

Kazimierz Dąbrowski

Trud istnienia

Warszawa: Wiedza Powszechna, 1986

Przepisał Fr. Kwiatkowski

Od autora

W pracy tej próbuję wyjaśnić i opisać niektóre najnowsze pojęcia z zakresu psychologii rozwoju osobowego i wychowania.

Pojęcia te to wielopłaszczyznowość i wielopoziomowość rzeczywistości oraz proces dezintegracji pozytywnej w rozwoju, która uzupełnia, ale także komplikuje proces integracji.

Przedstawię też strukturę i funkcje psychicznego środowiska wewnętrznego człowieka, "dorabianie się" osobowości, która - moim zdaniem jest najwyższą strukturą rozwojową, możliwą do osiągnięcia jedynie dzięki intensywnej pracy nad sobą. Omówię też psychopatię, która powoduje największe komplikacje życia osobistego i społecznego, będącą zaprzeczeniem rozwoju psychicznego.

Przedstawię także nowe ujęcie zdrowia psychicznego jako zjawiska rozwojowego, wielopoziomowego, a więc ujęcie wyrażające "zdrowie rozwijające się".

Muszę wyjaśnić, dlaczego dałem tej pracy tytuł Trud istnienia.

Otóż chyba bezsprzecznie rozwój psychiczny człowieka przez

zasadniczy udział w nim samoświadomości, konfliktów wewnętrznych i zewnętrznych, przejawów wzmożonej pobudliwości psychicznej, czyli tzw. nerwowości, i mozolnego osiągnięcia coraz wyższych poziomów osobowości i coraz pełniejszego zdrowia psychicznego jest wielkim trudem, wysiłkiem związanym ze stanami napięcia, z cierpieniem, z tzw. pozytywnymi zaburzeniami psychicznymi, do których należą nerwowość i psychonerwice. Jest to kształtowanie się osobowości właśnie przez trud istnienia i trud rozwoju.

Wydaje mi się konieczne wyjaśnić krótko niektóre użyte w pracy terminy, jak: dezintegracja pozytywna, nieprzystosowanie pozytywne, czynnik trzeci, psychiczne środowisko wewnętrzne, esencje (indywidualna i społeczna), transcendencja konkretna i agonia. Wyrażają one zasadnicze treści życia wewnętrznego i rozwoju człowieka oraz - jego ustosunkowanie się do świata zewnętrznego, a przede wszystkim do ludzi, wśród których żyje.

Dezintegracja pozytywna wyraża korzystne rozluźnienie, a nawet rozbicie pierwotnej struktury psychicznej, np. w okresie dojrzewania, w stanach nerwowości, w nerwicach i psychonerwicach oraz w konfliktach życia codziennego - zewnętrznych, a przede wszystkim wewnętrznych.

Takie rozluźnienia i rozbicia są bowiem bardzo często czynnikiem sprzyjającym rozwojowi, zwłaszcza rozwojowi przyspieszonemu i twórczemu, co stwierdza się w praktyce u osób cierpiących na psychonerwice, a także w biografii wybitnych jednostek.

Termin "nieprzystosowanie pozytywne" oznacza formę protestu, który ma charakter twórczy, wyraża samodzielność rozwojową.

Czynnik trzeci - to czynnik autonomiczny, syntetyzujący inne

autonomiczne czynniki, które wyrażają twórcze zaprzeczenie lub potwierdzenie pewnych własnych dążeń i wpływów otoczenia. Jest to czynnik wybiórczy w obu środowiskach i autonomiczny w rozwoju własnym jednostki.

Środowisko wewnętrzne - to (analogicznie do środowiska zewnętrznego) układ tendencji albo, inaczej mówiąc, dynamizmów wewnętrznych jednostki. Wyróżniamy wśród nich dynamizmy jednopoziomowe oraz wielopoziomowe, zhierarchizowane lub równorzędne, pozostające w harmonii lub wywołujące konflikty, mające znaczenie rozwojowe lub hamujące rozwój. Jest to teren współpracy i ścierania się wszystkich dynamizmów jednostki zarówno zewnętrznych, jak i wewnętrznych.

Esencja indywidualna i społeczna - to najwyższe zespoły właściwości jednostki, z których pierwszy oznacza najistotniejsze, wysublimowane właściwości indywidualne (zainteresowania i talenty, wyłączone uczucia, świadomość własnej tożsamości i historii rozwoju), a drugi - najważniejsze właściwości społeczne (empatia, odpowiedzialność, autonomia, autentyzm, wysoki poziom świadomości społecznej). Każda z tych esencji stanowi warunek sine qua non drugiej.

Transcendencja, czyli przekroczenie, oznacza wzniesienie się w rozwoju ponad poziom przeciętnych, a nawet wyższych niż przeciętne czynności intelektualnych i afektywnych, charakterystycznych dla stadiów prymitywnych. Jako przykład można podać przekroczenie lub tendencje do przekroczenia własnego typu psychicznego oraz biologicznego cyklu życiowego, przeciwstawienie się instynktowi samozachowawczemu i seksualnemu na poziomach średnich i wyżej niż

średnich.

Termin "agonia" jest w tej książce używany w znaczeniu najwyższego, globalnego natężenia bólu czy cierpienia psychicznego, które może mieć znaczenie pozytywne.

Terminy te staną się, jak sądzę, bliższe czytelnikowi przy zetknięciu się z nimi w książce.

1. Co to jest wielopoziomowość rzeczywistości

Rzeczywistość wielopoziomowa - wielopoziomowość rzeczywistości

Na wstępie podam definicję rzeczywistości, którą postępuję się będę w tej książce. Rzeczywistość jest to wielopłaszczyznowa i wielopoziomowa całość zjawisk zachodzących w środowisku zewnętrznym i wewnętrznym, postrzegana, ujmowana logicznie i przeżywana.

Zgodnie z takim ujęciem każde zjawisko psychiczne ma różne poziomy. Dotyczy to np. postrzegania, sądzenia, opiniowania i innych czynności intelektualnych, a także czynności instynktownych i afektywnych. O tym samym zjawisku możemy mieć opinię wnikliwą, bardziej wszechstronną albo powierzchowną i zawężoną. Możemy postrzegać coś niejasno lub szeroko. W drugim przypadku uwzględniamy inne towarzyszące postrzeżenia, które wzmacniają i nadają wyraźniejszy, a nawet piękniejszy obraz postrzeganej rzeczywistości.

Uczucia i popędy mają także różne poziomy. Na przykład w zakresie

instynktu seksualnego na niskim poziomie obserwujemy jedynie wyładowania energii seksualnej, bez wyboru partnera, bez odpowiedzialności za niego, bez silniejszych związków psychicznych i moralnych z nim. Na wysokim poziomie obserwujemy wybiórczy, wszechstronny, odpowiedzialny, pełen miłości i oddania stosunek uczuciowy do drugiego człowieka. Zawiera on w sobie nie tylko empatię, nie tylko odpowiedzialność za partnera, ale również potrzebę ugruntowania istniejącego związku, potrzebę jego rozwoju. Wyraża się on we wzajemnym dążeniu do tworzenia "szkoły małżeńskiej", a po przyjściu na świat dzieci - tworzenia "szkoły rodzinnej" na wysokim poziomie afektywnym, intelektualnym i moralnym oraz w dążeniu do konkretnego ideału rodziny.

To samo dotyczy instynktu samozachowawczego, który na niskim poziomie wyraża brutalny, prymitywny egoizm i egocentryzm, osłabienie czy ograniczenie świadomości, "zneruchomienie psychiczne" i brak poczucia odpowiedzialności za słabych, potrzebujących pomocy. Na poziomie wysokim i najwyższym instynktu samozachowawczego obserwujemy natomiast tendencję do zachowania takich najwyższych i najważniejszych właściwości indywidualnych, jak zainteresowania, uzdolnienia i talenty, i takich wartości jak wyłączność związków przyjaźni i miłości oraz świadome utożsamienie się z sobą i z własną historią rozwoju. Jeżeli weźmiemy pod uwagę postawę wobec śmierci, to na najniższym poziomie tej postawy ujawnia się brak skłonności do zastanawiania się nad tym, co to jest śmierć, nieprzyjmowanie tego, że śmierć jest zjawiskiem realnym. Wobec niewątpliwie nadchodzącego końca wystąpią wtedy prymitywne, gwałtowne, niemal zwierzęce objawy strachu i

nieświadomych lub półświadomych reakcji protestu. Na wysokim lub najwyższym poziomie natomiast spotykamy postawę refleksyjną w stosunku do śmierci i nawet przy silnym lęku lub agonii psychicznej - uwidocznia się elementy egzystencjalne, elementy przewagi lęku o życie innych nad obawą przed własną śmiercią. Wystąpi także pełna refleksji postawa filozoficzna wyrażająca się świadomym przyjęciem nieuchronnego zgonu i odejściem jak najbardziej godnym człowieka.

Nawet w tak potocznym zjawisku jak śmiech możemy wyróżnić wiele poziomów. Bo oto na niskim, prymitywnym poziomie obserwujemy śmiech hałaśliwy, brutalny, wyrażający naśmiewanie się z kalectwa, słabości, a nawet z krzywdy innych. Czasem w kinie lub w teatrze słyszymy hałaśliwy, brutalny śmiech w momencie, kiedy akcja filmowa wywołuje u ludzi na wyższym poziomie zadumę, przygnębienie, smutek, a nawet lęk. Im wyższy poziom rozwoju, tym rzadziej się śmiejemy, a częściej się uśmiechamy. Uśmiech jest pozbawiony gwałtowności, prymitywizmu, cechuje go natomiast refleksyjność, zaduma, zwrócenie się nie tylko ku światu zewnętrznemu, ale przede wszystkim - do wewnątrz. Taki uśmiech widzimy w rzeźbie Wyłowiona z Sekwany. Na twarzy młodej dziewczyny, która skończyła śmiercią samobójczą, jest w uśmiechu "zapatrzanie w inne wymiary". Podobny jest uśmiech Mony Lizy Leonarda da Vinci, widzimy go na obliczu Zbawiciela z obrazu Rembrandta Chrystus w drodze do Emaus.

Reasumując, możemy powiedzieć, że skoro w dziedzinie czynności umysłowych, czynności percepcyjnych, funkcji uczuciowych i popędowych istnieje wiele poziomów, to i rzeczywistość, którą za

ich pośrednictwem ujmujemy, odbieramy i przeżywamy, jest wielopoziomowa.

Należy podkreślić, że tak jak w dziedzinie czynności percepcyjnych i ujmowania logicznego są fakty i pewniki podstawowe, np. odbierane przez wszystkich kształty, kolory, dźwięki, podstawowe ujęcia liczbowe (2 razy 2 jest 4), tak też w zakresie funkcji uczuciowych i popędowych istnieją podstawowe pewniki i fakty. Są one ważne dla osób nie przejawiających globalnego upośledzenia psychicznego lub upośledzenia moralnego. Do pewników i faktów budzących powszechny protest należą np. tortury, sądownie i wykonanie wyroku bez przeprowadzenia przewodu sądowego i udowodnienia winy czy też bicie małego dziecka.

A teraz spróbujmy określić, co nazywamy rzeczywistością wielopoziomową. Zgodnie z tym, co powiedziano wyżej, jest to percypowanie, ujmowanie logiczne (analiza i synteza) oraz przeżywanie zjawisk zewnętrznych i wewnętrznych. Dadzą się one gruntownie i ściśle (lub dość ściśle) opisać na podstawie analizy przypadków longitudinalnych, na podstawie analizy i interpretacji naukowo opracowanych biografii ludzi normalnych i ludzi wybitnych oraz na podstawie obserwacji codziennych i obserwacji klinicznych. Zjawiska te przejawiają różny stopień skomplikowania i złożoności. Różni ludzie są zdolni lub nie do wielopoziomowego ujmowania rzeczywistości z udziałem prospekcji i retrospekcji, wyobraźni i fantazji twórczej.

Rzeczywistość ujmowana percepcyjnie, logicznie i przeżyciowo

W ciągu setek lat rozwoju psychologii i filozofii rozmaicie ujmowano to, co nazywamy rzeczywistością obiektywną i rzeczywistością subiektywną. Na ogół przyjmuje się znaną zasadę, że nic, co przedtem nie było postrzegane zmysłowo, nie może być przedmiotem rozważań i dociekań intelektualnych. Teoretycy filozofii i psychologii są przeważnie zdania, że podstawowy element rzeczywistości stanowi to, co jest postrzegane przez wszystkich, dostępne dla wszystkich, co jest dotykalne, widzialne, słyszalne. Pewna niedokładność postrzeżeń, iluzje, a nawet halucynacje, pewne wycinkowe percepcje, pewne zaburzenia w percypowaniu pod wpływem stanów zmęczenia, środków farmakologicznych były podstawą opinii, że istotne poznanie rzeczywistości jest związane z postrzeżeniami zmysłowymi i ich sprawdzaniem, analizą, ujmowaniem logicznym przez intelekt. To wszystko, co nie odpowiadało tym wymaganiom, uważano za subiektywne. Taki właśnie był stosunek do zjawisk emocjonalnych i popędowych. Zjawiska te mimo powszechności występowania przypisywana w większości przypadków doświadczeniom subiektywnym, indywidualnym przeżyciom, traktowano je jak coś introspektywnego, coś nie podlegającego percepcji i adekwatnemu osądowi logicznemu. Na podstawie moich obserwacji i przemyśleń uważam, że jest to postawa niesłuszna i oparta na nieuzasadnionym uogólnianiu i prymitywnej interpretacji danych dostarczanych nam przez statystykę.

Chciałbym tutaj zwrócić uwagę na inne zjawisko dotyczące wielopoziomowości funkcji uczuciowych i popędowych, funkcji wyobraźni i fantazji twórczej. Otóż wiemy dobrze, że pewien rodzaj

percepcji, np. w zakresie postrzeżeń i przeżywania piękna dzieł architektury, malarstwa, rzeźby, utworów muzycznych i innych, nie jest dostępny dla wszystkich, lecz jedynie dla ludzi zdolnych do odbioru "rzeczywistości estetycznych", ludzi, którzy dysponują możliwością ich przeżywania i oceny. Stanowią oni pewną jednorodną grupę, zgodną w postrzeżeniach i przeżyciach i wyrażającą analogiczne reakcje na te same bodźce. Jest to zjawisko wybiórczości postrzeżeń i przeżyć, jest to także zjawisko statystyczne z dziedziny statystyki wielopoziomowej, która jeszcze nie została opracowana. Autor niniejszej pracy przeprowadzał badania osób dobranych pod względem poziomu funkcji uczuciowych i popędowych, które wykazywały identyczność postrzeżeń i uczuć w reakcji na pewnego typu bodźce; badania te wykazały homogeniczność i powszechność percepcji, sądów i przeżyć zjawisk wielopoziomowych w zakresie sztuki i moralności.

Rzeczywistość rzeczy i ciał

Przywykliśmy do postawy reistycznej, do traktowania rzeczy i ciał najbardziej konkretnie, jako perceptywne zjawiska rzeczywistości. Istnieją kierunki filozoficzne i psychologiczne, które przyjmują tylko rzeczywistość "rzeczową" i "cielesną". Widzimy rzeczy i ciała, słyszymy szmery i dźwięki z nimi związane, dotykamy te rzeczy, przesuwamy je, odczuwamy ich zimno, ciepło czy gorąco, wyczuwamy i mierzymy ich rozmiary, oceniamy ich gładkość lub chropowatość, widzimy ich kolory, odczuwamy ich zapach i smak. Ale przecież te same ciała i rzeczy inaczej postrzegamy w ruchu, np.

chmury, błyskawice, samoloty w locie, pojawiają się i znikają. Gdy słońce wschodzi lub zachodzi, wtedy las, drzewa, woda nikną w mroku, nie dostrzegamy ich lub widzimy bardzo niewyraźnie. Musimy uzupełniać swoje bezpośrednie spostrzeżenia odwołując się do wyobraźni, a nawet fantazji. Doświadczamy więc znikania naszych postrzeżeń. Obserwujemy znikanie przedmiotów tych postrzeżeń, ich przetwarzanie, zaciemnianie. To nasuwa przeświadczenie, że przedmioty te istnieją w rzeczywistości, choć zniknęły z naszego pola widzenia. Słońce, samoloty, ptaki są, trwają dalej w rzeczywistości, ale straciliśmy odpowiedni w stosunku do nich dystans, bo zniknęły z naszego pola widzenia. Jest to - jak już wspomniałem - rzeczywistość wyobrażalna, "dopowiadana", rozumowana. W każdym razie nie jest ona bezpośrednio percypowana. Stąd koncepcja wielopłaszczyznowej rzeczywistości - rzeczywistości zmieniającej się, rzeczywistości w ruchu, rzeczywistości w przestrzeni i czasie. I jeszcze jedno: niektóre nasze postrzeżenia, niektóre nasze sądy o rzeczach i zjawiskach dają nam wyobrażenia prostsze lub bardziej skomplikowane, wymagające wielokierunkowych sprzężeń czynności percepcyjnych, intelektualnych i emocjonalnych. Nadaje to nowe cechy rzeczywistości, mianowicie cechy wielopłaszczyznowości i wielopoziomowości. Dochodzimy do rozróżnienia zwłaszcza w dziedzinie przeżyć - tego, co "niższe", i tego, co "wyższe", a co dostępne jest tylko jednostkom szczególnie wrażliwym, uczulonym na ten właśnie wyższy poziom rzeczywistości.

Rzeczywistość wielopłaszczyznowa i wielopoziomowa sprzężona,

odkrywana i tworzona w wyobraźni, rzeczywistość funkcji
uczuciowych i popędowych

Zwróciliśmy już uwagę, że przedmioty, że ciała poruszające się w przestrzeni, zmieniające się w czasie znikają często z pola naszej percepcji. Musimy sobie dopowiadać z pomocą wyobraźni i fantazji oraz rozumowania logicznego ich dalszy byt, ich przesuwanie się, ich ruch. To zwraca naszą uwagę na ważkość udziału wyobraźni i fantazji w rozumieniu rzeczywistości. Wiemy, że w umysłach twórczych rodzą się wizje, które cechuje olbrzymia precyzja kształtu, dźwięku, proporcji itd. Że będąc dopiero w sferze pomysłów - nie tylko u pojedynczego twórcy, ale również w grupie twórców na podobnym poziomie, którzy podjęli konkretny zamysł twórczy - wizje te mają już postać dzieła niejako gotowego do realizacji, do wyrzeźbienia, zbudowania, do wyrażenia w formie muzycznej itd. Tak w wyobraźni Michała Anioła został opracowany w najdrobniejszych szczegółach wizerunek Kaplicy Sykstyńskiej. Widział ją i dotykał w sposób oczywisty w wyobraźni, obliczył jej projekt matematycznie w okresie, kiedy nie był znany rachunek całkowy i różniczkowy. Potem przeniósł tę wizję w rzeczywistość widzialną i namacalną, która była dokładną realizacją jego zamysłu twórczego. Czy możemy wobec tego powiedzieć, że twór "imaginacyjny" Michała Anioła nie istniał w okresie przed realizacją jako rzecz wyobrażeniowa? Myślę, że istniał i mógł być przedmiotem intuicyjnej wymiany pomysłów między Michałem Aniołem i współczesnymi mu artystami.

Analogiczne zjawisko występuje w dziedzinie uczuciowo-dążeńowej.

Siła naszych przekonań moralnych, wyrazistość pomysłów, sprzężenie postaw z przecuciami i przekonaniem jednostek o podobnym poziomie dążeń i uczuciowym są dla nich kryterium ich obiektywno-subiektywnej rzeczywistości. Mogą one poprzez własną aktywność przenieść je natychmiast do tego, co nazywamy rzeczywistością zrealizowaną, wykonaną. Dochodzimy tutaj do pojęć subiektywizmu i obiektywizmu. Wydaje się, że podział ten jest dość niezyciowy i nietwórczy, ponieważ nasze głęboko opracowane, subiektywne odczucia skrytalizowane na określonym poziomie mają zarazem wartość subiektywną i obiektywną. Subiektywną, bo są pomyslane i przeżyte przez nas, a obiektywną - bo mogą być zrealizowane, bo mogą być przekazane innym, bo mogą być zrozumiane, odczute i przyjęte przez grupę homologiczną na tym samym lub nieco niższym poziomie.

Twierdzenie, że obiektywne jest to, co nie istnieje niezależnie od podmiotu, a subiektywne to, co jest ściśle z podmiotem związane, nie wydaje się dostatecznie umotywowane. "Obiektywne" w ogromnej większości przypadków jest zależne od rodzaju i poziomu podmiotu, "subiektywne" zaś - możliwe jest do przeniesienia na teren przedmiotowości. Chodzi o to, że rzeczywistość jest zazwyczaj subiektywna i obiektywna zarazem, że jest rzeczywistością psychologiczną, społeczną, moralną, percypowaną, odczuwaną i logiczną, a więc wielopoziomą i wielopłaszczyznową. Wartości są również wielopoziomowe i obiektywne, nie tracąc nic ze swojej twórczej, subiektywnej rzeczywistości.

Sprzężenia rozwojowe rzeczywistości postrzeniowej, ujmowanej

logicznie, i rzeczywistości uczuciowo-dążeńiowej

Nasza rzeczywistość rozszerza się i pogłębia przez sprzężenia postrzeżeńiowe, logiczne, uczuciowo-dążeńiowe oraz ich hierarchizację. Już wspomniałem, że takie sprzężenia wyrażają postawę wielorodzajową, wielopłaszczyznową i wielopoziomową. Jest zrozumiałe, że w ten sposób ogarniają one rzeczywistość szerzej i głębiej. Gdybyśmy powiedzieli, że rzeczywistość, jej rozległość i głębia wiążą się z udziałem możliwie największej liczby różnorodnych "władz poznawczych" - to wyrażalibyśmy poprzez wielopłaszczyznowość i wielopoziomowość właśnie metodę poznawczego sprzężenia. Jest chyba zrozumiałe, że dany przedmiot czy dane zjawisko są bardziej "rzeczywiste", jeżeli są ujmowane wieloma zmysłami, a więc duchem, dotykiem, wzrokiem, zmysłem równowagi i równocześnie - przeżyciem uczuciowym z udziałem myślenia logicznego, analizy i syntezy intelektualnej. Ta postawa poznawcza ma swoją analogię np. w metodzie diagnozy ludzi zdrowych i chorych. Jeżeli stawia się taką diagnozę, uwzględniając genzę biologiczną, genzę społeczną, czynnik trzeci (a więc czynniki autonomiczne), jeżeli stawia się ją z punktu widzenia właściwości normalnych, i psychopatologicznych (twórczych i nietwórczych), jeżeli równocześnie traktuje się całość spraw syntetycznie i ujmuje niektóre zagadnienia od strony filozoficznej - to możemy powiedzieć, że taka diagnoza jest sprzężona i ujmuje wyższy stopień rzeczywistości aniżeli diagnozy: biologiczna, psychopatologiczna czy społeczna osobno. Oczywiście podobną wartość sprzężenia będzie miał w diagnozie i terapii udział grupy

ludzi - przedstawicieli różnych specjalności, jeśli ich praca będzie odpowiednio zsynchronizowana i skoordynowana, a zatem wielopłaszczyznowa i wielopoziomowa.

Wchodzimy więc tutaj w zagadnienie wszechstronności jednostki, która im bardziej jest wszechstronna, tym głębszą i szerszą rzeczywistość obejmuje. To samo można powiedzieć o zespole wielu jednostek wyspecjalizowanych, których czynności podporządkowane są hierarchicznym wartościom i celom jednostek, które są związane empatią i dążą, jak w przytoczonym wyżej przykładzie, do wszechstronnego, pogłębionego ogarnięcia danej rzeczywistości, a więc dążą do postawienia możliwie najbardziej wszechstronnej diagnozy rozwoju człowieka.

Twórcze i nietwórcze ujęcia rzeczywistości w rozwoju

Trzy właściwości składają się na najbardziej twórcze ujęcie tego lub innego rodzaju rzeczywistości. O pierwszej z nich - wielopłaszczyznowości lub wielorodzajowości rzeczywistości i stosunku do niej człowieka - wspominałem już wielokrotnie. Drugą właściwością jest wielopoziomowość, która pozwala ująć rzeczywistość hierarchicznie, pozwala uchwycić elementy wartościowania i elementy celów. Jeżeli to ujęcie ma być nieschematyczne, to musi uwzględniać jeszcze procesy rozwoju, musi umożliwiać ujmowanie danej rzeczywistości w rozwoju. Ludzkiej rzeczywistości bowiem, ludzkich dążeń, ludzkich perspektywy nie można rozumieć, jeżeli się nie zastosuje rozwojowego punktu widzenia. Proces "stawania się" związany jest z hierarchizacją

wartości i celów, ale równocześnie z potrzebą stabilizacji pewnych właściwości ludzkich, ich trwałością i ich niezmiennością.

Specyfika natury ludzkiej wymaga uwzględnienia oprócz zmienności jakościowej i ilościowej również cech trwałych, niezmiennych, identyfikujących daną osobowość. Jest to sprawa poruszana w wielu moich pracach, a dotycząca dwu esencji cechujących osobowość: esencji indywidualnej i esencji społecznej.

2. Dezintegracja pozytywna

Od wieków, a szczególnie w ostatnich dziesiątkach lat, uważa się niemal powszechnie, że integracja, proces integracyjny to przejaw dobrej organizacji, sprawności, podporządkowania części - całości.

Również w zakresie czynności psychicznych integracja jest równoznaczna z tym, co pozytywne, ze zdrowiem jednostki.

Przyzwyczajiliśmy się do tego, że wszystko, co zintegrowane lub integrujące: proces organizowania, budowania, osiągnięcia zamierzonych efektów - jest zawsze czymś pozytywnym, pożytecznym, potrzebnym, zdrowym. Jednocześnie uważamy, że proces dezintegracji wyraża rozluźnienie, rozbicie struktury i czynności, ich nieuporządkowanie, brak sprawności. Panuje przekonanie, że dezintegracja jest zjawiskiem wybitnie ujemnym, czego najsilniejszym i negatywnym przejawem są nerwowość, nerwice i psychonerwice, zwłaszcza zaś choroby psychiczne, a więc psychozy. Przywykliśmy tak rozumować i układamy w jeden system różne małe sprawności, różne małe integracje. Szczytem tego systemu mają być wysokie sprawności, wysokie rezultaty, wysokie formy produkcji.

Ludzi wyrażających taką postawę oceniamy jako zdrowych, pożądaných, wartościowych, godnych dobrego małżeństwa, wysokich stanowisk kierowniczych itd. Za ujemne uważamy takie cechy, jak: pewna niezgrabność dziecka czy młodego człowieka, zahamowania, nieśmiałość, wahania, brak pewności siebie itp. Umieszczamy je w układzie, którego szczyt tworzą zjawiska dezintegracji kompletnej, chorobowej, psychotycznej.

Czy takie ujęcie obu zjawisk, obu tych procesów, dwu różnych norm jest słuszne? Czy czasami nie popełniamy tutaj zasadniczego błędu, czy nie stosujemy zasady "spieszącego się zdrowego rozsądku"?

Spróbujmy rozpatrzyć to zagadnienie z innego zupełnie punktu widzenia - przede wszystkim z punktu widzenia rozwoju i to odmiennego rozwoju obu procesów i obu postaw ludzkich. Jeżeli przyjrzymy się bliżej niektórym cechom integracji, stwierdzimy, że zwierzę pod względem sprawności ruchowej jest bardziej zintegrowane aniżeli człowiek, że człowiek prymitywny wykazuje znacznie większą integrację aniżeli kulturalny. Małe dziecko przez wiele miesięcy, a nawet w ciągu pierwszych lat życia stopniowo zdobywa sprawność ruchową, podczas gdy większość zwierząt ma ją od urodzenia. Porównajmy zachowanie się małych kaczątek, małych gęsi, kociąt czy piesków. W ciągu bardzo krótkiego czasu stają się one sprawne, ogólnie przystosowane, zintegrowane. Dziecko podobną integrację osiąga znacznie później.

A teraz przejdźmy do porównania sprawności ludzi prymitywnych i ludzi subtelnych, delikatnych, refleksyjnych. Otóż można powiedzieć, że pierwsi są bardziej sprawni, "wiedzą, czego chcą", radzą sobie dobrze w różnych sytuacjach, są dość pewni siebie (np.

w dziedzinie seksualnej dążą do "konkretu" tzn. do aktu seksualnego). "Nie patyczkują się", są wyraźni.

Zupełnie inne cechy charakteryzują ludzi o tzw. wzmożonej pobudliwości psychicznej. Są oni często niezupełnie przystosowani do zwykłej rzeczywistości albo nawet wyraźnie do niej nie przystosowani. Wahają się, są często skrępowani, bojaźliwi, zahamowani, w różnych sytuacjach pełni refleksji nie decydują się łatwo na działanie lub - jeśli się decydują - nie ma to ich działania nic wspólnego z przemyślaną strategią, jest jedynie dążeniem do wytkniętego celu. W rezultacie jednostki takie napotykają różne trudności, przeżywają konflikty wewnętrzne, są narażone często na niepowodzenia życiowe, przeżywają smutek, depresję i liczne stany lękowe.

Cechy te potęgują się często u ludzi zdolnych, u ludzi wybitnych.

Może świadczyć o tym zachowanie i postępowanie większości wielkich poetów, malarzy, rzeźbiarzy, dramaturgów, aktorów, muzyków, a także wielkich uczonych o szerokich zainteresowaniach, którzy są często uważani przez społeczeństwo za dziwaków. Skupieni zwykle na jednym czy kilku terenach działania, wykazują równocześnie brak przystosowania się do spraw życia codziennego, brak przystosowania społecznego. Są często "niezgrabni" psychicznie, a nawet fizycznie, zapominają o wielu rzeczach praktycznych, pochłonięci sprawami dla nich ważnymi i absorbującymi ich całkowicie. Są to osoby, które przebywają w innych rzeczywistościach aniżeli my wszyscy, są one pochłonięte przeżywaniem twórczym w innych niż ogół wymiarach, przywiązują dużą wagę do słów, do marzeń, do pomysłów często uważanych za dziwaczne. Są to ludzie o ogromnej

wrażliwości, którym rzeczywistość nie przedstawia się tak jak nam
- jest ona zazwyczaj szeroka i wielopoziomowa, bogata i twórcza.
Mają pełno pomysłów przetwarzających tę rzeczywistość zgodnie z
ich różnymi formami wrażliwości, formami potencjału rozwojowego.
Swoją innością, swoją dziwacznością narażają się na trudności
natury społecznej, rozluźniają więzi z otoczeniem. Zamykają się w
świecie własnych przeżyć i pomysłów, nawiązują kontakt tylko z
wybraną grupą osób, której nie rażą swym zachowaniem, która
rozumie ich potrzeby i dążenia. Jak już wspomniałem, są to
zazwyczaj jednostki twórcze, bogate, subtelne, ale trudne w
kontaktach. Przeważnie nie są dobrymi kandydatami na mężów i żony,
na organizatorów życia codziennego. Niezaradni, często niedbali o
swoją wygląd uważani są często przez otoczenie za rozproszonych,
niezharmonizowanych, nerwowych, a nawet psychonerwicowych.
Otoczenie przyznaje, że pod pewnymi względami są to ludzie zdolni,
twórczy, ciekawi, nawet odpowiedzialni i kochający, ale -
równocześnie - inni, nieznośni, nieżyciowi, trudni w pożyciu.
Otoczenie uważa, że gdyby takich osób było więcej w
społeczeństwie, to mimo swych zdolności utrudniałyby rozwój
stosunków międzyludzkich, utrudniałyby rozwój w ogóle i byłyby nie
do zniesienia w normalnym życiu.
Oto wstępny obraz tzw. dezintegracji (procesu dezintegracji),
której jednakże nie można uważać za zjawisko negatywne, nawet na
podstawie dotychczasowych wstępnych rozważań.

Pozytywne strony dezintegracji

Przechodzimy do omówienia i umotywowania treści terminu "dezintegracja pozytywna". Oczywiście zdaję sobie sprawę, że tak radykalna zmiana sensu pojęć integracji i dezintegracji musi wywołać zasadnicze sprzeciwy. Zmiany treści pojęć i terminów utrwalonych tradycją nie są łatwe do przyjęcia. Ale oto trochę danych dowodowych. Przestudiowałem dwieście naukowo opracowanych biografii ludzi wybitnych. Były one dobierane "tak jak szły", bez żadnego klucza. W trakcie analizy tych biografii stwierdziłem u 97% wybitnych osób cechy wzmożonej pobudliwości psychicznej, głównie emocjonalnej, wyobrazeniowej i intelektualnej, lżejszych lub cięższych psychonerwic, a nawet objawy z pogranicza psychonerwicy i psychozy. Oto przykłady: Franz Kafka był uważany przez większość biografów za osobnika na pograniczu ciężkiej psychonerwicy i schizofrenii, a zatem przejawiającego to, co Paweł Abely nazywa schizonerwicą*. (*P. Abely: De quelques equivoques psychiatriques. Annales Medico-psychologiques, 1959.) Miał ciężkie depresje, stany lękowe, wybitnie wzmożoną pobudliwość psychiczną, poczucie niższości w stosunku do siebie i innych. Przejawiał też twórcze obsesje. Vincent van Gogh przeżywał głębokie, prawie agonalne stany depresji i lęków, miał obsesje psychoruchowe i emocjonalne, poczucie niepotrzebności, niższości, nigdy nie zaspokojoną potrzebę miłości. Uważano go za schizofrenika i epileptyka. Jego twórczość była bardzo nisko oceniana za życia, a po śmierci - uznana za genialną. Wolfgang Amadeus Mozart, który przez wielu biografów, nie znających dotyczących go najbardziej intymnych dokumentów, był uważany za jednostkę harmonijną, w listach do ojca pisał o agonalnych lękach przed śmiercią. Wiemy

dobrze, że Ludvig van Beethoven miał stany psychicznej obsesji. Prawie równocześnie tworzył różne dzieła, przerzucając się z jednego utworu na inny. Wiemy, że Soren Kierkegaard cierpiał przez całe życie na ciężkie depresje, miał stany lękowe dochodzące do agonii, poczucie niższości, poczucie nieprzystosowania, silne obsesje. Swoje stany "patologiczne" uważał początkowo za największego wroga, a - w miarę upływu lat - za największego przyjaciela, który odgrywał zasadniczą rolę w zrozumieniu "tego świata", w twórczości, w sięganiu do nieznanego i transcendentalnego. Gerard de Nerval wykazywał zdolności telepatyczne, miał iluzje graniczące z halucynacjami, przejawiał skrajny idealizm, podlegał silnym stanom sugestii i autosugestii. Skończył samobójstwem, wieszając się na jednej z latarni ulicznych w Paryżu. Miguel de Unamuno odznaczał się wybitną wrażliwością uczuciową, wyobrazeniowo-intelektualną, miał lęki i obsesje śmierci, a równocześnie uważał, że bez najgłębszej penetracji zagadnień śmierci, bez psychicznego umierania nie można być twórczym, nie można ułożyć sobie właściwych stosunków ze światem i społeczeństwem. Wiemy także, że Joanna d'Arc w młodym wieku miała coś w rodzaju obsesji anankastycznych, obsesji ofiary, bohaterstwa, uporu do końca w zasadniczej sprawie obrony ojczyzny. Myślę, że tych parę przykładów jest wystarczającym wprowadzeniem w zagadnienie, któremu poświęcony jest ten rozdział.

Na tym nie koniec. Wraz z grupą współpracowników przebadałem w Polsce i w Kanadzie sto siedemdziesiąt pięć osób (dzieci i młodzieży ze szkół podstawowych, średnich, akademickich), ze specjalnym uwzględnieniem studentów szkół artystycznych. Były one

wybrane jako najzdolniejsze przez rady pedagogiczne swych szkół.

Otóż 85% spośród tej grupy objawiało stany wzmożonej pobudliwości psychicznej oraz nerwice i psychonerwice od lekkich do najcięższych. Równocześnie przebadano trzydziestu pacjentów oligofrenicznych o poziomie umysłowym od imbecylności do średniego poziomu debilizmu. U żadnego z nich nie stwierdzono wyraźnej, typowej psychonerwicy lub wzmożonej pobudliwości emocjonalnej i wyobraźni. Wydaje mi się, że dane te wskazują bardzo wyraźnie na korelację między wzmożoną pobudliwością, psychonerwicami a wybitnymi uzdolnieniami.

Zwróćmy jeszcze uwagę na pewne poglądy, które odbiegają zasadniczo od moich poglądów. Ernst Kretschmer w swojej pracy *Ludzie genialni** (*E. Kretschmer: *Geniale menschen*. Berlin. 1931.) wyraził opinię, że u jednostek wybitnie zdolnych występują z reguły elementy psychopatyczne, które człowiek genialny w trakcie rozwoju podporządkowuje zdrowej osobowości, tworzącej z tych elementów czynnik energetyczny w rozwoju. Znany psychoanalityk, dr L.S. Kubie*, (*L.S. Kubie: *Neurotic Distortion of the creative Process*. Lawrence: University of Kansas Press 1985.) jest zdania, że nerwica i psychonerwica utrudniają rozwój, że jednostki wybitnie zdolne lub genialne są właśnie zdolne i genialne wbrew psychonerwicy i przeciw niej. Obaj autorzy nie przeprowadzają wystarczającej analizy i motywacji swych poglądów. U Kretschmera niejasne jest podporządkowanie twórczego elementu psychopatycznego tzw. zdrowej osobowości. Wydaje się, że to, co autentycznie twórcze, podporządkowuje w rozwoju to, co mniej twórcze, a autentyczna twórczość jest istotną, centralną

strukturą rozwojową. Poza tym niejasne jest, co Kretschmer dokładnie oznacza terminem "struktura psychopatyczna". Według mnie, struktura psychopatyczna jest strukturą prymitywną, sztywną, wąską, nietwórczą, bez konfliktów wewnętrznych, z inteligencją podporządkowaną prymitywnym popędom. Psychopaci mają wąskie zainteresowania i ambicje, są egocentrykami, wykazują skłonność do konfliktów zewnętrznych.

Oczywiście, zgodnie z poglądem panującym na początku XX w., Kretschmer inaczej rozumiał pojęcie psychopatii. Nie odróżniał on tak ściśle struktury psychopatycznej od neuropatycznej. Jeżeli chodzi o pogląd Kubie, że psychonerwica utrudnia twórczość, że twórczość rozwija się przeciw psychonerwicy czy mimo psychonerwicy, to jest on oparty na ortodoksyjnej teorii psychoanalitycznej, która nerwowość i psychonerwice uważa za choroby.

Ścisłejsze związki między nerwicami i psychonerwicami a uzdolnieniami i ich rozwojem

Czy i jaką rolę odgrywają w dezintegracji pozytywnej różne typy wzmożonej pobudliwości psychicznej, a mianowicie - pobudliwość sensualna, psychoruchowa, emocjonalna, wyobraźni i intelektualna?

Chyba najmniejsze znaczenie mają tutaj dwie pierwsze formy. Ich udział twórczy w rozwoju jednostki zależy od poziomu tych form oraz od ich sprzężenia ze wzmożoną pobudliwością emocjonalną, wyobraźniową i intelektualną. Wszystkie wymienione tu formy, a zwłaszcza trzy ostatnie, odgrywają zasadniczą rolę w szukaniu

"nowej rzeczywistości", w rozwoju instynktu twórczego. Ktoś, kto jest wrażliwy emocjonalnie, kto ma rozwiniętą wyobraźnię i obdarzony jest fantazją, kto ma zdolność penetracji umysłowej, ten zazwyczaj nie przystosowuje się do jednopoziomowej rzeczywistości życia codziennego, nie zadowala się nią. Szuka rzeczy nowych, rzeczy ciekawych, rzeczy niebanalnych. Jednopoziomowość i stereotypowość codziennej rzeczywistości nuży go, udręcza, powoduje napięcia, konflikty, a nawet skłania do buntu przeciw tego typu rzeczywistości. Wzmoczona pobudliwość we wszystkich wymienionych formach jest zatem podstawą poszukiwania innej, wielopłaszczyznowej i wielopoziomowej rzeczywistości. Jeden z poetów wyraził to tak: "Nie żyję i nie chcę żyć, i powiem więcej: żyłbym, ale życiem pięknym plwam na byt prosięcy".

