

ks. Marek Dziewiecki, Radom

ANTROPOLOGICZNE PODSTAWY PORADNICTWA PSYCHOLOGICZNO-RELIGIJNEGO

Wstęp

Koniec XX. wieku w cywilizacji Zachodniej charakteryzuje się bolesnym kryzysem człowieka. Jednoznacznie potwierdzają to obiektywne wyznaczniki. Rośnie ilość samobójstw oraz liczba osób chorych psychicznie. Dramatycznie wzrasta przestępczość, a także ilość ludzi uzależnionych, zwłaszcza od alkoholu i narkotyków. Kryzys poszczególnych osób wiąże się z kryzysem rodzin i całych społeczeństw. W tej sytuacji coraz więcej ludzi szuka pomocy: materialnej, prawnej, społecznej, religijnej. Coraz więcej też osób – także w Polsce - szuka pomocy psychologicznej i terapeutycznej. Jednocześnie okazuje się, że poradnictwo psychologiczne jest często nieadekwatne. Nierzadko zdarza się, że interwencja danego psychologa pogarsza jeszcze sytuację człowieka, który szuka pomocy. Bez przesady można powiedzieć, że współczesne poradnictwo psychologiczne także przeżywa kryzys. Odnotowujemy niepokojący fakt, że wzrostowi ilości psychologów towarzyszy wzrost liczby osób chorych psychicznie.

Brytyjski socjolog, S. Andreski (1974) zauważa, że jeśli jakaś profesja oparta jest na rzetelnej wiedzy, to istnieje pozytywny związek pomiędzy ilością osób uprawiających ten zawód, a osiągniętymi rezultatami. „Zatem w kraju, posiadającym mnóstwo inżynierów telekomunikacji, dostępność usług telefonicznych będzie zwykle większa niż w kraju, który posiada niewielką liczbę tego typu specjalistów. W krajach o dużej liczbie lekarzy i pielęgniarek śmiertelność będzie niższa niż tam, gdzie zawody te należą do rzadkości. Powinno się więc okazać, że w krajach, regionach, instytucjach lub sektorach, w których szeroko korzysta się z usług psychologów, rodziny są bardziej trwale, więzy pomiędzy małżonkami, rodzeństwem, rodzicami i dziećmi są silniejsze i bardziej serdeczne, stosunki w pracy są bardziej harmonijne, wandy, przestępców i narkomanów jest mniej niż w miejscach lub środowiskach, które nie korzystają z umiejętności psychologów” (Andreski 1974, s. 25-6). Tymczasem możemy skonstatować, że „ulice są niebezpieczne. Rodziny są w rozsypce. Młodzi ludzie odbierają sobie życie. A gdy społeczeństwo psychologiczne usiłuje się z tymi problemami uporać, często zdaje się je tylko pogłębiać. Na przykład, otwieraniu w miastach ośrodków zapobiegania samobójstwom towarzyszy wzrost liczby samobójstw. Poradnictwo małżeńskie nierzadko doprowadza do rozwodu. A wprowadzenie na szeroką skalę publicznej edukacji seksualnej nie zdołało, choćby w najmniejszym stopniu, powstrzymać wzrostu liczby przypadków niechcianej ciąży, rozwiązłości i chorób wenerycznych. Trudno oprzeć się twierdzeniu, że przypisane lekarstwo może być przyczyną choroby” (Kilpatrick 1997, s. 32).

W obliczu kryzysu współczesnego poradnictwa psychologicznego rodzi się pytanie: jaki jest podstawowy warunek, by pomoc psychologiczna mogła być bardziej adekwatna i skuteczna niż dotąd? Sądzę, iż warunkiem tym jest oparcie poradnictwa psychologicznego na adekwatnej antropologii, która oznacza przyjęcie przez psychologów integralnej i realistycznej koncepcji człowieka. Jakikolwiek zawężenie czy wypaczenie koncepcji człowieka w psychologii prowadzi bowiem do zawężenia czy wypaczenia treści i metod poradnictwa, proponowanego przez daną szkołę psychologiczną czy przez danego psychologa.

