnej stanowi zatem oryginalną, interdyscyplinarną koncepcję wybitnego polskiego naukowca, która wpisuje się w alternatywny, względem wiodącego wciąż prym modelu behawioralnego w psychiatrii i psychologii, nurt humanistyczny (Jankowski, 1976). W jego skład wchodzi takie ruchy jak psychologia humanistyczna, antypsychiatria oraz higiena psychiczna. Teoria Dąbrowskiego inaczej pojmuje rozwój człowieka uznając, że przebiega on, zwłaszcza u jednostek wybitnie uzdolnionych) w wyniku rozpadu, dezintegracji psychiki i jej ponownej integracji na wyższym poziomie funkcjonowania. Dąbrowski w swojej teorii odstygmatyzowuje również choroby psychiczne przyznając dużej części z nich pozytywny potencjał. Ze względu na swój holistyczny charakter i złożoność teoria ta wchodzi w skład wielkich teorii XX wieku obok koncepcji Freuda, czy Masłowa i może być wykorzystana w stosunku do jednostek znajdujących się w kryzysowych momentach swojej drogi życiowej (Mendaglio, 2008, s. 13-40).

Poziomy rozwoju

Teoria dezintegracji pozytywnej Kazimierza Dąbrowskiego opiera się o strukturę złożoną z pięciu poziomów rozwoju: integrację prymitywną (pierwotną), dezintegrację jednopoziomową, dezintegrację wielopoziomową spontaniczną, dezintegrację wielopoziomową zorganizowaną, usystematyzowaną oraz integrację wtórną, globalną. Dokonam teraz analizy wymienionych powyżej poziomów rozwoju,

Integracja prymitywna (pierwotna)

Jest to pierwszy, najniższy poziom rozwoju. Dąbrowski w odniesieniu do tego poziomu rozwoju używał terminu pierwotna i prymitywna zamienne. Zdaniem autora teorii jest to poziom charakterystyczny dla większości populacji. Na tym poziomie nie istnieje rozwinięte wewnętrzne środowisko psychiczne. Cała nawet wybitna inteligencja człowieka jest podporządkowana jego prymitywnym popędom i realizacji wynikających z nich interesów (Dąbrowski, 1975a, s. 51-54). W ramach tego poziomu rozwoju jest możliwy szeroki zakres zróżnicowania od psychopatii do życia w ramach struktury społecznej i podporządkowywania się obowiązującym w niej prawom przy jednoczesnej realizacji własnych partykularnych interesów. Poziom ten jest krytykowany przez niektórych kontynuatorów myśli Dąbrowskiego na gruncie kanadyjskim, w tym nawet postulowane jest jego usunięcie ze względu na jego domniemaną „przestarzałość” itp. (Piechowski, 2014, s. 11-17).

Dezintegracja jednopoziomowa

Na tym poziomie rozwoju dokonuje się już zasadniczy proces rozpadu sztywnej struktury psychicznej jednostki. Jest to okres kiedy oddziałują na nią dynamizmy ją dezintegrujące – takie jak ambiwalencje i ambitendencje (Dąbrowski, 1986, s. 46, Dąbrowski 2015, s. 276). Ten proces dezintegracyjny jest powiązany z ogromnymi napięciami psychicznymi i może mieć zarówno rozwiązanie pozytywne jak i negatywne (dezintegracja negatywna) (Dąbrowski, 2015, s. 70-71). To na tym właśnie poziomie są generowane ogromne ilości energii psychicznej⁴ i przy braku ich skanalizowania może dojść do popadnięcia w ciężką chorobę psychiczną, istnieje też znaczne ryzyko popękania samobójstwa (Tillier, 2017, s. 31-53). Nazwa tego poziomu rozwoju: dezintegracja jednopoziomowa odnosi się do tego, że sprzeczne popędy i dążenia jednostki występują na tym samym poziomie – są równoważne w sile, co ją wewnętrznie rozrywa. W wyniku tego rozpadu aktywuje się psychiczne środowisko wewnętrzne jednostki i może ona wejść na wyższy poziom rozwoju.

Dezintegracja wielopoziomowa spontaniczna

Jest to poziom rozwoju, na którym występuje już pewna wewnętrzna harmonia. Doszło do odkrycia hierarchii celów i wartości, które nadają sens życiu i działaniu jednostki, a co za tym idzie mogło wykrystalizować się w oparciu o nią wciąż niestabilne ale już istniejące psychiczne środowisko wewnętrzne (Dąbrowski, 1986, s. 43-44). Jednostka rozumie już wielopoziomowość wartości, a więc rozróżnia pomiędzy tym, co wyższe i niższe w niej samej i w środowisku zewnętrznym. Wciąż występują intensywne napięcia psychiczne, ale nie tak intensywne jak na poprzednim poziomie rozwoju. Jednostka jest również w stanie kanalizować posiadaną energię psychiczną w rozwój własny (Tamże, s. 44-45). W poprzednim poziomie przeważały dynamizmy dezintegrujące tutaj wkraczają dynamizmy rozwojowe np. nieprzystosowanie pozytywne bądź poczucie niższości w stosunku do samego siebie.

⁴ Chodzi tu o przemienioną energię libido. Szerzej ten temat analizuję w mojej pracy doktorskiej *Pedagogiczne implikacje teorii dezintegracji pozytywnej Kazimierza Dąbrowskiego w świetle neoliberalizmu*. W rozdziale zatytułowanym *Wprowadzenie kategorii libido w rozumieniu Jungowskim do teorii dezintegracji pozytywnej*.