Słowacki wyraził tę postawę w sposób następujący:

"Widzę, że nie jest On tylko robaków
Bogiem i tego stworzenia, co pełza.
On lubi huczny. lot olbrzymich ptaków,
A rozhukanych koni On nie kielza."* (* J. Słowacki: Beniowski, w:
Dzieła wybrane. Wrocław 1974, s 199)

W Kazimierzu Wielkim Wyspiański wyraża pewne elementy wyraźnego nieprzystosowania do rzeczywistości tak oto:

"Wielkości! komu nazwę twą przydano,
ten tęgich sił odżywia w sobie moce
i duszą trwa, wielekroć powołaną,

świecącą w długie narodowe noce;"* (* S. Wyspiański: Dzieła zebrane, t. 11. Kraków 1961, s. 9)

W innym wierszu Wyspiański wyznaje:

"I ciągle widzę ich twarze,
ustawnie w oczy ich patrzę
- ich nie ma - myślę i marzę,
widzę ich w duszy teatrze".* (* Tamże, s. 160)

Młody, wybitnie utalentowany filozof Otto Weininger, który w 21 roku życia popełnił samobójstwo, wyraził swoje tęsknoty i poszukiwania innej rzeczywistości pisząc: "Samobójstwo, szubienica, albo cel większy i dostojniejszy aniżeli możliwy do osiągnięcia przez kogokolwiek".* (* H. Swoboda: Otto Weiningers Tod, Wien 1921)

Choćby z tych przykładów widzimy, w jakim stopniu wzmożona pobudliwość psychiczna wyzwala dążenia do przekroczenia jednopoziomowej, sztywnej rzeczywistości.

Przejdźmy teraz do związków między poszczególnymi formami wzmożonej pobudliwości i uzdolnieniami twórczymi. Wzmożona pobudliwość uczuciowa nie zadowala się prostymi, zmiennymi stosunkami uczuciowymi. Osoby przejawiające tę formę wzmożonej pobudliwości szukają zazwyczaj związków bogatych, wyłącznych, trwałych. Szukają pogłębionego rozumienia, szukają wieczystych form przyjaźni i miłości, pragną w tych związkach iść "w głąb", a nie "wszerz". Bardzo często nie umieją w sposób spokojny

rozbudowywać, przekształcać, "rozwijać" tych związków. W poszukiwaniu ideału przeżywają bardzo często konflikty, a zerwanie istniejących związków powoduje ich rozbieżności psychiczne, wywołuje tendencje samobójcze lub sprzyja pogłębieniu psychoneurozy. Franz Kafka stworzył taki pogłębiony, wyłączny związek pod koniec życia. Juliusz Słowacki szukał zawsze ideału duchowego w partnerze. Soren Kierkegaard zrezygnował z uczucia do swojej narzeczonej i przedstawiając się jej celowo w bardzo złym świetle, doprowadził do dobrowolnego zerwania. A to wskutek głębokiego, powoli narastającego przekonania, że związek ten nie jest idealny, nie daje podstaw do wyłączności i trwałości.

To samo dotyczy uczuć przyjaźni. Zresztą jednostki o wzmożonej pobudliwości uczuciowej wiążą zazwyczaj uczucie miłości do partnera innej płci z przyjaźnią, mniejszą wagę przywiązując do przeżyć seksualnych. Stąd w ich pracy twórczej, w ich poezji, malarstwie, rzeźbie, w ich poglądach filozoficznych życie uczuciowe jest wysublimowane, pełne bogactwa, "jedyności", fantazji; pełne jest tęsknoty transcendentalnej, pełne jest marzeń o połączeniu się z daną osobą związkiem "poza grób". W strukturze osób o wzmożonej pobudliwości uczuciowej dostrzegamy wiele cech wskazujących na tzw. niedojrzałość psychiczną, która jest niczym innym jak zdolnością do długotrwałego rozwoju z zachowaniem postaw dziecięcych, które przejawiają animizm, postawę magiczną, otwartość, szczerłość, fantazję; a zatem uzdolnienia twórcze. W postawie społecznej, w postawie naukowej osób o wzmożonej pobudliwości emocjonalnej przejawiają się silnie elementy emocjonalne, docenianie ich wartości i ich hierarchii. Doceniana

jest głęboka wartość subiektywizmu, który jest zawsze przeciwieństwem schematycznej obiektywności. Następuje przenikanie postawy subiektywnej w obiektywną, co wzbogaca jedną i drugą. Do takich właśnie uczonych o silnej postawie emocjonalnej należeli Ludwig Wittgenstein, Miguel de Unamuno, Blaise Pascal, Soren Kierkegaard, Henri Poincare i inni.

Przejdźmy z kolei do krótkiej analizy związków między uzdolnieniami twórczymi a wzmożoną pobudliwością wyobraźni. Z istoty rzeczy odgrywa ona zasadniczą rolę w rozwoju pomysłowości, fantazji, bajkowości w twórczości. Postawa ta zawsze rozszerza i pogłębia poznanie rzeczywistości, jest związana z jej hierarchizacją, z prospekcją w formie transcendencji i marzeń sennych. Pomysłowość, bogactwo form i treści w wielu dziedzinach sztuki i nauki są charakterystyczne dla osób przejawiających wzmożoną pobudliwość wyobraźni. Powieści fantastyczne, poezja fantastyczna, impresjonistyczne czy surrealistyczne malarstwo i rzeźba - to dzieła twórców odznaczających się tą cechą. Do twórców wyróżniających się wzmożoną pobudliwością wyobraźni należeli:

Edgar Allan Poe, Juliusz Słowacki, William Szekspir, Charles Baudelaire, Stanisław Wyspiański, Friedrich Nietzsche i wielu innych. Ta forma wzmożonej pobudliwości w sprzężeniu ze wzmożoną pobudliwością emocjonalną stwarza podstawy do przekraczania rzeczywistości jednopoziomowej.

Należy też rozważyć związek między pobudliwością intelektualną a twórczością. Pobudliwość intelektualna dotyczy całościowych i wszechstronnych zainteresowań intelektualnych i z reguły (albo prawie z reguły) wiąże się z pobudliwością wyobraźni i

pobudliwością emocjonalną. Wzmoczona pobudliwość intelektualna nie jest zatem nigdy nadmiernie obiektywna, schematyzująca, abstrahująca. Wszystkie te trzy formy wzmoczonej pobudliwości współdziałają zazwyczaj ze sobą i tworzą postawę twórczą wielopłaszczyznową i wielopoziomową. Do twórców, którzy łączyli w sobie te trzy rodzaje wzmoczonej pobudliwości należą między innymi: Sokrates, Michał Anioł, Pascal, Szekspir, Kierkegaard, Wittgenstein oraz większość egzystencjalistów.

Przejdźmy teraz do zanalizowania niektórych zespołów psychonerwicowych w ich związku z twórczością, czyli do próby przeanalizowania związków między wybitnymi uzdolnieniami i twórczością a zespołami psychonerwicowymi: lękowymi, depresyjnymi i obsesyjnymi.

Jakie znaczenie twórcze może mieć lęk? Na wstępie trzeba zaznaczyć, że głównym punktem wyjścia tej analizy będzie wielopoziomowość lęku. Lęki związane z tendencją do zeszywnienia, z nadmiernym działaniem instynktu samozachowawczego czy przybierające postać fobii mają znikomy związek z wysokim poziomem twórczości. Są to lęki przed najprostszymi konkretami, przed zdarzeniami zewnętrznymi, przed naruszeniem potrzeb samozachowawczych, przed utratą znaczenia czy utratą dóbr materialnych. Ścisły natomiast związek z twórczością mają stany lękowe o nastawieniu altruistycznym, a więc lęk o innych, lęk egzystencjalny, lęk o losy społeczeństwa czy świata, lęk o trwanie wyjątkowych, niepowtarzalnych związków uczuciowych, lęk przed możliwością przyjscia lęku itp. Jest to lęk wywołany jakby sprzecznością między osiągniętą wrażliwością na wiele zjawisk

zewnątrznych i wewnętrznych a trudnym do wytlumaczenia sensem tej wrażliwości; między posiadaniem darem wnikania w trudne i zawite sprawy duchowe, w rozumienie "doli człowieka" a niemożnością zrozumienia jej sensu i niemożnością przyjscia z pomocą w przezwycięzeniu najbardziej trudnych jej dynamizmów. Takie lęki mogą trwać miesiącami i latami, żłobiąc najgłębszy pesymizm lub przekształcając się w niezrównoważone oczekiwanie na zdarzenia, które ten lęk mogą zmniejszyć lub usunąć. Są to także lęki egzystencjalne, przy których traci się często przekonanie, że są one rozwojowe i że mogą spowodować jakiś kontakt z rzeczywistością wyższego poziomu.

Dążenie do rzeczywistości wyższego poziomu może być wyrazem potrzeby znalezienia najgłębszych, całościowych odpowiedzi na podstawowe pytania egzystencjalne. Może być też wyrazem świadomych lęków związanych z poszukiwaniem wyrazu dla rosnącej wrażliwości i talentów w różnych dziedzinach sztuki, gwałtownego zwiększenia tej wrażliwości i coraz głębszego rozumienia piękna.

I znów wróćmy do niektórych przykładów: Soren Kierkegaard przeżywał początkowo lęki związane z poczuciem niższości, z obawami o ojca, z próbą, ale zarazem z niemożnością zrozumienia go, lęki przed własną niewydolnością psychiczną i fizyczną, lęki związane z niezrozumieniem przez otoczenie i z trudnością znalezienia własnej drogi rozwoju. Potem pojawiły się lęki dotyczące właściwego lub niewłaściwego rozumienia problemów podstawowych filozofii i moralności, lęki o to, czy zdoła przejść od poziomów niższych ustosunkowania się do rzeczywistości myślowej do jej poziomów wyższych, do rozumienia istoty stosunku Boga do

ludzi. Soren Kierkegaard ostatecznie wcielił lęk do własnego rozwoju. Swój rozwój widział w ścisłym, niemal organicznym związku z lękiem. Lęk i depresję traktował po pewnym czasie jak przyjaciół. Bojaźń i drzenie zawierały elementy drażniące i przygnębiające, a jednocześnie pobudzające i odkrywcz. Rozwijały jego psychiczne środowisko wewnętrzne, tak że problemy śmierci i nieśmiertelności stały się dla niego ważnymi kwestiami do rozwiązania, "kategorycznymi" imperatywami jego własnej egzystencji.

Podobne przeżycia poruszały Miguela de Unamuno. Najbardziej fascynujący i pociągający, a zarazem nękający był dla niego problem śmierci. Unamuno uważał, że nie ma życia autentycznie ludzkiego bez myślowego i przeżyciowego przejścia przez śmierć. Sądził on, że ludzi trzeba uczyć stykania się ze śmiercią.

Franz Kafka przeżywał lęki przed anonimowością, lęki przed automatyzmem, lęki przed poddaniem się uczuciom miłości, lęki przed samym sobą, gdyż odkrywał w sobie i w istotach ludzkich coś zwierzęcego niemal owadziego. Przeżywał siebie i innych jako insekty, które nic nie znaczą, które są powodowane niezrozumiałymi odruchami i automatyzmami. Miał lęk przed tkwiącymi w człowieku siłami unicestwiającymi jego człowieczeństwo.

Gerard de Nerval przeżywał intensywne lęki o charakterze ambiwalentnym (często także hierarchicznym) wobec niemożności sprawdzenia, udokumentowania tego wszystkiego, czego doświadczał w przeczuciach, przeżyciach parapsychicznych czy nawet astralnych. Te stany napięcia związane z jakąś parapsychiczną determinacją spowodowały jego samobójstwo.

Michał Anioł, przy jego dumie twórczej, napięciach twórczych i zamiarach zmiany rzeczywistości naturalnej w sztukę - odchodził, w miarę zbliżania się do śmierci, od sztuki, niszczył niektóre swoje dzieła, zamknął się w swoim mieszkaniu. Miał przed sobą symbol śmierci czaszkę. Ograniczył maksymalnie swoje potrzeby. Pogrążył się w ascezie, w medytacji, kontemplacji, odsuwając się zupełnie od spraw życia. Przeżywał rozdarcia, wzloty "ku górze" i równocześnie miał poczucie braku rezultatów tych uwzniośleń.

Van Gogh przeżywał lęki nie tylko egzystencjalne, ale także przed niemożnością znalezienia wyrazu malarskiego dla swoich przeżyć.

Były to lęki agonalne związane z poczuciem opuszczenia, osamotnienia i daremnego szukania pomocy w osiągnięciu tego poziomu twórczości, jakiego pragnął. Cierpiał z powodu silnych stanów depresyjnych.

Przejdźmy do analizy wzajemnego stosunku wybitnych uzdolnień i twórczości oraz stanów depresyjnych. Depresje mogą być wyrazem dość ciężkich zmian biologicznych, a nawet ściśle organicznych; ale w większości przypadków psychoneurotycznych, przejawiających wysoki poziom rozwoju. Depresja jest jakby półświadomą lub świadomą oceną własnych braków, własnych niewystarczających osiągnięć, choćby te osiągnięcia były w rzeczywistości bardzo wysokie. Jest to jakby przejście od fazy twórczości do fazy zimnej, choć bolesnej oceny, fazy samokrytycyzmu, oczyszczania swojej twórczości, swoich przeżyć z braków. Tak postępował Kierkegaard, a także młodziutka Joanna d'Arc. Takie odczuwanie depresji występuje u większości ludzi dążących do doskonałości. Jeden z moich pacjentów napisał w swojej biografii: "Po wielu

latach przeżywania depresji stała mi się ona bardzo bliska.

Przedtem, zanim rozumiałem jej pozytywne znaczenie, byłem przekonany, że jest ona przeszkodą w moim twórczym życiu, że upośledza mój rozwój. Potem dopiero rozumiałem, że jest ona niezbędna, że jest jakby siem duchowym, przez które odpływa wszystko to, co nie wypracowane, nie dokończone, mało świadome, mało rozwojowe i twórcze". Inny pacjent odmalował swoje stany jeszcze bardziej dosadnie: "Wszystko, co brudne we mnie, spływa z depresją; jest ona jakby filtrem psychicznego rozwoju".

Zwróćmy jeszcze uwagę na zagadnienie związku obsesji z uzdolnieniami i twórczością. Możemy zaryzykować twierdzenie, że nie ma wielkich działań autentycznie ludzkich bez obsesji.

Przejawiali je wszyscy lub niemal wszyscy bohaterowie ludzkości.

Obsesję rozwojową miał Sokrates, Mahatma Gandhi, Abraham Lincoln, Martin Luter King, Joanna d'Arc i setki tysięcy innych. Obsesje mają wszyscy ludzie dążący autentycznie do doskonałości.

Wspomniany Otto Weininger w swoim powiedzeniu: "Samobójstwo, szubienica, albo cel większy i dostojniejszy aniżeli możliwy do osiągnięcia przez kogokolwiek", wyrażał silną obsesję. A Joanna d'Arc obsesyjnie realizowała swój cel - obronę ojczyzny. Z pełną determinacją poddała się śmierci na stosie. Clifford W. Beers z obsesją graniczącą z natchnieniem, będąc w szpitalu dla umysłowo chorych, opracowywał swoje projekty ulżenia doli chorych psychicznie. Wielu pisarzy, wielu poetów, wielu uczonych dniami i nocami pracuje nad rozwinięciem swoich myśli i udokumentowaniem swoich hipotez.

Wspomniałem już wiele razy o stosunku między dezintegracją a

doskonaleniem. Jan Władysław Dawid powtarzał wielokrotnie, że dla rozwoju wewnętrznego trzeba nieraz odejść od swoich dotychczasowych zainteresowań, sławy, a nawet własnej twórczości. Abraham Lincoln tak udoskonił swoją postawę wobec innych, że zawsze najpierw przeanalizował głęboko zarzuty przeciwników, przedstawiał je w sposób lepszy, aniżeli mógł je przedstawić jego przeciwnik, a dopiero potem próbował przeciwstawić się tym argumentom. Święty Paweł podejmował olbrzymie wysiłki, aby złamać barierę między chęciami, przekonaniem, postawami pozytywnymi a ich realizacją.

Zasadnicze różnice między poszczególnymi poziomami wysiłków rozwojowych zogniskowane są głównie w różnicach między dezintegracją jednopoziomową i wielopoziomową. Obok różnic ogólnych, zawartych w nazwie: jednopoziomowa i warstwowa, są to: mała dowolność przebiegu procesu dezintegracji - w pierwszej i znaczny udział czynnika świadomości i woli - w drugiej; słaba tendencja do przetwarzania środowiska wewnętrznego - w pierwszej i znacznie mocniejsza tendencja - w drugiej; przewaga poczucia niższości, winy, wstydu w stosunku do środowiska zewnętrznego - w pierwszej i znaczna przewaga poczucia niższości w stosunku do własnego środowiska wewnętrznego - w drugiej; tendencja do konfliktów zewnętrznych - w pierwszej i do konfliktów wewnętrznych - w drugiej; tendencja do osiągania coraz wyższych hierarchicznie celów aż do ideału osobowości, przewaga cząstkowej dezintegracji - w pierwszej oraz dezintegracji globalnej - w drugiej.

W ujęciu jeszcze ogólniejszym, niejako w sylabusie różnic poziomów w rozwoju, moglibyśmy przykładowo dać następujący schemat:

rozwój albo doskonalenie się człowieka wyrażałyby się w przejściach od czynności prymitywnych do bardziej złożonych; od popędów prymitywnych do popędów istotnie ludzkich, takich jak: twórczy i poznawczy, doskonalenia się; od czynności automatycznych do dowolnych; od czynności arefleksyjnych do refleksyjnych; od poddawania się tresurze i wychowaniu do samowychowania i autopsychoterapii; od struktur nie zróżnicowanych do zróżnicowanych; od działań pod wpływem bodźców zewnętrznych do działań pod wpływem bodźców wewnętrznych; od czynności zależnych od różnych okoliczności do postaw autentycznych; od przystosowania się do codziennych warunków do dążności do ich przekraczania; od jaspersowskiej "normy dnia" i "pasji dnia" do "normy nocy" i "pasji nocy"; od postawy kłamstwa do postawy prawdy; od odwagi brutalnej do odwagi autentycznej.

Oczywiście te przykłady nie wyczerpują nawet w części zasadniczych różnic między niższymi i wyższymi poziomami w rozwoju.

3. Psychiczne środowisko wewnętrzne i jego główne dynamizmy

Przejście od przewagi bodźców zewnętrznych do przewagi bodźców wewnętrznych

Jak już wspomniałem, życie zwierzęcia jest raczej nastawione na świat zewnętrzny, na bodźce zewnętrzne. Nie wydaje się, aby zwierzęta, nawet z grupy naczelnych, rozumiały, co to są bodźce wewnętrzne, a tym bardziej, co to są zawiązki środowiska wewnętrznego. Orientacja na świat zewnętrzny służy zwierzęciu do ustrzeżenia się przed niebezpieczeństwem, do przystosowywania się

do zmiennych warunków otoczenia, do realizacji wszystkich najważniejszych tendencji instynktownych i popędów: samozachowawczego, stadnego, agresji itd. Obserwując zachowania wyższych przedstawicieli świata zwierzęcego, takich jak małpa, kot czy pies, widzimy, że poza okresami choroby, zmęczenia, snu cała ich aktywność psychiczna skierowana jest "na zewnątrz", na to, co się wokół nich dzieje, na "ruchy" świata zewnętrznego. Oczy kota, uszy psa, zwinność małpy skierowane są na zmiany w świecie zewnętrznym; na to, co się w nim dzieje, przed czym należy uciekać, na to, co potrzebne jest do zaspokojenia najprymitywniejszych potrzeb głodu i agresji.

W świecie zwierzęcym, jak się zdaje, przeważają ośrodki podkorowe i niższe korowe, które kontrolują czynności podstawowe zachowania życia i utrzymania gatunku. Dopiero u człowieka, a zwłaszcza człowieka o wysokim poziomie ogólnego rozwoju kulturalnego, zmienia się stosunek do świata zewnętrznego na korzyść bodźców wewnętrznych i świata wewnętrznego. Zwierzę dość nieomylnie zaspokaja podstawowe popędy. Jego inteligencja jest niejako zamknięta w strukturze danego popędu; jest to inteligencja popędu - jakieś specyficzne zjednoczenie, utożsamienie struktury. Zwierzę nie przejawia inteligencji jako osobnego, wyraźnie samodzielnego motoru działania. Inaczej jest z człowiekiem. W jego aktywności pojawia się zastanowienie, namysł, wahanie, przygotowywanie planu, projektowanie itd. To, że w umyśle człowieka powstają plany zmian rzeczywistości, plany budowy i upiększenia domu czy projekty natury moralnej, wypływa właśnie z funkcji zastanawiania się, z przewagi bodźców wewnętrznych, ze sprzężonej pracy myślowej, z

medytacji i kontemplacji.

To, co mówiłem o jaspersowskiej "pasji nocy" ("normie nocy") oraz o "normie dnia", ma pewne zastosowanie w analizie różnic między postawą zwierzęcia i człowieka. Zwierzę jest całkowicie zaabsorbowane regułami dnia, a noc przeznaczona na sen i wypoczynek. Człowiek znajduje swoją "normę nocy" w swojej samotności, w rozmyśleniach, niepokojach, projektach, medytacjach, retrospekcjach, ożywianiu pamięci afektywnej itd. Nawet poza nocą (bez przenośni), a więc w czasie dnia, człowiek rozwija takie warunki myślowe, do jakich dochodzi w rzeczywistej nocy, w samotności. Zaczyna rozmyślać, przerywa czynności nastawione na świat zewnętrzny, szuka relaksacji psychicznej. Czyta poezję, dramaty, chodzi do teatru, na koncerty, odrywając się całkowicie lub prawie całkowicie od śledzenia zdarzeń w świecie zewnętrznym. Ta zasadnicza różnica wyraża rewolucyjną przemianę postawy człowieka, jej ewolucję od zainteresowania się światem zewnętrznym do zainteresowania własnym światem wewnętrznym.

Od tysięcy znane są ludzkie potrzeby rozmyślenia, filozofowania, które wiążą się z potrzebą samotności, potrzebą wewnętrznego skupienia się. Jest to niejako odwracanie się od świata zewnętrznego, by skupić się na świecie wewnętrznym. Wielu filozofów, ascetów, magów, świętych wiele lat, a nawet całe życie poświęcało skupieniu się na przeżyciach wewnętrznych, na obserwacji siebie i tego, co dzieje się w ich własnej psychice. Koncentrowali się oni na wyobrażonych lub rzeczywistych przedmiotach, które w medytacji, kontemplacji i ekstazie były postrzegane i przeżywane. Przeżywali stany zdziwienia w stosunku

do siebie i otoczenia, zaniepokojenia sobą i otoczeniem, stany nieprzystosowania do świata zewnętrznego, a częściowo i wewnętrznego, stany oddalenia się od codziennej rzeczywistości.

Potem następował powrót do świata zewnętrznego. Ale już z pogłębionym poglądem na ten świat, z pogłębionym programem pracy w świecie zewnętrznym, z potrzebą realizacji wszystkiego, co się uzyskało w uspokojeniu wewnętrznym, w skupieniu na sobie i na bodźcach wewnętrznych, z dążeniem do "tego, co być powinno" - w odróżnieniu od tego, co jest.

Nie tylko ludzie specjalnie uzdolnieni lub przygotowani do filozofowania, medytacji, kontemplacji i ascezy, lecz każdy człowiek ma potrzebę przerwy w normalnej aktywności, potrzebę odseparowania się na pewien czas od spraw codziennych, żeby się uspokoić i pomyśleć. Każdy człowiek ma potrzebę zamknięcia się przed zbyt hałaśliwym i zbyt natarczywym światem zewnętrznym.

Ludzie pracujący umysłowo, ludzie interesu, ludzie polityki, odznaczający się pewnym bogactwem psychicznym wyjeżdżają po pracy na odpoczynek do lasu, nad jeziora, w góry, nad morze, aby popatrzeć bezinteresownie na otwarte przestrzenie - na niebo, od którego nie odgradzają wieżowce, kamienice czy cztery ściany pokoju. Jest zatem w naturze człowieka potrzeba czynienia przerwy w codziennych czynnościach życiowych, potrzeba separacji od nadmiaru bodźców zewnętrznych, potrzeba uciszenia się, uspokojenia, a przede wszystkim potrzeba poddania się choćby niewyraźnym, nie sprecyzowanym bodźcom wewnętrznym.

W środowisku psychologów narasta protest przeciw jednopoziomowej psychologii behawiorystycznej (bodźców-reakcji), która nie

uwzględnia procesu głębokiego przetwarzania w psychice człowieka poszczególnych bodźców (lub ich zespołów) w "inną rzeczywistość", w "nową rzecz w świecie". Ta nowa rzecz to właśnie świat bodźców wewnętrznych. Człowiek jako istota mózgowa, a właściwie korowa czy nawet - istota frontalna (frontalne partie kory), potrafi myśleć i działać bez bodźców zewnętrznych. Jeżeli nawet te bodźce są potrzebne, to służą jedynie jako pobudzenie do głębokiej pracy wewnętrznej opartej na pamięci intelektualnej i afektywnej, na introspekcji, na przeróbce wewnątrzpsychicznej, na twórczych projektach, na pomysłach wyobraźni i fantazji, na osobistych i cudzych przemyśleniach, medytacjach, analizach, kontemplacji itd. Wielcy pisarze, wielcy twórcy sztuki odbierając pewne bodźce z obserwacji świata zewnętrznego i impulsy własnych doświadczeń życiowych, przetwarzają je tak, że w nowym tworze ślady oddziaływania świata zewnętrznego są ledwie dostrzegalne. A całość dzieł jest wytworem ich samych, wytworem gradu świadomości i pomysłów twórczych. Tutaj tkwi zasadnicza różnica między naśladowaniem świata zewnętrznego, naśladowaniem natury a tworamii prawdziwie artystycznymi, opartymi na pomysłach zrodzonych w świecie wewnętrznym, w wyobraźni, w fantazji. Istnieją zatem niejako trzy rodzaje aktywności: pierwszy sprowadza się do ciągłego reagowania na bodźce zewnętrzne; drugi polega na tym, że bodźce zewnętrzne wyzwalają działanie bodźców wewnętrznych, co prowadzi do tworzenia nowej, przetworzonej rzeczywistości i przenoszenia jej z powrotem do świata zewnętrznego; trzeci dotyczy zasadniczej przewagi życia wewnętrznego nad zewnętrznym, przeniesienia punktu ciężkości na

"normę wewnętrzną". Przy jej udziale dopiero przenosi się najgłębsze, najbardziej twórcze pomysły zrodzone w psychice człowieka do świata zewnętrznego. Ten ostatni rodzaj aktywności odgrywa zasadniczą rolę w powolnym przetwarzaniu tego świata, w powolnym wprowadzaniu do niego sztuki, poezji, filozofii oraz w tworzeniu "nowej rzeczywistości", która jest rozleglejsza i znacznie wyrasta ponad rzeczywistość "zastaną".

Pojęcie i struktura psychicznego środowiska wewnętrznego

Termin "środowisko wewnętrzne" znany jest od wielu lat w fizjologii, neurofizjologii i biologii. Natomiast termin "psychiczne środowisko wewnętrzne" jest związany z teorią dezintegracji pozytywnej, z przewagą aktywności wewnętrznej, bodźców wewnętrznych nad zewnętrznymi. Jest to termin analogiczny do terminu "środowisko zewnętrzne", z tą różnicą, że tu środowisko jest właśnie wewnętrzne. Jak można zdefiniować psychiczne środowisko wewnętrzne? Definicja niezupełnie ścisła (ale wydaje się, że dość ścisła), ujęta opisowo, byłaby następująca: psychiczne środowisko wewnętrzne jest strukturą różnorodnych dynamizmów psychicznych występujących na różnych poziomach rozwoju osobowego, pozostających w okresowej harmonii, a przede wszystkim w konfliktach jednopoziomowych i wielopoziomowych. Jest to środowisko, w którym rozgrywa się dramat wewnętrzny człowieka dążącego przez napięcia, konflikty, retrospekcje i prospekcje ku osobowości i jej ideałom, a zatem coraz wyższej hierarchii wartości i celów.

W psychicznym środowisku wewnętrznym pod wpływem bodźców zewnętrznych (lub nawet bez ich udziału) powstają wszystkie zjawiska rozwojowe, twórcze, a także zjawiska patologiczne, świadome, półświadome oraz takie, jak np. entuzjazm, depresja, tendencje samobójcze, dążenia twórcze, nerwice i psychonerwice. Uwzględniając problematykę rozwoju, funkcje uczuciowe i popędowe oraz zagadnienia wartości moglibyśmy - zgodnie z teorią dezintegracji pozytywnej - umieścić wszystkie zjawiska, wszelkie dynamizmy psychicznego środowiska wewnętrznego na pięciu poziomach rozwojowych.

Pierwszy poziom pozostaje raczej poza granicami psychicznego środowiska wewnętrznego, a wymieniam go tylko jako punkt wyjściowy dla rozwoju wyższych poziomów. Ten pierwszy poziom przedstawia strukturę zintegrowaną na niskim szczeblu, psychopatyczną lub na granicy między normą statystyczną a psychopatią. Osobnicy, których charakteryzuje ten poziom cechują się sztywną, wąską strukturą psychiczną, wyrażającą prymitywne popędy z podporządkowaną im inteligencją. Są to jednostki o silnych prymitywnych popędach, o silnych ambicjach, często inteligentne, ale bez konfliktów wewnętrznych, bez empatii, niezdolne do dezintegracji twórczej. Na drugim poziomie (na szczeblu dezintegracji jednopoziomowej) mamy do czynienia z silniejszym albo słabszym rozluźnieniem struktury psychicznej, a więc z faktem pojawienia się psychicznego środowiska wewnętrznego. Jest to teren "psychologizacji" jednostki, teren silnych uwrażliwień i drażliwości, teren dysharmonii, ambiwalencji i ambitendencji, teren "nierównowagi" psychicznej. Na tym poziomie nie obserwujemy działania wartości

hierarchicznych i bodźców wielopoziomowych. Dlatego przy dużym zachwianiu równowagi, przy drażliwości i braku hierarchizacji obserwujemy sprzeczne działania impulsów, nastrojów depresji lub pobudzenia. Na tym poziomie nie ma podstaw do działania wyraźnie rozwojowego, harmonijnego, perspektywnego. Przyczyną tego jest brak kanalizacji energii "ku górze", w związku z brakiem wielopoziomowych funkcji uczuciowych i popędowych oraz brakiem hierarchii wartości. Osobnik na tym poziomie staje się zbyt wrażliwy, aby łatwo cofnąć się na niższy poziom, tzn. na poziom prymitywnej integracji, ale jednocześnie nie ma dostatecznych danych, by rozumieć hierarchię wartości, brak mu możliwości kanalizowania "ku górze". Na tym poziomie mamy do czynienia z najcięższymi zaburzeniami psychicznymi, z psychozami, z napięciami nie do opanowania, stającymi się przyczyną samobójstwa i chorób psychicznych. Jest to poziom najcięższych doznań, ze zbyt małymi możliwościami retrospekcji, prospekcji, a co za tym idzie - rozwoju psychicznego.

Trzeci poziom (zwany poziomem dezintegracji wielopoziomowej spontanicznej) wyraża zasadniczy skok rozwojowy ku osobowości. Cechuje się on zrozumieniem i umiejętnością przeżywania wielopoziomowości uczuć i popędów, a więc wielopoziomowości wartości. Ta forma zrozumienia i przeżycia wartości jest źródłem najsilniejszych impulsów rozwojowych, fazą rzeczywistego uczłowieczenia funkcji psychicznych. Zrozumienie i przeżycie hierarchii wartości jako czegoś nieodzownego, ludzkiego, jedyne, pełnego nadziei i nadającego sens życiu ludzkiemu buduje "nową rzecz w świecie". Tej fazy rozwoju nie zdobywa się łatwo.

Poprzedzają ją pewne elementy szukania trudnych rozwiązań w "nocy duszy", w wahaniach, napięciach, obsesjach, lęku, depresji itd.

Właśnie wtedy coraz bardziej uświadamiana hierarchia wartości staje się na tym poziomie zasadniczym bodźcem rozwoju. Jeden z moich pacjentów tak opisał ten stan: "W ostatnich latach zacząłem przeżywać jakby olśnienia, wywołane nie werbalnym, ale przeżyciowym zrozumieniem, co to jest hierarchia wartości, co to są możliwości psychicznego rozwoju, co to jest ucłowieczenie przez rozwój, co to jest konflikt wewnętrzny, co to jest walka między niższym i wyższym. Te kilka lat to jest chyba okres najpiękniejszy i najbardziej płodny w moim życiu".

Dynamizmy charakteryzujące ten poziom rozwoju to: zdziwienie w stosunku do samego siebie i otoczenia, zaniepokojenie sobą i otoczeniem, niezadowolenie z siebie, poczucie niższości w stosunku do samego siebie, poczucie wstydu i winy, nieprzystosowanie pozytywne, instynkt twórczy. Jak już wspomniałem, na tym poziomie rozwoju osobowego rozgrywa się autentyczny dramat człowieka.

Jednostka, choć uwikłana we własną wzmożoną pobudliwość sensualną, psychoruchową, uczuciową, intelektualną wyobraźni, uwikłana w nieprzystosowanie pozytywne, psychonerwice lękowe, depresyjne, obsesyjne, w napięcia niekiedy nie do zniesienia - dysponuje jednak wielkim dynamizmem rozwojowo-obronnym, mianowicie "kanalizacją ku górze", a więc możliwością rozwoju, nawet przyspieszonego, który dokonuje się poprzez bardzo wiele zwątpień, tragedii wewnętrznych, a nawet agonii psychicznych.

Czwarty poziom rozwoju (poziom dezintegracji wielopoziomowej, zorganizowanej, usystematyzowanej) jest znacznie "spokojniejszy".

Dezintegracja ma tu formę wypracowaną, nie tylko spontaniczną. Jest kontrolowana z udziałem coraz wyraźniejszej hierarchizacji wartości i celów. Do najważniejszych dynamizmów tego poziomu należą: "przedmiot-podmiot" w sobie, czynnik trzeci, empatia. Wzmacnia się proces utożsamiania się z sobą i innymi, świadomość i samoświadomość na wysokim poziomie. Rozwija się dynamizm samowychowania i autopsychoterapii. Psychiczne środowisko wewnętrzne na tym poziomie jest uporządkowane, rozplanowane, zhierarchizowane, kontrolowane z udziałem retrospekcji i prospekcji. Konflikty, stany lękowe, depresyjne i obsesyjne występują nadal, ale są podporządkowane osobowości i jej ideałowi. Zaczyna wytwarzać się harmonia między wyraźnymi zawiązkami tzw. esencji indywidualnej i esencji społecznej (powszechnej). Indywidualność jednostki rysuje się już wyraźnie. Prawie równie wyraźnie zarysowuje się konkretny ideał osobowości. Siły psychiczne osiągają wysoki poziom. Najwyższe popędy są zhierarchizowane przy prawie całkowitym wyeliminowaniu ich niższych poziomów. Ta faza, mimo nazwy "dezintegracja wielopoziomowa zorganizowana, usystematyzowana", odznacza się mieszanym działaniem dynamizmów dezintegracyjnych i integracyjnych. Działają tutaj zarówno integracja wtórna cząstkowa, jak i dynamizmy integracji globalnej. W tym zjawisku współpracy między dynamizmami dezintegracyjnymi a integracyjnymi należy szukać źródeł znacznej harmonii, spokoju, równowagi na wyższym poziomie.

Przejdźmy wreszcie do charakterystyki piątego, najwyższego poziomu rozwoju psychicznego środowiska wewnętrznego, do tzw. integracji

wtórnej globalnej. Polega ona na wytworzeniu harmonii wtórnej w wyniku przejścia przez wszystkie fazy dezintegracji pozytywnej. Głównymi jej dynamizmami są: dostępny badaniom empirycznym dynamizm autonomii, autentyzmu, najwyższy poziom świadomości i samoświadomości, najwyższy poziom empatii oraz przede wszystkim - dynamizm ideału osobowości. Nabiera on cech wyraźnie konkretnych. Przy braku napięcia innych dynamizmów (utożsamiających się z osobowością), on jeden ma duże napięcie, dużą dynamikę i działa jako najsilniejszy czynnik tego poziomu. Jest to poziom skonkretyzowania i wyklarowania esencji indywidualnej i esencji społecznej.

Taki ideał i tak wysublimowany zespół celów można nazwać ideałem empirycznym. Nie jest on bowiem żadną mrzonką czy tylko konstrukcją filozoficzną, ale jest dostępny doświadczeniu, konkretny, działa w naszym życiu codziennym. Na poziomie integracji wtórnej on jeden objawia wyosobnione napięcie, odrębną działalność, podczas gdy inne dynamizmy, utożsamiając się ze strukturą osobowości, słabną w swym izolowanym napięciu.

Opis wybranych dynamizmów psychicznego środowiska wewnętrznego

Przejdźmy obecnie do opisu niektórych najważniejszych - jak sądzę - dynamizmów psychicznego środowiska wewnętrznego, wybranych ze wszystkich opisanych poziomów rozwoju osobowego.

Zacznijmy od opisu dynamizmów drugiego poziomu (dezintegracji jednopoziomowej): ambiwalencji i ambibendencji. Oba te dynamizmy cechuje zmienne działanie ocen, poczuc i impulsów. Ponieważ są one

jednopoziomowe, ponieważ wartościowanie w życiu jednostki na tym poziomie jest zmienne, ponieważ jej nastroje są zmienne - występuje jednopoziomowa biegunowość w sądach, w ocenach, w działaniu jednostki, a przede wszystkim w jej nastrojach. Człowiek przechodzi wtedy bardzo łatwo od smutku do radości, od depresji do pobudzenia, od pozytywnej oceny danej osoby do jej oceny negatywnej, od działania do apatii, od entuzjazmu do obniżania i negowania wartości innych osób. Już wskazywałem poprzednio, że jest to skutek braku podstawowego wymiaru przeżycia, mianowicie hierarchii wartości, i możliwości kanalizacji swoich tendencji "ku górze" i "ku dołowi". Stąd napięcia, zmienność nastrojów, stąd wybuchowość i apatia, tendencje samobójcze i częste schorzenia psychiczne.

Zwróćmy teraz uwagę na trzy dynamizmy poziomu dezintegracji wielopoziomowej spontanicznej: zaniepokojenie sobą i otoczeniem, poczucie niższości w stosunku do samego siebie oraz nieprzystosowanie pozytywne. Zaniepokojenie sobą i otoczeniem pozostają w pewnym związku z dynamizmem zdziwienia w stosunku do siebie i otoczenia, z tą różnicą, że silniejszy jest tu komponent uczuciowy. Zaniepokojenie sobą i otoczeniem jest wywołane bardziej lub mniej wyraźnym rozbiciem wielopoziomowym psychicznego środowiska wewnętrznego. Jednostka spostrzega w swoim psychicznym środowisku wewnętrznym coś, co ją często niepokoi, coś, co wywołuje w niej zdziwienie i niechęć, coś, czego się nie spodziewała, co ją nurtuje i wymaga przetworzenia. Zaniepokojenie sobą niewiele ma wspólnego z tzw. niepokojem o siebie. Pierwsze jest wyrazem instynktu poznawczego i instynktu doskonalenia się,

wyrazem rozluźnienia i rozbicia warstwicowego, wyrazem zagadkowej dążności do przekształceń wewnątrzpsychicznych. Druga postać zaniepokojenia wyraża potrzebę ochrony samego siebie, wyraża instynkt samozachowawczy, postawę jednopoziomową. Zaniepokojenie sobą jest jednym z elementów rozwoju czynnika trzeciego, a więc czynnika selektywnego w stosunku do różnego poziomu wartości w środowisku wewnętrznym i zewnętrznym.

Dynamizm poczucia niższości wobec samego siebie również wyraża zaniepokojenie. Ale jest to zaniepokojenie specjalnego typu, związane ze świadomością zstępowania i wstępowania na różne poziomy wartości. Człowiek na tym poziomie rozwoju dostrzega, że wstępowanie jest rzadkie, trwa zbyt krótko, jest niedostateczne, a zstępowanie - częste, długotrwałe, silne i wciąż jeszcze prymitywne. Jest to zatem poczucie dynamizującego się dystansu między wyższym poziomem, do którego się sięgało; a niższym, do którego się wraca. Jest to poczucie dystansu między jednostką a jej ideałami. Jest to poczucie słabej i niedostatecznie wyraźnej siły realizacji hierarchii wartości. Poczucie niższości w stosunku do samego siebie jest zgoła czymś innym aniżeli poczucie niższości w stosunku do otoczenia. To drugie, opisane i usystematyzowane przez Alfreda Adlera* (*A.Adler: Über Minderwertigkeit von Organen. Wien 1924) wiąże się z postawą agresywną, często z postawą niechęci do otoczenia na skutek poczucia niższości fizycznej i psychicznej oraz z dążnością do kompensacji. Poczucie niższości w stosunku do świata zewnętrznego występuje zarówno w negatywnym, jak i pozytywnym ustosunkowaniu się do otoczenia, ale - zazwyczaj - nie bierze udziału w tworzeniu psychicznego środowiska

wewnętrznego. Poczucie niższości w stosunku do otoczenia tylko wówczas może odgrywać konstruktywną rolę w budowie psychicznego środowiska wewnętrznego, jeżeli zawiera potencjał rozwojowy, a więc pewne elementy wyższego poziomu wzmożonej pobudliwości emocjonalnej, wyobraźni intelektualnej, które pozwalają na pobudzenie sił psychicznego środowiska wewnętrznego. Te czynniki sprzyjają kształtowaniu się postawy analitycznej, refleksyjnej, introwertywnej.