1. Problem antropologiczny w psychologii a poradnictwo

1.1. Zachowanie – psychika - człowiek

Psychologia jest nauką, która analizuje i bada zachowanie człowieka po to, by je coraz lepiej rozumieć, by promować zachowania dojrzałe oraz by - w razie potrzeby - modyfikować zachowania niedojrzałe czy zaburzone. Psychologia staje zatem w obliczu potrójnej rzeczywistości. Wyrusza od obserwacji zachowania człowieka. Następnie stara się odkryć i wyjaśnić fizyczne i psychospołeczne uwarunkowania tegoż zachowania. Wreszcie staje w obliczu tajemnicy człowieka i jego życia. Do psychologa przychodzi bowiem nie ludzka psychika, lecz człowiek. Pomocy u psychologa nie szukają bolesne emocje, zaburzone strategie myślenia czy błędne sposoby decydowania, lecz człowiek. Cały człowiek. Psycholodzy mogą tylko na tyle udzielać odpowiedzialnej i adekwatnej pomocy psychologicznej, na ile rozumieją oni całego człowieka. Tymczasem współczesna psychologia bada coraz chętniej fragmenty ludzkiej rzeczywistości. Coraz bardziej adekwatnie rozumie zachowania cząstkowe i coraz mniej adekwatnie radzi sobie z tajemnicą całego człowieka.

1.2. Redukcyjne wizje człowieka w psychologii

Podstawową bolączką współczesnej psychologii jest zjawisko, które możemy nazwać problemem antropologicznym. Oznacza to, że większość szkół i systemów psychologicznych odwołuje się – w sposób ujawniony lub zamaskowany – do koncepcji antropologicznych, które charakteryzują się redukcjonizmem oraz brakiem realizmu. Psychologiczne interpretacje poradnictwa i zdrowia psychicznego odzwierciedlają spór o podstawowe założenia antropologiczne dotyczące człowieka, jego natury oraz ostatecznego sensu jego istnienia. W konsekwencji zasadniczych różnic antropologicznych poszczególne kierunki psychologiczne nie są zgodne co do tego, jakiego typu zachowania i fakty psychiczne należy brać pod uwagę oraz według jakich kryteriów je interpretować (Franta 1982, s.11). Popatrzmy w syntetycznym skrócie na koncepcje człowieka, na których opierają się najważniejsze szkoły i systemy psychologiczne.

Pierwszą z tych szkół jest psychoanaliza, która przez kilka dziesięcioleci stanowiła najbardziej wpływowy system we współczesnej psychologii. Psychoanaliza obejmuje nurty i kierunki, które wyraźnie różnią się między sobą. Wspólną ich cechą jest natomiast biologizująca koncepcja człowieka, czyli przekonanie, że ludzkie zachowanie jest kształtowane poprzez impulsy i popędy natury biologicznej. Według Freuda (1976, s.403) człowiek jest zdominowany przez impulsy i popędy organiczne natury seksualnej oraz agresywnej.

Z kolei behawioryzm prezentuje mechanicystyczną wizję człowieka i jego zachowania (Watson 1914; Skinner 1953). W tej perspektywie człowiek jest traktowany jako bierny organizm, który w regulowaniu swego zachowania jest całkowicie sterowany przez środowisko zewnętrzne, a zwłaszcza przez system nagród i kar. To właśnie system nagród i kar sprawia, że człowiek wykonuje określone czynności, a innych w ogóle unika. Behawioryzm interesuje się jedynie zachowaniami typu molekularnego, ignorując wszelką aktywność człowieka w wymiarze molarnym, czyli całościowym i zintegrowanym, gdyż tego typu zachowanie nie dałoby się interpretować jako bierną reakcję człowieka w obliczu aktualnie działających systemów nagród i kar.

W latach pięćdziesiątych naszego stulecia pojawiła się **psychologia humanistyczna**, jako „trzecia siła” wśród najważniejszych kierunków psychologicznych (Buhler, 1971 s. 49). W tej perspektywie eksponowane są specyficznie ludzkie cechy i zdolności człowieka, jak np. jego samoświadomość, intencjonalność w działaniu, jego odpowiedzialność i zdolność do twórczej aktywności, jego wartości i aspiracje, jego zdolność do odkrycia sensu własnego życia, a także do nawiązania autonomicznych więzi z innymi ludźmi oraz z Bogiem (Buhler-Allen 1972). Przedstawiciele psychologii humanistycznej dążą do traktowania człowieka jako całości oraz do analizowania jego zachowań głównie w normalnych, codziennych sytuacjach życiowych (Franta 1982, s. 113).