Dezintegracja wielopoziomowa zorganizowana, usystematyzowana

Ten poziom rozwoju dane jest osiągnąć tylko nielicznym jednostkom. Zaszło już zasadniczo pełne wykształcenie wewnętrznego środowiska psychicznego. Procesy dezintegracyjne wciąż występują, ale mają one charakter daleko spokojniejszy i są w znacznym stopniu kontrolowane (Dąbrowski, 1989c, s. 60). Hierarchia celów i wartości jest wykształcona. Zaczynają się nasilać już wcześniej obecne procesy integracyjne. Coraz wyraźniej cały rozwój staje się podporządkowany dążaniu do osiągnięcia swojego ideału osobowościowego (Dąbrowski, 1986, s. 45). Ważne dynamizmy stanowią tutaj m.in. dynamizm samowychowania i autopsychoterapii oraz czynnik trzeci.

Integracja wtórna globalna (osobowość)

Osobowość jest szczytem rozwoju możliwym do osiągnięcia dla człowieka. W świetle teorii dezintegracji pozytywnej ten finalny poziom rozwoju jest właściwy postaciom wybitnym takim jak Sokrates, czy Jezus Chrystus (Dąbrowski, 1979c, s. 13-16). Symbolizuje on pozytywne przejście przez proces dezintegracji i pełne podporządkowanie swojego życia wartościom centralnym na których wspiera się struktura osobowości. Nie oznacza to jednak, że wejście na ten poziom rozwoju powoduje zatrzymanie ruchu dalszego samodoskonalenia. Oznacza to, że rozwój dokonuje się już nie tyle pod względem jakościowym, co pod względem ilościowym, a poszczególne dynamizmy psychicznego środowiska wewnętrznego stapiają się z ideałem osobowości (Dąbrowski, 1979b, s. 34-36).

Dynamizmy-instynkty rozwoju

Koncepcja dynamizmów psychicznego środowiska wewnętrznego jest jedną z podstawowych struktur na jakich opiera się teoria dezintegracji pozytywnej. Dynamizmy to główne siły napędowe rozwoju jednostki. Są to przemienione instynkty, popędy, które ulegając coraz większemu zróżnicowaniu zostają skanalizowane i w postaci energii psychicznej wykorzystane przez jednostkę. „Przedstawione tutaj różnorodne dynamizmy w ich strukturze, czynnościach i przekształceniach nazywaliśmy równolegle instynktami. Podstawą zaliczenia tych sił do instynktów widzimy w tym, że są one – jak nam się wydaje – pochodnymi podstawowych, pierwotnych dynamizmów instynktowych aczkolwiek siła ich przekracza często siłę pierwotnego instynktu macierzystego” (Dąbrowski, 1964a, s. 14).

Instynkt zachowania gatunku i samozachowawczy wywodzące się z bazowego popędu życiowego w wyniku procesu stopniowej sublimacji i budzenia wyższych potrzeb ulegają przekształceniu i zostają wyparte przez

instynkt rozwoju, instynkt twórczy itp. (Dąbrowski, 1973, s. 21-27). Pierwotne popędy ulegają zatem swoistemu rozszczepieniu, w czego wyniku krystalizują się w jednostce nowe możliwości. Dynamizmy nie są zatem tożsame z instynktami choć się z nich wywodzą. „Biologiczna lub mentalna siła kontrolująca zachowanie i jego rozwój. Instynkty, popędy, i procesy intelektualne połączone z emocjami są dynamizmami” (Dąbrowski, 2015, s. 281).

Przemiana jaka umożliwiła ich zaistnienie opierała się na aktywowaniu wyższych funkcji emocjonalnych i intelektualnych w danym popędzie, co umożliwiło atrofii jego niższych potrzeb. Na każdym z poziomów teorii dezintegracji pozytywnej uaktywniają się w psychicznym środowisku wewnętrznym jednostki inne dynamizmy. I tak przykładowo, na poziomie dezintegracji jednopoziomowej sztywne struktury psychiczne zostają rozbite za pomocą dynamizmów dezintegrujących: ambiwalencji i ambitendencji. Na tym poziomie istnieje bowiem wiele wól (ośrodków dyspozycyjno-kierowniczych), z których żaden nie jest w stanie przejąć na dłużej władzy nad innymi (Dąbrowski, 1973, s. 102-107). Dzięki temu zostaje przygotowany „grunt” na bazie którego może się dokonać ponowna integracja, w której drogę przewodnią odgrywają dynamizmy rozwojowe. Na trzecim poziomie dezintegracji wielopoziomowej spontanicznej dochodzą już do głosu dynamizmy rozwojowe takie m.in. jak poczucie wstydu i winy, zaniepokojenie sobą, nieprzystosowanie pozytywne i poczucie niższości wobec samego siebie. Ostatnie dwa zanalizuję, żeby umożliwić lepszy wgląd w specyfikę tzw. dynamizmów psychicznego środowiska wewnętrznego.