Jeżeli chodzi o poczucie niższości w stosunku do samego siebie, to w jego strukturze zawiera się właśnie wzmożona pobudliwość: afektywna, intelektualna, wyobraźni, tkwi w nim tendencja do introwersji oraz do osiągnięcia przewagi bodźców wewnętrznych nad zewnętrznymi i do przekształceń wewnątrzpsychicznych. Stąd tak duże znaczenie tego dynamizmu w rozwoju człowieka.

Przejdźmy z kolei do opisu dynamizmu nie przystosowania pozytywnego. Jak już wspomniałem, dotychczas w psychologii, w pedagogice i w psychopatologii panowało przekonanie; że przystosowanie na ogół jest czymś prawidłowym, pozytywnie rozwojowym, że stanowi kryterium zdrowia psychicznego. A nieprzystosowanie jest czymś niewłaściwym, negatywnym, świadczącym o braku zdrowia psychicznego. Przy dokładniejszym przyjrzeniu się temu zagadnieniu okazuje się, że przystosowanie w każdych warunkach i na każdym poziomie świadczy o niedorozwoju uczuciowym i moralnym, że wyraża brak hierarchii wartości, że jest związane z postawą konformistyczną, że nie zawiera istotnych elementów pozytywnego rozwoju i elementów twórczych. Tylko pewne rodzaje, pewne poziomy przystosowania są wyrazem rozwoju. Są to te formy i

poziomy, które wyrażają przystosowanie do hierarchii wartości, do konkretnego ideału osobowości, do tego, co powinno być.

Rozpoznanie tego, co jest, częściowa tylko zgoda na to, co jest (co jest tylko aktualne, ale nie wyraża rozwoju), przy równoczesnym nieprzystosowaniu do wielu elementów tego, co jest, staje się treścią nieprzystosowania pozytywnego. Rozwijając się, a tym bardziej rozwijając się w sposób twórczy i przyspieszony, nie można się przystosować do wszystkich warunków zmieniającej się rzeczywistości. Pojęcie rozwoju zawiera: protest, bunt, niezadowolenie z wielu tzw. wartości, jak i dążność do przystosowania się do wyższej hierarchii wartości, do ideału. Nie można przystosować się do zbrodni, krzywdzenia i poniżania, kłamstwa, podstępu, zdrady i wielu innych tego typu zjawisk. Chodzi tu nie tylko o bierną dezaprobatę, ale o nieprzystosowanie czynne, o nieustanne przeciwstawianie się i walkę z tymi objawami upośledzenia moralnego. Tak więc nieprzystosowanie pozytywne jest jednym z naczelných elementów rozwoju osobowości. Oczywiście jest to równocześnie przystosowanie się do rzeczywistości wielopoziomowej, do konkretnego ideału.

Wszystkie jednostki rozwijające się cechuje właśnie ten dwuczłon, tzn. nieprzystosowanie się do niższego poziomu, a przystosowanie do wyższej hierarchii wartości.

Kolej teraz na omówienie paru dynamizmów czwartego poziomu rozwoju psychicznego środowiska wewnętrznego (poziomu dezintegracji wielopoziomowej, zorganizowanej i usystematyzowanej). Zajmiemy się tutaj przykładowo: dynamizmem "przedmiot-podmiot" w sobie, dynamizmem tzw. czynnika trzeciego oraz dynamizmem

autopsychoterapii.

Co to jest dynamizm "przedmiot-podmiot" w sobie? Jest to podstawowy dynamizm w rozwoju człowieka polegający na powolnym rozwoju stosunku do samego siebie, a raczej do swoich poziomów niższych, jako do przedmiotu. Chodzi o proces obiektywizowania siebie przez siebie, przez proces wyobrażania siebie niejako z zewnątrz, przedstawiania siebie jako kogoś obcego. Ten dynamizm i proces odgrywa zasadniczą rolę w przygotowaniu podstaw eliminacji niższych poziomów osobowości, niższych poziomów własnego zachowania i postępowania. Taka introwertyzacja i taka introspekcja niewiele mają wspólnego z introspekcją naukową, podejmowaną okresowo dla przeprowadzenia konkretnego doświadczenia naukowego, które zasadniczo nie ma wpływu na zachowanie i postępowanie człowieka. Dynamizm i proces "przedmiot-podmiot" w sobie wyrażają całościową życiową, intelektualną i przeżyciową postawę oraz metodę przekształcania siebie.

Oto przykład: jednostka, która ma dość rozwinięte wielopoziomowe psychiczne środowisko wewnętrzne, jest czujna w stosunku do siebie, nastawiona na baczną obserwację własnego zachowania i postępowania, swego stosunku do innych, jest nastawiona na obserwację własnego rozwoju. W czasie wykonywania tego czy innego zajęcia, przy analizie swojego postępowania, podczas medytacji rozważa z dużą dozą wrażliwości swoje aktualne i przeszłe postępowanie, próbuje penetrować najbardziej zawiłe elementy tego postępowania, korygować je i wprowadzać nowe elementy, które ją w jakiś sposób częściowo stabilizują na wyższym poziomie. Człowiek taki szybko spostrzega, że użył np. w stosunku do kogoś

niewłaściwego wyrażenia, że posunął się za daleko w swojej argumentacji, że przejawiał zbyt wielki egocentryzm w dyskusji, że właśnie załatwia jakąś sprawę, która może być niekorzystna dla drugiego. W tych warunkach przerywa on swoje czynności, analizuje możliwie głęboko aktualną sytuację, zmienia jej warunki, niejako zatrzymuje działanie, po czym podejmuje swą działalność na nowo, ale już w zmienionych warunkach wewnętrznych, a zatem i zewnętrznych, z korekturą swojego postępowania. Są to właśnie elementy dynamizmu i procesu "przedmiot-podmiot" w sobie. Samoobserwacja korektywna, świadomość, że może się popełniać błędy, wysoka czujność, aby nikogo psychicznie nie "potrącić", aby nikogo nie urazić, nie skrzywdzić i nie poniżyć - jest właśnie wyrazem przeżyciowej postawy dynamizmu "przedmiot-podmiot" w sobie. Im bardziej jesteśmy obiektywni w stosunku do siebie, i to obiektywni w sposób nie czysto intelektualny, ale także przeżyciowy, tym częściej podchodzimy do innych w sposób obiektywno-subiektywny. Obiektywizacja stosunku do samego siebie, siła i konsekwencja postawy "przedmiot-podmiot" w sobie są zatem odwrotnie proporcjonalne do subiektywizacji stosunku do innych. Subiektywizacja w tym znaczeniu to zdolność patrzenia na drugiego człowieka nie jak na rzecz, nie jak na obiekt, ale jak na jednostkę żywą, indywidualną, bogatą, być może twórczą. Jak już wspomniałem, dynamizm i proces "przedmiot-podmiot" w sobie nie powstają nagle i nie są zjawiskiem izolowanym od innych dynamizmów i procesów. Wszystkie dynamizmy charakterystyczne dla trzeciego poziomu rozwoju psychicznego środowiska wewnętrznego, a więc dla poziomu dezintegracji wielopoziomowej spontanicznej,

zawierają już pewne elementy dynamizmu "przedmiot-podmiot" w sobie. Na przykład dynamizm poczucia niższości w stosunku do samego siebie zawiera wyraźne elementy niechętnego ustosunkowania się do pewnych poziomów i dynamizmów negatywnych, do niższego poziomu w sobie i pozytywne ustosunkowanie się do hierarchicznie wyższych elementów pozytywnych w sobie. Zawiera więc pewne elementy dynamizmu "przedmiot-podmiot" w sobie. To samo dotyczy dynamizmu pozytywnego nieprzystosowania się do siebie samego. Zawiera się w nim krytyka własnego postępowania, niezgodność z samym sobą, badanie siebie i wybiórcze ustosunkowanie się do własnych postaw pozytywnych i negatywnych. To samo odkryjemy w takich dynamizmach, jak zdziwienie w stosunku do samego siebie, niezadowolenie z siebie, poczucie wstydu i winy, a nawet w działaniach instynktu twórczego w jego elementach introwertywnych. Jakże można by wyróżnić elementy bliskie czy wspólne dla dynamizmu "przedmiot-podmiot" w sobie i niektórych dynamizmów tego samego lub wyższego poziomu? Spróbujmy krótko przeanalizować podobieństwa między dynamizmem "przedmiot-podmiot" w sobie oraz empatią i wysokim poziomem świadomości. Otóż, bez rozróżnienia i przeżycia przedmiotu w samym sobie, bez ustosunkowania się negatywnego i pozytywnego do siebie, nie można wykształcić empatii do innych. Wspominałem o tym analizując zależności między traktowaniem siebie jako przedmiotu a traktowaniem innych jako bogatych indywidualnie podmiotów, niejako "rzeczy samej w sobie". Rozumie się samo przez się, że wysoka świadomość siebie łączy się z potrzebą penetracji własnego środowiska wewnętrznego, własnych elementów negatywnych i pozytywnych, co stanowi przygotowanie do transformacji siebie.

Przejdźmy teraz do krótkiego opisu czynnika trzeciego. Jest to jeden z najważniejszych dynamizmów rozwoju osobowości: nazywamy go trzecim, bo obok niego i przed nim działa czynnik pierwszy, tzn. konstytucja, a więc czynniki dziedziczne, i czynnik drugi, tzn. wpływ otoczenia - zwłaszcza społecznego. Czynnik trzeci - autonomiczny, jest wypadkową wielu czynników działających na niższym czy równorzędnym z nim poziomie. Już na wspomnianym trzecim poziomie rozwoju psychicznego środowiska wewnętrznego, tzn. na poziomie dezintegracji wielopoziomowej spontanicznej, spotykamy wyraźne elementy działania czynnika trzeciego w takich dynamizmach, jak poczucie wstydu i winy, niezadowolenie z siebie, zaniepokojenie sobą czy popęd twórczy. Istnieje także duże podobieństwo niektórych elementów rozwojowych do dynamizmów tego samego poziomu co czynnik trzeci, takich jak dynamizm "przedmiot-podmiot" w sobie, samowychowanie i autopsychoterapia, wysoki poziom samoświadomości, empatia i utożsamienie się z sobą i innymi.

Czynnik trzeci to siła (zespół sił), która ustosunkowuje negatywnie i pozytywnie do siebie samego oraz negatywnie i pozytywnie do własnego otoczenia. Znaczy to, że człowiek ustosunkowuje się niechętnie i negatywnie do pewnych właściwości i form postępowania własnego, tych, które uważa za niższe, za niedorozwinięte, za ujemne dla rozwoju, oraz - pozytywnie do tych, które uważa za twórcze, oznaczające wyższy poziom rozwojowy. To samo zachodzi w stosunku do środowiska zewnętrznego, którego pewne wpływy jednostka odrzuca, a pewne przyjmuje. Jest to zatem postawa stałego wyboru we własnym środowisku wewnętrznym i w środowisku

zewnątrznym.

Czynnik trzeci jest niejako zbiorczą, syntetyczną formą wszystkich dynamizmów wyrażających autonomię jednostki, i to już od poziomu dezintegracji jednopoziomowej aż do poziomu czwartego, a więc dezintegracji wielopoziomowej, usystematyzowanej, zorganizowanej.

Z naukowego punktu widzenia trudno określić źródło powstawania i rozwoju tego czynnika. Jeżeli przyjmiemy tu zasadę ex nihilo nihil, to będziemy szukać zawsze źródła czynnika trzeciego w dziedziczności lub w otoczeniu. Jest to tendencja słuszna, ale nie dająca możliwości stwierdzenia, skąd się bierze czynnik trzeci.

Możemy tylko powiedzieć, że klinicznie jest on wyraźnie i definitywnie lokalizowany w miejscu i w czasie. Dysponujemy obserwacjami wielu przypadków

longitudinalnych, w których nie stwierdzamy nawet śladu czynnika trzeciego, i innych, w których stwierdzamy jego działanie w formie zawiązkowej. Niekiedy po paru latach obserwacji odkrywamy go bardzo wyraźnie, jasno, w jego istocie i w jego rozgałęzieniach. I to nam tymczasem wystarcza do potwierdzenia jego wielkiej, często decydującej roli w rozwoju człowieka. Powstawanie i rozwój czynnika trzeciego przypomina opinie niektórych myślicieli, że w skutkach mogą zawierać się liczniejsze i bogatsze elementy danego zjawiska aniżeli w przyczynie. Być może, nie dostrzegamy ich w przyczynie, ale wyraźnie widzimy je w rozwoju i skutkach.

Omówmy teraz krótko dynamizm autopsychoterapii. Autopsychoterapia jest, według teorii dezintegracji pozytywnej, związana ściśle z samowychowaniem. Jest to tylko pewna odmiana procesu samowychowawczego, dotycząca trudnych okresów życia wywołanych

przez działanie konfliktowych struktur i funkcji psychoneurotycznych. Nie zmienia to w niczym tezy, że ten dynamizm opiera się na świadomych przekształceniach wewnątrzpsychicznych w trudnych okresach rozwoju osobowego. Żeby celowo i rozumnie stosować autopsychoterapię, trzeba mieć już rozwinięte psychiczne środowisko wewnętrzne (co najmniej na średnim poziomie) z elementami wglądu w siebie, a więc z elementami dynamizmów trzeciego poziomu rozwoju, oraz z zawiązkami co najmniej procesu "przedmiot-podmiot" w sobie lub dynamizmów czynnika trzeciego. Według teorii dezintegracji pozytywnej autopsychoterapia jest jednym z najbardziej ważkich mechanizmów rozwoju człowieka. Psycholog i psychiatra odgrywają w tym procesie jedynie rolę czynnika pobudzającego, pomagającego, ale nie kierującego. Pomoc lekarza lub psychologa polega na szczegółowej, wszechstronnej diagnozie za pomocą metod neurologicznych, psychologicznych, społecznych, pedagogicznych ujętych wielopłaszczyznowo i wielopoziomowo. W szczegóły takiej diagnozy wprowadza się pacjenta przedstawiając mu dokładnie wszystkie jej elementy stwierdzające pewne ujemne strony rozwoju, a z drugiej strony - wszystkie elementy pozytywne; wszelkie elementy bogactwa psychicznego i twórczości, sprzęgnięte z trudnościami i procesami tzw. psychopatologicznymi, a głównie ze wzmożoną pobudliwością i objawami nerwicowymi i psychonerwicowymi. Ta szczegółowa analiza związków między "patologią" i twórczością oraz bogactwem psychicznym daje lekarzowi lub psychologowi, głównie zaś pacjentowi, podstawowe elementy zarówno intelektualne, jak i przeżyciowe niezbędne do ustosunkowania się wobec swego

procesu rozwojowego z jego wszystkimi trudnościami i potrzebą oraz możliwością ich przezwyciężania (w sensie podniesienia na wyższy poziom).

Zasadnicze bowiem znaczenie w psychologii ma: zrozumienie roli wzmożonej pobudliwości emocjonalnej, wyobraźniowej, intelektualnej; odkrywanie twórczych, niecodziennych aspektów rzeczywistości; znalezienie wyraźnych korelacji pozytywnych między stanami lękowymi a dociekliwością egzystencjalną i postawą altruistyczną; rozwój empatii, postawy pomocy innym; znalezienie korelacji pozytywnej między rozwojem a depresją wywołaną "bólem tego świata"; zrozumienie pozytywnych wartości obsesji twórczych, bohaterskich, obsesji pracy, obsesji pomocy innym.

Wszystko to daje pacjentowi przekonanie, że jego dolegliwości to nie tylko choroba. A raczej, że jest on właśnie zdrowy w sensie zdolności do rozwoju, dlatego że posiada pozytywne korelaty przedstawione mu w sposób precyzyjny i metodami obiektywnymi. W ten sposób uświadamia się pacjentowi ważne elementy świadczące o związku między jego cierpieniami a pozytywnym rozwojem. Lekarz lub psycholog powinien następnie wycofać się z odgrywania naczelnej roli w tzw. leczeniu, włączając w tę rolę pacjenta.

W terapii opartej na teorii dezintegracji pozytywnej nie ma tendencji do zbytniego przedłużania heteropsychoterapii. Zazwyczaj wystarczy kilka, maksimum kilkanaście wizyt. Chodzi tu zwłaszcza o pacjentów o dobrym poziomie rozwoju, o bogatym psychicznym środowisku wewnętrznym, którym trzeba powoli przekazywać czynności - psychoterapeutyczne; stają się one autopsychoterapeutyczne. W ten sposób pacjent znajduje w lekarzu (czy w psychologu)

przyjaciela, który zawsze jest gotów fachowo i "przeżyciowo" mu pomóc, ale dążeniem jego jest zawsze przekazanie swych czynności pacjentowi w interesie jego rozwoju. Po pewnym czasie nawiązują się przyjacielskie stosunki między lekarzem (psychologiem) i pacjentem. Osoba lecząca przestaje być autorytatywna, przestaje kierować. Pomaga zaś tylko wtedy, kiedy konkretne trudne warunki decydują o powtórnym zwróceniu się pacjenta do lekarza lub psychologa.

W ten sposób psychoterapia i autopsychoterapia stają się świadomym, kierowanym przez jednostkę procesem samorozwoju i samowychowania, ze specjalnym zwróceniem uwagi na okresy kryzysowe, trudne i niebezpieczne, jakie występują w życiu każdego z nas. Lekarz (psycholog) odgrywa tutaj rolę człowieka rozumnego, doświadczonego, fachowego, ale nigdy nie stawiającego ponad wszystko swojego autorytetu, ponieważ przychodzi mu nieraz stwierdzić, że pod pewnymi względami jest mniej wrażliwy i mniej bogaty psychicznie niż pacjent i że mógłby się wiele od niego nauczyć. Autopsychoterapia jest więc procesem pomocnym w dramacie rozwojowym pacjenta, który wiąże się jednocześnie z dramatem leczniczym.

A oto niektóre dynamizmy piątego, najwyższego poziomu rozwoju psychicznego (poziomu integracji wtórnej) albo inaczej mówiąc poziomu osobowości.

Integrację wtórną uzyskuje się po przejściu przez wszystkie okresy i formy dezintegracji, a więc przez dezintegrację jednopoziomową, dezintegrację wielopoziomową spontaniczną i dezintegrację wielopoziomową zorganizowaną i usystematyzowaną. Osiąganie

osobowości (integracji wtórnej) wiąże się na początku z chaotycznym, ahierarchicznym, a następnie z coraz bardziej wyraźnym, coraz bardziej zhierarchizowanym rozwojem jednostki. Osobowość zatem to rezultat konfliktów jednopoziomowych i wielopoziomowych, rezultat inhibicji, retrospekcji, prospekcji, rezultat ścierania się różnych form wzmożonej pobudliwości psychicznej z rzeczywistością jednopoziomową, to rezultat stanów lękowych, depresji, obsesji, frustracji, załamania i przekraczania, z dużymi trudnościami, niższego poziomu rzeczywistości, niższego poziomu własnej struktury dla uzyskania wyższej rzeczywistości w świecie zewnętrznym i wewnętrznym. Jest to więc wtórny stan harmonii, ale harmonii zupełnie niepodobnej do tzw. harmonii psychopatycznej i harmonii na niskim poziomie rozwoju. Na poziomie integracji wtórnej występują dynamizmy: autonomii, autentyzmu, odpowiedzialności oraz najwyższy możliwy do osiągnięcia poziom empatii i ideału osobowości. Zajmiemy się pokrótce dynamizmami odpowiedzialności, empatii i ideałem osobowości.

Na czym polega odpowiedzialność na tym poziomie? Nie jest ona tu w żadnym razie odpowiedzialnością wypływającą z obowiązku ustalonego zewnątrz, obowiązku "odtąd-dotąd". Nie jest to poczucie wąsko pojmowanej odpowiedzialności za dobre wykonywanie pracy w biurze, za podjęcie się pewnych obowiązków w tej czy innej dziedzinie działalności, czy choćby w sensie wyższym - za rodzinę, za grupę szkolną, za zespół pracowniczy. Oczywiście praca wykonana dobrze i wykonana w związku z szerszymi terenami doznań wyraża znaczny stopień autentycznej odpowiedzialności. Ale nie jest to autentyczność piątego poziomu rozwoju, tzn. poziomu integracji

wtórnej, poziomu osobowości. Odpowiedzialność na tym poziomie zgodna jest ze słowami Terencjusza (II w, p.n.e.): "Jestem człowiekiem, nic, co ludzkie, nie jest mi obce". Jest to odpowiedzialność oparta na różnych rodzajach wysokiego poziomu wrażliwości, na wszystkich przeżyciach dezintegracyjnych, konfliktowych (zhierarchizowanych). Tym samym jest to odpowiedzialność o bardzo dużym zasięgu i wielopoziomowej strukturze. Jednostka jest tu odpowiedzialna nie tylko za to, na co zawarła umowę, za to, co jest jej nakazane, ale za wszystko, z czym się styka, za wszystko, w czym widzi krzywdę, co wzbudza niepokój, za "ból całego świata". Ludzie odpowiedzialni na tym poziomie nie mogą przejść do porządku dziennego nad niczym, co jest ujemne, wykazują skłonność do entuzjazmu w stosunku do wszystkich pozytywnych doznań zapamiętanych uczuciowo i intelektualnie albo istniejących w podświadomości. Wyrazem takiej odpowiedzialności były czyny doktora Janusza Korczaka, ojca Maksymiliana Marii Kolbego, Joanny d'Arc, całe życie Mahatmy Gandhiego, działalność wychowawcza i samobójstwo Sokratesa. Zarówno w historii ludzkości, jak i dziś spotykamy wiele jednostek działających na tym poziomie odpowiedzialności.

Przejdźmy do omówienia empatii na poziomie integracji wtórnej. Empatia jest tutaj zjawiskiem całkowicie różnym od syntonii. Syntonia to współdziewczenie temperamentalne, niejako psychofizjologiczne, bez wystarczającej kontroli świadomości, w dużej mierze automatyczne. Syntonia to uczuciowe "harmonizowanie się" w grupie na dość niskim poziomie, gdzie działają społeczne dynamizmy "my" na poziomie prymitywnym. Współdziałanie w kłótni, w

bójce, w entuzjzmie temperamentalnym, w sytuacjach wyzwających niskie popędy zachowań, sojusz kryminalistów przeprowadzających "własną sprawę" - oto przykłady takiej właśnie syntonii. Podobny rodzaj syntonii, chociaż na znacznie wyższym poziomie, obserwuje się u matek (rzadziej u ojców), utożsamiających się całkowicie z dzieckiem, lub u współmałżonków utożsamiających się ze sobą. Bezkrytyczne rozpieszczanie dziecka, bezkrytyczne uleganie jego zachciankom i kaprysom, niekiedy nawet bałwochwalcza postawa wobec niego jest wyrazem syntonii na niskim poziomie, prymitywnym wyrazem utożsamiania się z innymi; nie wiąże się z żadną kontrolą, z żadną poważniejszą refleksją. Taka syntonია szkodzi dziecku czy partnerowi, nie rozwija samodzielności i samoświadomości, ale egoizm, a co najmniej - egocentryzm, i sprzyja rozwojowi skłonności do przyszłego autokratyzmu i tyraństwa.

Empatia jest zjawiskiem zgoła innym. Jest to poczucie sympatii refleksyjnej, to postawa rozumienia, stała gotowość pomocy, ale bez "ślepoty psychicznej", bez pełnego utożsamiania się z przedmiotem swojej sympatii. Musimy tutaj podkreślić, że pełne utożsamienie się z inną osobą jest z reguły szkodliwe, bo zaprzecza rozwojowi własnej osobowości, zaprzecza prawom do rozwoju, zuboża osobowość, a przez to utrudnia refleksyjny, wszechstronny, głęboki stosunek do innych. Właściwa identyfikacja jest możliwa tylko ze sobą, tzn. z własną osobowością i jej ideałem. To właśnie jest wyrazem alterocentryzmu, ponieważ jest to "dawanie z siebie" refleksyjne, świadome, z korzyścią dla przedmiotu.

Całkowita rezygnacja z własnej osobowości czyni innemu szkodę. Nie

jest bowiem nigdy wyrazem pełnej ludzkiej miłości ani też empatii do innych. Zaprzeczenie siebie, własnej osobowości nigdy innych nie bogaci. Natomiast potwierdzenie praw własnego rozwoju wzbogaca innych. Rozwinięta osobowość jest najwyższym darem miłości, jaki bogata wewnętrznie jednostka może ofiarować innej jednostce. Ostatnim z (przykładowo wybranych) dynamizmów poziomu piątego jest ideał osobowości. Ideał osobowości jest to najwyższa struktura, którą da się ująć empirycznie, choć bardzo ogólnie. W naszym ujęciu jest to struktura konkretna. Im bliżej poziomu integracji wtórnej, tym ideał osobowości staje się bardziej jasny, jest coraz bardziej wprzęgany do działania, coraz bardziej realny, coraz bardziej dynamizujący rozwój osobowy. Zawiera on wszystkie podstawowe cechy osobowości, a więc przede wszystkim - obie esencje: indywidualną i powszechną (społeczną). Ideał ten staje się najwyższą instancją odwoławczą w osobowej drodze rozwoju, pomaga w ocenie tej drogi, jest pomocny w przewycięzaniu różnych konfliktów. To właśnie ideał osobowości pozwala decydować w najcięższych chwilach, gdy wymagane jest rozstrzygnięcie jakiegoś problemu. Jest to jedyny dynamizm, który przejawia na tym poziomie ciągle intensywne napięcia rozwojowe. Jest to więc siła konkretna, ku której zwracamy się w najtrudniejszych momentach, i która decyduje o formach naszych rozstrzygnięć. Jest to dynamizm, który kieruje naszą najwyższą twórczością, naszą empatią, najwyższymi ujęciami świadomości, najwyższą zdolnością do działania dla "drugiego".

W ideale osobowościowym zawarte są syntetycznie wszystkie ważniejsze dynamizmy rozwoju, cała pamięć intelektualna i

afektywna, najwyższy poziom świadomości i samoświadomości oraz
esencje: indywidualna i społeczna.

4. Osobowość człowieka jej struktura i działanie

W mowie potocznej używane są często takie terminy, jak: "osoba", "osobnik", "indywiduum", "jednostka". Terminy te nie mają głębszej treści psychologicznej, służą zaś głównie do zaznaczenia czy wskazania, że w konkretnym przypadku chodzi o pojedynczego człowieka, reprezentanta rodu ludzkiego, o bliżej nieokreśloną postać ludzką. Mówimy niekiedy, osobnik wysokiego wzrostu, podejrzane indywiduum. Terminy "indywiduum", "jednostka" mogą mieć dość specjalne znaczenia. Mogą mianowicie wskazywać na pewne wartości indywidualne osobnika, na jego prawa i jego odrębność, która wyraźnie zarysowuje się na tle utartych zwyczajów. Pojmując je w ten sposób, zbliżamy się do takich pojęć, jak indywidualność i osobowość. Konfrontując jednostkę ze społeczeństwem, podkreślamy przede wszystkim te wartości, które reprezentuje indywidualność i osobowość.

Przez indywidualność rozumiemy nieprzeciętną jednostkę ludzką, która różni się od innych członków danego społeczeństwa umysłowością, talentem, zainteresowaniami, sposobem bycia, ambicją, siłą dążeń (bez względu na ich wartość moralną) itd. Tych specyficznych właściwości może być mniej lub więcej, przy czym jedne z nich mogą zaznaczać się słabiej, inne silniej. Wszystkie zaś są zazwyczaj powiązane ze sobą w swoisty sposób i mają

właściwe dla danej indywidualności zabarwienie, pewne znamię. Owo znamię związane jest najczęściej z właściwościami temperamentu i charakteru, z napięciem woli, z siłą zewnętrznego wyrazu.

Wielki aktor, który każdej roli nadaje swoiste piętno, wyróżniając się spośród innych aktorów podejściem do tematu, jest indywidualnością. Indywidualnością również jest sprawny, zręczny, nieomylny mistrz szpady.

Pojęcie indywidualności pokrywa się niekiedy z pojęciem osobowości. Zazwyczaj jednak określenie kogoś mianem "osobistość" wskazuje raczej na wysokie stanowisko, znaczenie w hierarchii państwowej, gospodarczej, społecznej niż na wszechstronny rozwój psychiczny. Osobowość natomiast - to jednostka możliwie pełna pod względem zakresu, jak i poziomu najistotniejszych pozytywnych właściwości ludzkich, jednostka jak najbardziej spoista i zharmonizowana, odznaczająca się wysokim stopniem wglądu w siebie, w swoją własną strukturę, w swe dążenia i cele (samouświadomienie), świadomie "wybierająca siebie" spośród różnorodnych cech własnych (samowybranie), przekonana o słuszności swej postawy, o istotnej, trwałej wartości swych celów (samopotwierdzenie), zdająca sobie sprawę, że rozwój jej nie jest zakończony i w związku z tym stale wewnętrznie doskonaląca się, wychowująca (samowychowanie).

Pierwsze, skrótowe określenia indywidualności i osobowości pozwalają zorientować się w różnicy między tymi pojęciami.

Indywidualność może być nieprzeciętna zarówno w sensie pozytywnym, jak i negatywnym - osobowość jest zawsze pozytywna. Człowiek obdarzony indywidualnością może nie interesować się wieloma

zagadnieniami międzyludzkimi, natomiast jednostka, która osiągnęła poziom osobowości, obejmuje swą umysłowością, wrażliwością i działalnością wszystkie najistotniejsze problemy człowieczeństwa. Indywidualność może nie wykazywać tendencji do większego wglądu w siebie, zdolności "wybrania siebie w sobie" i - tym samym - świadomego dążenia do kształtowania i doskonalenia siebie. Dla osobowości zaś wybór samego siebie, praca nad sobą, nad swą umysłowością i charakterem jest jedną z najbardziej zasadniczych potrzeb rozwojowych. Jednostka odznaczająca się indywidualnością dąży do spotęgowania swych osobistych walorów, uzdolnień i wiedzy zazwyczaj ze względów egoistycznych. Natomiast jednostka na poziomie osobowości wiąże nieodłącznie pracę nad sobą ze służbą dla celów ogólnoludzkich.

Pojęcie "osobowość" było i jest ujmowane z różnych punktów widzenia i te właśnie różne podejścia decydowały też o treści i zakresie tego pojęcia.

Psychologia naukowa mówi zasadniczo o empirycznym ujęciu osobowości, rozumiejąc przez to ogół dyspozycji psychicznych i fizycznych jednostek (William Stern, Mieczysław Kreutz i inni).

Osobowość tak pojęta pokrywa się z pojęciem jednostki ludzkiej jako takiej, bez jakiegokolwiek różnicowania, wartościowania, a więc i hierarchizowania.

Wyodrębnienie pojęcia osobowości z pojęcia jednostki ludzkiej oraz z pojęcia indywidualności - to próba ujęcia normatywnego, według którego na osobowość składa się ogół cech, które zgodnie z wymaganiami pewnej etyki lub pewnego poglądu na świat dana jednostka powinna posiadać (Georg Kerschensteiner, Francis Herbert

Bradley).

Normatywne ujęcie osobowości może mieć charakter względny, uwarunkowany czynnikami geohistorycznymi, religijnymi, różnicami obyczajowości, moralności, światopoglądu itd. Tak ujęta osobowość pokrywa się z pojęciem ideału osobowości. Jednakże ideał ten - podobnie jak i normy, które go wyznaczają i które są zmienne w zależności od epoki i środowiska - może ulegać zasadniczym nawet przekształceniom.

Obok empirycznego i normatywnego ujęcia osobowości istnieją jeszcze inne ujęcia, według których jednostka jest osobowością, o ile posiada pewne szczególne cechy. Andre Lalande np. dopatruje się tych szczególnych cech w wartościach moralnych jednostki, awansujących ją niejako na osobowość. Jego zdaniem "osobowość jest to osoba moralna, a przede wszystkim osoba realizująca w wysokim stopniu jakości wyższe, dzięki czemu odróżnia się od prostego indywiduum biologicznego"*. (*Lalande: Vocabulaire de la philosophie. Paris 1928) Ujęcie to jest nieco podobne do naszego, ale jest ono zbyt ogólne, mało empiryczne i nie obejmuje ogółu pozytywnych cech rozwojowych jednostek. Również niepełna jest definicja Caudiga. Według tego autora osobowością jest człowiek, który włada samym sobą, skupia siły swej natury w celu urzeczywistnienia ideałów własnej indywidualności, który w różnych dziedzinach życia określa siebie z głębi istoty. Opisana w ten sposób osobowość zbliża się w znacznej mierze do pojęcia indywidualności, ponieważ definicja nie określa bliżej hierarchii wartości i nie ujmuje struktury osobowości indywidualnej i społecznej.

W pracy niniejszej próbuję przedstawić osobowość w sposób możliwie pełny i zarazem uwolnić to pojęcie od właściwości zmiennych, a co za tym idzie - nieistotnych. Staram się opierać na takich normach i na takich właściwościach ludzkich, które mają charakter trwały oraz na wartościach uznanych i realizowanych przez człowieka od zarania jego kultury. A więc na wartościach, które można nazwać bezwzględnyymi. Przejawiają się one w dziejach ludzkości, kumulując się w większym lub mniejszym stopniu w osobowościach znanych historycznych postaci.

Takie ujęcie osobowości wymaga szerokich, wszechstronnych studiów i nie może być wyczerpane w krótkiej, szkicowej monografii. Toteż zadaniem tej pracy jest raczej tylko wprowadzenie, na podstawie badań empirycznych, pewnych rozgraniczeń i określeń mogących przyczynić się do pełniejszego i jaśniejszego ukazania problemu osobowości, do naświetlenia w sposób ogólny zasadniczych właściwości cechujących osobowość oraz - co może jest najważniejsze - do przedstawienia procesów i metod jej formowania się.

Trwałość i powszechność pozytywnych cech ludzkich

W ogólnym, schematycznym, a więc uproszczonym ujęciu można jednostki ludzkie podzielić z punktu widzenia wartości indywidualnych i społecznych na: pozytywne, negatywne i typy mieszane z przewagą cech dodatnich lub ujemnych albo z chwiejną równowagą tych cech.

Liczba jednostek ukształtowanych całkowicie pozytywnie jest

stosunkowo niewielka. Nie tak dużo jest też ludzi o prymitywnych, ujemnych, wręcz psychopatycznych zespołach cech charakteru, ludzi ciążących na danej grupie społecznej, wpływających na nią destrukcyjnie, hamujących i uwsteczniających jej rozwój. Najwięcej jest jednostek o typie mieszanym. Tworzą one najbogatszy, najbardziej "żywy" materiał ludzki.

W strukturze osobowej tych jednostek właściwości pozytywne i negatywne istnieją obok siebie w różnym nasileniu, nawzajem się przenikają albo ścierają ze sobą w układach antagonistycznych, przy czym jedno lub drugie uzyskuje przejściową czy też trwałą dominację.

Na ogół jednak dochodzą do głosu i uzyskują przewagę cechy pozytywne tak u jednostek, jak i w społeczeństwach. Dowodem przewagi tych cech jest fakt trwania i rozwój ludzkości. Są wprawdzie okresy w życiu jednostek i epoki w życiu społeczeństw, w których dominacja cech dodatnich zostaje naruszona, w których ujemne właściwości człowieka mobilizują się i nasilają, ujawniając swój destrukcyjny wpływ. Staje się to zwłaszcza wtedy, gdy jednostka czy społeczeństwo znajdzie się w warunkach wyzwalających lub potęgujących najprymitywniejsze siły popędowe człowieka - brutalny instynkt samozachowawczy, instynkt walki, okrucieństwo, dążenie do władzy i podporządkowania sobie siłą innych, prymitywny głód seksualny itd.

Jednakże okresy upadku zazwyczaj nie trwają długo. Instynkt rozwojowy człowieka, który w najszerszym tego słowa znaczeniu jest dążeniem do umysłowego i moralnego doskonalenia się, prędzej czy później dochodzi do głosu; reaktywując i potęgując wartości

pozytywne. Wartości te, podtrzymywane, utrwalane i rozwijane przez ciągłość tradycji, porządek prawny i normy moralno-obyczajowe, mogą ulegać poważnym zakłóceniom. Mogą być też zepchnięte w potencjalność. Nigdy jednak nie ulegają zagładzie. Nawet w okresach upadku moralnego trwają one w nas w formie "pogotowia moralnego", tęsknoty za ich powrotem i pełną realizacją.

Wartości te stanowią podstawę i warunek istnienia ludzkości. Są one niezniszczalne, trwałe w swej istocie, choć przejawiają różny stopień rozwoju.

Z pojęciem dominacji i trwałości pozytywnych wartości człowieka łączy się zagadnienie trwałości cech negatywnych, ich wzajemnego stosunku oraz ich ewolucji.

Trwałość wartości pozytywnych i wzrastająca ich dominacja, aczkolwiek często zakłócana, zmniejszają i zmieniają - co jest samo przez się zrozumiałe - zakres, siłę oraz jakość cech negatywnych. Te ostatnie, wskutek działania indywidualnego podejmowanego przez jednostkę oraz wskutek akcji społecznych, są tłumione, rugowane, sublimowane. Ich drastyczną manifestację stają się bodźcem do organizowania przeciwalkcji. Społeczeństwa stają się coraz bardziej uwrażliwione na prymitywne, brutalne objawy zagrażające ich normom, obyczajom i ideałom. Usiłują więc zwalczać je u podstaw. Jednostka i społeczeństwo starają się odzegnać od prymitywnych składników natury ludzkiej, starają się wejść na drogę ucłowieczenia. "Człowiek - jak mówi Stanisław Brzozowski - nie jest dalszym ciągiem ewolucji, lecz przeciwnie - zerwaniem wątku, przeciwstawieniem się mu. Gdy on się zaczyna, wszystko przedludzkie staje się wrogiem"*. (* S. Brzozowski: Legenda Młodej

Polski. Lwów 1910, s. 203.) Nawet jeżeli jest to zbyt krańcowa opinia, wskazuje ona na potrzebę rozwoju człowieka w kierunku przekształcenia swego niższego poziomu. Wydaje się przeto, że moment maksymalnego opanowania, sublimacji negatywnych cech człowieka, choć nie jest bliski, jednak nadejdzie.

Trwałe, pozytywne wartości człowieka można podzielić na powszechne i rzadziej spotykane, specyficzne. Powszechne właściwości pozytywne, dominujące wśród społeczeństw różnych epok i kultur, składają się na ogólną pozytywną charakterystykę tych społeczeństw. Decyduje o tym częstotliwość i masowość ich występowania. Do takich pozytywnych powszechnych właściwości należą: poczucie osobistej społecznej odpowiedzialności, wyrobienie obywatelskie, wierność zasadom i ludziom, poczucie sprawiedliwości, odwaga, uczciwość, karność itd.

Cechy rzadziej spotykane - to ogólna wrażliwość i subtelność (moralna, intelektualna, estetyczna), dojrzałość uczuciowa, zdolność do samopoznania i poznania w ogóle oraz związane z tym szerokie horyzonty myślowe, wiara w wartość wypracowanego i przyjętego światopoglądu, zdolność do trwałej, nieustannej pracy nad sobą, ciągłego doskonalenia się itd.

Pojęcie ideału osobowości powinno obejmować zasadnicze pozytywne właściwości człowieka, nie tylko powszechne, ale i rzadziej występujące lub indywidualne, jak np.: szerokie horyzonty myślowe, możliwie jak największą wrażliwość na sprawy ludzkie, zdolność do świadomej, efektywnej pracy nad sobą w kierunku przez siebie uznanym i wytyczonym. Uosobiona w jednostce synteza tych najistotniejszych wartości ludzkich stanowi podstawę naszego

ideału osobowości. Ma on dwie esencje: indywidualną i społeczną.

Zasadniczymi cechami esencji indywidualnej są główne zainteresowania, uzdolnienia i talenty, wyłączne i trwałe związki uczuciowe przyjaźni i miłości oraz zdolność do świadomego utożsamienia się z sobą i własną historią rozwoju. Esencja powszechna (społeczna) zawiera takie cechy, jak empatia, odpowiedzialność, autonomia, autentyzm, wysoki poziom świadomości społecznej. Oba komponenty osobowości i ich ideały są ściśle ze sobą sprzężone i stanowią jeden dla drugiego warunek sine qua non:

Wnikliwa analiza psychologiczna biografii postaci historycznych, które w naszym rozumieniu możemy określić mianem osobowości, u których dostrzegamy samouświadomienie, samowybranie, samopotwierdzenie i samowychowanie, wykazuje, że ostatecznym celem ich wewnętrznych zmagania i walk obfitujących w załamania, wyrównania i dźwigania się na coraz wyższy poziom jest realizacja określonego ideału osobowości. Przyjąć więc można, że ideał ten jest ideałem powszechnym, ideałem, który odpowiada najistotniejszym potrzebom człowieka.

Następnie scharakteryzuję te cechy i postawy ludzkie (umysłowe, moralne, estetyczne, społeczne); które są typowe dla osobowości, bez których rozwój jednostki, polegający na ciągłym doskonaleniu się, jest niemożliwy.

Właściwości naszego umysłu.

Wielopłaszczyznowość - wszechstronność wiedzy

W wielu naukach empirycznych o wyodrębnionym zakresie i

określonych metodach badawczych spotykamy dwa odrębne typy postaw uczonych. Jedni - dążąc do głębszego zrozumienia zasadniczych problemów nauki - szukają rozwiązań zarówno w wąskim zakresie danej dyscypliny, jak i poza nim; drudzy - aby zachować niezależność swych metod, aby się "nie rozpraszać" - nie wychodzą poza zakres swej specjalności. Postawa pierwsza wiąże się z tendencją do rozszerzania widnokręgów, druga - do ich zacieśniania na korzyść szczegółowych badań. W różnych okresach dziejów przeważa jedna lub druga postawa.

Tendencje do zawężania zakresu nauk szczegółowych i przedmiotu badań, do specjalizacji metod badawczych następują po okresach przewagi tendencji do ujmowania całościowego. W medycynie po okresie, w którym lekarze obejmowali całość wiedzy lekarskiej, pojawiły się specjalności: chirurgia, ginekologia, interna, neurologia, psychiatria i inne. W obrębie poszczególnych dziedzin utworzyły się z czasem nowe specjalności, ograniczające swój zakres do chorób żołądka, płuc, serca, alergii, gruczołów wydzielania wewnętrznego itd.

Okazało się jednak, że szersze, wielopłaszczyznowe ujmowanie choroby jest konieczne, że zbyt szczelne zamykanie się w granicach wąskiej specjalności nie pogłębia odpowiednio wiedzy lekarskiej ani nie pomaga w dostatecznym stopniu choremu, który najwięcej traci na nadmiernej specjalizacji. Nieuwzględnianie np. neuropsychiatrii dziecięcej, psychologii i pedagogiki w pediatrii albo nieuwzględnianie neurologii, endokrynologii, a także psychopatologii w psychiatrii uniemożliwia odpowiednią ocenę zjawisk chorobowych i właściwe stosowanie metod terapeutycznych.

Neuropsychiatria dziecięca i higiena psychiczna zaczęły osiągać odpowiedni poziom dopiero po nawiązaniu ścisłej współpracy lekarza z psychologiem, pedagogiem, a nawet z socjologiem. Pedagogika zaś jako nauka i sztuka, która docenia wagę socjalnych, gospodarczych i religijnych wpływów na rozwój jednostki i grupy, zaczyna porzucać stanowisko, według którego wychowanie było sprowadzane do półautomatycznego, półświadomego oddziaływania zespołów cząstkowych na rozwój dziecka. Zasadniczych potrzeb wychowawczych nie zaspokoi bowiem ani najlepsza rodzina, ani najlepsza szkoła, ani najbardziej moralne środowisko społeczne; zaspokoją je natomiast wszystkie czynniki wychowania bezpośredniego i pośredniego łącznie, w organicznym powiązaniu ze sobą. Takie podejście pedagogiki zbliża ją do higieny psychicznej.

Badania naukowe w danej specjalności powinny być wiązane z naukami pokrewnymi oraz z szeroko rozumianymi aspektami całej wiedzy; powinny być ujmowane w sposób wielopłaszczyznowy i wielopoziomowy. Byłaby to droga od przyczynków do wiedzy o szerszym zakresie, od jednowymiarowego "wiem" do wielowymiarowego "rozumiem". Wiedza jest zazwyczaj jednostronna, rozumienie - wielostronne; wiedza jest oparta na spostrzeżeniu i sądzie, rozumienie - także na przeżyciu i intuicji. A to pogłębia treść spostrzeżenia i sądy o rzeczywistości. Pogłębienie wiedzy, poznanie jej wielopoziomowej struktury jest nieodłącznie związane z szerokim, wszechstronnym poznaniem naukowym.

Postawa autonomiczna w nauce i życiu codziennym. Samodzielność ocen, poczuc i działania.

Zazwyczaj postrzegamy tylko taki wycinek rzeczywistości, na jaki pozwala nam jakość i układ naszych receptorów, które odbierają bodźce zewnętrzne i wewnętrzne, oraz jakość i układ naszych "stacji" przetwórczych. Struktura naszych zmysłów, popędów, uczuć, "władz umysłowych" ograniczona jest zazwyczaj do wąskiego kręgu dążeń, uczuć i możliwości poznawczych. Zamknięci jesteśmy w stereotypie naszych cech indywidualnych. Wiemy np. z własnego doświadczenia, że można wiele lat obcować z jakąś osobą i nie zwrócić uwagi na jej uderzające, najważniejsze cechy. Nasze sądy i opinie zależą też od wpływu różnych konstelacji. Duże znaczenie mają sugestie otoczenia, takie lub inne powiązania uczuciowo-dążeńiowe ze środowiskiem, koniunkturalność związku z tym lub innym człowiekiem, z tą lub inną grupą społeczną.

Różnorodność form naszych ocen uwarunkowana jest ogólną wrażliwością intelektualną i emocjonalną. Nasz sąd, a także nasza postawa uczuciowa i dążeńiowa zależą od naszego organizmu i samopoczucia, od tego, czy jesteśmy nastawieni depresyjnie czy pobudzeni, otwarci czy zamknięci; od tego, jak przedstawia się poziom, gotowość i zasięg naszych zdolności do przemiany wewnętrznej (Herman Rorschach) oraz zależność od innych czynników.

Obserwacja życia codziennego i środowisk o różnym poziomie kulturalnym doprowadza do wniosku, że samodzielność ocen i działania, ich autonomię spotykamy tylko wyjątkowo. Znikoma jest bowiem liczba ludzi świadomych, niezależnych od negatywnych wpływów środowiska zewnętrznego oraz od niższych warstw własnego środowiska wewnętrznego. Uniezależnienie się od obu tych środowisk

musi być poprzedzone procesem dezintegracji, kształtującym umiejętność posługiwania się wielopoziomowym sądem moralnym, systematycznie zespolonym z poczuciem moralnym oraz z gotowością do działania zgodnego z tą syntetyczną postawą. Sąd moralny bez poczucia moralnego i bez zdolności do jego realizacji świadczy o powierzchownym ustosunkowaniu się do rzeczywistości. Przykłady tego rodzaju niepełnej postawy moralnej spotykamy często.

Potępiamy np. jakiś czyn egoistyczny, chociaż sami jesteśmy zdolni do popełnienia takiego właśnie czynu. Wszyscy niedyskretni i wścibscy zgadzają się, że wścibstwo i niedyskrecja są wadami. A mimo to, bez żadnych skrupułów i większej refleksji, w dalszym ciągu mogą być wścibscy i niedyskretni. Niekiedy brak zespolenia elementów intelektualno-uczuciowo-wolitywnych jest uważany za właściwość dodatnią przy opiniowaniu. Twierdzi się, że podejście obiektywne, rozumowe powinno być jedyną postawą opiniowania innych. Sądzę jednak, że jest to w gruncie rzeczy wyraz nieumiejętności poznawania; wyraz słabości i chwiejności a głównie - jednostronności stosunku do człowieka. Podejście intelektualno-uczuciowe na wysokim poziomie jest dopiero - jak sądzę - gwarancją wszechstronnego, ludzkiego stosunku do opiniowanego.

U wielu osób uważanych za samodzielne obserwuje się wahania samodzielności. Samodzielne ustosunkowanie się do jakiegoś zjawiska trwa pewien czas, potem słabnie ustępując miejsca wahanom. Świadczy to o braku zharmonizowania wewnętrznego, o chwiejnej równowadze różnych tendencji danej osoby. Oczywiście nie bierzemy tu pod uwagę chwiejności związanej z brakiem

dostatecznego uniezależnienia się od niższego poziomu środowiska zewnętrznego i wewnętrznego.

Proces uniezależniania się jednostki od powierzchniowych ocen otoczenia idzie w parze z procesem usamodzielniania się wewnętrznego w sensie stopniowego uniezależniania się od potrzeb własnego niższego poziomu, nie powiązanych ściśle w jednolitą linię poczuć i postępowania człowieka na poziomie osobowości.

Uniezależnianie się osobowości przyczynia się do rozwoju struktury coraz bardziej wrażliwej na różnorodne bodźce zewnętrzne i wewnętrzne. Struktura taka zawiera wiele receptorów w harmonijnym, niepowtarzalnym układzie indywidualnym. Będą to przede wszystkim uwrażliwienia i tendencje społeczne, naukowe, moralne, estetyczne; będzie to zdolność ogarniania każdego zagadnienia w sposób "organiczny", wszechstronny, całościowy.

Na poziomie osobowości kierowanie się sugestią zostaje zastąpione świadomym uleganiem tym tylko wpływom otoczenia, które harmonizują z naszymi wyraźnymi i zdecydowanymi przekonaniem, oraz świadomym odrzucaniem tych wpływów, które oddziałują na naszą podświadomość i popędy w sposób niekontrolowany, np. zazdrość czy próżność.

Zaczynają tu działać dynamizmy autonomiczne, syntetyzujące się w czynniku trzecim, który wyraża pozytywny i negatywny zarazem stosunek do pewnych cech własnych i do niektórych wpływów otoczenia. Mówimy, że jest to dynamizm wybiórczy w obu środowiskach - wewnętrznym i zewnętrznym.

W ten sposób przy zbliżaniu się do poziomu osobowości słabnie lub zanika stopniowo niewybiórcza podatność na różnorodne wpływy otoczenia, a zatem na impulsy z niższych poziomów struktury

ludzkiej - na różnokierunkowe, niezharmonizowane bodźce, wpływy opinii itd. Należy podkreślić wyraźnie, że zdolność do stałego przetwarzania bodźców przeciwstawia się mechanizmom odruchowym i stereotypowym. Taka postawa zaś łączy się z kontrolą własnego środowiska wewnętrznego, a głównie z kontrolą jego poziomu odruchowego i nawykowego.

Osobowość przyjmuje tylko te bodźce, które harmonizują z jej krystalizującą się strukturą; uzależnia się od konkretnego ideału, uniezależniając się od tego wszystkiego, co przewyciężyła w sobie w drodze ewolucji od poziomu człowieka pierwotnego, czy nawet już cywilizowanego, aż do poziomu kultury osobowościowej.

Obiektywizm wobec siebie samego i postawa subiektywno-obiektywna w stosunku do innych

Podstawowa myśl Sokratyczna "poznaj samego siebie" jest zawsze aktualna dla każdego, kto świadomie realizuje konkretny ideał osobowości. łączy się ona z zasadniczym pytaniem: "Kim jestem i dokąd zdążam?"

Poznawanie siebie to dochodzenie przez doświadczenie i myślenie do oceny tego, co nie jest "mną we mnie", i tego, co już zaczyna być mną, choć nie jest jeszcze utrwalone, a także tego, co powinno być mną, choć jeszcze mną nie jest, ale do czego dążę uporem woli, myśleniem, ciszą kontemplacji i wysiłkiem dnia codziennego.

Poznawanie siebie to ocena - "w bólu myśli" - granic własnego poznania, które w następstwie rodzi poczucie pokory wobec nieznanego i wielkiej rzeczywistości. Poznawanie siebie samego to

odkrywanie paralelizmu między czynnościami somatycznymi i psychicznymi oraz ich wzajemnego oddziaływania, a także ciągłe próby uchwycenia istoty współzależności między tymi czynnościami. Jeżeli poznawanie siebie nie jest procesem tylko czysto intelektualnym, ale biorą w nim udział jednocześnie elementy uczuć wyższych - mamy do czynienia z poznawaniem osobowościowym (a nie wyłącznie intelektualnym). Takie poznanie zawiera w sobie elementy silnych przeżyć i wiąże się z dynamizmami równoczesnego przetwarzania siebie w miarę coraz wyższego poziomu samopoznania. Poznanie siebie jest związane pozytywną korelacją z poznaniem innych, co jednocześnie zakłada konieczność orientowania się we własnym postępowaniu, we własnych motywach, we własnym ustosunkowaniu się do otoczenia. Jest to jakby poznanie dwóch stron osobowości ludzkiej - dwu części relacji: "ja i ty" lub "ja i grupa", które stanowią niezbędne uzupełnienie poznawania siebie. Poznanie siebie i innych musi być zarówno analityczne, jak i syntetyczne, musi obejmować całą różnorodność cech ludzkich, ich integrację i ich procesy dezintegracyjne. W procesie poznania świadomość musi być nastawiona na ciągłe zmienne czynności własne i otoczenia. Wspólną miarą poznawania siebie i innych jest ciągłe wychwytywanie świadomością podobieństw i różnic w zachowaniu i postępowaniu własnym oraz innych zarówno w zakresie intelektualnym, uczuciowym, jak i popędowym. Jednym z najważniejszych dynamizmów poznania siebie jest dynamizm "przedmiot-podmiot" w sobie, który pozwala na intelektualno-uczuciowe podejście do życia praktycznego, do naszej refleksji i do medytacji. Pozwala na poznanie "siebie w sobie".

Oparty jest na przerwach w zewnętrznej aktywności, potrzebnych do oceny swojej działalności wewnętrznej i jej skorygowania. Dynamizm ten uczy traktować siebie obiektywnie i subiektywnie, a więc przedmiotowo i podmiotowo zarazem. Innych zaś uczy traktować jako żywe, bogate autonomiczne podmioty.

Realizacja osobowości musi się też opierać na znajomości różnorodnych zjawisk społecznych z uwzględnieniem ich bogactwa i wielopłaszczyznowości. Człowiek bowiem na poziomie osobowości nie może ani oceniać otoczenia, ani ustosunkować się do niego w sposób mało zróżnicowany, nastrojowy, jednowymiarowy. Postawa taka jest szkodliwa, mimo jej wartościowej nieraz tendencji społecznej.

Wszystkie objawy zła grupowego, prymitywizmu potrzeb ludzkich i ograniczoności ludzkich celów należy głęboko poznać, aby móc traktować je nie tylko jako struktury aktualne, faktyczne, ale równocześnie jako struktury zawierające w sobie zawiązki mniejszych lub większych możliwości rozwojowych.

Właściwy stosunek do rzeczywistości ludzkiej powinien się układać w myśl zasady: wszystko poznać, to nie tylko wszystko rozumieć i przebaczać, ale też starać się pomagać innym w trudnościach rozwojowych, wyrabiać w sobie postawę empatii i współdziałania.

Poznanie innych i postawa współdziewczenia łączy się z ograniczeniem naszych wymagań w stosunku do otaczającej rzeczywistości. Możliwa jest ona w takich granicach, jakie wytycza nasza ocena rodzaju i poziomu tej rzeczywistości, powzięta w rozwarciu umysłowym i uczuciowym na jej stan aktualny, na jej istotę i możliwości rozwojowe. Taka postawa nie jest możliwa bez świadomości, doświadczenia, przeżywania i przetwarzania wartości,

bez rozróżnienia poziomów w sobie, bez dynamizmu

"przedmiot-podmiot" w sobie, bez pozytywnej nierównowagi i

konfliktów we własnym środowisku wewnętrznym.

Niektóre cechy moralne i społeczne

Prawdomówność i uczciwość. Prawdomówność i uczciwość pozostają w bliskim związku z niezależnością sądenia i działania, z poczuciem sprawiedliwości, z odwagą, a niekiedy - z bohaterstwem. Opierają się one na własnych przekonaniach jednostki wynikających z szerokiego, obiektywnego poznania rzeczywistości ludzkiej i ideałów człowieka. Prowadzą one do osobowości, a realizują się w wewnętrznej walce z popędami samozachowawczymi i gatunkowymi. Są więc wyrazem kształtowania się struktury moralnej, przekonania o trafności kierunku, w którym idziemy, silnej potrzeby niecofania się z poziomu, na którym już jesteśmy.

Osobowość wyobrażamy sobie często jako strukturę harmonijną, której właściwości niższe są podporządkowane wyższym i ideałowi jednostkowemu, skanalizowane, poddane kontroli umysłowej i uczuciowej. W rzeczywistości jednak osobowość nie jest tworem całkowicie stabilnym, nie ulegającym zmianom. Przeciwnie, poza najważniejszymi, zasadniczymi właściwościami jest ona w dużej mierze tworem plastycznym, wrażliwym na kryzysy ewolucyjne i oddziaływanie środowiska. Jest ona tworem podlegającym zmianom ilościowym, zmianom napięcia oraz dochodzeniu do głosu w trakcie rozwoju nowych jakości, ale głównie marginesowych. Dlatego w pracy nad sobą na każdym etapie rozwoju osobowości konieczna jest stała

czujność moralna, aby zależność od wymienionych czynników nie przekraczała dopuszczalnej granicy, nawet w momentach zaburzeń równowagi psychicznej. Wyraźny nakaz czujności moralnej to nakaz uporczywej, bezustannej obrony siebie przed zakłamaniami, autosugestią, skłonnością do usprawiedliwień, postawą pozoru, czczymi ambicjami, dogodną, egoistyczną motywacją itd. Oczywiście mówimy tutaj nie o ustalonym poziomie osobowości, ale o strukturach i funkcjach zbliżających się do tego poziomu.

Podstawą rozwoju czujności moralnej jest zdolność do obiektywnego sądu, większa surowość w stosunku do siebie niż w stosunku do innych, stopniowe kształcenie wnikliwości w badaniu samego siebie. Najważniejszym składnikiem tej postawy jest zdolność dostrzegania u siebie pseudopostępu moralnego w tym lub innym zakresie, wyrażającego się w przekształceniach mało znaczących lub w przemianach jednych właściwości ujemnych, wyraźnie widocznych, na inne - ujemne, ale zamaskowane.

Pseudopostęp może się przejawiać np. w opanowaniu skłonności do dokuczliwości, agresywności, nieuprzejmości w stosunku do obcych, przy ich jednoczesnym nasileniu wobec najbliższych. Tego rodzaju "opanowanie" dyktowane jest świadomością, iż ludzie obcy nie tolerują niewłaściwego zachowania się wobec nich. Natomiast najbliżsi mogą je tolerować, a nawet: ukrywać przed otoczeniem. Świadczy to o wzroście tendencji samozachowawczych kosztem uczuć społecznych. Innym przykładem pseudopostępu moralnego jest tłumienie popędów seksualnych i pocieszanie się ich komponentą w formie wzrostu fantazji erotycznych. Mechanizm kompensacji powoduje opanowywanie skłonności do dręczenia ludzi i przenoszenie

jego na skryte lub jawne dręczenie zwierząt, niekiedy sztucznie umotywowane pseudonaukowym celem; przejawia się on także w formalnym zwalczaniu egoizmu przy równoczesnym wzroście samouwielbienia za dokonaną walkę.

Eliminowanie niektórych procesów nadmiernie pozytywnego ustosunkowania się do siebie i w ogóle prawdomówność w formie czynnej i biernej to podstawa uczciwego traktowania otoczenia.

Dopiero po wyeliminowaniu z naszych sądów i uczuć postaw zbyt silnego kierowania się interesem własnym, można traktować innych w taki sposób, jak byśmy traktowali siebie samych, można się posługiwać właściwą, sprawiedliwą miarą przy ocenie innych i samych siebie. Sprawdzianem ustabilizowanej postawy moralnej w powyższym sensie jest życzliwe traktowanie i ostrożne osądzanie swych przeciwników.

Tak pojęta uczciwość i prawdomówność w stosunku do siebie i innych jest wyrazem zasady "traktuj innych jak siebie samego". Dążenie do uczciwości i prawdomówności wzmacnia postawę miłości i wznosi ją na wyższy poziom: wskazuje na dojrzewanie do osobowości, na jej osiągnięcie.

W tych wszystkich czynnościach zasadniczą rolę odgrywają dynamizmy autonomii ze wspomnianymi już dynamizmami: "przedmiot-podmiot" w sobie i czynnik trzeci, które należą do najważniejszych dynamizmów autonomii i autentyzmu.

Autonomia psychiczna i odwaga.

Odwagi nie można określić bliżej bez uwzględnienia jej wielopoziomowości.

W definicji pojęcia "odwaga" panuje duże zamieszanie. Trzeba

bardzo wyraźnie odróżnić skłonność do działań temperamentalnych, a więc takich, jak śmiałość, agresywność, szybkość reakcji na różnorodne bodźce, od właściwej postawy odwagi. Wymienione cechy mogą bowiem być funkcją prymitywnych struktur popędowych: instynktu walki, posiadania lub instynktu płciowego. Mogą także wyrażać psychopatię. Należy więc w postawie dynamiczności, energii, siły dążeń, tzw. mocnego charakteru, wyodrębnić różne poziomy. Odwagę na niższym poziomie może cechować brak przemyślenia sensu działania, brak rozeznania możliwości sprawienia innym krzywdy, brak właściwej oceny niebezpieczeństwa, brak hamulców. Należy bardzo wyraźnie oddzielić pseudoodwagę od odwagi właściwej. Wielu spośród okazujących waleczność na wojnie, a w życiu codziennym śmiałość i bezkompromisowość w stosunku do innych - to ludzie agresywni z natury, często przejawiający skłonność do wybuchów gniewu, niekiedy do wyraźnego okrucieństwa. Ich "odwaga" jest jedną z prymitywnych form instynktu walki, a może być nawet wyrazem zбочzeń popędowych. Poza tym pseudoodwaga wynika często z braku właściwej oceny sytuacji (np. przekonanie, że atakujemy słabszego).

Prawdziwie odważny jest ten, kto świadomy niebezpieczeństwa, świadomy zmiennych warunków swego położenia (możliwości osamotnienia czy nawet przegranej), świadomy konsekwencji swojej postawy, która może spowodować utratę szacunku, stanowiska, wpływu - decyduje się na dany czyn zgodnie ze swym konkretnym ideałem. Właściwie pojęta odwaga, a tym bardziej bohaterstwo opierają się na pozytywnym potencjale rozwojowym oraz na wieloletnich doświadczeniach jednostki, a nawet na takim doświadczeniu całego

jej życia, w którym powoli następuje zharmonizowanie sił popędowych z dynamizmami osobowości. Dynamizmy te potęgują się w całym życiowym doświadczeniu, w którym tendencje wyższe, ponadbiologiczne odgrywają coraz ważniejszą rolę.

Dynamiczność, energia, siła dążeń, "mocny charakter" mogą się więc opierać na jednym z dwóch ośrodków: prymitywnym, o pierwotnej inteligencji, oraz wtórnym, osiągniętym w procesach dezintegracji, kiedy dotychczasowe interesy życiowe przestają decydować o dynamice, energii, pseudoodwadze i są zastępowane interesami życiowymi o innym wymiarze.

Bohaterstwo duchowe nie jest możliwe bez stałego przygotowywania się do niego przez różnorodne trudy życiowe i przekształcenia wewnętrzne przeżytych doświadczeń.

Warunkiem koniecznym dla powzięcia prostej decyzji w sprawach nieosobistych, cierpliwego trwania na stanowisku mimo największych trudności codziennego wykonywania podjętych zadań - są krótsze lub dłuższe stany medytacji, owe przerwy w życiu popędowym i w czynnościach nawykowych. Są to stany, w których odchodzimy od siebie jako indywiduum biologicznego, aby osiągnąć wyższy poziom swego "ja", kiedy znika lęk, znika lub słabnie zainteresowanie chwilą obecną i codziennymi sprawami życiowymi.

Po "napełnieniu się" nową energią w stanach medytacji, wzrasta nasza zdolność do kierowania sprawami życia codziennego zgodnie z postawioną sobie hierarchią celów.

Im bogatsze doświadczenia życiowe, im większa wrażliwość, im silniejsza i bardziej wszechstronna transformacja doświadczeń, im

jaśniejszy i bardziej konkretny ideał osobowy, tym większa zdolność do poświęcenia, do podporządkowania osobowości potrzeb popędowych, tym silniejsze dyspozycje do odwagi i bohaterstwa.

Uczucie miłości i empatii.

Miłość określana jest przede wszystkim jako popęd i uczucie sympatii do osobnika innej płci. Wiele jest rodzajów i poziomów takiej miłości, począwszy od formy wyraźnie popędowej, w której potrzeba utrwalenia związku uczuciowego z osobnikiem drugiej płci nie istnieje albo słabo się zaznacza, w której nie ma subtelnego wyboru i odpowiedzialności za partnera, a kończąc na formie, w której wyższe potrzeby uczuciowe występują na plan pierwszy, podporządkowują sobie popędy bardziej prymitywne. Taki związek uczuciowy może trwać nadal mimo osłabienia lub zaniku czynników powodujących powstanie i rozwój popędu płciowego (zestarczenie się, utrata urody itp.).

W pierwszym przypadku mamy do czynienia z popędem mało zróżnicowanym, z nieskomplikowanym popędem do rozkoszy (zachowania gatunku), w drugim zaś - z popędem płciowym, który nawet gdy jest silny i naturalny, podporządkowany jest uczuciom wyższym i wysokiemu poziomowi miłości - miłości doskonałej, w której osiąga się pełne opanowanie popędu płciowego i wzmacnia się wyłączny związek uczuciowy.

Bertrand Russel pisząc o miłości twierdzi, że trwanie jej jest od nas niezależne. Opinia ta byłaby słuszna w odniesieniu do form miłości bardziej popędowych. Jeśli jednak miłość oparta jest nie tylko na pociągu płciowym, jeśli w uczuciu miłości popędy

seksualne - choćby i silne - są zharmonizowane i podporządkowane osobowości, jeśli coraz głębsze wzajemne przenikanie się jednostek jest jednym z objawów stałej pracy nad sobą, to miłość, a więc i jej trwałość, staje się zależna od naszej świadomie kształtowanej osobowości, a nie wyłącznie od naszych popędów. Jeżeli tego rodzaju miłość jest dziś zjawiskiem rzadkim, tak iż możemy o niej mówić jak o ideale, dowodzi to, że decyzja dwojga ludzi o zawarciu małżeństwa opiera się najczęściej na mało uświadomionym popędzie płciowym. W przeważającej liczbie przypadków nie dochodzi do głębszego poznania się obu stron. Czynnikiem decydującym stają się sprawy materialne lub nie zawsze dodatni wpływ rodziców, a także zwyczaj "wyjścia za mąż". Może też zaważyć lęk przed samotnością, a niekiedy potrzeba zapewnienia sobie wygodnych, nie powodujących wstrętu warunków współżycia płciowego.

Oparcie małżeństwa na podstawach związku osobowościowego z wyraźnym opanowaniem popędu płciowego umożliwia małżonkom przyjęcie właściwej postawy wobec potomstwa. Popęd płciowy jest wtedy nie ślepą siłą, ale dynamizmem kierowanym przez zespoły sublimujących tendencji. Postawa troski, odpowiedzialności, poświęcenia się i szacunku dla przyszłej jednostki ludzkiej przyczynia się też prawdopodobnie do "dziedziczenia" przez dziecko pozytywnych właściwości rodziców, a na pewno decyduje o właściwym jego wychowaniu.

Jedną z właściwości niezbędnych w strukturze osobowości jest przywiązanie do wartościowych tradycji rodziny, do rodziców i rodzeństwa, do wartościowych zasad i zwyczajów panujących w domu, a także do tradycji narodowych. Odgrywa ono dużą rolę w

kształtowaniu trwałości uczuć, w wyrabianiu poczucia moralnej
powinności. A poza tym stanowi podstawę, na której wyrastają
trwałe wartości, pozwala też na odróżnienie w stosunkach między
ludźmi tego, co jest trwałe, od tego, co płynne i tymczasowe.

Przywiązanie do przechowywanych z pokolenia na pokolenie pamiątek
rodziny, symboli pamięci o tych, co odeszli, jak też otaczanie
troskliwą opieką grobów rodzinnych kształtują jednostkę. Chęć
przedłużenia pamięci o bliskich zmarłych wyraża trwałość uczuć
wobec nich.

Odwieczne przykazanie miłości bliźniego ujawnia tragizm przepaści
między ideałami a rzeczywistością. Jeżeli przyjrzymy się bliżej
nam samym i naszym bliskim, spostrzeżemy tylko pewne drobne
odruchy, które mogą być wyrazem takiej miłości. Większość naszych
działań obraca się wyraźnie wokół własnych, osobistych interesów.

Jeżeli nawet wykazujemy zdolność do poświęcenia, to prawie
wyłącznie dla naszych najbliższych, tych, z którymi jesteśmy
silniej związani. Wobec tego nie możemy w pełni uważać naszego
postępowania za przejaw miłości bliźniego, gdy wynika ono tylko z
naszych osobistych potrzeb. Czyny nasze są przejawem miłości
dopiero wtedy, gdy wyrażają rezygnację z naszych potrzeb
osobistych - w szerszym lub węższym zakresie - na korzyść innych.

Innym problemem jest zagadnienie miłości czy raczej empatii
wyrażającej się w tendencji do utożsamiania się, i to pełnego, z
przedmiotem owej miłości.

Sądzę, że pełna, globalna identyfikacja z innymi jest wyrazem
niedorozwoju uczuć wyższych, fałszywej oceny
intelektualno-uczuciowej samego siebie i innych. Tylko pełne

utożsamianie się ze swoim konkretnym ideałem jest czymś pozytywnym. Z innymi możliwe i wskazane jest utożsamianie się częściowe. Pozwala ono na rozumną miłość, pomoc, przyjaźń, i to w bardzo głębokim znaczeniu, ale nie jest związane z utratą własnej osobowości.

Empatia jest ważną formą naszego stosunku do ludzi obcych, do ludzi o odmiennych poglądach i odmiennym stylu życia. Umożliwia ona spojrzenie na człowieka nie jak na osobistego wroga, ale jak na kogoś, kto, jeśli postępuje źle, to - być może - dlatego, że skłaniają go do tego czynniki odziedziczone i wpływy środowiska oraz niski poziom samoświadomości. Empatia pozwala na przyjęcie wobec takiego człowieka postawy ponadosobistej, postawy rozumiejącej. Takie ustosunkowanie się do ludzi obcych, nawet nieprzyjaznych, jest oznaką wyraźnego rozwoju ku osobowości.

Miłość bliźniego nie może kończyć się na rodzinie i relacjach indywidualnych z bliźnimi. Miłością i empatią powinniśmy obejmować społeczeństwo, w którym żyjemy, i całą ludzkość. Formami społecznej miłości mogą być różne organizacje społeczne i samowychowawcze. Ich celem powinno być doskonalenie się grupowe poprzez wypełnianie konkretnych i narzucających się zadań społecznych.

Dążenie do doskonalenia siebie i innych.

W różnych systemach wychowawczych zaleca się przed rozpoczęciem pracy nad przebudową moralną społeczeństwa przejść proces przekształcenia samego siebie. Niewątpliwie pewien stopień wyrobienia wewnętrznego musi mieć każdy, kto rozpoczyna autentyczną pracę społeczną. Jednakże czasowe następstwo obu faz

pracy nie jest konieczne. Świadomość własnej niedoskonałości, zaniepokojenie samym sobą, potrzeba realizacji ideału i związana z tym konieczność wewnętrznych przekształceń powinny iść w parze z podnoszeniem poziomu społeczeństwa.

Zmieniać, udoskonalać grupę, w której żyjemy, możemy tylko wtedy, gdy potrafimy pracować nad własnym rozwojem. W przeciwnym razie następuje wypaczenie pracy społecznej, staje się ona pozorem, pracą "na niby", przykrywką dla postaw i celów często nic z nią nie mających wspólnego. Dlatego duszne są zastrzeżenia wobec pracy społecznej jednostek bez zdolności do przekształceń wewnętrznych, bez zdolności do realizowania konkretnego ideału osobowego. Mamy tutaj do czynienia z brakiem uspołecznienia autentycznego. Wśród tzw. pracowników społecznych można wyróżnić wiele grup, np. grupę osób mało uzdolnionych lub niedołęgów życiowych, których skłonności do pracy społecznej opierają się często na nieświadomionych tendencjach szukania opieki dla siebie.

Inną grupę stanowią ci, dla których praca społeczna jest tylko okrasą ich działalności zawodowej lub okazją do łatwego zaspokojenia próżności i ambicji. Z tej grupy rekrutują się różnego typu "prezesi" i "przewodniczący", "członkowie zarządu"; których czynności polegają na zaspokajaniu potrzeb ambicjonalnych w działaniach pozornych, nie wymagających większego trudu. Nad zagadnieniem świadomie i celowo organizowanej "pracy społecznej" nastawionej na własny zysk materialny nie będę się zatrzymywał.

Człowiek podejmujący pracę społeczną na poziomie osobowości musi dokonywać przekształceń wewnętrznych własnych, pozornych, sztucznych, tymczasowych, nawykowych postaw. Musi też zdobyć

umiejętność wykrywania takich postaw w grupie społecznej, aby w pracy nad grupą, a przede wszystkim we współpracy z nią, przezwyciężyć wszystkie mechanizmy, w których instynkt samozachowawczy czy instynkt władzy, uczucie lęku czy potrzeba "świętego spokoju" ukrywane są pod szyldem i pod pozorem dobra społecznego.

Poczucie czci, niższości, winy i pokory.

Wszystkie te poczucia wyrażają hierarchiczność, wielopoziomowość własnego środowiska wewnętrznego. Zdolność do przeżywania czci i szacunku należy do podstawowych kryteriów rozwoju osobowości. Bez poczucia hierarchii wartości, bez poczucia istnienia wartości wyższych od naszych i bez emocjonalnej postawy szacunku dla tych wartości nie ma w nas potrzeby ideału. Nie działają dynamizmy pozwalające na ukształtowanie się w naszym środowisku wewnętrznym różnych poziomów. Zdolność do przeżywania uczucia czci wiąże się z regułą z procesem dezintegracji. Uświadomienie sobie istnienia własnego środowiska wewnętrznego, udział świadomości i uczuć w dynamice przekształceń wewnętrznych, poczucie częstej wędrówki "w dół i w górę", połączone z poczuciem własnej słabości, wahań, załamania, trudności w osiągnięciu wyższego poziomu - powodują wyraźne przeżycia wartości wyższych, mniej lub bardziej uosobionych i transcendentalnych. W wartościach tych szukamy pomocy i kierunku własnego rozwoju. Od nich się uzależniamy.

Z przeżywaniem poczucia czci wiąże się wyraźnie postawa alterocentryczna. Jednostki o dużym egocentryzmie, na poziomie pierwotnej, prymitywnej integracji nie są w stanie przeżywać uczucia czci. Bardzo łatwo natomiast przyjmują postawę dominacji,

a nawet tyranii w stosunku do słabszych oraz postawę lęku i zewnętrznego podporządkowania wobec silniejszych od siebie. Istnieją, jak wiemy, dwa rodzaje poczucia niższości: w stosunku do środowiska zewnętrznego i w stosunku do wartościowych hierarchicznie struktur własnego środowiska wewnętrznego. Drugi rodzaj poczucia niższości polega na przeżywaniu własnych różnopoziomowych możliwości. Przeżycie to łączy się z reguły z konfliktem pełnym dynamiki, z trudnościami uzyskania wyraźnej przewagi wartości wyższej nad determinacjami niższych wartości we własnym środowisku wewnętrznym, a w konsekwencji z potrzebą poszukiwania pomocy i oparcia u osób, które znajdują się - w ocenie danej jednostki - na wyższym poziomie rozwoju. W stosunku do tych osób rodzi się oczywiście poczucie niższości, ale nie zawiera ono zawiści, lecz uczucie czci.

Poczucie winy łączy się ściśle z przeżyciem czci i z poczuciem niższości. Wypływa ono zazwyczaj z poczucia niespodziewanego zawodu wobec tych postaw, które stanowią zaprzeczenie wymaganego od siebie poziomu. Poczucie winy jest wyrazem dysharmonii między ocenami własnych tendencji (przed i po ich uruchomieniu), wyrazem niedostatecznie opracowanej prospekcji, niedostatecznego udziału elementów wyobraźni w czynnościach, które mamy wykonać. Poczucie to, wskazując na niewystarczalność osiągnięć w pracy samowychowawczej, budzi często niezadowolenie z siebie i niepokój o właściwy poziom działania.

Rozwojowi poczucia winy sprzyja znaczna wrażliwość moralna. Ciągłe doświadczanie dystansu między ideałem, do którego dążymy, a osiągnięciami, między możliwościami a praktycznym postępowaniem,

ciągłe rozbijanie już - wydawałoby się - uzyskanego poziomu spowodować mogą stałe poczucie winy.

W przeżyciach winy odgrywa pewną rolę niezupełnie jasne, odziedziczone po przodkach poczucie odpowiedzialności za ogólnoludzkie, grupowe i rodzinne przewinienia.

Poczucie winy jest przeżyciem mniej lub bardziej wyraźnego odstępstwa od wyznaczonych przez dany kierunek społeczny czy moralny i przyjętych przez siebie zobowiązań, dotyczących bądź własnych celów, bądź celów grupowych, bądź wartości transcendentalnych. Poczucie winy jako przeżycie wewnętrzne jest więc mniej lub bardziej uświadamianym sobie przez daną jednostkę przestępstwem popełnionym wobec zasad przez nią przyjętych, uznanych i potwierdzonych, zasad, których pod sankcją odpowiedzialności wewnętrznej naruszać nie można. Oczywiście poczucie winy nie jest miarą wielkości popełnionego zła. Zło w ocenie społecznej może być niewielkie lub nie istnieć wcale. Niemniej jednak przeżycie winy może być bardzo silne i mieć charakter dramatyczny. Znaczenie ma tu więc nie sąd zewnętrzny, ale treść dramatu, który się odbywa w środowisku wewnętrznym, w procesie dezintegracji jednostki. Przekształcenie dramatu i rozwój wewnętrzny są możliwe poprzez ekspiację i sublimację, a nie kompensatę czysto zewnętrzną.

Mniej intensywną formą poczucia winy jest pouczynkowe poczucie winy z silną komponentą uwrażliwienia na sąd otoczenia. W jego powstawaniu podstawową rolę odgrywa moralno-estetyczne poczucie niewłaściwości uzewnętrznianego czynu. W powstawaniu zaś poczucia winy elementem zasadniczym jest świadomość upadku, utraty

osiągniętego poziomu.

Poczucie własnej małości przejawia się też w pokorze. Wyraża ona ocenę poziomu, na którym się znajdujemy ze względu na nasze braki: zmienność i falowanie wartości życia wewnętrznego, łatwość popełniania przestępstwa, kruchość naszej wiedzy i naszych sił moralnych. Pokora jest - połączonym z szacunkiem - uznaniem dla tych osób, które moralnie i intelektualnie zbliżyły się do własnego ideału osobowości i do wartości transcendentalnych.

Poczucie pokory jest wyrazem wielowymiarowego światopoglądu, w którym obok przeżywania wyższej rzeczywistości występuje realizm w ocenie własnego poziomu i własnych możliwości. Indeterminizm naszego duchowego, wewnętrznego rozwoju jest tutaj krępowany poczuciem determinizmu strony somatycznej, popędowej i moralnej. Determinizm ten wyznacza nam w ocenie siebie wyraźne określone miejsce, z którego można wznieść się na wyższy poziom tylko poprzez trudną walkę wewnętrzną.

Wymienione wyżej właściwości i przeżycia z nimi związane są znamionami rozwijającej się osobowości. Rozwój ten bowiem nie istnieje bez przeżywania czci dla wyższej hierarchii wartości ani bez poczucia niższości, winy i wstydu. Poczucia te są wyrazem pierwszej oceny popełnionego zła. Są więc pierwszym krokiem w kierunku zmniejszenia zła, jego pokonania. Pokora pozwala właściwie ocenić stan, w którym się znajdujemy, pozwala ocenić odległości, które mamy przejść, opory, które mamy pokonać. Silna komponenta hierarchiczna w rozwoju poczucia pokory opiera się nie tylko na wyżej omówionych właściwościach, ale i na poczuciu zależności od - być może nieskończonej mądrości

transcendentalnej. Przeżywanie pokory jest w tym sensie skutkiem poczucia winy w przypadku postępowania niezgodnego ze wskazaniami hierarchii wartości i konkretnego ideału osobowości.

Przystosowanie się do cierpienia i śmierci.

Mówi się, że podstawowym i najsilniejszym dążeniem istoty żyjącej jest tendencja do zachowania siebie i swego gatunku. Dla najlepszego zachowania siebie jako organizmu fizycznego niezbędne byłoby więc jak najmniejsze podleganie urazom, cierpieniom, jak największa równowaga psychiczna, jak najszersze realizowanie nieszkodliwych dla zdrowia przyjemności.