Nieprzystosowanie pozytywne to dynamizm ściśle wiążący się ze stopniowym wyodrębnianiem się i krystalizowaniem hierarchii wartości i celów do jakiego dochodzi na trzecim poziomie rozwoju. Wiąże się to z powstaniem silniejszego ośrodka dyspozycyjno-kierowniczego, który syntetyzuje pracę wszystkich dynamizmów. Nieprzystosowanie pozytywne wiąże się z brakiem akceptacji tych norm i wartości w środowisku zewnętrznym, które są niezgodne z normami i wartościami, które przyjęła jednostka i życie w zgodzie z własnymi przekonaniem nawet za cenę odrzucenia przez środowisko w którym jednostka funkcjonuje (Dąbrowski, 1986, s. 49-50).

Poczucie niższości wobec samego siebie jest dynamizmem zupełnie odmiennym od tego, którego znaczenie eksponował Alfred Adler, czyli poczucia niższości wobec innych (Adler, 1986). Wiąże się bowiem ze świadomością własnych talentów i możliwości i ich brakiem realizacji w wyniku poddania się wpływom środowiska zewnętrznego i własnym niższym tendencjom. Jednostka zdaje sobie sprawę z wyższego poziomu funkcjonowania

na jaki już raz się wspięła i boleśnie odczuwa swój powrót na ścieżki charakterystyczne dla jej prymitywniejszych dążeń (Dąbrowski, 1975b, s. 13-14).

Na czwartym poziomie rozwoju dezintegracji wielopoziomowej zorganizowanej, usystematyzowanej zaczynają silnie przejawiać się bardzo zaawansowane dynamizmy rozwojowe takie jak np. dynamizm przedmiot-podmiot, „czynnik trzeci” i dynamizm samowychowania i autopsychoterapii. Skrótowo zarysuję teraz te dynamizmy.

Dynamizm samowychowania i autopsychoterapii związany jest ze wzrastającą świadomością zachodzących w nas procesów dezintegracyjnych i krystalizującym się ideałem osobowości do którego chcemy zdążać. Jednostka widzi konieczność ciągłej pracy nad sobą i zbudowania własnego planu rozwojowego, który będzie umacniał nowe rodzące się w niej jakości psychicznego środowiska wewnętrznego. Rozumie cenę jaką jej za to przyjdzie zapłacić w postaci intensywnych napięć i konfliktów wewnętrznych, w wyniku których będą się osłabiać jej niższe prymitywne tendencje i umacniać się wyższe ośrodki kontroli. Autopsychoterapia jest to rodzaj szczególnego samowychowania przebiegającego w ciężkich konfliktach wewnętrznych, kiedy jest potrzebne wprowadzanie wszelkich zabiegów profilaktycznych celem choćby częściowego rozładowania napięcia, przy jednoczesnym stopniowym uzyskiwaniu kontroli nad własnym psychicznym środowiskiem wewnętrznym (Dąbrowski, 1979b, s. 52-54).

Dynamizm przedmiot-podmiot polega na żywym ustosunkowywaniu się do własnych czynności w środowisku wewnętrznym. Nie pokrywa się on z mechanizmem introspekcji i zawiera wyraźną komponentę uczuciową. Ten dynamizm prowadzi do aktywnego potwierdzania pewnych czynności i zachowań i dystansowaniu się do innych. Patrzy się zatem na siebie samego jak na przedmiot, w sposób analityczny, zachowując przy tym podmiotowe podejście względem innych istot (Dąbrowski, 1973, s. 74-76, Dąbrowski, 1986, s. 50-53).

„Czynnik trzeci” jest dynamizmem zbiorczym trudnym do zoperacjonalizowania, ponieważ po części pokrywa się z wcześniej omówionym dynamizmem. Jego działanie bowiem zasadza się na potwierdzaniu i odrzucaniu pewnych dążeń i tendencji w środowisku zewnętrznym i wewnętrznym. Jest on wymieniany przez Dąbrowskiego jako jeden z trzech konstytutywnych czynników decydujących o rozwoju jednostki. Mowa tu o dziedziczności i środowisku. Jak już wspominałem sprzęża on w sobie wiele dynamizmów np. nieprzystosowanie pozytywne, zawiera więc zarówno czynniki wartościujące jak i wolitywne (Dąbrowski, 1979b, s. 42-51). W samej koncepcji tego czynnika widać jednak zafascynowanie

Dąbrowskiego Nietzsche i jego koncepcją woli mocy (Tillier, 2008, s. 113, 117). Dlatego w innym swoim tekście (nieopublikowanym doktoracie) pokazuję, że można pojmować „czynnik trzeci” jako ulepszoną koncepcję woli Nietzschego, a mianowicie tzw. wolę rozwoju Dąbrowskiego. Ta prorozwojowa wola oparta jest o popędy działające na wyższym poziomie i nie należy jej łączyć z „wolą” polegającą na dążeniach jednostki opartych na realizacji swych prymitywnych instynktów.

Generalnie ta komponenta teorii jest trudniejsza do operacjonalizacji niż np. koncepcja wzmożonych typów pobudliwości psychicznej. Dzieje się tak dlatego, ponieważ zakres działania różnych dynamizmów nie zawsze pokrywa się z poszczególnymi poziomami rozwoju. Niektóre dynamizmy w zależności od osoby mogą rozciągać swoje działanie poza dany poziom rozwoju i być włączane w struktury dynamizmów bardziej zaawansowanych. Pomimo tego, koncepcja dynamizmów jest z pedagogicznego punktu widzenia jedną z najbardziej wartościowych z części teorii Dąbrowskiego, ponieważ dzięki niej dowiadujemy się jak rozpoznawać poszczególne trudności rozwojowe stojące przed wybitnie uzdolnionym wychowankiem i jakie oddziaływania wychowawcze w danym przypadku możemy zastosować przez stymulowanie jednych dynamizmów, a ograniczanie, względnie przekierowywanie innych w taki sposób, żeby było to najkorzystniejsze dla rozwoju jednostki (Dąbrowski, 1949, s. 61-62).