Instynkt gatunkowy idzie jednak innymi drogami i często jest w sprzeczności z instynktem samozachowawczym (np. zbyt duża płodność i zbyt duża troskliwość o wychowanie potomstwa zużywa i podcina organizm matki). Zachowanie gatunku wymaga poświęcenia jednostki.

Możemy powiedzieć, że instynkt gatunkowy przekształcając się w instynkt rodzicielski wprowadza element przeciwstawienia, walki i ogranicza działanie instynktu samozachowawczego: Dochodzi do ścierania się dwóch jednopoziomowych sił. Biorą one udział w tworzeniu się zawiązków konfliktów wyższego rzędu. Konflikty te są uwarunkowane rozszczepieniem instynktu samozachowawczego i gatunkowego na kilka poziomów, od bardzo prymitywnych do najwyższych.

W świecie wartości kulturowych doniosłą rolę odgrywa poświęcenie.

Nakazy kultury realizowane są często wbrew popędowi naturalnemu.

Cierpienie, ofiara, a nawet śmierć mogą rodzić wartości wyższe.

Jest to przejaw prawa zachowania energii, prawa wymiany jednej wartości na inne. Ciężkie przeżycia nie zawsze rozprzegają życie

psychiczne, często hartują i udoskonalają. Ćwiczenia w opanowaniu siebie wytwarzają odporność, wzmacniają czujność moralną, zwiększają gotowość do świadomej walki w imię wyznawanych zasad. Przeżyte cierpienia, jeżeli je umiemy dobrze przeżyć, uwrażliwiają nas na cierpienia innych, budzą w nas nowy zmysł, czynią wyłom w naszym nadmiernie egocentrycznym ustosunkowaniu się do otaczającego świata.

Reakcja na cierpienie może być różna. U jednych wywołuje ono potrzebę projekcji na zewnątrz, chęć wyładowania nagromadzonej energii w formie zemsty lub agresji. U innych, w miarę wzmagania się cierpienia, pojawiają się stany stopniowego znużenia, poddania się mu, rezygnacji i zamierania energii. U jeszcze innych występują tendencje do zastępowania rozbitych form życia formami nowymi. Reakcja taka zachodzi zazwyczaj u osób o chwiejnym rozkładzie tendencji, bez stabilizacji biopsychicznej, o gotowości do dezintegracji, ale zarazem o przewadze potrzeb kulturowych nad instynktem samozachowawczym, umożliwiającym harmonizację i rozwój osobowości.

Cierpienie i wyrzeczenia mogą rodzić postawy przeciwstawiania zakłamaniu stosunków życiowych ideału prawdy bezwzględnej, a krótkotrwałości związków uczuciowych - trwałości tych związków. Przy takiej postawie i działalności w nowym układzie wartości jednostka nie musi przenosić się do świata prawd bezwzględnych czy ideału. U osób czynnych, przygotowanych i przystosowanych do pracy reformatorskiej w świecie realnym, potrzeba ta może być wykorzystana do pracy wychowawczej poprzez stopniowe przenoszenie do grupy społecznej wartości zdobytych w cierpieniu.

Osoba znajdująca się na wysokim poziomie procesu dezintegracji, o wyraźnym ideale osobistym, o wszechstronnych doświadczeniach życiowych, o wyraźnej skłonności do retrospekcji i prospekcji, często już od lat dziecięcych niejako przygotowuje się do śmierci. Kierunek podejmowanej pracy, takie lub inne formy postępowania są często uwarunkowane pamięcią o własnej śmierci. W działaniu, w wyobrażeniu wysuwają się wtedy na pierwszy plan cele ponadzmysłowe i dążenie do "nieśmiertelności" (sława, wielkość, doskonałość).

Jednostki takie zazwyczaj zdobywają się na czyny ofiarne i bezinteresowne, na poświęcenie i bohaterstwo. Potrzeba pracy dla przyszłości, dążenie do tworzenia dzieł trwałych, niezniszczalnych charakteryzuje ich stosunek do życia. Ludzie ci wierzą, że głębokie związki indywidualne przetrwają śmierć. W ten sposób wyraża się ich postawa osobowościowa, natomiast w dążeniu do realizacji dóbr kulturowych o trwałym znaczeniu wypowiada się "człowiek wieczysty, narodowy i powszechny".

Przy osiągnięciu osobowości ustosunkowanie się do śmierci jest wypadkową dwóch postaw: jednej - rozumowej, obiektywnej, krytycznej, i drugiej - uczuciowej, dramatycznej. Pierwsza wyraża stosunek do śmierci jako powszechnego procesu, obejmującego wszystkie jednostki, druga wyraża dramat, w którym zaprzeczenie życia biologicznego wiąże się z potrzebą, a niekiedy nawet koniecznością życia nadzmysłowego. Dramat ten przechodzi często w stan spokoju, harmonii wewnętrznej, wiążącej się poprzez medytacje z bytem ponadzmysłowym. Pokora i poczucie, że jesteśmy mało znaczącą drobiną w strukturze wszechświata, skłonność do obiektywnego ustosunkowania się do rzeczywistości, wiara w

zachowanie indywidualnego bytu duchowego rodzą postawę powagi i okresowego spokoju w ustosunkowaniu się do własnej śmierci.

Zdolność do medytacji.

Zdolność do medytacji świadczy o powstawaniu osobowości. Medytacja jest wyrazem przejścia od powierzchownych sądów, od przytakiwania do świadomych odczuć i wypracowanych zasad postępowania. Potrzeba medytacji wyraża przejście od życia wraźniowego do życia myślowego, od wrażeń zewnętrznych do przeżyć wewnętrznych, od reaktywnego życia emocjonalnego do pogłębionego życia uczuciowego sprzężonego z intelektem, od przeżyć wewnętrznie luźnych do przeżyć scalonych. Przede wszystkim zaś medytacja wyraża harmonizowanie się jednostki na wyższym poziomie. Stan medytacji - to moment oceny własnego postępowania, konfrontacja z wymaganiami, jakie sobie stawiamy. Medytacja to równocześnie zapładniające przebywanie w świecie wartości wyższego rzędu, które nasycają nas nową energią życiową.

Medytacja harmonizuje poziom biologiczny, w którym rozgrywa się większość doświadczeń życia codziennego, z wyższymi poziomami naszego życia uczuciowego, ucisza i pogłębia dramatyczność przeżyć związanych z rezygnacją z niektórych dotychczasowych wartości i skłonności na rzecz innych, wyższych w hierarchii rozwoju.

Medytacja jest wyrazem łączenia życia czynnego z samotnością.

Zdolność i potrzeba odosobnienia wskazują zazwyczaj u ludzi normalnych na to, że znajdują się oni na drodze do rozwoju swej osobowości. Osoby, które nie czują takiej potrzeby lub nie znoszą samotności, są całkowicie uzależnione od strefy przeżyć zewnętrznych, zmysłowych. Nie są przygotowane do przemiany

wewnętrznej. Słusznie mówi Dostojewski, że samotność dla psychiki jest tym, czym pożywienie dla ciała. Zdolność do kontemplacji i samotności świadczy o samoistności jednostki, o jej niezależności duchowej.

Nadmierna potrzeba ciągłej styczności z grupą może wskazywać na pewne stany chorobowe. Wiele osób objawiających stany lękowe nie znosi samotności. Jednostki takie odseparowane od życia w gromadzie popadają w depresję. Możliwe też, że wiele stanów hipomaniakalnych powstaje na podłożu chorobowej potrzeby kompensacyjnej, spowodowanej brakiem wystarczająco częstych i szerokich zetknięć z grupą. U osób o usposobieniu czynnym, energicznych medytacja może wywołać stan uniesienia, napięcia, gotowości do najwyższych poświęceń.

Krótkotrwałe stany uwznioślenia przeżywa większość ludzi w wyjątkowych okolicznościach, np. w chwili otrzymania wiadomości o uratowaniu kogoś bliskiego od zagrażającej mu śmierci, są one jednak innego rodzaju. Uwnioślenie, o jakim wspomniałem wyżej, opiera się na stopniowym uniezależnianiu się zharmonizowanych wyższych zespołów psychicznych od tendencji popędowych.

Zdolność do medytacji u osoby rozwijającej się wszechstronnie nie tylko nie upośledza jej zdolności do aktywnej pracy w społeczeństwie, ale ją uszlachetnia, oczyszcza z elementów powierzchownych, ze skłonności impulsywnych. Pozwala na krytyczną ocenę siebie, ułatwia wgląd we własną osobowość i pozwala na wyraźną projekcję drogi do coraz wyższego poziomu indywidualnego.

Odczucia estetyczne, rola sztuki w rozwoju osobowości.

Osobowość, której rozwój ma charakter wszechstronny, staje się

coraz bardziej wrażliwa na oddziaływanie wielkiej sztuki. Zdolność odczuwania sztuki jest jednym z ważnych składników struktury osobowości. U Michała Anioła, Jana Władysława Dawida czy Stefana Żeromskiego struktura artystyczna była dominująca. Najślabszą stosunkowo komponentę artystyczną posiadał Jan Władysław Dawid i, być może, zbyt słabość "korelatu artystycznego" była jedną z przyczyn szybkiego i jednostronnego spalania się wewnętrznego, zbyt ostrego załamania i zbyt silnego, pospiesznie narastającego instynktu śmierci.

Sztuka pozwala osobowości o dominancie artystycznej na najwyższe odkrycia myślowe i moralne. Ludwig van Beethoven uważał, iż muzyka jest wyższa niż mądrość, niż filozofia. Sokrates przez silne umiłowanie piękna nadał indywidualne znamię swojej nauce o bezosobowych ideałach ogólnych, o bezosobowej "istocie rzeczy". U Miguela de Unamuno przeżyciowość i konkretność zjawisk zdecydowały o odrzuceniu wszelkiej filozofii oderwanej, natomiast zbliżyły go do człowieka konkretnego i do sztuki.

Historia sztuki hinduskiej, egipskiej, greckiej, chrześcijańskiej przemawia wprawdzie za tym, że sztuka najwyższa jest domeną "wtajemniczonych", "wybranych", a stając się przeżyciem szerokich rzesz traci na swojej sakralności", swoim "wtajemniczeniu" i poziomie. Ale faktem jest, że niektóre rodzaje i niektóre elementy wielkiej sztuki poruszają ukryte i przytłumione zawiązki osobowości chyba u większości ludzi. Wielka sztuka zawiera wyraźne elementy myślowe, społeczne i moralne, które oddziałują na ludzi, ponieważ przedstawia ona dramat rozwoju człowieka. Sztuka odśania proces dezintegracji, dynamikę stosunku do ideału osobowego,

zmiennosc i konflikty rozwojowe. Sztuka ujawnia załamania człowieka, jego drogę od sensualizmu i abstrakcji do wysokiego poziomu konkretyzmu, od jednostronnego racjonalizmu do intuicjonizmu, od postaw popędowych do nadpopędowych, od wymiaru jednopoziomowego do wielopoziomowego. Elementy te w różnych konstelacjach i różnym nasileniu znajdujemy w życiu i twórczości Fidiasza, Sokratesa, największych tragików greckich, Michała Anioła, Dantego, Szekspira, Adama Mickiewicza i wielu innych twórców.

Dramatyczność postawy życiowej.

W okresie tworzenia się związków osobowości i później, w okresie ich rozwoju, zachodzą zasadnicze wstrząsy w życiu jednostki, kryzysy duchowe, które są skutkiem walki zespołów różnych tendencji jednopoziomowych i wielopoziomowych.

Walka ta zawiera w sobie zasadniczy element zmagania się dobra ze złem. Wiąże się z nabrzmiałym tragicznością poczuciem konieczności wyboru i decyzji. Jest to Hamletowskie "być albo nie być", Kierkegaardowskie "albo-albo". "Ja walczę - mówi Seren Kierkegaard - o wolność, o przyszłość, o albo-albo [...]. Wybiera się samego siebie nie w swej bezpośredniości, nie jest to przypadkowe indywiduum, - lecz wypiera się siebie samego w swoim milczeniu [...] Człowiek posiada siebie samego [...] jako określonego przez siebie samego, chcę powiedzieć jako wybranego przez siebie samego, jako wolnego; gdy jednak posiądę siebie samego w ten sposób, wyłania się absolutna dyferencja między dobrem a złem. Dopóki jeszcze sam nie wybrał, dopóty ta dyferencja zostaje w ukryciu [...]. Absolutny wybór samego siebie jest moją wolnością [...].

Chwila wyboru została dla mnie zawsze uroczysta i czcigodna,
choć w tedy, gdy wybierałem, ulegałem wpływom drugich*.

(*S.Kierkegaard: Wybór pism. Lwów 1914)

Według Kierkegarda człowiek powinien być "nieustraszony wśród
grozy, namiętności i pokus życiowych, ma kroczyć naprzód po
ścieżce wiary, ścieżce stromej i niebezpiecznej, lecz pewnie
wiodącej do celu, a wiara ta ma być cicha, korna, gotowa do ofiar,
cierpień i trudów. Milczenie, trwoga i drzenie - oto jej wyraz.
Ale do tej wiary dojść trzeba poprzez dziki i straszny las pełen
ostrych cierni, przez który należy się przebić na wzór owego
Durerowskiego rycerza, pewnego siebie i ufnego w Bogu, któremu
służy i którego kocha".

Zanim staniemy się wyraźnie nowym człowiekiem, zanim przejdziemy
"na drugą stronę", przeżywamy okres walki wewnętrznej wymagającej
nie tylko łagodnego wyzwania się od czynności dotychczasowych
struktur, ale niekiedy zerwania związków ze strukturą, którą
uważamy za niewłaściwą, za nieistotną, za szkodliwą dla rozwoju. W
okresie, kiedy przestajemy być "dawniejszym człowiekiem", a nie
staliśmy się jeszcze człowiekiem "obecnym" i "przyszłym",
przeżywamy głębokie napięcia kryzysowe. "Przychodzi chwila - pisze
Dawid - kiedy czujący i myślący człowiek powiada: tak dłużej żyć
nie mogę. Muszę znaleźć dla siebie "nową formę życia", nie zaś
poznania. W najwyższych napięciach duchowych człowiek czuje, że
musi sam coś wiedzieć, postanowić, uczynić, że nikt go zastąpić
nie może".* (*J.W. Dawid: Ostatnie myśli i wyznania. Warszawa
1935)

A oto wypowiedź jednego z moich pacjentów, wybitnie zdolnego i

twórczego. "Nie znoszę mglistych i abstrakcyjnych systemów filozoficznych, nie znoszę gimnastyki ideami bez związku ze sprawami ludzkimi indywidualnymi i społecznymi. Napawają mnie nieufnością dialogi z bóstwem, które właściwie są monologami, wołaniami bez odpowiedzi. Nie uznaję nieumotywowanych, mało konkretnych fantazji transcendentálnych i dogmatycznych. Udręczony niedolą świata, widzę możliwość jej przekroczenia. Potrzebny jest więc olbrzymi wysiłek ludzki, wysiłek indywidualny, społeczny, który powinien wytworzyć nową rzeczywistość o wysokiej hierarchii wartości, ale wartości ludzkich i dla ludzi".

Przeżycia takie doprowadzają do negatywnego ustosunkowania się do dotychczasowych celów i sposobów życia, których wartość maleje lub niknie. Równocześnie rozpoczyna się gorączkowa praca poszukiwania sensu własnego istnienia w znaczeniu głębokiego, konfliktowego przeżywania. Chodzi o znalezienie innych treści egzystencjalnych, w nowym wymiarze, co wiąże się z przeżywaniem dramatu osobistego.

Niektóre właściwości indywidualne osobowości

Często u osób młodych w okresie dojrzewania, a niekiedy u osób dorosłych w okresach wielkiej radości, cierpień czy zwątpienia pojawia się poczucie osamotnienia, poczucie "inności". Owa inność w przeżyciach jest wyrazem działania czegoś dotychczas nie znanego, przychodzącego jakby z zewnątrz, niespodziewanego, do czego brak nam "przystosowalników" w strukturze psychicznej. Im mniejsza sztuczność tej struktury, im większy spokój jej niechorobowej dezintegracji, tym częstsze są owe stany, ale tym

mniej obce. Są one cechą ludzi wrażliwych o wzmożonej pobudliwości psychicznej.

Skłonność do niechorobowej dezintegracji jest zasadniczą właściwością psychiki zdolnej do ewolucji. Osoby takie są na pozór niedojrzałe. Spostrzegamy u nich często pseudoinfantylnizm psychiczny, świeżość, zdolność do entuzjazmu, skłonność do idealizowania. Osoby takie "permanentnie dojrzewają", w przeciwieństwie do większości ludzi, u których następuje względnie szybkie usztywnienie w przystosowaniu się do typowego środowiska.

Osoby z małą spoistością struktury - jeżeli nie jest to struktura istotnie chorobowa - przejawiają zdolność do przemian pozytywnych, czyli dezintegracyjność osobową, którą w zakresie niechorobowym można uważać za podstawowy sprawdzian rozwoju. Na odróżnienie dezintegracyjności pozytywnej od negatywnej pozwala wyraźna, zapowiadająca się obecność czynnika organizującego stan rozluźnienia lub rozbicia. Czynnikiem ten organizuje strukturę osobową przez hierarchizowanie i celowe użytkowanie jej nadbudowy na wyższym poziomie.

Jakie zasadnicze właściwości indywidualne składają się na strukturę osobowości? Jak już mówiliśmy, jedną z takich właściwości jest zasadniczy kierunek zainteresowań oraz uzdolnień, zdolność do szukania rzeczywistości na różnych poziomach, o indywidualnym zabarwieniu i specjalnym tonie uczuciowym.

Chodzi tu o wyraźne zainteresowania, uzdolnienia i talenty samouświadomione i samopotwierdzone, nadające zasadniczy ton psychice, bez których nie można sobie wyobrazić danej jednostki.

Są to np. zainteresowania i uzdolnienia Sokratesa, bez których

życie nie przedstawiałoby dla niego - jak sam mówi - żadnej wartości (Platon - Obrona Sokratesa), jest to talent muzyczno-poetycki Chopina. Mogą to być uzdolnienia wychowawcze, lekarskie, architektoniczne, zamiłowania przyrodnicze, podróżnicze, zainteresowania roślinami, ogrodem, zamiłowania dekoracyjne bądź zainteresowania opiekuńcze pielęgniarek czy wychowawców. Zainteresowania te i uzdolnienia nie muszą być na poziomie talentu. Ale nawet w formie zawiązkowej są tak swoiste, tak związane z konkretną osobą, że muszą być uważane za dar natury przyniesiony ze sobą na świat, dar, którego nie da się odłączyć od dalszych dziejów jednostki.

Drugą właściwością indywidualną są trwałe związki uczuciowe miłości i przyjaźni. Związki te symbolizuje mit platoński o dwóch połowach duszy. Przykładem takich związków jest zespolenie Sokratesa czy Pitagorasa ze swoimi uczniami. W życiu codziennym spotykamy takie zespolenia indywidualne lub grupowe na bardzo wysokim poziomie. Są to napięcia duchowe w miłości małżeńskiej, związku braterskim czy siostrzanym, w związku przyjaźni pozarodzinnej, czy w związkach ideowych.

Trzecią zasadniczą cechą indywidualną jest świadome utożsamienie się ze sobą i własną historią rozwoju. Cechą czwartą jest specyficzny, niepowtarzalny ton życia duchowego i specyficzny przejaw tego życia widoczny w wyrazie twarzy, oczach, ruchach, tonie głosu, sposobie zachowania się, osobistym wdzięku, w innych formach "indywidualnego magnetyzmu".

Samouświadomienie, samowybranie, samopotwierdzenie i

samowychowanie

Zazwyczaj odróżniamy świadomość samego siebie od świadomości świata zewnętrznego. Podstawowymi właściwościami samoświadomości są: odróżnienie siebie od świata zewnętrznego, a zwłaszcza od innych osób, oraz poczucie własnej aktywności, poczucie tożsamości siebie w czasie i poczucie pojedynczości (K. Jaspers). Mówiąc o świadomości siebie, wypełnionej wyraźną treścią, możemy mówić o świadomości własnej osoby.

Zmiany w świadomości własnej osoby występują przede wszystkim w okresie dojrzewania, w którym dochodzi do głosu poczucie przemian, poczucie stawania się kimś innym. Doznaniom tym towarzyszą stany okresowej depresji (zamierania czegoś) i podniecenia (stawanie się czegoś nowego), naprzemiennie występujące poczucia: niższości i wyższości, sprzeczności w sobie i wzmacniającej się jedności. Jest to przejaw dezintegracji o charakterze raczej psychofizjologicznym niż moralnym. Zanika bowiem stopniowo indywiduum dziecięce, a powstaje osoba dorosła. Dotychczasowe tendencje słabną, nękają lub nabierają innej barwy. Powstają zaś inne, często obce i przykre, częściowo przyciągające nowością.

W niektórych zaburzeniach chorobowych (ciężkie psychonerozy, schizofrenia) mamy do czynienia z objawami podobnego rodzaju, mianowicie z poczuciem czegoś obcego w sobie, czegoś innego, nadwartościowego, z brakiem pełnego odczuwania siebie jako całości, jako czegoś zintegrowanego.

W procesie określonym przez nas jako samouświadomienie, powstającym w związku z kryzysami moralnymi, z przekształceniem

siebie ("narodzenie się osobowości"), występują objawy analogiczne, ale nie identyczne. Jest to proces samouświadomienia i odczuwania w sobie struktury wyższej i niższej, duchowej i popędowej, proces uświadomienia sobie struktury oddzielającej się od oddzielanej. Stroną czynną, kierującą jest struktura oddzielająca się, uświadomiona jako duchowa, nadpopędowa, wywołująca poczucie podporządkowania i przetwarzania właściwości ewolucyjnie niższych na korzyść rodzącego się i uwyrażniającego się ideału. Samouświadomieniu towarzyszą zazwyczaj silne przemiany uczuciowe, przejawiające się w poczuciu zamierania, odchodzenia, depresji oraz w poczuciu powstawania, potwierdzania, pobudzania, a niekiedy ekstazy. Istnieje jednak zasadnicza różnica pomiędzy analogicznymi objawami zachodzącymi w okresie dojrzewania i w stanach chorobowych. Świadomość wówczas nie ulega bowiem zamroczeniu. Przeciwnie, jest wzmocniona i wykazuje duże napięcie. Życie codzienne jednostki charakteryzuje się współdzwiężeniem mimo skupienia i wyosobnienia.

W procesie samouświadomienia następuje podporządkowanie się silnej dominancie, którą jest naczelną, wyraźnie uchwycona idea. Przy udziale retrospekcji i prospekcji zaznacza się wyraźniej niż dotychczas linia życia. Ową naczelną ideę - wzór życia, będziemy nazywać ideałem osobowości. Stan właściwy samouświadomieniu wyraża się w dezintegracji, w odrzucaniu części własnej struktury. Może on przejawiać się w formie ostrej, może trwać miesiące, lata, a nawet całe życie.

Wielopoziomowa niechęć do samego siebie i sympatia do samego siebie mają jakby nerwicowy czy psychonerwicowy charakter. A jest

to w gruncie rzeczy proces przemian, w którym tworzy się nowa struktura, nowy zespół funkcji w miejsce struktur dawnych. Jest to jakby dłużej trwający czy wielokrotnie się powtarzający okres dojrzewania, który tym się różni od właściwego okresu dojrzewania, że nie dotyczy stadiów rozwoju, ale różnic poziomów. W ten sposób wyraża się wybór pomiędzy byciem indywiduum (jednostką) a stawaniem się osobowością.

Zachodzi tu nie wyjaśniony dotychczas proces, dzięki któremu jednostka staje się wypadkową czynników działających już w tonie matki, otoczenia biologicznego i społecznego oraz ciągle zyskującego na sile czynnika: samookreślenia siebie, samooddziaływania na siebie, tzw. czynnika trzeciego (zespołu czynników autonomicznych, wybiórczych, "siebie w sobie"). W procesie tym podstawową rolę odgrywa stały obraz własnego ideału osobowego dynamizowany w procesach dezintegracji i samowychowania. Mamy tutaj do czynienia z aktywnością dynamizmu "przedmiot-podmiot" w sobie.

U dziecka mogą istnieć zawiązki samowychowania, ale przejawiają się w bardzo małym stopniu. U znacznej większości ludzi dorosłych o normalnym poziomie integracji samowychowanie jest zjawiskiem odcinkowym, okresowym, niewyraźnie uświadomionym i nie wyodrębnionym z innych metod wychowawczych. Właściwie o samowychowaniu możemy mówić dopiero od chwili, gdy zaczyna się rodzić osobowość, tzn. od momentu, kiedy zaznacza się proces samowychowania i samowiedzy, w którym dochodzi do nasilenia się potrzeby wyróżniania w nas tego, co stanowi naszą istotę. Dochodzi wówczas do prób ujęcia tej istoty w jej właściwościach

biologicznych i pozabiologicznych, w jej hierarchii wartości i celach.

Samowychowanie to proces dopuszczania do świadomości wszelkich bodźców i wszelkich treści, które mogą oddziaływać wychowawczo.

Samowychowanie wiąże się z ciągłym różnicowaniem i wybiórczym traktowaniem tych bodźców, częściowym lub całkowitym odrzucaniem jednych z nich, a dopuszczaniem innych, oraz z kontrolą zachodzących zmian nie tylko przez intelekt, ale również przez uczucia wyższe.

Samowychowanie to proces rozważania i kontroli impulsów, których źródłem jest ideał osobowy i wcielanie go w życie. Samowychowanie to także oddzielanie w życiu codziennym tego, co jest naszą istotą, od tego, co nią nie jest (co ma nam tylko dostarczyć materiału budowlanego do rozwoju), oddzielanie wartości trwałych od przemijających, pozoru od rzeczywistości.

Samowychowanie w życiu codziennym polega na realizacji poszczególnych celów wychowawczych wypływających z ideału osobowego. Jest to droga wyrabiania w sobie nawyków sublimacyjnych, zdrowego odrzucania mechanizmów kompensacyjnych, które schodzą na dalszy plan, przestają być dla osobowości metodami wychowawczymi. Samowychowanie to metoda realizacji siebie przez oddawanie się pracy nad innymi, przez otworzenie się na trudności, konflikty, braki i błędy innych ludzi. Samowychowanie w codziennych doświadczeniach życiowych to także zapomnienie o sobie, to pozorne zatarcie swojej osobowości w służbie ideałów miłości bliźniego, ideałów wspólnych wszystkim ludziom na świecie. Mają one największą szansę realizacji w tych systemach, w których

człowiek i jego rozwój są głównymi celami działań społecznych.

Jeszcze o definicji osobowości

W związku z podaną wyżej definicją osobowości, z jej podstawowymi właściwościami ogólnymi i indywidualnymi, z jej wyraźną hierarchiczną strukturą wartości osiąganą w wyniku dynamicznego rozwoju tkwiących w niej zawiązków należy zwrócić uwagę na dwa aspekty: 1) wielopłaszczyznowość (aspekt empiryczno-normatywny), 2) trwałość i niezmienność pewnych właściwości i postaw osobowości oraz ich rozwój "ilościowy".

Aspekt empiryczno-normatywny.

W higienie psychicznej posługujemy się metodami empirycznymi między innymi w badaniu zawiązków (zadatków) osobowości. Badamy wzmożoną pobudliwość psychiczną i wzmożoną zdolność do rozwoju, które są ze sobą ściśle zespolone. W badaniach empirycznych stykamy się ciągle z zagadnieniami hierarchii wartości i ich realizacji. Przy badaniu człowieka musimy stosować skalę wartości już istniejących oraz obserwować, jak one powstają i jak się rozwijają.

Stwierdzamy te zmiany m.in. przez badania katamnetystyczne osób, które osiągając coraz wyższe wartości w takiej lub innej skali czy hierarchii realizują swój program i cele. Realizują niejako "własne normy osobowościowe". Kształtowanie się osobowości jest zatem zjawiskiem zarówno empirycznym, jak i normatywnym.

Oznaczone, zdiagnozowane poziomy funkcji uczuciowych i popędowych oraz poziomy wartości i celów opierają się z jednej strony na ścisłym ich badaniu, a z drugiej - na projekcjach poziomów

hierarchii wartości i celów, mają zatem zarówno charakter empiryczny, jak i normatywny, a więc teleologiczny.

Wnioski z badań empirycznych dotyczące struktury osobowości przenosimy do analizy osobowości historycznych, które umieszczamy w określonych skalach wartości biologicznych, społecznych i indywidualnych. I tutaj również empiryczny punkt widzenia łączy się z normatywnym.

Zarówno jednostki o rozwijającej się osobowości badane aktualnie, jak i osobowości historyczne, rozpatrywane z punktu widzenia realizowanego lub osiągniętego ideału, wymagają konstruowania norm osobowości w sposób obiektywny, empiryczny i normatywny. Możemy powiedzieć, że ze względu na przedmiot i metodę badań normy te są koniecznością logiczną. Służą życiu codziennemu i badaniom naukowym. Ich skala obejmuje wartości życiowe wybitnych osobowości historycznych i osób żyjących na poziomie najwyższym. To pozwala określić miejsce, jakie zajmują badane jednostki w tak skonstruowanej skali.

Określając hierarchię wartości w nauczaniu, w zasadach zachowania, w konfliktach życia codziennego, we wzorach zachowań młodzieży i osób dorosłych, posługujemy się stale określonymi, empirycznymi normami moralnymi, od najniższych do najwyższych.

Budując skalę poziomów funkcji uczuciowych i popędowych, budujemy również skalę wartości i celów. Wyższe poziomy funkcji uczuciowych i popędowych są bowiem skalami empirycznymi i normatywnymi dla różnych poziomów wartości. Poziomy rozwoju są zatem obiektywnie wymierzalne. Dysponujemy już wstępnym zestawem testów do diagnozy poziomów funkcji uczuciowych i popędowych, a więc i do diagnozy

poziomów wartości. Oczywiście metody te nasuwać mogą zastrzeżenia, nie może ich bowiem cechować zbyt wysoka precyzja; niemniej jednak diagnozowanie rozwoju uczuciowo-aksjologicznego jest faktem.

Trwałość cech i ich wzbogacanie.

Podkreślałem wielokrotnie, że w okresie rodzenia się osobowości - przez co rozumiemy zasadniczy przełom w życiu jednostki lub jej powolne, ale wyraźne dojrzewanie - jednostka ta przeżywa w sposób bardzo silny swą przemianę strukturalną. Ma poczucie powstawania inności, odmienności pod względem hierarchii wartości. Przeżywa znaczny wzrost uwrażliwienia na jedne wartości i osłabienie wrażliwości na inne. Przeżywanie wartości powszechnych i indywidualnych wyraża się m.in. w przekonaniu, że bez niektórych wartości konkretnych życie nie miałoby sensu.

Występują tutaj opisane już indywidualne właściwości osobowości: główny kierunek zainteresowań, uzdolnień, talentów, trwałe i wyłączne związki uczuciowe, niepowtarzalność osobniczych elementów nastrojowo-uczuciowych, świadomość odrębności własnej i odrębności historii własnych przeżyć i rozwoju, które są sprzężone z powszechnymi, społecznymi wartościami osobowości. Trwałość i wyłączność tych właściwości są podstawowymi elementami osobowości. Syntetyzując sprawę najwyższych wartości przypomnijmy, że na poziomie osobowości rozróżniamy dwie esencje: indywidualną i społeczną (powszechną). Pierwsza zawiera główne kierunki zainteresowań i uzdolnień, wyłączne, trwałe związki uczuciowe i świadome utożsamienie się z sobą i własną historią rozwoju. Druga zawiera empatię, odpowiedzialność, autonomię, autentyzm, wysoki poziom świadomości społecznej. Obie esencje są wzajemnie

uwarunkowane. Nie można być autentycznie społecznym, nie posiadając esencji indywidualnej, i odwrotnie. Jakość tych esencji jest niezmienna. Podlega tylko wzrostowi ilościowemu.

Oczywiście w procesie rozwoju jednostki w kierunku osobowości powstają nowe jakości, jednakże nie uszczuplają one i nie osłabiają centralnego miejsca jakości dotychczas samouświadomionych, samowybranych i samopotwierdzonych. Nowe jakości mogą wzbogacać osobowość, ale zawsze są marginesowe wobec jej jakości centralnych.

A zatem w świecie wartości kształtowanych od chwili narodzenia się osobowości obserwujemy zmiany ilościowe wartości. Nie obserwujemy zmian jakości przyjętych i przeżywanych przez osobę jako centralne, stanowiące warunek sine qua non sensu istnienia.

Konieczne jest więc zaakcentowanie w naszej definicji osobowości tej właśnie niezmienności jakości centralnych. Przypomnijmy, że osobowość to samouświadomiona, samowybrana, samopotwierdzona i samowychowująca się jedność podstawowych właściwości (jakości) indywidualnych i społecznych. Jakości te są niezmiennie i rozwijają się w kierunku konkretnego ideału indywidualnego i powszechnego (społecznego).

5. Metody badań poziomów wartości ludzkich - drogi do osobowości

Istnieją różne metody badania psychomotoryki, inteligencji teoretycznej i praktycznej, wielu cech osobowości jednopoziomowej (np. Rorschach); istnieją także metody diagnozy psychologicznej różnorodnych zespołów objawów psychopatologicznych. Jeżeli chodzi

o badania wartości osobowych i osobowości jako najwyższego zespołu wartości, do którego możemy podejść empirycznie, to próby ich przeprowadzenia umożliwiła teoria dezintegracji pozytywnej.

Metodyka tych badań uwzględnia wielopoziomowość funkcji uczuciowych i popędowych, a więc i wielopoziomowość wartości.

Teoria dezintegracji pozytywnej wychodzi z założenia, że istnieje obiektywna podstawa uznawania niektórych aksjomatów w dziedzinie funkcji uczuciowych i popędowych, tak jak w dziedzinie percepcji i analizy logicznej. Takie aksjomaty (fakty podstawowe) mogą być gruntownie i systematycznie opisane, wyróżnione, skontrolowane.

Należy do nich np. przekonanie, że tortury, skazanie kogoś bez postępowania i dowodu sądowego lub bicie małego dziecka są czymś złym. Takie sądy wartościujące są tak samo oczywiste jak percepcje kolorów, kształtów, percepcje dotykowe, smakowe, węchowe czy takie pewniki logiczne jak to, że $2 \text{ razy } 2 = 4$. Żeby nie dostrzegać faktów podstawowych dotyczących funkcji uczuciowych i popędowych, a więc i wymienionych wyżej wartości, trzeba być upośledzonym moralnie lub uczuciowo. Niezdolność do uznania kategorii logicznych oznaczać może poziom idiotyzmu lub imbecylności. Trzeba mieć pewne zmiany mózgowo lub wady zmysłów (np. daltonizm), żeby nie rozróżniać barw, nie słyszeć dźwięków, nie czuć różnych zapachów itd.

Teoria dezintegracji pozytywnej, wychodząc od aksjomatów w dziedzinie funkcji uczuciowych i popędowych, a tym samym wartości, stoi na stanowisku, że możemy na podstawie doświadczeń klinicznych, badań psychologicznych, longitudinalnych i analizy wybitnych osobowości historycznych ustalić poziom funkcji

uczuciowych i popędowych, a więc i wartości. Funkcje uczuciowo-popędowe i wartości ludzkie mają bowiem swoje poziomy. Poziomy te możemy mierzyć odpowiednimi metodami.

Krótki opis metod badawczych

W chwili obecnej rozporządzamy pięcioma metodami badawczymi różniącymi się wartością diagnostyczną. Są to: metoda wywiadu psychologiczno-społecznego, metoda badań psychoneurologicznych, metoda bodźców werbalnych, metoda biografii i metoda Rorschacha w interpretacji teorii dezintegracji pozytywnej. Zajmiemy się nimi kolejno.

Metoda wywiadu jest oparta na tych samych zasadach, co każdy wywiad psychologiczno-społeczny, z tym że uwzględnia wielopoziomowość funkcji uczuciowych i popędowych, a tym samym wartości. Pytania zmierzają do wyjaśnienia; czy jednostka przejawia poszczególne dynamizmy charakterystyczne dla diagnozy każdego z poziomów, czy ma wgląd w te dynamizmy, jakie przejawia formy wzmożonej pobudliwości i jaki jest ich poziom, jakie posiada cechy twórcze oraz jaki ma wgląd we własne psychiczne środowisko wewnętrzne itd.

Egzamin psychoneurologiczny opiera się na ogólnie przyjętym schemacie badań neurologicznych, lecz w powiązaniu z interpretacją odruchów z punktu widzenia ich poziomu, hamowania, kontroli, tak aby można było wyróżniać odruchy zlokalizowane i odruchy ogólne. Chodzi o to, żeby zbadać i ocenić wzmożoną pobudliwość układu wegetatywnego i stopień jego kontroli, objawy dermatografii, objawy

gibkości woskowej i inne. Objawy neurologiczne rozpatrywane z punktu widzenia wzmożonej pobudliwości odruchowej i psychicznej, hamowania i kontroli, z punktu widzenia zachowania w okresie badania, a więc i psychicznych form kontroli swego zachowania i stosunku do egzaminatora - umożliwiają znaczny wgląd w zagadnienie wielopoziomowości odruchów, czynności kontrolnych oraz wielopoziomowości funkcji uczuciowych i popędowych. Analiza ruchów, wyrazu twarzy, uśmiechów, wahań, niepewności, wrażliwości indywidualnej, wglądu w siebie i w sytuację daje spore możliwości postawienia wstępnych hipotez co do poziomów funkcji uczuciowych i popędowych. A oto kilka interpretacji, z których każda z osobna niewiele mówi; a wzięte razem pozwalają wysuwać pewne hipotezy na temat wielopoziomowości funkcji uczuciowych i popędowych. Na przykład wzmożone odruchy mięśniowe przy ich silnym hamowaniu i kontroli pozwalają podejrzewać wzmożoną pobudliwość uczuciową i psychoruchową. Odruch oczno-sercowy w kierunku wago-tonii czy sympatykotonii wskazuje na możliwość diagnozowania jaenschowskich typów tetanoidalnych i basedowoidalnych. Pierwszy odznacza się skłonnościami odprzedmiotowymi, perseweracjami i obsesjami, małą globalnością psychiczną, a drugi - tendencjami doprzedmiotowymi, tendencjami do postaw globalnych, syntonią itd. Objawy dermatograficzne wskazują na zachwianie wrażliwości skórnej. Drżenie powiek i rąk, jeżeli nie ma przyczyn organicznych, zdradza wzmożoną pobudliwość psychoruchową i uczuciową. Objawy tzw. gibkości woskowej albo tendencji do utrzymania rąk i innych części ciała w pozycji nadanej przez badającego świadczą o sugestywności, skłonności do harmonizowania się z nim.

Całe zachowanie w czasie badań neurologicznych zdradza wrażliwość lub niewrażliwość psychiczną, słabą lub nadmierną sugestywność różnego poziomu, stopień kontroli, poziom kultury ogólnej, wnikliwość i wiele innych właściwości.

Metoda bodźców słownych.

Jest ona analogiczna do metody skojarzeniowej, wprowadzonej przez Karola Junga, ale o innej strukturze, innym celu badania

(wielopoziomowość) i innym kierunku analizy rezultatów. Polega ona

na tym, że pacjentowi podaje się listę bodźców złożoną z 10 słów,

takich jak: największa radość, największy smutek, sukces, ideał,

śmierć, konflikt wewnętrzny i inne. Osoba badana powinna podać

najsilniejsze przeżycia, najsilniejsze emocjonalne doświadczenia

związane z danym bodźcem. Metoda ta daje niezłe rezultaty w

określaniu wielopoziomowości funkcji uczuciowo-popędowych. A oto

parę przykładów odpowiedzi na bodziec "śmierć". Jedna osoba

odpowiada: "Nic mnie to nie obchodzi, sprawa ta mnie nie

interesuje; jak będę ciężko chory - będę o tym myślał". I

odpowieź innego pacjenta: "Śmierć była dla mnie zawsze problemem

bardzo ważnym, wywołującym stany lękowe, a nawet stany agonalne. W

miarę upływu lat śmierć staje się dla mnie problemem frapującym i

pełnym napięcia. Ale lęk o własną moją śmierć jest znacznie

mniejszy aniżeli lęk o moich bliskich, o innych, nawet dalszych

ludzi: Przejmują mnie także sprawy śmierci jako zagadnienie

egzystencjalne i filozoficzne". Różnice są tutaj widoczne.

A oto odpowiedź na inny bodziec. Jeden z pacjentów na pytanie:

"Jakie miałem największe przeżycie radosne?" - odpowiada:

"Największa dla mnie radość to chwila, kiedy zdecydowałem się

pójść na studia pedagogiczne. Wiedziałem, że będę miał dwa miesiące wolne od pracy". A oto inne reakcje: "Największą moją radością jest spotykać na ulicy wielkiego miasta wiele kobiet, które mi się podobają. Pociągają mnie jednakowo, chociaż w odmienny sposób". I odpowiedź jeszcze kogoś innego: "Nie ma dla mnie nic bliższego i radośniejszego nad posiadanie kilku prawdziwych przyjaciół i nad przeżywanie wyłącznych uczuć w stosunku do mojej rodziny".

A oto reakcje na bodziec "samotność": "Nie znoszę samotności - działa ona na mnie przygnębiająco. Muszę wówczas wyjść na ulicę, na dancing, porozmawiać z kimkolwiek". Druga wypowiedź: "Bardzo dobrze czuję się z moją rodziną i przyjaciółmi, ale potrzebuję czasem samotności. Układam wówczas w całość moje przeżycia, myślę nad nimi, analizuję, co było niewłaściwe w moim postępowaniu". I trzecia: "Nic bym nie mógł zrobić twórczego bez chwil samotności".

I wreszcie kilka odpowiedzi na bodziec "samobójstwo". Pierwsza: "Nie chcę myśleć o samobójstwie, nie chcę poruszać tego tematu, jest w nim coś groźnego, od czego uciekam". Druga odpowiedź: "Samobójstwo jest rezultatem głupoty lub choroby psychicznej". I trzecia: "W pewnych warunkach samobójstwo jest wyjściem koniecznym, jest nakazem, gdy lęk przed torturami może spowodować wydanie przyjaciół w ręce wroga. Usprawiedliwione jest samobójstwo chorego nieuleczalnie starca, który nie jest już nikomu potrzebny i ma wstręt do samego siebie".

Różnice poziomów funkcji uczuciowych i popędowych, a więc i wartości - są tutaj widoczne.

Metoda bodźców słownych umożliwia wgląd w dynamizmy

charakterystyczne dla każdego poziomu rozwoju psychicznego środowiska wewnętrznego oraz w formy i poziom wzmożonej pobudliwości psychicznej.

Metoda biografii.

Instrukcja do testu wyjaśnia, że pacjent ma przedstawić możliwie szczegółowo w swojej biografii - dotyczącej okresu od wczesnego dzieciństwa do chwili obecnej - wszystkie przeżycia intensywne związane ze stosunkiem do rodziców i rodzeństwa, związane z sytuacjami radosnymi i konfliktami w szkole, w gronie kolegów, przyjaciół, współpracowników itd. Instrukcja zaleca również opisanie tych zjawisk i momentów z życia, które pacjent uważa za najtrudniejsze, psychoneurotyczne, chorobowe itd., oraz kilku charakterystycznych dla siebie snów. Nie chodzi w tym teście o stronę formalną życiorysu, o podawanie nazwisk, miejsc itp.

Badającego interesuje - jeszcze raz to podkreślam - historia najbardziej pozytywnych i negatywnych przeżyć. W instrukcji zaleca się, by biografia była jak najobszerniejsza i zawierała co najmniej 8 do 10 stron maszynopisu lub pisma odręcznego. Ten test jest jednym z najbardziej użytecznych w diagnostyce poziomów funkcji uczuciowych i popędowych oraz poziomów wartości. Daje on wgląd, i to bardzo wyraźny, w najważniejsze dynamizmy wielopoziomowe i jednopoziomowe, w formy i poziomy oraz we współdziałanie wzmożonej pobudliwości psychicznej. Uwidacznia też elementy prognostyczne rozwoju, np. przez wykrycie niektórych dynamizmów na poziomie wyższym niż poziom, na którym znajdują się główne dynamizmy specyficzne dla danej osoby.

Obecność kilku dynamizmów, jak: zdziwienie w stosunku do siebie

samego, zaniepokojenie sobą, poczucie niższości w stosunku do samego siebie, niezadowolenie z siebie, poczucie wstydu i winy, nieprzystosowanie pozytywne - wskazuje na trzeci poziom rozwoju, tzn. na poziom dezintegracji wielopoziomowej spontanicznej.

Obecność wielu elementów dezintegracji jednopoziomowej, jak:

ambiwalencja i ambitendencja, zaburzenia psychiczne

jednopoziomowe, histeria konwersyjna, fobie i niektóre objawy

psychotyczne - wskazuje dość wyraźnie na drugi poziom rozwoju, a

więc na poziom dezintegracji jednopoziomowej. Wykrycie obok siebie

takich dynamizmów, jak: dynamizm "przedmiot-podmiot" w sobie,

czynnik trzeci, zdolności do autopsychoterapii, wysoki poziom

empatii i samoświadomości - wskazuje dość wyraźnie na czwarty

poziom rozwoju funkcji uczuciowych i popędowych, zatem i wartości,

a więc na poziom dezintegracji wielopoziomowej zorganizowanej i

usystematyzowanej:

Metoda Rorschacha w interpretacji teorii dezintegracji pozytywnej.

Wieloletnie badania moje i moich współpracowników wykazały, iż

można wykryć tą metodą elementy wielopoziomowe i elementy twórcze,

związane z różnymi poziomami wzmożonej pobudliwości psychicznej

oraz nerwicami i psychonerwicami. Usystematyzowanie badań metodą

Hermana Rorschacha z tego punktu widzenia daje dość wierny obraz

wielopoziomowości funkcji uczuciowych i popędowych,

wielopoziomowości wartości oraz elementów sprzężeń między

zdolnościami twórczymi a nerwicami i psychonerwicami.

Wskazane metody badawcze pozwalają postawić wielopłaszczyznową i

wielopoziomową diagnozę uwzględniającą braki w rozwoju, a

równocześnie pozwalają na wykrycie najważniejszych właściwości

twórczych i całego bogactwa psychicznego osobowości. Pacjentów o dość znacznym poziomie samoświadomości, a więc i wrażliwości na siebie i otoczenie, można wprowadzić we wszelkie ważniejsze zawłóści diagnostyczne i wskazać im na podstawie ścisłych rezultatów testowych, jakie są ich zalety i wady, które ich właściwości psychiczne są twórcze, jakie mają braki rozwojowe i jakie są ich możliwości rozwoju. Takie podejście staje się podstawą rozwoju autopsychoterapii, przemian postawy pacjenta w stosunku do samego siebie, przebiegu jego dalszego rozwoju. Umożliwia nowe spojrzenie na siebie, powoduje często zwrot w stosunku do siebie i otoczenia, do pracy i do własnego rozwoju.

Znaczenie wychowawcze i społeczne badania poziomów rozwoju funkcji uczuciowych i popędowych osobowości

Wielokrotnie już podkreślałem, że funkcje uczuciowe i popędowe są głównym motorem rozwoju człowieka i jego aktywności, jego stosunku do siebie i otoczenia, a przy mniej lub bardziej instrumentalnym powiązaniu z inteligencją są również siłą napędową w twórczości i rozwoju społecznym. Nie sposób też właściwie określić znaczenia uzdolnień i talentów bez wykrycia i określenia w nich elementów uczuciowych i wyobraźniowych w formie wzmożonej pobudliwości psychicznej.

Niedocenie wychowawczego znaczenia właściwego rozpoznania formy oraz poziomu funkcji uczuciowych i popędowych odbija się na rozwoju i wychowaniu człowieka, a także na kształtowaniu jego stosunków społecznych. Oceny szkolne oparte tylko na stereotypowym

stawianiu stopni za postępy w nauce bez uwzględnienia elementów uczuciowych są nieporozumieniem. W ocenie nauczyciel i wychowawca muszą uwzględniać dostrzeżone zahamowania uczuciowe, lękliwość, pobudliwość wyobraźniową oraz słabą okresową koncentrację ucznia.

Są to elementy, których rozpoznanie daje właściwą ocenę nie tylko postępów intelektualnych, ale również źródeł postępów lub ich braku, które tkwią w życiu uczuciowym dzieci i młodzieży.

Nadmierne podleganie prądowi mimowolnych skojarzeń, zahamowanie w wypowiedziach, lęk przed pytaniem, okresowy smutek czy depresja, introwersja i wysoki poziom odpowiedzialności ucznia lub wychowanka nie pozwalający mu na upominanie się o zmianę oceny, którą uważa za niesprawiedliwą - wszystko to odgrywa podstawową rolę we właściwej pomocy lub wyrządzaniu szkód w rozwoju dzieci i młodzieży, decyduje o rozwoju lub o urazach psychicznych.

Właściwa ocena poziomów funkcji uczuciowych i popędowych, a więc właściwa identyfikacja wartości, może odgrywać zasadniczą rolę w odróżnianiu sprytu i cynizmu od subtelności i zahamowania, zdolności ukrytych i głębokich od zdolności umiarkowanych, ale demonstrowanych, pozwala odróżnić jednostki o głębokim i wielopoziomowym psychicznym środowisku wewnętrznym od osobników o jednopoziomowych funkcjach czy nawet od psychopatów. Mierzenie funkcji uczuciowo-popędowych oraz poziomu wartości może eliminować chaos w tej dziedzinie. Brak obiektywnych metod oceny jest wykorzystywany przez jednostki sprytne, cyniczne, psychopatyczne. Badanie korelacji wartości twórczych związanych z nerwowością i psychonerwicą pozwala wydobyć z ukrycia wartości autonomiczne, wysokie uzdolnienia i talenty, tak częste u osób

psychonerwicowych. Docenianie w większym stopniu diagnozy poziomów wartości może mieć wpływ na stopniowe przekształcanie moralne społeczeństwa, znalezienie odpowiedniego "miejsca w świecie" dla różnic w wartościach moralnych, społecznych, estetycznych.

Wymaganie od kandydatów na psychologów, lekarzy, różnego rodzaju wychowawców znacznego potencjału rozwojowego w sferze funkcji uczuciowych i popędowych oraz wartości ludzkich może stanowić zasadniczy zwrot, jeśli chodzi o społeczną rangę tych zjawisk i metody ich oceny. Obiektywizacja wartości, ich wymierzalność, wyodrębnienie wielopoziomowych funkcji uczuciowych i popędowych, opracowanie odpowiednich metod badawczych pozwalają uczynić znaczny krok w metodach zmierzających do rozwoju jednostki i grupy.

A oto przykłady obrazujące te opinie.

Ela (7 1/2 roku) została przyjęta do drugiej klasy szkoły podstawowej na podstawie specjalnego egzaminu. W pierwszych dniach pobytu w szkole miała znaczne trudności w przystosowaniu.

Przejawiała wzmożoną pobudliwość uczuciową i wyobraźni. Zaczęła źle sypiać, traciła apetyt, krzyczała przez sen. Straciła dwa kilogramy na wadze, była załęczniona i smutna. Badanie lekarskie i psychologiczne stwierdziło u niej iloraz inteligencji 128. Metoda Hermana Rorschacha wskazywała na typ ambiekwalny, to znaczy wybitnie wrażliwy na barwy i odznaczający się bogatym wewnętrznym życiem psychicznym. Ela miała zdolności do matematyki, sztuki dekoracyjnej oraz niektórych przedmiotów humanistycznych.

Obserwacja i badania funkcji uczuciowych i popędowych wykazywały dość znaczny rozwój psychicznego środowiska kwewnętrznego, bardzo

dobry poziom samoświadomości, poczucie niższości w stosunku do siebie, zaniepokojenie sobą i niezadowolenie z siebie oraz inne objawy świadczące o rozwoju funkcji autonomicznych.

Dziewczynka za radą nauczycielki skłonna była przenieść się do klasy pierwszej. Po naradzie z psychologiem rodzice doszli do wniosku, że taka decyzja byłaby dla dziecka szkodliwa. Umówili się z nauczycielką, że w ciągu najbliższego półrocza Ela będzie odrabiała normalnie lekcje i wypracowania domowe, ale nie będzie wywoływana do ustnych odpowiedzi w klasie. Nauczycielka nawiązała z nią dobry, ośmielający i uznający zdolności dziewczynki kontakt.

Ela przestała objawiać niepokój i zaburzenia snu; przybrała na wadze. Po roku przeszła do trzeciej klasy z nagrodą.

Bardzo słusznie nie potraktowano jej trudności jako patologicznych, jako nerwicowych. Przy wrażliwości dziewczynki byłby to czynnik onieśmielający, zwiększający negatywne stany poczucia niższości. Istotne znaczenie miała tu wartość oceny poziomu funkcji uczuciowych i popędowych i potraktowanie ich jako pozytywnych i twórczych.

A oto inny przypadek. Student politechniki S., który cierpiał z powodu lekkiego jąkania, miał lęk przed pytaniem, introwersję, poczucie niższości. Był silnie związany z matką. Poza tym związał się uczuciowo z młodą dziewczyną, nieśmiałą, introwertywną, o wzmożonej pobudliwości psychicznej. Jak się okazało, oboje z powodu nieśmiałości nie wyjawili sobie swoich uczuć. S. pozostał po raz wtóry na tym samym roku i groziło mu niedopuszczenie do dalszych studiów.

Obserwacje i badanie lekarsko-psychologiczne wykazały: stany

lękowe przed pytaniem w obecności innych z powodu jąkania i bojaźliwości, a zarazem - wszechstronnie rozwinięte środowisko wewnętrzne z większością dynamizmów trzeciego poziomu dezintegracji wielopoziomowej spontanicznej. Badany był wybitnie zdolny w dziedzinie, która była przedmiotem jego studiów. Po przedstawieniu sprawy dziekanowi wydziału, po egzaminie odbytym bez obecności innych studentów i po dopuszczeniu do dalszych studiów S. znalazł się w czołówce tego wydziału. Pomoc w osłabieniu jąkania i pomoc w wyjaśnieniu związku uczuciowego z dziewczyną, którą kochał, przyczyniła się do wzmocnienia zaufania do siebie i wiary w możliwości rozwojowe.

A oto trzeci przypadek, którego istotę ukazuje wypowiedź 23-letniej pacjentki zawarta w jej autobiografii: "Od paru lat miałam silne napięcia uczuciowe, związane z moim typem, z moim niedopasowaniem się do otoczenia. Filozofowałam, obserwowałam siebie i innych, okresami nie byłam zdolna do pracy. Groziła mi wieloletnia przerwa w studiach. Nie umiałam się bawić, przestali mnie interesować koledzy i znajomi. Pogrążyłam się w swój świat myśli i przeżyć. Bałam się zwariować. Przychodziły mi myśli samobójcze. Ale natrafiłam na kogoś, kto mnie zbadał wszechstronnie, kto pozytywnie wytłumaczył mi moje stany, kto dowiódł mi na podstawie badań testowych, że wszystkie moje objawy są związane ze zbliżającym się skokiem rozwojowym, że są twórcze. I tak się stało; zaczęłam się powoli wydostawać z postawy negatywnej do siebie, zaczęłam dużo czytać, zaczęłam pisać. Stałam się po latach poczytną autorką. Właściwie od tego momentu".

Wydaje się, że obiektywne i życzliwe wydobycie wybitnych uzdolnień

Gerarda de Nerval, Vincenta van Gogha, Ottona Weininger mogłoby ich uchronić przed samobójstwem.

6. Psychopatia - największa przeszkoda w rozwoju osobowości grupy

Przypomnijmy w formie syntetycznej główne właściwości psychopatii w moim ujęciu. Psychopatia jest strukturą osoby poddanej działaniu prymitywnych popędów o dużej sile integracyjnej z podporządkowaną jej inteligencją jako instrumentem. Psychopata jest sztywny i zawężony uczuciowo. Ma silne ambicje i dość znaczne zdolności, ale wąskie i podporządkowane właśnie popędom prymitywnym. Nie ma on konfliktów wewnętrznych, ale popada w konflikty zewnętrzne. Nie jest zdolny do empatii, toteż podporządkowuje sobie innych lub okresowo, do czasu uzyskania przewagi, podporządkowuje siebie innym. Jest zazwyczaj głuchy i ślepy na sprawy innych, na ich rozwój i trudności. Realizuje bezwzględnie swoje cele. Psychopata znajduje się na poziomie integracji pierwotnej, jest upośledzony uczuciowo.

Odróżniamy psychopatów "wielkich" i "małych". Wielkich psychopatów znajdujemy wśród największych kryminalistów świata, wśród bezwzględnych dyktatorów o silnej agresywności (np. Neron, Hitler), nie liczących się z żadnymi ofiarami w realizacji własnych celów. Dla wielkiego psychopaty jednostka i grupa społeczna nie istnieją jako wartości moralne. Nie istnieją dla niego zasady sprawiedliwości. Ludobójstwo czy obóz koncentracyjny nie są dlań problemem moralnym, lecz środkiem prowadzącym do celu. Mali psychopaci są jakby miniaturą tych pierwszych. Z reguły

podporządkowują się w odpowiednich okolicznościach wielkim psychopatom. Mały psychopata szuka warunków do realizacji swoich interesów, zaspokojenia ambicji wicherzenia w społeczeństwie. Psychopata uważa, że prawa są dla niego, a on nie musi być prawom podporządkowany. Mały psychopata wykorzystuje okoliczności do zdobycia stanowiska, pieniędzy, majątku z krzywdą innych, bez jakiegokolwiek skrępowania normami etycznymi. Psychopaci nie znają porównawczej miary uczuciowej między sobą a innymi, nie są zdolni wczuć się w sytuację innych, nie mają postawy empatycznej. Psychopaci to jednostki dynamiczne, sprawne, podejmują decyzje łatwo, bez żadnych wahań czy zahamowań, nie przejawiają wzmożonej pobudliwości wyobraźniowej i uczuciowej czy pobudliwości intelektualnej o charakterze globalnym. Psychopaci nie przejawiają zazwyczaj postaw retrospektywnych. A postawy prospektywne mają służyć ich wąskim celom i ambicji. Nie kontrolują siebie, nie są zdolni do samokrytyki, ale wykazują zdolności do technicznej kontroli i realizacji swych zamiarów, planów i programów. Nie mają zatem wielopoziomowego psychicznego środowiska wewnętrznego, nie posiadają wielopoziomowych funkcji uczuciowych i popędowych. A więc - jak już wspomniałem - nie znają hierarchii wartości w sensie globalnym. Posługują się nieświadomą lub półświadomą hierarchią "wartości" wąskich, sztywnych, podporządkowanych ambicji.

Systematyczne ujęcie niektórych szczegółowych struktur psychopatycznych

Spśród wielu struktur i objawów psychopatii wybiorę tylko niektóre dla zademonstrowania - z jednej strony - ich różnorodności, a z drugiej - schematyzmu cech podstawowych. Oto konkretny przykład: L., mężczyzna w wieku 34 lat, inżynier, był specjalistą w bardzo wąskim zakresie wiedzy technicznej. Nic szczególnego nie można było stwierdzić w jego cechach dziedzicznych ani we wczesnym rozwoju. Jego rodzice - to ludzie raczej prości, o normalnych ambicjach co do przyszłości własnych dzieci. L. wykazywał dobre postępy w pierwszych latach nauki szkolnej. Był ambitny, dążył od wczesnej młodości do wyróżniania się, do zdobywania odznaczeń i pozycji w szkole. Przejawiał sensowne przystosowanie i był powierzchownie społeczny, ale nie zdradzał żadnych głębszych zainteresowań innymi ludźmi. Od dzieciństwa był raczej egoistyczny, zajmując się bardzo wyraźnie i wyłącznie własnymi interesami. Po ukończeniu z dobrym wynikiem szkoły średniej i studiów technicznych zaczął się specjalizować. Dość szybko zdobywał uznanie zwierzchników, częściowo dzięki swoim niezaprzeczalnym zdolnościom i pilności, ale głównie dzięki coraz bardziej precyzującej się postawie, którą charakteryzowało dążenie, aby nie popaść w żaden konflikt ze swoimi kolegami, a głównie ze zwierzchnikami. Już wtedy zaczął opracowywać i stosować specjalne metody komplementowania swego otoczenia. Metody te były starannie przemyślane i skuteczne, ale dość prymitywne. Po kilku latach takich doświadczeń L. udoskonił swoją codzienną postawę, która nabrała w jego przekonaniu cech niezawodnego systemu zdobywania protekcji zwierzchników. Był to system oparty na czterech podstawowych zasadach: pierwsza - unikać wszelkich

konfliktów z kolegami, aby zredukować ich dążenia do współzawodnictwa; druga - zyskiwać względy swoich zwierzchników przez wychwalanie ich rzekomych uzdolnień; trzecia - pomagać w pewnym zakresie zarówno kolegom, jak i zwierzchnikom, nie poświęcając jednak temu zbyt wiele czasu i wysiłku, bo mogłoby to odbić się ujemnie na zasadniczej linii postępowania; czwarta - konsekwentnie, ale ostrożnie deprecjonować w obecności swoich zwierzchników wartość innych specjalistów z pokrewnych dziedzin.

Jak już wspomniałem, L. był zdolny, ale zdolności te były niewspółmierne z szybkością kariery. Jego zaletę i słabość zarazem stanowił brak dostatecznej kontroli tempa własnych sukcesów. Wyrobił w sobie niejako "szósty zmysł", aby wykorzystać wszelkie warunki i okoliczności przyspieszające karierę. Realizację przedsięwzięć ułatwiało mu to, że był specjalistą w wąskim zakresie wiedzy technicznej, słabo rozwiniętej w kraju, a jego bezpośredni zwierzchnik miał ambicję rozwinięcia tej właśnie dziedziny przy pomocy dobranych, zdolnych młodych ludzi, co pomagało mu podkreślać swoje własne zasługi.

L. poświęcał cały czas i wysiłek na zdobycie wysokiej rangi w swojej wąskiej specjalności. Temu celowi poświęcił wszystko: inne potrzeby, przyjaciół. Zdecydował się nie zawierać małżeństwa, aby tylko oszczędzić sobie trudności w robieniu kariery. Stosując wspomniany czteropunktowy system zdobył uznanie za sprawność, zdolności organizacyjne i fachowe.

Jego osobiste ambicje, zawężone do wspomnianych wyżej interesów, stawały się coraz bardziej sztywne i stereotypowe. Nie przejawiał większej syntonii, a tym bardziej empatii. Jeżeli celowo zdobywał

się na postawę życzliwości dla innych, była ona powierzchowna i sztuczna. Nurtowało go zawsze poczucie niższości w stosunku do tych, którzy według niego osiągnęli wyższy szczebel hierarchii społecznej. Poza tego rodzaju poczuciem niższości wobec innych, nie przejawiał niezadowolenia z siebie. Nie miał żadnego poczucia niższości w stosunku do samego siebie. Nie przejawiał w niczym rozumienia wartości ideału i hierarchii wartości. W rzeczywistości dążenie do jakichkolwiek ideałów moralnych było mu obce. Jego przewodnią zasadą było przystosowanie do zmieniających się warunków życia, aby w każdej sytuacji uzyskać jak największe korzyści dla siebie i osiągnąć swoje wąskie cele. Mimo prób przybierania postawy jakoby społecznej i tendencji do zaskarbiania sobie względów innych był uczuciowo zimny. Nie miał żadnych uzdolnień do okazywania sympatii innym ani zdobywania jej w swym otoczeniu. Podstawą jego zewnętrznych konfliktów, które zresztą skrętnie ukrywał, była niechęć do innych i istotne poczucie niższości w stosunku do ludzi na wyższych stanowiskach. Jego życie w wieku 34 lat było życiem osoby zintegrowanej na niskim poziomie, z intelektem całkowicie podporządkowanym prymitywnym popędowi i służącym jako narzędzie dążeń do zrobienia kariery w znaczeniu pospolitym. Nie miał żadnej wewnętrznej głębi, żadnych zawiązków osobowości moralnej. Raczej przejawiał cechy osłabienia i zaniku niewielkich zawiązków wyższych uczuć. Był zupełnie niepodatny na dezintegrację pozytywną nie tylko wielopoziomową, ale nawet jednopoziomową.

L. pracuje dotąd w swoim zawodzie. Po osiągnięciu względnie wysokiego stanowiska stał się mniej taktyczny, a bardziej

brutalny.

Toteż ani koledzy, ani podwładni nie lubią go. Rozszyfrowano jego charakter. Ożenił się, ale po kilku latach żona opuściła go, zabierając ze sobą 3-letnią córeczkę. L. staje się powoli coraz bardziej "wąski", stereotypowy, sformalizowany.

L. jest przykładem prymitywnej integracji, często spotykanej w życiu codziennym. Ośrodek dyspozycyjno-kierowniczy jest tu utożsamiony z silnymi prymitywnymi popędami, co decyduje o zasadniczej linii postępowania. Stosunki takich osób z innymi ludźmi nie są nigdy rozwinięte. Nawet w wypadkach dość ciężkich urazów jednostki takie reagują bardzo słabymi przejawami dezintegracji. Takie tragedie życiowe, jak śmierć rodziców, bliskich osób, przyjaciół, choroba czy uwięzienie, nie powodują u nich głębokich dezintegracyjnych wstrząsów. Z powodu ustabilizowania popędów prymitywnych ich struktura psychiczna, nawet po tak ciężkich urazach, pozostaje na poprzednim poziomie. Jednostka powraca do swoich codziennych obyczajów i czynności bez większych problemów. Trudności, wydarzenia losowe, urazy nie transformują jej podstawowych struktur psychicznych.

Jeżeli u takich ludzi możemy się spodziewać jakichkolwiek zmian osobowości, mogą one - i to tylko częściowo i raczej powierzchownie - dokonać się w okresie dzieciństwa czy wczesnej młodości.

A oto przykład 28-letniego M., który od dziecka zdradzał pewne zdolności organizacyjne. Łatwo, bez wahania podejmował decyzje w różnych warunkach życia codziennego, miał opinię obrotnego, odpowiedzialnego, zdolnego, umiającego sobie dać radę w każdej sytuacji. W stosunku do innych grzeczny, ale zimny, a z drugiej

strony - w formach nie rażących - autorytatywny. Umiał stosunkowo wcześniej podpatrywać otoczenie, ale w sposób dość powierzchowny; był na tyle bystry, aby układać swoje stosunki z otoczeniem podporządkowując je swoim interesom. Pracował w administracji po skończeniu studiów wyższych. Ożenił się mając 26 lat z osobą, która miała opinię majątnej z domu. Rodzice żony byli dość słabowici. M. miał nadzieję, że dość szybko będzie mógł, po śmierci teściów, zawładnąć ich znacznym majątkiem. Tym bardziej że żona była jedynaczką. Mijały jednak lata, rodzice żony wciąż żyli. Stan ich poprawił się nawet, co zaczęło potęgować niechęć ich zięcia zarówno do nich, jak i do żony. Zaczął zaniedbywać dom. Nie czuł żadnego związku z dzieckiem, które przyszło na świat. Zaczął bywać u różnych znajomych i wieść życie dość podejrzanę. W pracy był dalej układny, dość pilny, chociaż i tu zaczął się trochę zaniedbywać. Zarabiając nieźle, nie dawał nic na utrzymanie domu, sądząc, że teściowie są dostatecznie zamożni, aby łożyć na potrzeby jego żony i małego dziecka. Żona w swoich wypowiedziach nie mogła wyjść ze zdziwienia, że jej mąż od paru lat tak bardzo się zmienił; przedtem był czuły, towarzyski, kupował jej prezenty, kwiaty itd., a w ostatnich miesiącach to wszystko zupełnie ustało. Po pewnym czasie doszło do rozwodu.

Jak widzimy, M. przejawiał niski poziom zintegrowanej struktury popędowej z inteligencją na jej usługach. Umiał zawsze w potrzebie przedstawić się lepszym niż był, umiał nadszpeciwać, przejawiać "szczerłość" zainteresowań, postawę uczuciową. Postawa ta jednak była wyraźnie interesowna, dyktowana jego potrzebami na niskim poziomie.

Wśród kryminalistów, ale także wśród służby więziennej obserwuje się nieraz związane ze strukturami psychopatycznymi przejawy okrucieństwa, ukryte tendencje do bicia czy torturowania. Dostojewski opisuje wiele takich typów. Ludzie ci, pozornie "gładcy", a nawet uprzejmi, sposobem bycia wywoływali lęk wśród współkolegów czy wśród więźniów. Dostojewski obserwował proceder systematycznego opłacania takich funkcjonariuszy więziennych przez odsiadujących karę dla uzyskania ulg.

Psychopatia i psychoneurotyka

Psychopatia i psychoneurotyka odpowiadają przeciwnym biegunom struktur psychologicznych i społecznych. Pierwsza jest strukturą prymitywnych popędów, zintegrowaną na niskim poziomie; druga jest strukturą zdeintegrowaną, jednopoziomową lub wielopoziomową. Struktura psychopatyczna podporządkowuje sobie inteligencję jako narzędzie pozostające na jej usługach. W psychoneurotycy inteligencja jest podporządkowana różnym zdeintegrowanym strukturom. Jest to podporządkowanie dość luźne, zmieniające się w swoim sprzężeniu z dynamizmami uczuciowymi, albo też sprzęgnięte z nimi w ścisły związek przy wysokim, pozytywnym rozwoju psychoneurotyka. Psychopata nie przeżywa żadnych konfliktów wewnętrznych, ani jednopoziomowych, ani - tym bardziej - wielopoziomowych, wywołuje natomiast często konflikty zewnętrzne. Psychoneurotyk z reguły przeżywa konflikty wewnętrzne jednopoziomowe, a częściej wielopoziomowe, natomiast słabe lub nawet niknące w miarę rozwoju osobowości są konflikty zewnętrzne.

Psychopata wykazuje udaną, powierzchowną syntonię. Z reguły jednak nie przeżywa syntonii, a tym bardziej autentycznej empatii. Dąży do zaskarżenia sobie względów innych ludzi, szukając w ten sposób korzyści dla siebie. Psychonerwowiec jest prawie z reguły empatyczny, chociaż nie zawsze potrafi okazać tę empatię.

Przejawia współczucie rozumienia innych, przeżywa krzywdy i smutki innych, niosąc im pomoc. Psychopata nie rozumie wielopoziomowości globalnej, szerokiej, jest "głuchy i ślepy" na wyższe wartości, jest "wąski", stereotypowy. W swych dążeniach ambicjonalnych jest silny i bezwzględny wobec innych. O takich osobnikach mówi się, że "idą po trupach" do celu.

Psychonerwowcy są zahamowani, bojaźliwi, często lękliwi, przeżywają depresje i obsesje. Są wybitnie wrażliwi na hierarchię wartości.

Psychoneurotycy są do pewnego poziomu rozwoju rozbici, przejawiają słabsze lub silniejsze dynamizmy rozwojowe, mają lub rozbudowują psychiczne środowisko wewnętrzne. Wielopłaszczyznowa i wielopoziomowa postawa, liczne dynamizmy rozbijające niższe, a budujące wyższe poziomy funkcji uczuciowych i popędowych dają bogactwo twórcze, choć dostarczają przeżyć dramatycznych, ciężkich, nawet tragicznych w dążeniu do osiągnięcia coraz wyższego poziomu osobowości, do integracji wtórnej.

Psychopaci nie mają psychicznego środowiska wewnętrznego. Są prymitywnie scaleni, nie mają z reguły ciężkich przeżyć, nie przejawiają wyżej wymienionych dynamizmów. Nie przejmują się własnymi dramatami i tragediami, bo w ich przeżyciach te dramaty i tragedie nie mają żadnej głębi, większego napięcia czy agonii

psychicznej. Jednostki psychopatyczne kierują się zawsze wąskimi ambicjami i celami. Myślą głównie o karierze osobistej, wywyższeniu się w społeczeństwie.

Cele psychoneurotyków są z reguły szersze, hierarchiczne, zawierają elementy społeczne, filozoficzne, egzystencjalne.

Hierarchia wartości powoduje u nich napięcie psychiczne typu moralnego i egzystencjalnego, dążenia do wglądu w siebie i otoczenie, dążenia do uzyskania wyższego poziomu rozwoju, sięgnięcia do wyższych wartości. Ideał osobisty odgrywa w życiu psychoneurotyków zasadniczą rolę. Dynamizacja takiego ideału ma poważne znaczenie dla osobowego rozwoju.

Psychopaci nie mają zazwyczaj głębokich, wyłącznych związków miłości i przyjaźni. Jeżeli spotyka się u nich zawiązki takich uczuć, to są one całkowicie podporządkowane ich interesom, ich celom, ich stylowi życia.

Psychoneurotycy uczucia przyjaźni i miłości traktują najczęściej w sposób idealistyczny. Mają potrzebę wyłączności, niepowtarzalności uczuć, pragną zatem utrwalenia związków uczuciowych, pracują nad ich pogłębieniem, tworzą "szkoły małżeńskie" i "szkoły rodzinne". Przeżywają nigdy nie zaspokojone potrzeby miłości i przyjaźni.

Psychopaci uważani są na ogół przez społeczeństwo za ludzi dających sobie radę, mocnych, sprawnych organizacyjnie, nie mających konfliktów wewnętrznych. Są oni przy pierwszych kontaktach oceniani pozytywnie. Budzą zaufanie do swojej "mocnej postawy", do swojej zaradności, pewności siebie. To wszystko stwarza wrażenie, że można się na nich oprzeć, że mogą dać

gwarancję spokojnego życia innej osobie. Tak oceniają ich często kandydaci, a przede wszystkim kandydatki do małżeństwa, które ulegają złudzeniom, że możliwe jest "bezpieczne" życie z człowiekiem o takich cechach charakteru.

Psychonerwicowcy mają w tej dziedzinie dużo mniejsze powodzenie; budzą dużo mniejsze zaufanie u otoczenia i zyskują dużo mniejszą aprobatę. Zrażają innych swymi zahamowaniami, wzmożoną pobudliwością psychiczną, wahaniem, depresjami, stanami lękowymi, a niekiedy pewnymi dziwactwami.

Porównaliśmy dwie biegunowo różne struktury psychiczne: psychopatyczną i psychoneurotyczną. Pierwsza odznacza się niedorozwojem uczuciowym i moralnym, druga wyraża dezintegrację pozytywną poprzez przeżywanie trudności, cierpień, wahań i niepokoju, poprzez dążenie hierarchiczne, nerwice i psychonerwice.

Pośrednią grupę stanowią tzw. osoby normalne, które znajdują się na granicy normy i psychopatii. Są grupą "pogranicza". Część ich cech jest podatna, a część - niepodatna na rozwój. Na granicy między wyższą normą a psychonerwicą znajduje się inna grupa osób, bardziej podatna na rozwój, na rozumienie psychoneurotyków i ich wpływy. Im więcej jest osób na pograniczu psychopatii i tzw. normy, tym więcej niebezpieczeństw zagraża rozwojowi społeczeństwa. Im liczniejsze są grupy z pogranicza wyższej normy i psychonerwicy, tym większe są nadzieje na pozytywny rozwój społeczny.

Chodzi więc o zrozumienie przez psychologów, psychiatrów, wychowawców istoty stosunku między wspomnianymi trzema grupami i

wielkiej pozytywnej roli jednostek o wzmożonej pobudliwości psychicznej oraz psychonerwicowców dla postępu społecznego. I to często - postępu przyspieszonego.

O znaczeniu społecznym psychopatii

Moja wieloletnia praca nad wielopoziomowością funkcji uczuciowych i popędowych, nad pojęciem i definicją zdrowia psychicznego, nad stosunkiem psychopatii do psychonerwicy, nad poziomami zaburzonych funkcji psychicznych zaczęła wyraźniej korelować z zagadnieniami dotyczącymi wpływu niektórych grup społecznych na pozytywny lub negatywny rozwój społeczeństwa, na wykorzystywanie lub nieumiejętność wykorzystywania różnych sytuacji społecznych dla dobra lub - przeciwnie - dla degeneracji życia społecznego.

Obserwacje kliniczne, akta sądowe i literatura wskazują, że w wielu środowiskach społecznych, i to zarówno w dawnych okresach historii, jak i obecnie, działały i działają indywidua odznaczające się prymitywizmem, agresywnością, pewnością siebie, powierzchownością moralną, doprowadzając do napięć, tarć, a nawet rozruchów o charakterze negatywnym, do krwawych ekscesów, a nawet masowych mordów, w których tracą życie tysiące i miliony ludzi.

Zjawisko powtarzających się morderstw jednostkowych lub grupowych może się rozlać szeroką falą i w sprzyjających warunkach doprowadzić do masowych mordów.

Wśród jednostek, które odgrywają zasadniczą, degenerującą rolę w świecie społecznym, widzimy wielkich psychopatów-dyktatorów (Neron, Hitler itp.), którzy doprowadzili do zagłady milionów

istnień ludzkich, strat, zniszczenia dorobku kultury wieków, agresji, tortur i do najbardziej negatywnych form anarchii. Obok nich istnieje cała masa małych lub średniej miary psychopatów, realizujących swoje impulsywne, egocentryczne, antyhumanistyczne porachunki na mniejszą skalę.

Najgorsze zbrodnie i perwersje w historii ludzkości są w dużej mierze konsekwencją nierozpoznawania i tolerowania psychopatów, którzy nierzadko kończą swój "rozwój" na schorzeniu paranoidalnym (delirium chroniczne usystematyzowane).

Mali psychopaci i ich grupy są odpowiedzialni za wsteczność i krzywdę społeczną, za prymitywne działanie emocjonalne w życiu społecznym, za indywidualne krzywdy i morderstwa. Przy zetknięciu się bowiem z jednostkami z pogranicza normy, w warunkach, gdy rozumowanie i uczucia wyższe są osłabione, przyćmione, podatne na zawężoną sugestię, wpływ psychopatów jest wyraźny. Niekiedy takie grupy czy jednostki mają nawet swoje "żywe symbole" agresji, perwersji, zbrodni (Manson). Mogą to być skrajne, o tendencjach kryminalnych odłamy hippisów. Mogą to być cyniczne, zdegenerowane, ahierarchiczne grupy opierające swoją działalność na wyładowywaniu prymitywnych popędów, grupy narkomanów zmierzających ku degeneracji, lub też, grupy gitowców, znane także w Polsce.

Na podłożu psychopatycznych dążeń wyrastały w przeszłości i organizują się obecnie zagrażające i wrogie kulturze społecznej grupy pasożytnicze, które trzeba umieć rozpoznawać, wszechstronnie

analizować i podejmować skuteczne środki zaradcze. Jednym z nich mogłoby być powołanie instytucji nieformalnej, która diagnozując i

oświetlając zagadnienia od strony psychologicznej, wychowawczej, psychopatologicznej, a nawet filozoficznej oraz udzielając porad z zakresu psychopatii, psychonerwicy, narkomanii itp., dokonywałyby wielopłaszczyznowej i wielopoziomowej analizy przypadków i pogłębiała wiedzę o szkodliwym wpływie typów psychopatycznych na społeczeństwo (za pośrednictwem filmów, specjalnych wydawnictw, prasy, radia, telewizji). Poza tym niezbędne jest zorganizowanie ośrodka szkoleniowego o programie obejmującym zagadnienia psychologiczne, socjologiczne, wychowawcze, psychopatologiczne, a przede wszystkim problemy zdrowia psychicznego. Instytucja taka musiałaby wnikliwie badać związek tych zagadnień ze zjawiskami życia codziennego, dając teoretyczny i praktyczny, wielopłaszczyznowy wgląd w problemy ujmowane z punktu widzenia genetyczno-teleologicznego i hierarchii wartości.

Punktem wyjściowym powinno być wyjaśnienie, na czym polega zdrowie psychiczne i zdrowie społeczne oraz jak można je rozwijać.

Przypomnijmy nasze ujęcie zdrowia psychicznego i choroby

psychicznej: 1) zdrowie psychiczne jest to zdolność do wszechstronnego rozwoju w kierunku coraz wyższych wartości indywidualnych i społecznych; 2) choroba psychiczna polega na braku takich zdolności rozwojowych.

Ujęcie to po gruntownym rozpracowaniu może stać się podstawą programu badawczego.

W odpowiednio zorganizowanych ośrodkach diagnostyczno-leczniczych i wychowawczych można by rozwijać i programować skalę poziomu funkcji uczuciowych, popędowych oraz badać jej znaczenie dla jednostek, a także dla poszczególnych grup społecznych.

Opracowanie obiektywnej skali wartości może być czynnikiem odwoławczym w sprawach oceny poziomu rozwoju humanistycznego, moralnego jednostki i grupy społecznej, a także czynnikiem pozwalającym wykrywać zawiązki psychopatyczne w danej grupie, mogące w przyszłości przynieść nieobliczalne ujemne skutki społeczne.

Za jeden z ważnych punktów tego projektu uważam profilaktykę upowszechnianą na seminariach, za pośrednictwem publicystyki, specjalnych wydawnictw dotyczących środowisk kryminalnych, prekryminalnych itd. Taka działalność może być podstawowym elementem profilaktyki degeneracji społecznej.

W związku z działalnością w wyżej wymienionych dziedzinach nieodzowne jest stopniowe przygotowanie prac i projektów współpracy międzynarodowej w zakresie badania warunków sprzyjających powstawaniu i rozwojowi masowych przestępstw, masowych zbrodni, przejawów okrucieństwa, szkodliwej społecznej bezmyślności i innych tego typu zjawisk.