W ramach każdego popędu można wyróżnić wiele poziomów intra-instynktowych. Im wyższy poziom tym człowiek staje się bardziej wyemancypowany od prymitywnych dążeń dominujących na niższych poziomach oddziaływania popędów. Jest to istotne, ponieważ zapobiega stygmatyzacji popędów, przy jednoczesnym zrozumieniu ich potencjału rozwojowego i tak instynkt seksualny lub instynkt posiadania mogą funkcjonować w zupełnie inny sposób w zależności od poziomu rozwoju jednostki.

Instynkt seksualny na najniższym poziomie oznacza chęć rozładowania napięcia seksualnego, w którym partnera postrzega się jedynie jako przedmiot, a nie jako podmiot. Na wyższych poziomach ten instynkt transformuje się uwzględniając bliskość z drugą osobą i głębokie uczucie, które ją z nami łączy (Dąbrowski, 1958, s. 112-113; Pamrów, 2015, s. 59-64).

Instynkt posiadania na najniższym poziomie oznacza jedynie chęć do materialnego zabezpieczenia siebie i zapewnienia sobie przetrwania biologicznego. Wraz z rozwojem człowieka zachodzi dążenie do zapewnienia sobie dóbr o mniejszym znaczeniu dla przetrwania biologicznego np. właściwości społecznie cennych takich jak władza, pozycja itp.

Na wyższym poziomie tego instynktu może to być dążenie do stania się autorytetem moralnym, bądź nawet jedynie dyskretnego wpływu moralnego lub intelektualnego na przyszłe pokolenia (Leśniak, 1964b, s. 472).

Wzmózone typy pobudliwości psychicznej

K. Dąbrowski wyróżnia w swojej teorii pięć typów wzmózonej pobudliwości psychicznej/nadpobudliwości⁵: emocjonalną, intelektualną, imaginatywną (wyobrażeniową) sensualną (zmysłową) i psychomotoryczną.

Wzmózona pobudliwość psychiczna charakteryzuje się tym, że jednostka, która wykazuje daną nadpobudliwość i styka się z bodźcem zewnętrznym lub wewnętrznym reaguje nań po pierwsze w sposób niewspółmierny do bodźca, a po drugie jej reakcja jest (niezależnie od wywołującego ją bodźca) związana z wykazywaną przez nią formą nadpobudliwości (Dąbrowski, 1989a, s. 92).

Przykładowo bodziec imaginatywny odebrany przez jednostkę wykazującą nadpobudliwość emocjonalną będzie wywoływać odpowiedź emocjonalną. Oczywiście w praktyce często jeden osobnik może wykazywać kilka różnych form nadpobudliwości związanych z jego indywidualną konstytucją psychiczną (na ogół 2-3) (Dąbrowski, 1976, s. 293).

W życiu jednostki, która posiada jeden lub kilka typów wzmózonej pobudliwości psychicznej przejawia się to przede wszystkim zwiększoną wrażliwością na bodźce obecne w środowisku zewnętrznym w którym egzystuje. To skutkuje silniejszym stymulowaniem wewnętrznego środowiska psychicznego takiej jednostki i rozwojem w nim dynamizmów. Wzmózona pobudliwość psychiczna jest to zatem wrodzona właściwość centralnego układu nerwowego jednostki umożliwiającą jej bogatsze widzenie otaczającego ją świata. Co istotne według Dąbrowskiego nerwowość w jej różnych formach jest po prostu innym określeniem wzmózonej pobudliwości psychicznej (Dąbrowski, 1989a, s. 92-101). Jak zaś wiadomo z nerwowością wiążą się zaburzenia nerwicowe i psychonerwicowe, które są wskaźnikami dużego potencjału rozwojowego i połączonych z nim talentów i uzdolnień. Dąbrowski w swoich badaniach prowadzonych najpierw w Państwowym Instytucie Higieny Psychicznej (1935-1949), a potem w Komitecie Higieny Psychicznej i Psychiatrii Dziecięcej przy Wydziale Nauk Medycznych Polskiej Akademii Nauk (1958-1965), wraz ze współpracownikami badał występowanie zależności pomiędzy zdrowiem psychicznym i wybitnymi uzdolnieniami.

⁵ Dąbrowski używa często tych obu terminów w swoich publikacjach.

Okazało się, że w zależności od profilu szkoły występowały inne zaburzenia psychiczne w formie nerwowości – wzmożonych typów pobudliwości psychicznej u najbardziej uzdolnionych uczniów (Kobierzycki, 2010, s. 30-40). Potwierdziło to wcześniejsze doświadczenia Dąbrowskiego przeprowadzane w warunkach klinicznych z pacjentami chorymi psychicznie o często wybitnych zdolnościach, jak i jego analizy biograficzne wybitnych twórców⁶.