7 Co to jest zdrowie psychiczne?

Mówiąc o wielorodzajowości i wielopoziomowości rzeczywistości, ujmuję ją jako szerokie zjawisko, którego coraz głębsza penetracja jest możliwa jedynie przez uruchomienie wszystkich właściwości psychicznych człowieka, pobudzenie do rozwoju właściwości zaczątkowych struktury ludzkiej, przez sprzężenie intelektu z funkcjami dążeńiowo-uczuciowymi oraz budowanie nowych funkcji psychicznych.

Analiza psychicznego środowiska wewnętrznego i procesu dezintegracji pozytywnej ukazuje drogę do coraz głębszego poznawania tej rzeczywistości. Analiza pojęcia osobowości, ujmowanej jako cel rozwoju i cel dezintegracji pozytywnej, oraz przedstawienie metod jej badania dają wgląd w głębokie, harmonijne, wszechstronne ujęcie rzeczywistości obiektywnej i subiektywnej.

Analiza psychopatii wykazuje, że jednostronne i prymitywne struktury (pozornie pozytywne) przynoszą największe szkody zarówno jednostce, jak i całemu społeczeństwu.

Obecny rozdział o zdrowiu psychicznym zamyka w pewnym sensie całość tej pracy. Analizuję w nim ściśle związki form i metod rozwoju osobowości ze zdrowiem psychicznym, które jest tutaj ujęte dynamicznie, z wielu punktów widzenia i wielopoziomowo.

Podałem już "jednopoziomowe" (jednostronne) definicje zdrowia psychicznego oraz ujęcia wielopoziomowe, przedstawiając różnice między ujęciem wielopoziomowym i jednopoziomowym, z położeniem nacisku na to pierwsze. Przedstawiłem również ujęcie syntetyczne zdrowia psychicznego i jego definicję.

Moim zdaniem zdrowie psychiczne nie opiera się na powszechnie przyjętych normach statystycznych, ale na rozwoju ku osobowości z uwzględnieniem: potencjału rozwojowego, hierarchii wartości i celów. O jego istocie decyduje zatem zdolność do takiego właśnie rozwoju, a o chorobie psychicznej - brak tej zdolności. Jest to chyba pojęcie podstawowe dla psychologii wychowawczej, psychopatologii i nauk społecznych. Wyraża ono dynamiczne ujęcie zdrowia psychicznego poprzez rozwój oraz pozwala włączyć do

zjawisk rozwojowych te wszystkie - w większości przypadków - pseudozaburzenia, które określamy jako trudności wychowawcze, wzmożoną pobudliwość psychiczną, nerwicę i psychonerwicę.

Wieloznaczność niektórych pojęć z pogranicza higieny psychicznej

W jednej z moich prac* (*K. Dąbrowski Sur la desintegration positive. Annales Medico-Psychologiques". Paris, november 1959.)

wskazywałem na słuszność i konieczność wielostronnego rozpatrywania podstawowych pojęć z zakresu zdrowia psychicznego i jego pogranicza. Mówiłem wówczas przykładowo o frustracji, a więc o stanie psychicznym jednostki pozbawionej możliwości realizowania swych podstawowych potrzeb.

Wiadomo na ogół, że "pozbawienie czegoś", zwłaszcza jeżeli dotyczy to dzieci i młodzieży, prowadzi najczęściej do lżejszych lub cięższych zaburzeń psychosomatycznych, do różnorodnych postaw społecznych, jak wzrost egoizmu, agresywność, kradzież, chuligaństwo, a nawet do samobójstwa lub psychoz. Tak wygląda jedna strona zjawiska frustracji.

Jeżeli jednak sięgnąć do tego, co moglibyśmy nazwać samofrustracją (autofrustracją), owo "pozbawienie czegoś" wygląda zupełnie inaczej.

Dobrowolnej i świadomej autofrustracji poddają się niekiedy ludzie o wielkiej kulturze wewnętrznej, o dużej wrażliwości społecznej, o silnie rozwiniętym poczuciu sprawiedliwości i alterocentryzmie.

Świadomość faktu, że znaczna liczba ludzi jest pozbawiona stale lub okresowo możliwości realizowania wielu swych potrzeb, powoduje niejednokrotnie u takich jednostek spontaniczne wyrzeczenie się

dóbr materialnych, dobrowolne skazywanie się na braki, których doświadczają inni, w imię autentycznej sprawiedliwości społecznej. W ten sposób osoby te realizują swój ideał doskonałości który osiągają w drodze frustracji swoich niższych potrzeb. Pragną one "wznieść się wyżej", aby zadowolić nakaz alterocentryzmu, empatii poprzez czyn. Wielu reformatorów życia społecznego wyznawało w teorii i w praktyce taką zasadę.

Istnieją zatem dwa pojęcia i dwa procesy frustracji: jedna narzucona, ujemna w skutkach, i druga - świadomie przyjmowana, dobrowolna, najczęściej pozytywna zarówno dla rozwoju osób, które ją sobie narzuciły, jak i dla tych, w imię których jest podjęta.

Podobnie przedstawia się sprawa poczucia niższości. Na jego tle mogą powstawać: zawiść, stany niepokoju, depresji, a także tendencje agresywne lub inne destrukcyjne tendencje kompensacyjne.

Niekiedy jednak, o czym również pisałem w cytowanej pracy, poczucie niższości, poczucie wstydu i winy w stosunku do innych, a zwłaszcza do siebie, może być podstawowym dynamizmem rozwojowym.

Poczucie niższości w stosunku do siebie samego polega między innymi na tym, że jednostka zdolna do rozwoju, zetknąwszy się z nie przewidzianymi skutkami własnych opinii, decyzji czy też czynów (nie zamierzone wyrządzenie komuś krzywdy, nieświadome spowodowanie ciężkich konfliktów), stwierdza, że działała dotąd niewłaściwie, że kierowała się przewagą takich impulsów uczuciowo-poznawczych, które wyzwalały inne ukryte dotąd czynniki, doprowadzające do rozdzwieniu, do rozdarcia między moralnymi możliwościami własnej osobowości a działaniem na usługach popędów.

Poczucie niższości manifestuje się więc albo jako dynamizm

społeczny upośledzający rozwój jednostki, albo jako podstawowy element jej pozytywnego rozwoju.

Podobna wieloznaczność cechuje pojęcia przystosowania i nieprzystosowania, chwiejności oraz ustabilizowania się struktur i dynamizmów, pojęcia normy, jak też zdrowia psychicznego lub choroby psychicznej. Pojęcie przystosowania i nieprzystosowania bez dodatkowych określeń (przystosowanie i nieprzystosowanie pozytywne lub negatywne) traci swą przejrzystość znaczeniową. Nie będziemy tutaj analizować podstawowych czynników, które decydują o jednostronności lub wielostronności ujęcia treści danego terminu. Zwrócimy jedynie uwagę, że treść danego terminu zmienia się dość zasadniczo, jeśli przy jej rozpatrywaniu uwzględniamy tylko niektóre jego składniki, i to z pominięciem ich miejsca w danym układzie lub hierarchii. Treść ta zmienia się zasadniczo również w zależności od tego, czy jest rozpatrywana statycznie, czy dynamicznie.

Stopień "wielowymiarowości" (przeźrzenności) i "dynamiczności" (czasowości) decyduje o sposobie ujęcia takich podstawowych zagadnień, jak: norma, wartość pozytywna lub negatywna, zespół nerwowości, nerwic, frustracji czy poczucia niższości. Zatem symptomatologia danego zespołu nerwowości czy psychonerwicy może być aktualnie ujemna (pod względem rozwojowym i społecznym), ale analizowana wszechstronnie, i to zarówno "przeźrzenie", jak i "czasowo", może być także oceniona jako zjawisko wyraźnie pozytywne.

Zdrowie psychiczne i somatyczne

Nie ulega obecnie wątpliwości, że znana o czasów starożytnych *maksyma mens sana in corpore sano* nie ma pokrycia w rzeczywistości. Stykamy się bowiem często z bardzo zdrowymi somatycznie psychopatami, przestępcami, a nawet psychotykami. Znamy natomiast ludzi chorych somatycznie, którzy przejawiają wysoki poziom i sprawność działania podstawowych funkcji psychicznych. U wielu osób lżejsze lub cięższe schorzenia somatyczne powodują wstrząsy, wyłomy w dotychczasowych zintegrowanych strukturach i dynamizmach psychicznych, ale jednocześnie powodują wysubtelnienie świadomości, wzrost alterocentryzmu, poczucie odpowiedzialności, rozszerzenie horyzontów myślowych. Oczywiście taki lub inny kierunek rozwoju zależy w dużej mierze od pozytywnych, podatnych na przekształcenie zawiązków osobowości danej jednostki.

Unieruchomienie, osłabienie fizyczne, przykre bodźce pochodzące ze środowiska wewnętrznego, zmiany w układzie wegetatywnym, jego chwiejność i amfotonia wzmagają często żywotność i bogactwo wyobrażeń, uczulają na bodźce świata zewnętrznego i wewnętrznego.

Jest to - jak mówi Charles Scott Sherrington - objaw dysocjacji między czynnościami mięśni szkieletowych a czynnościami myśli i mowy, zgodnie zaś z teorią Iwana Pawłowa - jest to nadmierna czynność drugiego układu sygnałowego, cechująca psychosteników.

Bogactwo duchowe artystów, wielkich myślicieli, a zwłaszcza poetów, nie pozostaje bez związku z przebytymi lub doznawanymi w czasie pracy twórczej schorzeniami somatycznymi. Spostrzeżenie to potwierdza opinia Johna Keatsa wyrażona w zdaniu: "Tego typu myśli

[twórcze - K.D.] przychodziły rzadko, kiedy byłem zdrowy". Podobne wypowiedzi spotykamy u wybitnego polskiego psychologa J.W. Dawida. Możemy zatem zaryzykować twierdzenie, że u niektórych jednostek o pozytywnym potencjale rozwojowym, obdarzonych uzdolnieniami twórczymi, choroba somatyczna przyspiesza nieraz krystalizację i rozwój twórczości oraz pogłębia rozwój osobowości, co koreluje pozytywnie ze wzrostem zdrowia psychicznego.

Wyraźnym przykładem takiego zjawiska jest rozwój twórczości i osobowości profesora Antoniego Kępińskiego, który w czasie trwania wieloletniej nieuleczalnej choroby dał społeczeństwu polskiemu wiele cennych dzieł z dziedziny psychiatrii i jej pogranicza, przepojonych myślą humanistyczną i moralną głębią.

Zdrowie psychiczne ujęte pozytywnie i negatywnie

W wielu nowoczesnych pracach poświęconych zagadnieniom zdrowia psychicznego mówi się o tzw. negatywnym i pozytywnym pojęciu zdrowia psychicznego. Pojęcie negatywne opiera się na niestwierdzeniu objawów chorobowych lub wyraźnej konstytucji chorobowej. Postawmy to zagadnienie w sposób następujący: Czy wystarczy brak psychicznych cech chorobowych, aby określić daną jednostkę jako zdrową psychicznie? Czy dla postawienia właściwej diagnozy trzeba stwierdzić właściwości pozytywne świadczące o zdrowiu psychicznym? Rezerwując sobie dalej miejsce na bardziej dokładne omówienie tego problemu, muszę już tutaj przedstawić jedną z moich podstawowych tez. Sądzę, że takie zespoły właściwości, jak nerwowość, oraz takie procesy, jak

niektóre nerwice czy psychonerwice, a nawet w pewnych przypadkach psychozy, nie stanowią decydującego czynnika pozwalającego stwierdzić, że dana osoba nie jest zdrowa psychicznie. W toku dalszych rozważań - zgodnie z teorią dezintegracji pozytywnej - wskażę, że właśnie większość stanów nerwowości, a nawet nerwic i psychonerwic to często warunek pozytywnego rozwoju jednostki. Dzięki tym elementom dana osoba staje się podatna na czynniki przyspieszające i pogłębiające jej rozwój. A zatem o zdrowiu pozytywnym świadczy zdolność do rozwoju, nie zaś zdolność przystosowania się do zmiennych warunków życia lub do zachowania równowagi psychicznej, jak sądzi wielu autorów omawiających to zagadnienie.

Wywoływanie przemian we własnym środowisku wewnętrznym oraz pozytywne oddziaływanie na środowisko zewnętrzne świadczą o zdolności jednostki do własnego rozwoju i niemal z reguły łączą się ze wzmożoną pobudliwością psychiczną, z poczuciem niezadowolenia z siebie, z poczuciem niższości i winy, a więc z zespołami nerwowości, nerwic i psychonerwic.

W ocenie zdrowia i choroby psychicznej konieczne jest uchwycenie różnych przejawów psychicznych badanej osoby wielopłaszczyznowo i w przebiegu czasowym. Przestrzenne i czasowe ujęcie środowiska wewnętrznego i zewnętrznego, określenie miejsca i wpływów poszczególnych dynamizmów psychicznych na rozwój osoby - to sprawa podstawowa dla określenia, czym jest zdrowie psychiczne.

Zdrowie psychiczne w ujęciu statycznym i dynamicznym

Pozytywne ujęcie zdrowia psychicznego łączymy zazwyczaj z ujęciem dynamicznym, a negatywne ujęcie zdrowia psychicznego - z ujęciem statycznym. Dynamiczność, czyli ujęcie wielopłaszczyznowe i wielopoziomowe albo zdolność do rozwoju jest, moim zdaniem, podstawową właściwością zdrowia psychicznego.

Rozpatrywanie zdrowia psychicznego jako zespołu cech przeciętnych, najczęstszych, a więc dynamizmów prostych działających w ramach cyklu życiowego człowieka, prowadzi do statycznego ujęcia zdrowia psychicznego, podkreśla automatyzm dynamizmów psychicznych, znikomą plastyczność i nikłą podatność na zmiany.

Ujęcie statyczne wymaga norm i wzorców dla prostych, przeciętnych struktur i zespołów, będących w przeciętnym lub przyspieszonym rozwoju. Normy i wzorce o niezbyt wysokiej hierarchii wartości i celów stanowią podstawowe siły dynamizujące pewną liczbę jednostek przeciętnych, u których stwierdza się zawiązki rozwoju ich podstawowych właściwości indywidualnych w kierunku osobowości i ideału.

Wprowadzenie do praktyki pojęcia norm-wzorców jest połączone z opracowywaniem tego, co nazywamy wielopoziomowością, dynamiczną statystyką.

Zdrowie i choroba jako zjawisko wielopłaszczyznowe i wielopoziomowe

Przejdźmy z kolei do tych definicji zdrowia psychicznego, które mają wyraźny charakter wielopoziomowy. Zwracałem już uwagę na to, że diagnozy dotyczące zdrowia czy choroby można opierać wyłącznie

na aktualnych zespołach objawów.

Objawy nerwowości w pewnych warunkach mogą wskazywać na reakcje automatyczne, na mało świadome, pozbawione elementów twórczych, w innych zaś - świadczą o uwrażliwieniu i przetwarzaniu osobowości.

Objawy obcości w stosunku do siebie i otoczenia mogą w danym zespole i w danych warunkach zapowiadać rozpoczynający się proces psychotyczny, a w innych - osiągnięcie poziomu rozwoju osobowości znacznie wyższego niż dotychczasowy.

To samo dotyczy poczucia niższości i winy. Stwierdzenie charakteru chorobowego i niechorobowego tych zespołów, ich charakteru dysolucyjnego lub ewolucyjnego zależy od odpowiedzi na pytania, jaką rolę odgrywają one w rozwoju osobowości jednostki, jaki wpływ wywiera dana jednostka na grupę - i na odwrót, czy jest to wpływ rozwojowo pozytywny, czy też wywołujący regresję psychiczną; czy działa on pozytywnie, czy też ujemnie na sprawność myślową i kulturę ogólną jednostki. Właściwą ocenę tych spraw można ustalić nieraz dopiero po wielu miesiącach, a nawet latach obserwacji i badań. I to badań, które pozwoliłyby uchwycić objawy struktury podświadomej, struktury genotypicznej i ich znaczenie dla życia jednostki. Aktualne objawy nerwowości, neuropatii, nerwic czy psychonerwic niewiele mówią o rzeczywistym stanie psychicznym jednostki. Obraz symptomatologiczny jakiegoś zaburzenia nie jest tym samym, co obraz genetyczno-teleologiczny. Nie można zatem wypowiadać sądu prognostycznego o danym procesie tylko na podstawie objawów aktualnych. Tak samo nie można na podstawie pewnych zachowań dziecka związanych z jego okresem rozwojowym (kłamstwa, wybuchowość, upór i nieposłuszeństwo) wypowiadać - w

formie opinii decydujących - sądów ujemnych o jego osobowości.

I jeszcze jedno: rozpatrując różne ujęcia, różne definicje zdrowia psychicznego widzimy, że powierzchowność czy jednostronność definicji wynika głównie z niedostrzegania cech rozwojowych i wielopoziomowości zdrowia psychicznego.

Jeżeli rozpatrujemy zdrowie psychiczne jako zdolność do przystosowania się albo jako sprawność lub niesprawność psychiczną, czy też jako zdolność do przekroczenia cyklu biologicznego i typu psychologicznego lub gdy bierzemy pod uwagę funkcję rzeczywistości jako jeden z mierników zdrowia psychicznego - to staramy się w każdym z nich uchwycić dwa aspekty: jednopoziomowość i wielopoziomowość. Niedoskonałość definicji polega głównie na nieuwzględnianiu drugiego aspektu. Zajmiemy się więc definicjami zdrowia psychicznego rozpatrując je w obu wspomnianych aspektach, a głównie w drugim.

Możemy zatem wyróżnić symptomatyczne ujęcie zdrowia psychicznego i ujęcie genetyczno-teleologiczne, zarówno w ich postaciach negatywnych (choroba), jak i w postaciach pozytywnych (rozwijające się zdrowie). Jeżeli więc chcemy dostatecznie wnikliwie ująć zagadnienie zdrowia psychicznego, musimy uwzględnić elementy wielopłaszczyznowości i wielopoziomowości rozwoju.

Norma przeciętna i norma-wzorzec w powiązaniu z pojęciem zdrowia psychicznego

Na ogół zakłada się, że o zdrowiu psychicznym jednostki decyduje podobieństwo jej właściwości i dynamizmów psychosomatycznych

(zarówno pod względem jakości, jak i siły) do właściwości i dynamizmów najczęściej występujących w jednym społeczeństwie. Powiedzmy jednak wyraźnie, że obraz częstych, "zdrowych" zespołów wiąże się z dość niskim poziomem inteligencji. W dziedzinie właściwości społecznych znamieną jest przewaga postawy egocentrycznej nad alterocentryczną, instynktu samozachowawczego i seksualnego nad tendencjami poznawczymi i społecznymi. Taki mniej więcej zespół cech jednostki - zdaniem wielu - umożliwia wydanie opinii o zdrowiu psychicznym. Czy to ujęcie można zaakceptować? Wydaje się, że jest ono upokarzające dla rodzaju ludzkiego. Właściwe ujęcie zdrowia psychicznego musi zawierać oprócz wartości przeciętnych - wartości wzorcowe.

Ocenę zdrowia psychicznego jednostki należy oprzeć na identyfikacji związków dynamizmów przekształcających się w kierunku normy-wzorca, ku której jednostka przeciętna może się stopniowo zbliżyć. O zdrowiu psychicznym decydują wyraźne możliwości rozwoju jednostki od zespołu właściwości przeciętnych ku indywidualnym zespołom wzorcowym. Zdrowie psychiczne jako przeciętna norma zachowania - jak już podkreślaliśmy - jest więc związane z ujęciem statycznym. Zespolenie tej normy z normą-wzorcem nadaje zdrowiu psychicznemu charakter hierarchiczny, wielopoziomowy, a więc dynamiczny, rozwojowy.

Zdrowie psychiczne ludzi przeciętnych i ludzi wybitnych

Ludzie wybitni, rozwijający się zazwyczaj intensywnie, w sposób przyspieszony, powinni być oceniani zgodnie z indywidualną

normą-wzorcem, nie zaś według normy określającej zjawiska przeciętne. Ludzie wybitni rozwijają się mniej lub bardziej wszechstronnie albo mniej lub bardziej jednostronnie, zgodnie z węższymi lub szerszymi normami rozwoju przyspieszonego. Przejawiają oni nieraz cechy nerwowości, nerwic i psychonerwic, nieprzystosowanie do aktualnej rzeczywistości, brak sprawności w życiu codziennym, słabą stereotypowość i w szerszym lub węższym zakresie - zaburzenia funkcji rzeczywistości. Ich proces rozwoju jest najczęściej niezupełnie równomierny - łatwo przełączają się przeżycia psychiczne na układ nerwowy, wegetatywny. Niekiedy obserwujemy u nich nieprzeciętną sprawność funkcji wyższych przy niedorozwoju funkcji niższych. Nieprawidłowość stosunków między dynamizmami geno- i fenotypicznymi występuje u nich częściej niż u osobników przeciętnych.

W ocenie stanu zdrowia psychicznego ludzi wybitnych należy stosować indywidualne, odbiegające od przeciętnych, prawie неповtarzalne normy osobowościowe.

Zdrowie psychiczne oraz sprawność i niesprawność psychiczna

Jako podstawową właściwość zdrowia psychicznego jednostki podaje się często sprawność zespołową podstawowych funkcji psychicznych.

Jednakże zakładając nawet, że uda się przyjąć umownie mniej lub bardziej określony zespół funkcji psychicznych dla każdej jednostki indywidualnie, to spiętrzą się przed nami trudności nie do przewyciężenia. Sprawność bowiem zwiększa się, obniża lub zanika w zależności od pory dnia i nocy, w zależności od

przemęczenia lub szczególnego zainteresowania się danym przedmiotem (lub brakiem zainteresowania), w zależności od samopoczucia, okresów rozwojowych, stanu zdrowia somatycznego i wielu innych czynników. Pewnych niesprawności zespołowych w tych lub innych warunkach spośród wyżej wymienionych nie możemy uważać za wyraz złego zdrowia psychicznego.

Ponadto jednostki z objawami braku sprawności w jednej dziedzinie mogą przejawiać dużą sprawność w innym zakresie i na innym poziomie. Dotyczy to przede wszystkim różnego typu ludzi nerwowych i nerwicowych. Dotyczy to osób o niskim, a częściej jeszcze o wysokim poziomie kultury, osób o pewnych właściwościach typologicznych. Różnie przedstawiają się więc sprawność i brak sprawności u typów asteniczno-schizotymicznych, pykniczno-cyklicznych, ekstrawertywnych i introwertywnych czy u typów o wzmożonej pobudliwości psychicznej (ruchowej, afektywnej, wyobraźniowej, sensualnej, umysłowej). A zatem aspekt wielopłaszczyznowości, stosunek między typem psychicznym a środowiskiem zewnętrznym oraz miejsce, poziom i zakres działania poszczególnych dynamizmów w środowisku wewnętrznym odgrywać mogą podstawową rolę w ocenie, czy mamy w konkretnym przypadku do czynienia ze sprawnością osoby zdrowej psychicznie czy patologicznej. W analizie problemu sprawności i braku sprawności psychicznej ważną rolę odgrywa - zwłaszcza przy pozytywnym rozwoju jednostki - dynamiczny punkt widzenia. Sprawność psychiczna o charakterze prymitywnym może bowiem powoli słabnąć, ustępując kompensacyjnie miejsca tworzącej się sprawności na wyższym poziomie.

Zdrowie psychiczne oraz efektywność i produktywność

Efektywność i produktywność (lub właściwości przeciwne) łączą się ze sprawnością lub niesprawnością psychiczną. Ten, kto jest sprawny, produkuje lepiej i więcej, ten kto jest niesprawny, produkuje mniej i gorzej, jest nieefektywny w pracy. Można powiedzieć, że efektywność i produktywność lub cechy przeciwne stanowią w pewnym sensie miarę sprawności lub niesprawności psychicznej.

Ale i tu należy postawić szereg pytań, określić wiele warunków decydujących o efektywności i produktywności. U pewnego typu osób są one mierne, w jednym okresie znacznie wyższe, w innym znacznie mniejsze, a nawet zanikające. Wiemy wszakże, że praca wybitnie twórcza może nie dawać widzialnych skutków efektywności czy produktywności, a jednak w pewnym okresie może być - i to w wysokim stopniu - właśnie efektywna i produktywna.

W wielu środowiskach powtarza się opinię, że twórcy są nieefektywni i nieproduktywni. A jednak wartość tego, co stworzyli, jest wybitna, nieoceniona, niewymierzalna w kategoriach, którymi operują oceniający ich ludzie im współcześni. Nauczono się przyjmować, że efekty widoczne dla przeciętnego odbiorcy są jedyną miarą osiągnięć ludzkich. Nie dostrzega się, że i w tym zakresie występuje wielopoziomowość tego, co można nazwać efektywnością i produktywnością. Należy więc zastosować zasadę wielopoziomowości oraz miarę prospektywną i retrospektywną do tego, co można by nazwać efektywnością i produktywnością. Tak więc

ujęcie zdrowia psychicznego przez jednopoziomą efektywność i produktywność jest niezmiernie wąskie i należy wprowadzić do niego istotne korektury.

Zdrowie psychiczne oraz zdolność do przystosowania się

W wielu podręcznikach pedagogiki zdolność przystosowania się do zmiennych warunków życia wymienia się jako jedną z cech zdrowia psychicznego. Nasuwa się pytanie, jaką treść należałoby wkładać w pojęcie przystosowania się. Czy chodzi tutaj o rozumienie różnego typu rzeczywistości środowiskowej, różnych typów i poziomów rozwojowych ludzi i oparcie na tym poznaniu odpowiedniego postępowania zgodnego z zasadami własnego pozytywnego rozwoju? Czy też chodzi o rezygnację (w większym lub mniejszym stopniu) z własnych poglądów i zasad lub o metody postępowania służące zapewnieniu sobie spokoju, albo o chęć zdobycia dobrych warunków materialnych?

Pierwsze rozumienie zgodne jest z wymaganiami zdrowia psychicznego w ujęciu rozwojowym, drugie jest z nim sprzeczne. Jednostka, rozwijająca się stara się możliwie wszechstronnie poznać i zgłębić rzeczywistość, nie reagować zbyt emocjonalnie na trudności, stara się w sposób rozumny przezwyciężyć napotymane opory. Tam gdzie jest to nieuniknione, gdzie tego wymaga konkretna sytuacja, nieprzystosowanie jednostki można uważać za pozytywne. Jest ono bowiem wówczas wyrazem właściwej postawy moralnej, postawy zdrowia psychicznego.

A więc należy stwierdzić, że nie określone bliżej przystosowanie

do zmieniających się warunków życia nie może być kryterium zdrowia psychicznego. Należy więc wprowadzić rozróżnienie między przystosowaniem negatywnym i pozytywnym oraz nieprzystosowaniem negatywnym i pozytywnym.

O zdrowiu psychicznym decydują zależności, jakie powstają między przystosowaniem i nieprzystosowaniem pozytywnym, które jako dynamizmy rozwoju osobowego ściśle ze sobą współdziałają.

Dobre samopoczucie a zdrowie psychiczne

"Uczłowieczenie" istoty ludzkiej polega na tym, że przeżywa ona, hamuje się, kontroluje, przejawia refleksję, dąży do osiągnięcia coraz wyższego poziomu własnej osobowości. John Keats zwraca uwagę, że nie do pomyślenia jest rozwój człowieka bez udziału w tym rozwoju zarówno jego smutków, jak i radości. Smutek, depresja, niezadowolenie z siebie, poczucie wstydu, poczucie winy i niższości są nieodzowne w rozwoju, tak samo jak przeżywanie uczuć radości i twórczość.

Dobre samopoczucie, które przejawia się okresowo, może cechować człowieka rozwijającego się, ale może - w pewnym zespole objawów - towarzyszyć także ciężkim schorzeniom psychicznym lub schorzeniom o podłożu organicznym (porażenie postępujące, choroba Korsakowa, zespoły maniakalne), natomiast złe samopoczucie może nieraz towarzyszyć procesom przyspieszonego rozwoju.

Znane jest powiedzenie Herberta Spencera, że woli być niezadowolonym Sokratesem niż zadowolonym zwierzęciem. Wiemy, że w pewnych okresach odznaczających się intensywnym rozwojem

psychicznym (okres przekory, okres dojrzewania) przeważają nastroje ujemne. Oczywiście nie należy przypuszczać, aby trwały niezmienny nastrój smutku i przygnębienia mógł mieć charakter twórczy. Dla twórczości charakterystyczny jest w pewnych etapach nastrój hipomaniakalny, euforyczny, a w innych - stan medytacji, depresji, smutku, oschłości.

Tendencje do globalnych ujęć, do syntez cechują jednostki twórcze w okresie nasilania się twórczości, po którym zazwyczaj przewagę uzyskuje postawa analityczna, postawa samokrytycyzmu, nieufności do własnej twórczości. I tutaj także właściwa ocena nie jest możliwa (w sensie stwierdzenia, czy mamy do czynienia z prawidłowym procesem psychicznym, czy z zaburzeniami psychicznymi).

W stanach nerwowości, nerwic i psychonerwic, w stanach frustracji przeważa ujemny nastrój afektywny, z drugiej zaś strony wiem, że w większości tych stanów działają ważne dynamizmy twórcze, owa Kierkegaardowska "trwoga i drżenie"; twórcze elementy rozwojowe występowały w doznaniach nerwicowych Marcela Prousta, Johna Keasta, Jana Władysława Dawida i innych.

Równowaga psychiczna (homeostaza) jako miernik zdrowia psychicznego

Próbowano wielokrotnie, i to na ogół w sposób niefortunny, przenieść z dziedziny biologii, fizjologii i neurofizjologii do psychologii zarówno ogólnej, jak rozwojowej i wychowawczej oraz do psychopatologii pojęcie homeostazy jako równowagi psychicznej.

Wydaje się jednak że homeostaza jako cecha stała ludzkiego organizmu, a zwłaszcza ludzkiej psychiki, jest zjawiskiem krótkotrwałym, rzadkim.

Wiemy o tym, że całe życie ludzkie, szczególnie osób kulturalnych, wrażliwych, nie upływa pod znakiem równowagi. Jest ona raczej celem, a nie najczęstszym stanem psychicznym. Biologiczna i neurofizjologiczna homeostaza jako stan niezmienny jest wyrazem ustabilizowania bez dalszego rozwoju. W rozwoju zwierzęcia i człowieka jest to stan, który cechuje tzw. dojrzałość. Jest to zazwyczaj dojrzałość psychosomatyczna, o unormowanych czynnościach, o wyraźnym przystosowaniu do otoczenia i - w ogóle - o zatrzymanym rozwoju. Homeostaza jako stan przejściowy, jako pewien etap rozwoju musi ustąpić miejsca wyższemu poziomowi równowagi. A zatem musi ustąpić różnorodnym stanom nierównowagi psychicznej. Takie zjawiska, jak wzmożona pobudliwość psychiczna w różnych formach, jak wiele nerwic i psychonerwic, jak okresy rozwojowe, świadczą właśnie o czymś przeciwnym aniżeli homeostaza i odgrywają zasadniczą rolę w przygotowywaniu wyższej formy równowagi, której nie możemy traktować jako stanu nieprzemijającego, trwałego.

A zatem w ujęciu zdrowia psychicznego należy uwzględnić stan nierównowagi psychicznej obok przejściowych stanów równowagi. Oba te zmienne i naprzemienne zjawiska są wyrazem rozwoju, który wydaje się najwłaściwszym miernikiem zdrowia psychicznego.

Dojrzałość lub niedojrzałość psychiczna jako miernik zdrowia psychicznego

W ogromnej większości prac z zakresu psychologii, pedagogiki i higieny psychicznej operuje się terminem "dojrzałość psychiczna" w znaczeniu pozytywnym oraz terminem "niedojrzałość psychiczna", jako pojęciem o zabarwieniu wyraźnie negatywnym. Czy jest to obiektywne ujęcie? Wydaje mi się, że przy bardziej obiektywnym podejściu należałoby wprowadzić kryterium teleologiczne, kryterium rozwoju oraz kryterium dwóch punktów widzenia: biologicznego w węższym znaczeniu oraz psychologicznego i pedagogicznego, w sensie szerszym. Ogólnie można stwierdzić, że niedojrzałość jest drogą do dojrzałości, a zatem pewne elementy niedojrzałości w ujęciu dynamicznym stanowią o możliwości dalszego dojrzewania, natomiast dojrzałość w znaczeniu biologicznym wskazuje na etap charakteryzujący się brakiem dalszego dojrzewania, a więc stabilizacją dojrzałości. Wymienić tu można np. okres negatywizmu, dojrzewania (młodzieńczy i dziewczęcy), przekwitania. Wyznaczają one w całości cykl życiowy człowieka, kończący się stabilizacją, zestarzeniem się i śmiercią. Inaczej przedstawia się niedojrzałość pozytywna jako gotowość do dojrzewania permanentnego, do stałego dojrzewania twórczego.

Zjawisko to wiąże się z elementami pewnej dziecięcości, postawą szczerości, otwartości, bezpośredniości, z udziałem w rozwoju osobowym elementów magicznych i animistycznych. Rysy pewnej dziecięcości psychicznej, niedojrzałości cechują ludzi twórczych, wielkich artystów, cechują jednostki, które są elementem zaczynowym w postępie ludzkości, w doskonaleniu wielu obszarów życia. Są to osoby nie ustabilizowane psychicznie, wrażliwe, o

pobudliwej wyobraźni, emocjonalności i intelekcie, o dużym potencjale rozwojowym, który - często aż do śmierci - nie wyczerpuje się. Są to ludzie najczęściej nie przystosowani do siebie i otoczenia. U nerwicowców i psychonerwicowców spotykamy bardzo często te elementy pozytywnej niedojrzałości psychicznej. Musimy zatem powiedzieć, że pewna niedojrzałość psychiczna jest cechą zdrowia psychicznego, ponieważ jest równocześnie cechą rozwoju psychicznego i rozwoju trwałego, przejawianego w ciągu całego życia jednostki.

Funkcja rzeczywistości jako jeden z mierników zdrowia psychicznego

Głównym rzecznikiem traktowania zdrowia psychicznego jako zespołu czynności podporządkowanych funkcji rzeczywistości (funkcji odpowiedzialności) jest Piotr Janet. Uważa on funkcję rzeczywistości za wyraz syntezy percepcji i myślenia logicznego, syntezy doświadczenia, która podporządkowuje sobie różne różne czynności i nadaje im cechę przystosowania do rzeczywistości.

Funkcja rzeczywistości wyraża czynności dojrzałe psychicznie, czynności na wyższym poziomie - sprawność i efektywność. Na pierwszy rzut oka takie ujęcie zdrowia psychicznego ma wyraźne cechy pozytywne. Jednak przy jego bardziej wnikliwym rozważeniu zauważamy, że jest jednopoziomowe i bliskie pojęciu zdrowia psychicznego, które wyraża równowagę albo homeostazę. Otóż i w tym przypadku trzeba uwzględnić wielopoziomowość funkcji rzeczywistości albo funkcji realności. Czynności syntetyczne, czynności sprzężone i przystosowane do rzeczywistości możemy

odnajdywać na różnych poziomach rozwoju osobowego - wyższych i niższych. Mogą one występować nawet na bardzo niskim poziomie, u tzw. jednostronnych realistów, u ludzi łatwo podejmujących wszelkie decyzje, a nawet u jednostek psychopatycznych.

Trzeba wyraźnie podkreślić, że ta funkcja rzeczywistości może występować na wielu poziomach. U osób o intensywnym rozwoju psychicznym może istnieć niezgodność między funkcją rzeczywistości na niskim poziomie i funkcją rzeczywistości na poziomie wysokim,, Taki rozbrat widzimy u wielu ludzi sztuki, u wielu uczonych, u wielu pisarzy i poetów. Wiemy, że Franz Kafka był zupełnie nie przystosowany do rzeczywistości życia codziennego. Marcel Proust nie potrafił przystosować się do prymitywnych wymogów życia codziennego, przejawiał wysoką zdolność do czynności syntetycznych, systematyzacyjnych, organizacyjnych w swojej twórczości literackiej i w dziedzinie filozofii.

Wielu nerwicowców, a więc ludzi o wzmożonej pobudliwości psychicznej, oraz twórczych psychoneurotyków posiada funkcję rzeczywistości na wysokim poziomie. Są oni raczej nie przystosowani do życia codziennego, nie mają zdolności do syntezy na niskim poziomie czynności codziennych.

Oczywiście zjawiskiem najbardziej pożądanym z punktu widzenia zdrowia psychicznego byłoby uporządkowanie, usystematyzowanie i zhierarchizowanie wszystkich czynności ludzkich w podporządkowaniu funkcji rzeczywistości na wysokim poziomie, ale jest to rzadko spotykany ideał. Takie podejście obce jest ujęciu Janeta, który określa tę właściwość jako cechę tzw. ludzi normalnych.

Stereotypowość i twórczość a zdrowie psychiczne

Stereotypowość wyraża mniejszy lub większy lub mniejszy zakres czynności zautomatyzowanych stanowiąc konieczną fazę rozwoju jednostki. Dotyczy ona niezbędnych czynności, jak chodzenie, bieganie, przyjmowanie pokarmów, elementy pracy zawodowej itd.

Także wśród czynności umysłowych istnieje mnóstwo czynności automatycznych, jak porządek pracy, systematyzacja, skróty obliczeniowe, codzienne skojarzenia, niektóre techniki działania.

Objawy stereotypii i automatyzacji stwierdzamy wyraźnie u ludzi starych, w niektórych chorobach psychicznych o podłożu organicznym lub jako kompensatę lękową (nerwica natręctw, nerwica lękowa), u tzw. typów skoartowanych Rorschacha i u debilów.

Konieczność życia stale w tych samych warunkach zwyczajowych i stykania się z tymi samymi ludźmi nosi w pewnej mierze znamię stereotypii. Tam gdzie nie rodzi się zdziwienie i zaniepokojenie, obserwujemy stereotypię i automatyzm. Samokrytyka, wątpienie, zdziwienie, zaniepokojenie wyrażają się w postawie twórczej, postawie pozbawionej automatyzmu i stereotypii. Stereotypowość i automatyzacja są w pewnej mierze sprzeczne z postawami twórczymi.

Twórczość w znacznym stopniu wyraża się w wartościach rzadko spotykanych, wyjątkowych, ynamionujących nowe ujęcia rzeczywistości, jej nowe treści i formy. Jest to dyspozycja do wytwarzania wartości pogłębiających dotychczasowe, dobrze nam znane wartości. Twórczość jest wrogiem schematyzmu, stereotypii, automatyzmu, rzemiosła. Jest ona prospektywna i odkrywczą nawet w czynnościach retrospektywnych.

Zdolność do tworzenia nowego cechuje okresy rozwojowe, a zatem - w pewnej mierze - związana jest z okresem przekory (w wieku około trzech lat), okresem dojrzewania i innymi okresami nierównowagi psychicznej. Twórczość wiąże się często z okresami napięć emocjonalnych, konfliktów wewnętrznych i ciężkich doświadczeń życiowych. Wymaga ona jakby pewnych składników nierównowagi psychicznej, burzenia środowiska wewnętrznego.

Oprócz wymienionych okresów postawa twórcza występuje często u osób dorosłych obdarzonych pewnymi cechami infantylności psychicznej, łączącego się najczęściej z nierównowagą psychiczną, świeżością, nadmierną wrażliwością.

Jak już wspomniałem, twórczy są często ludzie nerwowi i nerwicowcy, którzy przejawiają rozluźnienie i rozbitcie własnego środowiska wewnętrznego i popadają w konflikty ze środowiskiem zewnętrznym. Cechuje ich w związku z tym skłócenie wewnętrzne i brak przystosowania do otoczenia, nierówność nastrojów, skłonności dezintegracyjne.

Czy ludzie twórczy są zdrowi psychicznie? Wydaje się, że na tak postawione pytanie należy odpowiedzieć na ogół twierdząco. Nie są oni zdrowi psychicznie według normy przeciętnej. Są jednak zdrowi psychicznie według indywidualnej normy-wzorca, normy osobowościowej, czyli zdrowi psychicznie w sensie zdolności do rozwoju, i to rozwoju przyspieszonego. Są oni zdrowi psychicznie, ponieważ są zdolni do zdobywania i utrwalania nowych, wyższych wartości oraz zdolni do bardziej lub mniej wszechstronnej realizacji osobowości.

O rozwoju psychicznym stanowi zatem szczęśliwe połączenie postawy

twórczej w obrębie czynności wyższych z umiarkowaną stereotypią w zakresie czynności niższych. Przy czym o stanie zdrowia psychicznego świadczy przewaga dynamizmów twórczych nad stereotypią.

Zdolność do przekroczenia biologicznego cyklu życiowego i typu psychologicznego

Nie ulega wątpliwości, że na wyższych poziomach rozwoju psychicznego mamy do czynienia z tendencjami i realizacją przekroczenia - w pewnej mierze - cyklu biologicznego człowieka. Jest to mniej lub bardziej rozległe, mniej lub bardziej intensywne przekroczenie elementów stereotypowych, powszechnych. Te elementy przejawiają się w charakterystycznym przebiegu i jakości okresów rozwojowych. Wyrażają się one również w uzależnieniu od okresowego lub stałego nadmiernego wpływu somatycznego. Są to stałe lub czasowe próby przeniesienia akcentu ze zjawisk biologicznych na zjawiska moralne i psychiczne, na hierarchiczne zjawiska indywidualnego rozwoju. Jest to wyraz częściowego odsuwania i zmniejszania wpływu czynników biologicznych i prymitywnych na człowieka.

Zjawisko przekraczania biologicznego cyklu życiowego zachodzi u jednostek i grup, które dysponują wyraźnie pozytywnym potencjałem rozwojowym, przejawiają pewne zdolności do wczesnego krytycznego stosunku do własnych prymitywnych popędów, wybiórczy stosunek do różnorodnych wpływów środowiska społecznego.

Przede wszystkim zaś jest to wyraz nasilającego się pozytywnego

nieprzystosowania do własnych cech niższego poziomu, a więc wyraz potęgowania się sił autonomicznych i autentycznych własnej psychiki.

Nie ulega wątpliwości, że rozwojowi jednostki musi towarzyszyć mniejsza lub większa zdolność do przekształcania własnego typu psychicznego, pozwalająca zbliżyć się do własnego ideału osobowości.

Jednostka pracując nad sobą często stwierdza jednostronność cech własnego typu. Nie może ona pogodzić tego z potrzebą wzbogacenia się innymi cechami, innymi rodzajami wrażliwości, inną skalą i napięciem tendencji niż te, które charakteryzują jej typ. Zaczyna więc dążyć do przekroczenia własnego typu, do przekształcenia zbyt wyraźnej postawy introwertywnej przez rozwój alterocentryzmu, przez wytworzenie zdolności do współżycia z innymi. Przy innych właściwościach psychicznych jednostka pragnie przekroczyć jednostronną ekstrawersję, cykliczność struktury i dynamizmów przez rozbudowę refleksyjności, medytacji, samotności, które traktuje jako konieczne dla uzupełnienia i wzbogacenia dotychczasowej struktury i zbliżenia się do normy-wzorca.

Wzmoczona pobudliwość psychiczna, a więc i wrażliwość, doprowadza do procesu dezintegracji pozytywnej, dzięki któremu komplikuje się typ podstawowy jednostki. Zostaje on uzupełniony cechami typu przeciwnego czy innych typów. Pogłębia się i rozszerza skala przeżyć jednostki, uzyskuje ona wtórną harmonizację struktury, czyli tzw. integrację wtórną.

Przekraczanie własnego typu psychologicznego nie wyraża w niczym tendencji do uszczuplenia, do osłabienia własnych esencjalnych

cech indywidualnych. Przeciwnie, jest to wyraz wzmocnienia tych cech na wyższym poziomie w dążeniu do esencji indywidualnej. Równocześnie praca nad przekroczeniem własnego typu psychicznego uzupełnia i rozwija na coraz wyższym poziomie tendencje i potrzeby społeczne. Wskazuje ona na osiągnięcie coraz wyższych esencji społecznych, powszechnych, w ścisłym związku z esencjami indywidualnymi. Wyraża stopniową realizację empatii, odpowiedzialności za innych, wzrost świadomości społecznej oraz autonomii i autentyczności.

Zdolność do samowychowania i autopsychoterapii a zdrowie psychiczne

Zdolność do samowychowania zakłada istnienie w danej jednostce hierarchicznego potencjału rozwoju wartości, istnienie procesu "przedmiot-podmiot" w sobie oraz zdolności do przeżywania niezadowolenia z siebie, poczucia wstydu, poczucia winy i niższości. Zakłada także działanie dynamizmu nieprzystosowania i przystosowania pozytywnego oraz coraz silniejsze i bardziej wyraziste kształtowanie się własnej osobowości i jej ideału.

Podstawowym warunkiem samowychowania jest wysoki poziom świadomości, a więc zdolności do rozeznawania stanu własnego środowiska wewnętrznego. Od tego zależy rozwój samokontroli i samopotwierzenia jako dalszych składników samowychowania. Proces ten wymaga również działania dynamizmu przemiany wewnątrzpsychicznej, która zakłada wyraźną hierarchię wartości i wyraźne działanie czynnika trzeciego - łącznie ze wszystkimi

innymi dynamizmami autonomii. Proces ten przebiega - jak już wspomniałem - w kierunku coraz większego precyzowania ideału indywidualnego i społecznego, dynamizującego całą jednostkę. Wszystkie te czynniki są istotne dla procesu dezintegracji pozytywnej, a więc i dla dynamizacji środowiska wewnętrznego, powodują przyspieszenie procesu rozwojowego przez samowychowanie. Jednostki zdolne do rozwoju mogą odznaczać się różnymi formami wzmożonej pobudliwości, czyli nerwowości, a nawet neuropatii i psychonerwicy. Napięcie psychiczne, poczucie braku równowagi psychicznej, konflikty wewnętrzne i zewnętrzne, cały proces dezintegracji powodują złe samopoczucie. Jednostki doświadczające tych stanów mają świadomość własnej twórczości, procesu przekształcania się własnego typu, świadomość wzrastania ośrodka dyspozycyjno-kierowniczego, mają wreszcie poczucie realności własnego ideału osobowości. Stąd znamienne dla tych jednostek są zazwyczaj duże zdolności do autopsychoterapii. Wgląd w komplikacje własnego środowiska wewnętrznego i zewnętrznego, przy równoczesnym poczuciu hierarchii wartości we własnej strukturze psychicznej i uświadomienia jej przemian w czasie (rozwój przyspieszony), zapewnia powrót po konfliktach do stanu integracji (*restitutio ad integrum*) i umożliwia osiągnięcie wyższego poziomu rozwoju w wyniku autopsychoterapii. Jednostka o takich właściwościach strukturalnych i dynamicznych ma zazwyczaj wgląd w siebie, dużą znajomość konfliktów i ich roli w kompensacji i sublimacji, dużą znajomość etapów integracji wtórnej oraz korzyści płynących dla rozwoju z dynamizacji własnego ideału osobowości.

Konflikty wewnętrzne, nerwowość czy nawet nerwica, przy zdolności do autopsychoterapii i przy jej udziale w osiągnięciu wyższego poziomu rozwojowego oraz samowychowanie świadczą zatem nie o chorobie, lecz o zdrowiu psychicznym jednostki.

To, co powiedzieliśmy, wskazuje wyraźnie, że występowanie w strukturze i dynamizmach pewnych funkcjonalnych zaburzeń psychicznych nie decyduje jeszcze o naruszeniu zdrowia psychicznego jednostki. O rzeczywistym zaburzeniu zdrowia psychicznego możemy mówić dopiero w przypadkach dezintegracji negatywnej albo dyssolucji, natomiast zespoły nerwowości oraz nerwic, a nawet niekiedy psychoz, mogą świadczyć nie o chorobie psychicznej, ale o możliwościach rozwojowych, o warunkach rozwijającego się zdrowia psychicznego.

W takich "chorobowych" przypadkach jednostka sama może kierować swoim losem, przekształceniami i psychoterapią. Autopsychoterapia jest tutaj niczym innym jak samowychowaniem w warunkach szczególnie trudnych.

A zatem zdolność do samowychowania i do autopsychoterapii wyraża ścisły związek między zachowaniem jednostki w łatwiejszych warunkach życia a czynnościami podejmowanymi przez nią w warunkach konfliktów wewnętrznych, w stanie niezrównoważenia, wzmożonej pobudliwości, depresji, lęku, obsesji.

Jednostka podejmuje działania samowychowawcze opierając się na już uzyskanych wartościach i zdobywając wartości inne, nowe. Często wiąże się to z wielkim wysiłkiem, a nawet z urazami. A oto wypowiedź jednej z moich pacjentek: "Podobno jestem na ogół wrażliwa, z przewagą wrażliwości intelektualnej nad innymi formami

wrażliwości. Ale miałam zawsze tendencje do organizowania, porządkowania, komenderowania. I oto, po raz nie wiem który, poczułam wokół siebie pustkę; nie miałam kogo i czego organizować. Od tej pory bardziej wnikliwie starałam się odnosić do ludzi, szczególnie ludzi wrażliwych uczuciowo". A oto inna wypowiedź: "Samowychowanie to wychowywanie siebie, a nie innych. A jakże często popadamy w stereotypię, jeżeli nie mamy czego dać innym, wobec ubóstwa naszej pracy samowychowawczej, naszych wewnętrznych przemian".

Integracja i dezintegracja a zdrowie psychiczne

Według mnie stan integracji pierwotnej jest stanem przeciwstawnym zdrowiu psychicznemu. Te lub inne formy integracji pierwotnej cechują większość ludzi, ale równocześnie, chociaż w mniejszym zakresie i natężeniu, ludzi ci objawiają elementy rozluźnienia i rozbicia psychicznego. Im bardziej spoista struktura integracji pierwotnej, tym mniejsza jest zdolność do rozwoju, tym większa siła automatyzmu, stereotypii, nawykowości, a zatem niższy poziom zdrowia psychicznego.

Struktury zintegrowane obserwujemy głównie u psychopatów, w znikomym stopniu podatnych na rozwój, "głuchych" i "ślepych" na bodźce inne niż właściwe dla ich niskiej struktury popędowej.

Pierwotnie zintegrowana struktura popędowa jest u nich siłą sterującą integracją, wyrażającą silniej niż u jednostek normalnych swój instrumentalny charakter.

Osiąganie czegoś nowego, wyższego wiąże się niemal zawsze z

trwającym dłuższy czas silniejszym lub słabszym, bardziej lub mniej rozległym procesem dezintegracji. Ze wszystkich moich prac, a nawet z większości rozdziałów tej książki wynika wyraźnie, że to, co najbardziej podstawowe w pozytywnym rozwoju człowieka, wiąże się ściśle z procesem wielu integracji cząstkowych wtórnych, następujących po procesach dezintegracji cząstkowej lub z nią współzachodzących w tym samym czasie.

Czynnik trzeci a zdrowie psychiczne

Spróbujmy opisać stosunek współzależności między dynamizmami dezintegracji pozytywnej i cząstkowych integracji wtórnych, czyli większością dynamizmów, które współdziałają przy osiągnięciu zdrowia psychicznego.

Każdy rozwijający się człowiek wie dobrze, jak ceni własne zdanie, jak trudno rezygnuje z własnych opinii na korzyść opinii innych.

Lubimy subtelne mistyfikacje dla usprawiedliwienia czy ukrycia własnych braków lub błędów. Nawet w pracy samowychowawczej "spieszmy się", aby obok potępienia siebie za niewłaściwe postawy znaleźć dla nich również usprawiedliwienia.

Dopiero obnażenie nie korzystnej dla nas prawdy powoduje zmianę rozwojową, ową integrację wtórną, niepełną, cząstkową, ale autentyczną. W ten sposób budzą się w nas i rozwijają dynamizmy autonomiczne, które - jak wiemy - stanowią syntezę wielu innych czynników, takich jak: zdziwienie w stosunku do samego siebie, zaniepokojenie sobą, niezadowolenie z siebie, poczucie niższości w stosunku do samego siebie, poczucie wstydu i winy,

nieprzystosowanie pozytywne, instynkt twórczy, dynamizm "przedmiot-podmiot" w sobie, dynamizm samowychowania i autopsychoterapii, empatii i utożsamienia się z własnym ideałem społecznym, dynamizmy samoświadomości i samokontroli, przemiany wewnątrzpsychicznej itd. Dynamizmy te nie obejmują w całości wszystkich wyżej podanych czynników, ale obejmują znaczne zakresy ich działania i tworzą dość wyraźną ich syntezę.

W okresie przekory u małego dziecka, w okresie dojrzewania czy przekwitania, w stanach nerwowości, nerwic czy psychonerwic, w stanach konfliktów wewnętrznych, niezgodności we własnym środowisku wewnętrznym powstaje i uwidacznia się słabiej lub silniej tzw. czynnik trzeci. Jest to czynnik, w którym podstawową rolę odgrywa samoświadomość i samopotwierdzenie. Ustosunkowuje się on zaprzeczająco i potwierdzająco, a więc wybiórczo, do pewnych rodzajów i poziomów środowiska wewnętrznego, jak i do pewnych rodzajów i poziomów oddziaływania środowiska zewnętrznego. Jest on syntetycznym narzędziem coraz wszechstronniej rozwijającej się osobowości i - jej konkretnego ideału. Jest narzędziem integracji wtórnej, a więc i budowy zdrowia psychicznego na wysokim poziomie.

Ideał osobowości a zdrowie psychiczne

Proces dezintegracji psychicznej jednostki wraz z objawami niepokoju i poczucia niższości, wstydu; niezadowolenia z siebie, poczucia winy w sposób zasadniczy wpływa na rozluźnienie i rozbicie hierarchicznego środowiska wewnętrznego, na rozwój poczucia "wstępowania i zstępowania" w hierarchii swych tendencji,

na rozwój postawy prospekcyjnej i retrospekcyjnej.

W miarę pozytywnego dojrzewania osobowości jej ideał staje się coraz bardziej konkretny i wyznacza rozwojowi kierunek oraz sens, wyzwala dalszą projekcję rozwoju najwyższych struktur osobowości, tzn. esencji indywidualnej i społecznej, sprzężonych w niepowtarzalną całość. Synteza obu esencji nadaje cechę wyraźnej konkretności ideałowi osobowości. Cecha ta stanowi o możliwości jego dynamizacji, o możliwości odwoływania się jednostki do tego ideału, o możliwości widzenia całej hierarchii wartości zogniskowanej w konkretnej strukturze ideału jest to wyraz zespolonej dynamizacji hierarchicznej, wyraz ciągu rozwojowego, który można ująć w pytaniu "skąd i dokąd idziemy". Stosunek tak pojętego ideału osobowości do pojęcia zdrowia psychicznego i jego dynamiki jest - jak się wydaje - bardzo wyraźny i sprecyzowany.

Inne "zdrowe" i "niezdrowe" dynamizmy jednostki

Wspomnijmy o innych jeszcze dynamizmach, których analiza ułatwi ujęcie ich jako "zdrowych" lub "niezdrowych". Takich dynamizmów jest bardzo wiele. Omówimy tylko niektóre z nich.

Rozpatrzmy w skrócie stosunek nawykowości i automatyczności do zdrowia psychicznego. Obie te właściwości są niezbędne w czynnościach życia codziennego. Jest to zjawisko jak najbardziej zdrowe. Wielki muzyk czy malarz automatyzuje w pewnym sensie swoją technikę. Nowe projekty pracy muszą uwzględniać wiele elementów już wcześniej przyswojonych; nowe pomysły i techniki, np. sportowe, nie mogą się obejść bez cennych automatyzmów już

zdobytych i wyćwiczonych. Bez tych automatyzmów wiele nowego zawisłoby w powietrzu. Należy jednak zdać sobie sprawę z tego, że istnieje zależność między zakresem automatyzmów i nawyków a czynnościami świadomymi, czynnościami twórczymi. Stosunek, w którym automatyzmy i nawyki są podporządkowane czynnościom świadomym i czynnościom twórczym, stanowi o zdrowiu psychicznym jednostki.

Ze sprawą zdrowia psychicznego wiąże się także zagadnienie wszechstronności i specjalizacji.

Na podstawie naszych codziennych doświadczeń, a zwłaszcza na podstawie doświadczeń psychologii rozwojowej i wielu badań testowych (np. Rorschacha) wiemy, że jednostronna specjalizacja formalizuje, zawęża wrażliwość, schematyzuje. Taka postawa i taka struktura, o ile występują okresowo w pewnej fazie pracy lub dotyczą pewnego tylko zakresu czynności jednostki, są pożyteczne. Twórczość, skłonność do pogłębiania poznania łączy się prawie z reguły z mniej lub bardziej wszechstronną wrażliwością, z postawą retrospekcji i prospekcji, z wglądem w samego siebie. Rozwijająca się jednostka nie może zatem ograniczać swoich postaw do wąskiej specjalizacji, a więc także automatyzmu i stereotypii.

Syntetyczne ujęcie czynników zdrowia psychicznego

Próbowałem przedstawić szereg ujęć zdrowia psychicznego - od prymitywnych lub co najmniej jednostronnych, do coraz bardziej wszechstronnych, a więc wielopłaszczyznowych i wielopoziomowych. Ostatnie ujęcie wprowadza do różnorodnych stanowisk elementy

bardziej dynamiczne, bardziej hierarchiczne, bardziej wartościujące. W tych rozważaniach naświetliłem wieloznaczność niektórych pojęć, dążąc do ich uściślenia, wprowadzając Czytelników w pewnego rodzaju "dramat pojęć". Może to być pożyteczne dla zrozumienia dynamicznego rozwoju pojęcia zdrowia psychicznego. Próbowałem obalić przestarzały mit o identyczności zdrowia somatycznego ze zdrowiem psychicznym. Próbowałem wykazać nieprzydatność negatywnego ujęcia zdrowia psychicznego, określającego je jako brak zaburzeń psychicznych. Starałem się natomiast podkreślić wartość pozytywnego ujęcia zdrowia psychicznego, traktując je jako zjawisko rozwojowe, dynamiczne, a nie statyczne. Rozważania na temat rozwoju zdrowia psychicznego i hierarchii wartości realizowanych na coraz wyższym poziomie oraz ich związku ze zdrowiem psychicznym uświadomiły nam wyraźnie, że niezbędne jest opracowanie wielopoziomowych statystyk i zaprzestanie traktowania wartości idealnych jako patologicznych. Dzięki temu możliwe stało się osłabienie bardzo wyraźnie tkwiącego jeszcze w naszym stereotypie przekonania że jeżeli istnieje "psychopatologia w dół", to musi "istnieć także "psychopatologia w górę". "Psychopatologia w dół" wyraża upośledzenie umysłowe, degenerację, dyssolucję, tzn. te wszystkie zjawiska, które wykraczają poza normę w kierunku wyraźnie ujemnym, upośledzającym, obniżającym wartość jednostki. Jednocześnie można obserwować pewne "chorobowe" zespoły objawów sprzęgnięte z talentem "dziwacznością twórczą" - a więc "odchylone w górę" od normy przeciętnej. Dlatego - z punktu widzenia hierarchicznego rozwoju jednostki - powyższe, tradycyjne

stanowisko w psychopatologii staje się anachronizmem, wyrazem kultu przeciętności. Nie można dziś przyjąć mylnego terminu *degeneraes superieurs* (degeneracja wyższego rodzaju). Oczywiście, rozwojowi mogą towarzyszyć pewne rodzaje degeneracji. Na wysokim poziomie rozwoju nie jest jednak możliwe stwierdzenie degeneracji wyższych funkcji czy wyższych wartości. Ktoś, kto się wybitnie rozwija, kto rozwija się w sposób twórczy, przyspieszony i globalny, nie może ulegać degeneracji.

Krótką analizą sprawności i niesprawności psychicznej wykazała konieczność częściowego choćby przyjęcia wielopoziomowego ujmowania sprawności, efektywności i produktywności. Ujęcia te bez uwzględnienia wielopoziomowości tracą wszelki sens.

Wiele jednostek wybitnych przy intensywnym rozwoju traci na pewien okres lub na całe życie sprawność, efektywność i produktywność na niższym poziomie, aby je kompensować i sublimować na poziomie wyższym. Działania Prousta, Kafki i wielu innych wybitnych twórców, niesprawne i nieefektywne, nieproduktywne na niskim poziomie, były wybitnie zorganizowane, sprawne, efektywne, produktywne na poziomie wysokim.

Z punktu widzenia wielopoziomowości i hierarchii wartości omówiliśmy także zagadnienie przystosowania i nieprzystosowania. Zwróciliśmy również uwagę na to, że związek przystosowania pozytywnego z nieprzystosowaniem pozytywnym stanowi zasadniczy element rozwoju, i to rozwoju wszechstronnego i przyspieszonego, a więc także warunek zdrowia psychicznego.

Z tego samego punktu widzenia próbowaliśmy odrzucić wąskie kryteria homeostazy, dojrzałości i funkcji rzeczywistości jako

kryteria zdrowia psychicznego. Wskazaliśmy, że homeostaza albo równowaga psychiczna jest zjawiskiem zmiennym w procesie rozwoju i że niższy poziom homeostazy musi być zastąpiony przez wyższy jej poziom, który ulega z kolei przemianom dezintegracyjnym.

Wspominaliśmy też, że pewne postacie niedojrzałości mogą oznaczać bogaty i skomplikowany potencjał rozwojowy. Oznaczają one stałą świeżość uczuć, stałą wrażliwość na bodźce rozwojowe wewnętrzne i zewnętrzne; tak więc niektóre formy niedojrzałości psychicznej musimy uważać za pozytywne w rozwoju z punktu widzenia zdrowia psychicznego.

Do pojęcia funkcji rzeczywistości jako warunku zdrowia psychicznego należy wprowadzić pojęcie "wielopoziomowość". Funkcja rzeczywistości musi być rozpatrywana jako funkcja cechująca różne poziomy: niskie (prymitywne) i wysokie. Na niskim poziomie funkcja ta jest wyrazem syntezy prymitywnych popędów, na poziomie dezintegracji jednopoziomowej jest rozbita. A w miarę przechodzenia na coraz wyższy poziom wyraża proces syntezy najwyższego poziomu dynamizmów. Funkcje rzeczywistości niższych i średnich poziomów powinny być podporządkowane funkcji rzeczywistości poziomów najwyższych.

Jeżeli chodzi o sprawę stereotypowości i twórczości w problematyce zdrowia psychicznego, to jako zdrowe możemy określić tylko te elementy stereotypowości działania, które są podporządkowane dynamizmom rozwoju twórczego, a więc dynamizmom najwyższym. Chodzi zatem o pewne elementy "zdrowej stereotypowości" na usługach rozwoju twórczego.

Zdolność do przekroczenia biologicznego cyklu życiowego i typu

psychologicznego związana z innymi dynamizmami rozwojowymi
oznacza, że w procesie rozwoju jednostka przechodzi od
jednostronności typu do jego wszechstronności, od podporządkowania
struktury psychicznej stronie somatycznej do pewnego
uniezależnienia

się od niej. Tak więc zdolność do przekroczenia biologicznego
cyklu życiowego i typu psychologicznego wyraża zachowanie
najsłabszych form życia somatycznego podporządkowanych życiu
psychicznemu, oznacza korelację pomiędzy zachowaniem najwyższych
cech indywidualności ludzkiej a uzyskiwaniem cech wspólnych z
innymi.

Zrozumiałe jest, że przystosowanie się do coraz wyższego poziomu
rzeczywistości i wartości oraz przystosowanie się do ideału
osobowości indywidualnej i społecznej musi iść w parze z
nieprzystosowaniem się do rzeczywistości niższego poziomu, a więc
i do wartości niższego poziomu.

Osobowość rozwijająca się w kierunku swojego ideału, a więc dążąca
do osiągnięcia wysokiego poziomu zdrowia psychicznego, jest zdolna
do samowychowania i autopsychoterapii. Jednostka rozwijająca się
pozytywnie, a zwłaszcza jednostka rozwijająca się w sposób
przyspieszony i twórczy, musi kierować własnym rozwojem, musi się
rozwijać sama z siebie, musi kontrolować dynamizmy
autopsychoterapeutyczne i kierować nimi w warunkach konfliktowych,
w stanach silnie wzmożonej pobudliwości psychicznej, w stanach
kryzysowych, neurotycznych i psychoneurotycznych. To sterowanie
rozwijającą się osobowością w szczególnie ciężkich warunkach
losowych zewnętrznych i wewnętrznych jest ważnym czynnikiem

wyznaczającym właściwy rozwój zdrowia psychicznego.

Procesy dezintegracji i integracji w rozwoju psychicznym

człowieka, osiągnięcie przez niego coraz wyższego poziomu zdrowia

psychicznego należą do najważniejszych procesów pozytywnego

rozwoju. Są one nieodzowne w rozwoju twórczym, przyspieszonym,

samoświadomym. Nie można osiągnąć integracji wtórnej bez procesów

dezintegracji pozytywnej i bez procesów wtórnej integracji

cząstkowej. Zaburzenia psychiczne pozytywne, trudności

wychowawcze, zaburzenia nerwicowe i psychonerwicowe - to drogi do

realizacji osobowości, niezbędne procesy dezintegracyjne w rozwoju

pozytywnym. To samo można powiedzieć o głównych dynamizmach

procesów dezintegracji pozytywnej i integracji wtórnej. Wszystkie

dynamizmy dezintegracji wielopoziomowej spontanicznej, wszystkie

dynamizmy dezintegracji wielopoziomowej zorganizowanej i

usystematyzowanej są tutaj bardzo ważne i odgrywają podstawową

rolę w procesie dezintegracji pozytywnej i postępującej integracji

wtórnej. Chcę zwrócić jeszcze szczególną uwagę na działanie

dynamizmu "przedmiot-podmiot" w sobie, czynnika trzeciego,

przemiany wewnątrzpsychicznej, empatii i ideału osobowości.

Wszystkie one wyznaczają drogę, której kierunek określa pytanie:

"skąd i dokąd idziemy", drogę do najwyższych poziomów hierarchii

wartości. Wszystkie one budują psychiczne środowisko wewnętrzne i

przeciwstawiają wyższe dynamizmy niższym. Budują one stosunek "ja"

do "ty", tworzą elementy hierarchicznej rzeczywistości rozwojowej,

formy przekraczania jednego poziomu rozwoju przez inny, wyższy.

Definicja zdrowia psychicznego

Jak widzimy, pojęcie zdrowia psychicznego opiera się na pojęciach prawidłowości, wszechstronności, wielopoziomowości i dynamiczności rozwoju. Wszystkie te cztery elementy są możliwe do osiągnięcia przez stopniowe uzyskiwanie hierarchicznej równowagi między poszczególnymi cechami typologicznymi, zainteresowaniami i uzdolnieniami, wartościami wyższymi i niższymi, potrzebami twórczymi i czynnościami nawykowymi. Jednostka rozwija się przez adaptację i kształtowanie nawyków związanych z danym środowiskiem, a z drugiej strony, przez dezadaptację i dezintegrację w stosunku do pewnych rodzajów i poziomów zarówno środowiska zewnętrznego, jak i własnego środowiska wewnętrznego. Rozwój wymaga więc zdolności do przemiany i uzupełnienia swojego typu, rozszerzenia zainteresowań i uzdolnień, uwszechstronienia postawy i stopniowego zbliżania się do własnego ideału osobowości przez proces dezintegracji pozytywnej oraz integracji cząstkowej wtórnej i związane z nim działanie czynnika trzeciego, przez dynamizację sił psychicznych tkwiących w potencjale rozwojowym i w ideale osobowości.

Proces rozwoju postępuje w pewnym stopniu zgodnie z ujęciem Johna Hughlingsa Jacksona* (*J. H. Jackson: Selected Writings. London 1932.) od tego, co proste, do tego, co złożone; od tego, co automatyczne, do tego, co dowolne; od tego, co bardziej zorganizowane, do tego, co mniej zorganizowane - poprzez procesy przemian stosunku wzajemnego między różnopoziomowym przystosowaniem się i nieprzystosowaniem, integracją i dezintegracją, nawykowością i twórczością; przez lokalizowanie

ośrodka dyspozycyjnego, kierowniczego na coraz wyższym poziomie, przez tworzenie coraz wyższej hierarchii wartości i celów i przez coraz jaśniejsze widzenie własnego ideału osobowości.

W odróżnieniu od Jacksona przyjmuję, że dezintegracja (z udziałem wzmożonej pobudliwości psychicznej, nerwic i psychonerwic) jest - ogólnie biorąc - pozytywnym procesem rozwojowym. Jest to sprzeczne z ujęciem Jacksona, traktującym nerwice i psychonerwice jako w mniejszym lub większym stopniu wstępne fazy dyssolucji.

Zdrowie psychiczne polega na zdolności do możliwie najbardziej prawidłowego procesu przemian psychicznych jednostki, na zdolności do rozwoju ku osobowości oraz wyższej hierarchii wartości i celów, aż do indywidualnego i społecznego ideału osobowości.

Zdrowie psychiczne to zdolność do rozwoju coraz wyższej hierarchii wartości indywidualnych i społecznych poprzez proces dezintegracji pozytywnej i proces integracji cząstkowej wtórnej. Osobowość jest celem i rezultatem procesu dezintegracji. Mówimy tu o zdrowiu psychicznym stale rozwijającym się, osiągającym coraz wyższy poziom. W tym właśnie wyraża się dynamiczne ujęcie zdrowia psychicznego.

Higiena psychiczna jest zatem nauką o tak ujętym zdrowiu psychicznym.

Prawo do własnych, indywidualnych, a jednocześnie społecznych dróg rozwoju

Jak wiemy z pierwszego rozdziału tej książki, poznanie i przeżycie jak najszerszej i jak najgłębszej rzeczywistości jest oparte nie

tylko na poznaniu intelektualnym, ale również na poznaniu poprzez rozwijające się funkcje uczuciowe i popędowe na coraz wyższym poziomie, z udziałem naszych postaw emocjonalnych i hierarchii wartości. Poznawanie jest nie tylko funkcją intelektualną, lecz także poznawaniem poprzez właściwości moralne, odczucia estetyczne, podejście filozoficzne, przy udziale wszystkich sprzężonych właściwości psychicznych człowieka. W takim poznawaniu rzeczywistości udział ma nie tylko jednostka, ale też grupa ludzi związanych ze sobą w pracy intelektualnej i rozwijających wspólnie funkcje uczuciowe, moralne, estetyczne i filozoficzne.

Poznanie rzeczywistości opiera się nie tylko na odreagowaniu na bodźce zewnętrzne, ale na ich przetwarzaniu, często z przewagą działania bodźców wewnętrznych nad zewnętrznymi, a więc przez wyobraźnię, fantazję, projekty, kontrolę wewnętrzną, hierarchię wartości wewnętrznych itp.

Takie poznawanie jest nie tylko coraz bardziej wszechstronnym odkrywaniem rzeczywistości. Polega ono również na tworzeniu tej rzeczywistości z udziałem elementów subiektywnych wszczepionych w procesy obiektywne i odgrywających zasadniczą, twórczą rolę w poznaniu. Elementy subiektywne wyrażają najgłębsze rzuty twórcze w dotychczas nie znaną rzeczywistość; pozwalają ją odtwarzać i przetwarzać z udziałem czynności poznawczych.

Jak rozwijamy naszą wszechstronną zdolność do poznania rzeczywistości, a nawet do tworzenia rzeczywistości opartej na uruchomieniu wszystkich naszych "władz", a więc funkcji intelektualnych, uczuciowych, estetycznych, filozoficznych? Jak to przedstawiałem, rozwój dokonuje się przede wszystkim w procesie

dezintegracji pozytywnej. Jest to proces rozwoju coraz wyższych, sprzężonych funkcji poznawczych przez "oczyszczenie" niższych, ich rozluźnienie, usunięcie ich stereotypowości i wąskości, przez ich rozbicie. Proces dezintegracji wytwarza nowe funkcje poznawcze lub nowe sprzężenia funkcji poznawczych, które odsuwają na margines niższe funkcje poznawcze lub powodują ich wykorzystanie dla wyższych czynności poznawczych.

Wyższe formy poznania dochodzą do głosu w procesie dezintegracji cząstkowej i globalnej oraz w procesie integracji wtórnej:

cząstkowej i globalnej. Wyższe czynności poznawcze zawierają w sobie elementy przeżyciowe, uwalniają wyższe elementy intelektualne i przeżyciowe od niższych poprzez wzmożoną pobudliwość psychiczną, szczególnie imaginatywną uczuciową i intelektualną, poprzez konflikty wewnętrzne i zewnętrzne, nerwice i psychonerwice, działanie wszystkich dynamizmów rozwojowych, głównie dezintegracji wielopoziomowej lub warstwicznej, poprzez niepokój, stany lękowe, depresje i obsesje, powstawanie i rozwój hierarchii wartości poprzez uzyskiwanie w rozwoju coraz silniejszych i wyższych sił autonomicznych i autentycznych.

Ten proces związany jest ściśle ze zróżnicowanymi indywidualnie potencjałami rozwojowymi, które zawierają mniej lub więcej pozytywnych elementów twórczych.

To, co się dzieje, i to, co się rozwija w psychicznym środowisku wewnętrznym, jest nie tylko reakcją na bodźce zewnętrzne, ale prowadzi również do twórczości i przemian we własnym środowisku wewnętrznym, toruje drogę automatycznym bodźcom wewnętrznym, nie związanym z oddziaływaniem świata otaczającego. Właśnie w

środowisku wewnętrznym, poprzez konflikty jednopoziomowe i hierarchiczne, poprzez konflikty wewnętrzne i działanie różnorodnych dynamizmów hierarchicznych tworzą się coraz bardziej ustabilizowane, coraz wyższe poziomy rozwoju, od najprymitywniejszego, będącego na granicy psychopatii i normy, poprzez poziom dezintegracji jednopoziomowej, poziom dezintegracji wielopoziomowej spontanicznej i zorganizowanej, usystematyzowanej - aż do poziomu integracji wtórnej (osobowości). W ten sposób rozwój osiąga najwyższą strukturę indywidualną (osobowość), która jest celem i rezultatem procesu dezintegracji wielopoziomowej pozytywnej.

Poziom osobowości, a zatem poziom integracji wtórnej, zawiera - jak już wiemy - najwyższy poziom niezmiennych jakościowo właściwości indywidualnych i najwyższy poziom właściwości społecznych. Oba zespoły cech są wyrazem rosnącej wspólnoty z innymi ludźmi, z grupami ludzi i całym społeczeństwem, bez utraty własnej struktury indywidualnej (esencji), przeciwnie - przy jej ciągłym rozwoju. W ten sposób jednostka realizuje najwyższe prawa rozwojowe, utożsamia się z interesami innych, z interesami grupy, a jednocześnie utożsamia się z własnym, konkretnym, indywidualnym ideałem: odrębnym, różniącym się od innych, stanowiącym o niezależności, o autonomii niektórych psychicznych właściwości indywidualnych. Rozwój ku osobowości społecznej i indywidualnej jest wyrazem stopniowo rosnącego i konkretyzującego się programu i planu, który - na każdym z wyższych poziomów rozwoju - można ująć w pytaniu: "skąd i dokąd idziemy".

Jak już stwierdziłem, na najwyższym poziomie osobowości

lokalizujemy dwie podstawowe esencje struktury ludzkiej, a więc: indywidualną i społeczną, które od poziomu osobowości nie ulegają już zmianom jakościowym, ale zwiększają swe natężenie. Oczywiście w miarę rozwoju mogą dochodzić do głosu nowe jakości i mogą one odgrywać znaczną rolę w rozwoju, ale nie zastępują i nie zmniejszają ważności tych zasadniczych esencji, które już zostały uświadomione, wybrane, potwierdzone i stale są kształtowane.

Wychowywanie i samowychowywanie stanowią w trudnych okresach rozwoju, które są z nimi w sposób konieczny związane, równoczesny program psychoterapeutyczny, a głównie autopsychoterapeutyczny.

Program ten jest stałym składnikiem konfliktów wewnętrznych, nerwic i psychonerwic, które, wprzęgnięte w cały proces rozwojowy, stanowią najczęściej o jego twórczym charakterze i biorą udział w budowie osobowości.

Wszystkie struktury i wszystkie procesy rozwoju jednostka musi rozpoznać sama w sobie - lub za pomocą obiektywnych metod stosowanych przez siebie albo przez psychologa czy psychiatrę. Jednostka może stosować niektóre metody badawcze w pewnym zakresie, z przewagą elementów subiektywnych, do których należy przypatrywanie się sobie, obserwacja siebie. Wyrażają się one w dynamizmach zdziwienia w stosunku do siebie, zaniepokojenia sobą, niezadowolenia z siebie, poczucia wstydu i winy, nieprzystosowania pozytywnego w instynkcie twórczym. Jednostce dostępne są również bardziej skomplikowane "metody", jak: dynamizm "przedmiot-podmiot" w sobie, czynnik trzeci, najwyższe poziomy dynamizmów empatii, kontroli siebie, samoświadomości, a także realizacji swego konkretnego ideału osobowości.

Przedstawione metody są subiektywne. Odgrywają jednak zasadniczą rolę w poznaniu obiektywnym. Są one nie tylko zespołem narzędzi rozwoju, a więc wzrostu osobowości. Są subiektywnym wkładem w obiektywną metodę poznania. Postawa wyrażająca się w pytaniach zwróconych do siebie i wielokrotnie powtarzanych: kim jestem? jak w tej chwili postępuję? kim się staję? jak się przetwarzam? na jakim jestem poziomie? jakie mam zasadnicze braki? - stanowi podstawową metodę poznania siebie.

Metodę tę uzupełniają w sposób bardziej schematyczny, ale dość twórczy: wywiad psychologiczno-społeczny, badanie neurologiczne, metoda bodźców słownych, test biografii i test Rorschacha. Jest to metoda powiązanych ze sobą badań struktury rodzącej się osobowości, struktury wielopłaszczyznowej i wielopoziomowej.

Zwróćmy jeszcze uwagę na strukturę psychopatii i jej pogranicze (pogranicze normy). Zaznajomienie się ze strukturą psychopatyczną i ze społecznymi aspektami psychopatii jest istotne dla problematyki rozwoju osobowości. Z jednej strony bowiem rozpoznanie psychopatii bardziej lub mniej prymitywnej pozwala przeciwdziałać jej w interesie rozwoju osobowości. Z drugiej zaś strony, możemy odkrywać w sobie pewne struktury sztywne, stereotypowe, prymitywne popędowe, które w całości w właściwości pozytywne i rozwojowe zajmują negatywne miejsce i są przeszkodą we własnym rozwoju. Muszą być one stopniowo eliminowane aż do uzyskania drogi do wyższych poziomów w drodze ku osobowości. Eliminacja tych cech w sobie i próba eliminacji względnie umiarkowanych właściwości psychopatycznych u innych, tzn. wczesne ich wykrycie, dają korzyści zarówno indywidualne, jak

i społeczne. Przez rozwój własnej osobowości i znalezienie dla niej miejsca, jak przez wykrycie i obiektywną ocenę szkodliwej roli elementów psychopatycznych w życiu społecznym stwarzamy warunki umożliwiające marginalizację zjawiska psychopatii, które często znajduje się w centrum życia społecznego. Dlatego konieczne jest nadawanie coraz większego znaczenia społecznego jednostkom przejawiającym wzmożoną pobudliwość psychiczną, jednostkom psychonerwicowym, które odgrywają podstawową twórczą rolę w kształtowaniu życia społecznego na coraz wyższym poziomie.

Po zapoznaniu się z zagadnieniami tendencji rozwojowych i arozwojowych dochodzimy do syntetycznego ujęcia kwestii zdrowia psychicznego. "Dorabianie się" go oparte jest na pozytywnym potencjale rozwojowym, na wybiórczym przyjmowaniu wpływów otoczenia społecznego i na rozpoznawaniu oraz rozwoju własnych sił autonomicznych i autentycznych. Właściwości te pozwalają na coraz głębsze poznanie rzeczywistości. Są one podstawą własnego rozwoju poprzez dezintegrację pozytywną, są podstawą rozwoju psychicznego środowiska wewnętrznego oraz indywidualnej i społecznej osobowości ludzkiej. Wszystkie wpływy sprzężone z wyżej opisanymi trzema czynnikami pozwalają na rozluźnienie w sobie i w otoczeniu struktur sztywnych, stereotypowych, popędowo-prymitywnych, nietwórczych i szkodliwych, pozwalają na próbę pozbawienia ich znaczenia społecznego oraz osłabienia albo wyeliminowania ich w sobie. To właśnie wyraża właściwą postawę i rozwój zdrowia psychicznego jednostki i grupy.

Zdrowie psychiczne, począwszy od stadium wstępnego, prymitywnego, ahierarchicznego, jednopoziomowego, wypracowuje się w sposób

wielopoziomowy, w sposób zróżnicowany hierarchicznie, w sposób rozwojowy z udziałem funkcji intelektualnych, uczuciowych i popędowych, z udziałem hierarchii wartości aż do konkretnego ideału indywidualnego i społecznego. Takie zdrowie psychiczne jest kryterium, jest miarą naszego rozwoju, jest sprawdzianem rozwoju wyrażonego w literackiej formule: "skąd i dokąd idziemy?".

Spis treści

1. Co to jest wielopoziomowość rzeczywistości
2. Dezintegracja pozytywna
3. Psychiczne środowisko wewnętrzne i jego główne dynamizmy
4. Osobowość człowieka, jej struktura i działanie
5. Metody badań poziomów wartości ludzkich - drogi do osobowości
6. Psychopatia - największa przeszkoda w rozwoju osobowości i grupy społecznej
7. Co to jest zdrowie psychiczne?
8. Prawo do własnych, indywidualnych, a jednocześnie społecznych dróg rozwoju