Paradoksalnie okazuje się zatem, że tzw. choroby psychiczne określonego typu (zwłaszcza nerwice i psychonerwice) są w pozytywny sposób skorelowane z wybitnymi uzdolnieniami w dziedzinie sztuki i nauki. Daje to podstawy do zakwestionowania części ustaleń współczesnej psychiatrii znajdujących swój wyraz w tzw. klasyfikacji zaburzeń psychicznych, czego Dąbrowski domagał się w swoim artykule *Czy zachodzi potrzeba częściowego wykluczenia z psychiatrii niektórych syndromów albo „jednostek chorobowych”* (Dąbrowski, 1975c, s. 49-56). Umieszcza to teorię dezintegracji pozytywnej w takiej samej kontrze do współczesnego biomedycznego modelu medycznego jak ongiś psychoanalizę, ponieważ kwestionuje konieczność farmakoterapii na rzecz modelu psychoterapii pacjentów przy wspomaganiu lekami (jeśli jest taka potrzeba) w lekkim i średnim stopniu nasilenia zaburzeń.

Dąbrowski uważał, że duże masowe szpitale psychiatryczne zbudowane na wzór więzień są już relikami przeszłości i należy od nich odchodzić, a wręcz likwidować i tworzyć otwarte centra zdrowia psychicznego udzielające doraźnej pomocy zgłaszającym się do nim pacjentom (Dąbrowski, 1977, s. 5).

W ramach wymienionych pięciu typów wzmożonej pobudliwości psychicznej: emocjonalnej, imaginatywnej, intelektualnej, sensualnej i psychomotorycznej kluczowe znaczenie dla przyspieszonego rozwoju mają trzy pierwsze nadpobudliwości wiążą się bowiem z aktywnością wyższych

⁶ Dąbrowski kontynuował też później swoje badania na gruncie kanadyjskim, co zaowocowało w końcowym okresie jego życia niezwykle intensywną pracą naukową dającą rezultaty w postaci opublikowania szeregu wpływowych prac w języku angielskim takich jak: K. Dąbrowski, A. Kawczak, M.M. Piechowski, *Mental growth through positive disintegration*, Gryf, London 1970, K. Dąbrowski, *Personality-shaping through positive disintegration*, Boston 1967, Little, Brown and Co. Boston, MA: Little Brown, K. Dąbrowski, *Psychoneurosis is not an illness*, Gryf, London 1972. Po dziś dzień nieprzetłumaczonych na język polski. Co ważne było to dowodem realizacji własnej teorii w życiu osobistym, a mianowicie przekroczenia własnego cyklu biologicznego i utrzymania wysokiego poziomu twórczej pracy naukowej nawet w obliczu nadchodzącej śmierci.

ośrodków korowych mieszczących się w korze przedczołowej człowieka. Natomiast dwie ostatnie nadpobudliwości sensualna i psychomotoryczna są wynikiem aktywności ośrodków podkorowych podlegających bardziej zautomatyzowanym, ewolucyjnie wcześniejszym potrzebom popędowym (Dąbrowski, 1972, s. 49-50).

Obecność nadpobudliwości emocjonalnej, intelektualnej i imaginatywnej wskazuje u danego ucznia na możliwość występowania tzw. wybitnych uzdolnień, a w przypadku nadpobudliwości sensualnej i psychomotorycznej to same w sobie nie predestynują one do przyspieszonego rozwoju, natomiast w skorelowaniu z jedną z trzech „głównych” form nadpobudliwości (nerwowości) też mogą wskazywać na znaczny potencjał u danego ucznia (Dąbrowski, 1976, s. 294-295). Przejdę teraz do skrótowej analizy wybranych form nadpobudliwości.

Nadpobudliwość psychomotoryczna objawia się najczęściej zwiększoną potrzebą wyładowania ruchowego. Dany osobnik odczuwa silny niepokój, co objawia się nieskoordynowanymi ruchami, a przy wzmożonym ich hamowaniu wybuchem gniewu, płaczu itp., który powoduje dopiero rozładowanie nieznośnego napięcia. W przypadku zbyt niskiego napięcia jednostkę ogarnia stan niepokoju i najczęściej podświadome szukanie nowego bodźca, który umożliwi wzmocnienie napięcia, a następnie jego rozładowanie. Niesystematyczne hamowanie skutkuje nasileniem objawów pobudliwości psychoruchowej i może prowadzić do kryzysu psychoruchowego, a w skrajnej postaci, gdy nie ma możliwości rozładowania napięcia znajduje ono ujście w tikach bądź działaniach zastępczych w formie np. palenia papierosów (Dąbrowski, 1938, s. 9-10).

U człowieka pierwotnego, forma ruchowa stanowiła podstawową formę działania. Między decyzją a działaniem nie występowała cała seria przejść różnego rodzaju. Nie było wahań i napięć, ponieważ niezbędna była natychmiastowa reakcja. Dzięki temu zgromadzone napięcie natychmiast znajdowało ujście. U człowieka współczesnego tzw. cywilizowanego na skutek rozwoju techniki i rosnącej specjalizacji zanikła możliwość wszechstronnego wyładowania psychoruchowego i jego aktywność w tym zakresie jest nieustannie hamowana. Ewolucyjnie przygotowane ścieżki w systemie nerwowym nie mogą być wykorzystane to rodzi napięcia i trudności adaptacyjne (Dąbrowski, 1938, s. 10-12).

Dla nadpobudliwości emocjonalnej (afektywnej) charakterystyczna jest tendencja do budowania silnych relacji uczuciowych z osobami najbliższymi przy jednoczesnych trudnym nawiązywaniu relacji ze światem zewnętrznym. Jest to wynikiem dużej wrażliwości psychicznej takich

osobników. Odbierają oni szerszą gamę bodźców ze strony otoczenia niż jednostki przeciętne, a jednocześnie mają problem z wyładowaniem odczuwanego napięcia (Dąbrowski, 1938, s. 13-14). Jest to powodem problemów szkolnych u takich dzieci. Młodzież o nadpobudliwości afektywnej z reguły wolniej wchodzi w proces dojrzewania i wykazuje zachowania infantylne. Często też występują przy typie introwertywnym tendencje do samotnictwa. Dąbrowski w swoim tekście wyróżnia dwa typy pobudliwości afektywnej. Pierwszy z nich reaguje szybko i wybuchowo na bodziec (typ ekstrawertywny) i przejawia słabe blokady. Drugi reaguje też silnie na bodziec, ale reakcja nie jest natychmiastowa i rozciąga się w czasie (typ introwertywny). Występuje skłonność do refleksji. Drugi typ pobudliwości wykazuje z reguły większy potencjał (Dąbrowski, 1938, s. 14-15).

Wpływ środowiska zewnętrznego odgrywa różną rolę w zależności od potencjału rozwojowego jaki posiada jednostka. Znaczny, wszechstronny potencjał rozwojowy skutkuje przełamywaniem nawet najbardziej niekorzystnych warunków środowiska zewnętrznego i dążeniem do zrealizowania własnego ideału osobowego, a posiadanie niewielkiego, jednostronnego potencjału rozwojowego powoduje wzrost wpływu środowiska zewnętrznego, a nawet jego decydujące znaczenie.

Rozwój jako imperatyw kategoryczny w teorii dezintegracji pozytywnej

Na podstawie wcześniej zanalizowanych w tym artykule składowych komponentów teorii dezintegracji pozytywnej Kazimierza Dąbrowskiego można zauważyć, że jest ona holistycznym, interdyscyplinarnym podejściem do problematyki rozwoju ludzkiego. Opiera się na alternatywnych wypracowanych w ponad czterdziestoletniej pracy klinicznej spostrzeżeniach dotyczących funkcjonowania psychiki człowieka. Rozwój stanowi w niej imperatyw kategoryczny, ponieważ jest podstawowym narzędziem realizacji egzystencji człowieka w świecie i odkrywania wartości i celów do których warto zdążać, wyznaczających sens życia ludzkiego⁷. Choroba psychiczna i zdrowie psychiczne w tej teorii też są postrzegane z perspektywy rozwojowej, ponieważ zdrowie psychiczne jest utożsamianie z urzeczywistnianiem

⁷ Autor teorii poruszał w swoich pracach wielokrotnie problematykę sensu życia. Niezwykle bliski był mu także nurt egzystencjalny. Por artykuł na temat problematyki sensu życia opublikowany w miesięczniku *Studia filozoficzne*: K. Dąbrowski, *Sens życia jako rozwiązanie problemu ludzkiej egzystencji (Sens jako problem rozwoju osobowości)*, [w:] *Studia filozoficzne*, miesięcznik, nr 4 (185), PWN, Warszawa 1981, s. 99-108.

przez człowieka jego potencjału pomimo różnorodnych przeszkód i kryzysów jakie przechodzi. Warto powtórzyć, że choroba psychiczna oznacza w tym rozumieniu niezdolność do rozwoju i trwałą w nim stagnację. Dąbrowski dokonuje tutaj zasadniczego odwrócenia znaczenia niektórych terminów, ponieważ temu, co było wcześniej nieodłącznie związane z tym, co negatywne: chorobie psychicznej nadaje pozytywny, prorozwojowy wymiar, ba twierdzi wprost, że duża część tzw. zaburzeń stanowi wymóg w osiągnięciu przez człowieka późniejszej harmonii psychicznej. Jest to nowatorstwo nie do przecenienia otwierające przed nauką nowe horyzonty do badań, które odchodziłyby od biomedycznego modelu człowieka na rzecz odkrywania tego, jak skomplikowane są wewnętrzne mechanizmy psychiczne i jak za pomocą psychoterapii przez rozwój (Dąbrowski, 1979a) można rozwiązywać kryzysy rozwojowe, które przedtem jedynie tłumiono dzięki farmakoterapii.

Takie podkreślanie rozwoju psychicznego i pokazanie jakie ma znaczenie w twórczej aktywności człowieka w powiązaniu z możliwymi do zbadania u dzieci i młodzieży wzmożonymi pobudliwościami psychicznymi daje rozległe pole do zmiany stosowanych w polskim systemie edukacyjnym praktyk i wprowadzenia większego nacisku na rozpoznawanie i zapewnianie pola do rozwoju indywidualnych talentów i zdolności przejawianych przez dzieci i młodzież.

Osiągnięcie dojrzałości psychicznej – osobowość

W świetle teorii dezintegracji pozytywnej za człowieka dojrzałego psychicznie w wąskim ujęciu możemy uznać kogoś, kto aktywował w swoim wewnętrznym środowisku psychicznym wszystkie główne dynamizmy rozwojowe, a więc znajduje się na poziomie czwartym – dezintegracji wielopoziomowej zorganizowanej, usystematyzowanej. Jest to ujęcie dosyć elitarystyczne. W szerszym ujęciu można stwierdzić, że dojrzałość psychiczną osiągnęła taka jednostka, która przeszła z powodzeniem przez okres dezintegracji jednopoziomowej i zbudowała psychiczne środowisko wewnętrzne oparte na własnej samowymierzonej i samopotwierdzonej hierarchii wartości i celów, które wyznaczają jej sens życia. Takie podejście jest bardziej zasadne, ponieważ na tym poziomie rozwoju już zasadniczo nie jest możliwa trwała regresja na niższy poziom. Człowiek dokonał już zasadniczego wyboru, zdecydował się na rozwijanie swojego potencjału i pomimo trudów i niepowodzeń zdążył do osiągnięcia swojego ideału osobowego.

Osobowość nie jest czymś, co posiada każdy człowiek. Większość ludzi pozostaje na szeroko pojętym poziomie integracji pierwotnej (prymitywnej). Ich życie upływa na wypełnianiu swojego cyklu biologicznego i zestawu

niestałych dążeń popędowych, którym podporządkowane są ich funkcje intelektualne i emocjonalne. Przychodząca starość i śmierć bliskich sobie osób może w ich przypadku doprowadzić do czasowego obniżenia nastroju, które jednak dosyć szybko mija i życie wraca na swoje normalne tory. Są oni zatem przystosowani do swojego środowiska zewnętrznego i wartości w nim występujących. Nie wypracowują własnych zasad i norm postępowania. Nie interesuje ich refleksja na temat śmierci, nie zastanawiają się nad problemami egzystencjalnymi, a więc nie są w stanie przejść przez proces dezintegracji pozytywnej. To powoduje, że w ramach teorii Dąbrowskiego niewiele jednostek możemy uznać za dojrzałe psychicznie, ponieważ dojrzałość jako taka nie ma dużego związku z pozycją społeczną, posiadanymi dobrami, prestiżem itp. Jest ona wynikiem świadomego samowychowania i autopsychoterapii kontynuowanego na drodze całego swojego życia, aż do śmierci, w nadziei, na to, że jesteśmy w stanie przekroczyć jej próg i nadal się samodoskonalić.

To osobowość człowieka wyrażająca jego partykularny ideał jest świadectwem jego pełnej dojrzałości. To wartości którym pozostaje wierny nawet w obliczu przeciwności losu są tego dowodem. Oznacza to, że osoba posiada w pełni ukształtowaną esencję indywidualną i społeczną i ciągle doskonali samą siebie, co nie znaczy, że jest pozbawiona wad i wahań oraz różnego typu skłonności (Piechowski, 2008, s. 57). Tyle tylko, że jest ich świadoma i nad nimi pracuje. Wysoki rozwój nie oznacza świętości i spełniania „wymogów doskonałości” zgodnych z szeroko pojętymi normami społecznymi. Taka doskonałość oznacza często przeciwieństwo rozwoju, a wybitne osobowości podążają własną drogą nawet w obliczu ostracyzmu społecznego i łamania pisanych i niepisanych norm społecznych.

Wnioski końcowe

Podsumowując analizy zawarte w niniejszym artykule wydaje się stosowne sformułowanie pewnych ogólnych zaleceń sprzyjających powstawaniu dojrzałości psychicznej i co za tym idzie kształtowaniu się pełnej harmonijnej osobowości zarówno u uczniów jak i ludzi dorosłych:

I. Uwrażliwienie pedagogów i nauczycieli na potrzeby i trudności wychowawcze młodzieży.

II. Podkreślenie istotności rozwoju emocjonalnego u wychowanków. Zaniedbywanie go może skutkować przerostem rozwoju intelektualnego i rozwojem egoistycznych dążeń nie uwzględniających potrzeb innych ludzi.

III. Różnicowanie swojego podejścia do uczniów przejawiających różnorakie nadpobudliwości psychiczne.

IV. Traktowanie swojego rozwoju jako potencjalnie nigdy się nie kończącego i dostrzeganie u wychowanków załączków ich rodzących się uzdolnień i talentów.

V. Zbadanie problematyki relacji zachodzących pomiędzy rozwojem osobowości i dojrzałości psychicznej u nauczycieli i kształtowaniem u nich podmiotowego stosunku do uczniów.

VI. Zbadanie możliwości wprowadzenia części z założeń teorii dezintegracji pozytywnej do edukacji publicznej i wsparcia jej o perspektywę humanistycznego rozwoju zainteresowań i uzdolnień uczniów z jednoczesną indywidualizacją toku nauczania względem niektórych z nich.

Wartościowe jest z pewnością szersze promowanie zdrowia psychicznego i higieny psychicznej oraz ich profilaktyki w ramach różnych sfer życia społecznego m.in. edukacji. Szczególnie w obecnych czasach pandemii SARS-CoV-2 widać potrzebę istnienia sieci placówek, które już przed II wojną światową intensywnie rozwijały się w Polsce jako oddziały Instytutu Higieny Psychicznej, w ramach ruchu higieny psychicznej. Możliwość udania się do specjalistów, którzy nieodpłatnie udzielali porad bez stygmatyzacji towarzyszącej tradycyjnym instytucjom psychiatrycznym jest również dziś niezwykle pożądana.

Bibliografia:

- Adler, A. (1986). *Sens życia*. Warszawa: PWN.
- Dąbrowski, K. (1938). *Typy wzmożonej pobudliwości psychicznej*, *Biuletyn Instytutu Higieny Psychicznej*, nr 3-4, s. 3-26.
- Dąbrowski, K. (1949). *Dezyntegracja jako pozytywny etap w rozwoju jednostki*, *Zdrowie psychiczne*. Kwartalnik poświęcony higienie psychicznej, nr 4 (10), s. 26-63.
- Dąbrowski, K. (1958). *Uwagi o diagnostyce psychologicznej i jej znaczeniu dla samowychowania*. *Collectanea Theologica*, nr 29/1-4, s.106-126.
- Dąbrowski, K. (1964a). *O dezyntegracji pozytywnej. Szkic teorii rozwoju psychicznego człowieka poprzez nierównowagę psychiczną, nerwowość, nerwice i psychonerwice*. Warszawa: Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich.
- Dąbrowski, K., Kawczak A., Piechowski M.M. (1970). *Mental growth through positive disintegration*. London: Gryf.
- Dąbrowski, K. (1972). *Psychoneurosis is not an illness*. London: Gryf.
- Dąbrowski, K. (with Kawczak, A., & Sochanska, A.). (1973). *The dynamics of concepts*. London: Gryf.
- Dąbrowski, K. (1986). *Trud istnienia*. Warszawa: „Wiedza Powszechna”.

- Dąbrowski, K. (1975a). *Osobowość i jej kształtowanie poprzez dezintegrację pozytywną*. Warszawa: PTHP.
- Dąbrowski, K. (1975b). *Rozwój osobowości według teorii dezintegracji pozytywnej*. *Zdrowie Psychiczne* nr 1-2, s. 7-17.
- Dąbrowski, K. (1975c). *Czy zachodzi potrzeba częściowego wykluczenia z psychiatrii niektórych syndromów albo „jednostek chorobowych”*. *Zdrowie psychiczne*, nr 1-2, s. 49-56.
- Dąbrowski, K. (1976). *Nerwowość dzieci i młodzieży*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Dąbrowski, K. (1977). *Ochrona zdrowia psychicznego. Życie literackie (tygodnik)*, Kraków 16 stycznia 1977, nr 3 (1303), s. 1,5.
- Dąbrowski, K. (1979a). *Psychoterapia przez rozwój*. Warszawa: „Prasa ZSL”.
- Dąbrowski, K. (1979b). *Dezintegracja pozytywna*. Warszawa: PIW.
- Dąbrowski, K. (1979c). *Inteligencja na usługach osobowości i na usługach popędów*. *Zdrowie psychiczne* nr 1, s. 6-16.
- Dąbrowski, K. (1981). *Sens życia jako rozwiązanie problemu ludzkiej egzystencji (Sens jako problem rozwoju osobowości)*. *Studia filozoficzne*, miesięcznik, nr 4 (185), 99-108.
- Dąbrowski, K. (1985). *Co to jest zdrowie psychiczne?* W: K. Dąbrowski, *Zdrowie psychiczne* (7-35). Warszawa: PWN.
- Dąbrowski, K. (1989a). *Czy nerwowość, nerwice i psychonerwice są przejawami choroby czy zdrowia psychicznego*. W: K. Dąbrowski, *W poszukiwaniu zdrowia psychicznego* (92-101). Warszawa: PWN.
- Dąbrowski, K. (1989c) *Elementy filozofii rozwoju*. Warszawa: PTHP.
- Dąbrowski, K. (2015). *Personality-shaping through positive disintegration*. Red Pill Press.
- Gawroński, B. (1989b). *Nota biograficzna*. W: K. Dąbrowski, *W poszukiwaniu zdrowia psychicznego* (193-203). Warszawa: PWN.
- Jankowski, K. (1976). *Od psychiatrii biologicznej do humanistycznej*. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Kobierzycki, T. (2000). *Profesor dr Kazimierz Dąbrowski (1902-1980)*. *Heksis* nr 1-3, (4-7).
- Kobierzycki, T. (2010). *Od twórczości do osobowości (studium psychologiczne z teorii dezintegracji pozytywnej)*. *Heksis*, nr 1, s. 30-40.
- Leśniak, F. (1964b). *O dezintegracji pozytywnej*. *Studia Theologica Varsoviensia*, nr 2/1-2, s. 459-488.
- Mendaglio, S. (2008). *Dąbrowski's Theory of Positive Disintegration: A Personality Theory for the 21st Century*. W: *Dąbrowski's Theory of Positive*

- Disintegration*, editor. S. Mendaglio, Scottsdale, AZ: Great Potential Press.
- Pamrów, M. (2015). *Kazimierz Dąbrowski i teoria dezintegracji pozytywnej*. W: M. Krajski, *Różne oblicza Erosa* (49-65). Warszawa: Agencja SGK.
- Piechowski, M. M (2008). *Discovering Dabrowski's Theory*. W: *Dabrowski's Theory of Positive Disintegration*, editor S. Mendaglio, Scottsdale, AZ: Great Potential Press.
- Piechowski, M. M. (2014). *Rethinking Dabrowski's Theory*: I. The Case Against Primary Integration, *Roeper Review*, 36, s. 11–17.
- Tillier, W. (2008) *Philosophical Aspects of Dabrowski's Theory of Positive Disintegration*. W: *Dabrowski's Theory of Positive Disintegration*, editor S. Mendaglio, Scottsdale, AZ: Great Potential Press.
- Tillier, W. (2017). *Surviving Authentic Development: Suicide Risk in Psychoneuroses and Positive Disintegration*. *Advanced Development: A Journal of Adult Giftedness*, volume 16, s. 31-53.