Mimo zasadniczej zgodności co do powyższych założeń, nie jest możliwe traktowanie psychologii humanistycznej jako jednolitego systemu, w którym wszyscy Autorzy przyjmują podobną koncepcję człowieka. Spośród głównych reprezentantów psychologii humanistycznej (Maslow 1954; Allport 1955; May 1961; Thomae 1968) największą niewątpliwie popularnością cieszy się obecnie C. Rogers (1951). Jak zauważa Giordani (1981), teorie Rogersa są wykorzystywane także w większości centrów psycho-pedagogicznych i terapeutycznych o inspiracji chrześcijańskiej. Wpływ tego Autora jest obecnie znacznie większy niż wpływ pozostałych reprezentantów psychologii humanistycznej. Z tego względu celowe jest zasygnalizowanie koncepcji człowieka właśnie w interpretacji Rogersa.

W przekonaniu tego Autora (1959a, s. 221) natura ludzka jest całkowicie pozytywna, a jedynym źródłem zaburzeń mogą być negatywne presje i oczekiwania ze strony środowiska zewnętrznego. Opierając się na tezach Goldsteina (1939), Rogers (1951b, s. 487) zakłada, że organizm ludzki posiada spontaniczną tendencję, by nieustannie rozwijać i ubogacać własne doświadczenia zarówno w stosunku do swych potrzeb organicznych, jak i w stosunku do własnych potrzeb i możliwości psychicznych. W tej sytuacji samorealizacja człowieka następuje w sposób spontaniczny i bezkonfliktowy. Rogers przyjmuje zawężoną i naiwną koncepcję człowieka, gdyż z jednej strony ignoruje w człowieku wszystko to, co przekracza wymiar psycho-organiczny, a z drugiej strony neguje istnienie w człowieku wewnętrznych konfliktów i zranień. Człowiek w pełni funkcjonujący psychicznie (fully functioning person) to według Rogersa (1959a, s. 222) indywiduum, które nie wchodzi w kontakt lub które potrafi się uwolnić od tego wszystkiego, co nie jest spontanicznym doświadczeniem własnego organizmu w wymiarze fizycznym i emocjonalnym. Z tego względu Vitz (1987, s. 88) zauważa, że wskazania psycho-pedagogiczne oraz terapeutyczne Rogersa prowadzą ostatecznie do formowania człowieka, który może w pełni funkcjonować jedynie w egoistycznym świecie własnego samozadowolenia i narcyzmu.

1.3. W poszukiwaniu antropologii integralnej i realistycznej

W latach pięćdziesiątych, obok psychologii humanistycznej, zaczął rozwijać się nurt, który można określić mianem nurtu **personalistycznego** w psychologii (por. Binswanger 1947; Caruso 1953; Daim 1951; Christian 1952; Frankl 1959; Gebattel 1959). Psychologia personalistyczna zrodziła się jako reakcja na jednostronną i zredukowaną wizję człowieka, prezentowaną przez dotychczasowe kierunki psychologiczne. W istocie - pomimo zasadniczych różnic - wszystkie wcześniejsze systemy psychologiczne prezentują witalistyczną i biologizującą wizję człowieka i jego tożsamości, uznając za ostateczny cel ludzkiej egzystencji obronę i rozwój własnego organizmu w wymiarze fizycznym i emocjonalnym.

W przeciwieństwie do tego typu koncepcji, psychologia personalistyczna interpretuje ludzką rzeczywistość w kategorii osoby, a bycie osobą nie jest redukowalne do rzeczywistości biologiczno-fizjologicznej, ani też do sumy mechanizmów, procesów i potrzeb natury psychicznej. Człowiek nie jest też po prostu efektem sumy swych doświadczeń i specyficznej historii życia. Istotą człowieka jest właśnie bycie osobą. A być osobą znaczy przede wszystkim być podmiotem wolnym i odpowiedzialnym. Wprawdzie osoba przejawia się i uzewnętrznia w całokształcie swej rzeczywistości somatycznej, psychicznej i duchowej, ale się nie zamyka w żadnym z tych wymiarów, ani nawet w ich sumie. W tym kontekście V. Frankl (1959, s. 664) wyjaśnia, że w sferze somatycznej człowiek jest zdeterminowany (nie może np. odzyskać amputowanej nogi). W sferze psychicznej jest on jedynie „popychany” (Getriebener), czyli podlega naciskowi określonych potrzeb czy mechanizmów psychicznych, nad którymi może jednak zapanować (może np. w określonej sytuacji przezwyciężyć własny lęk). Natomiast w sferze duchowej człowiek jest wolny, to znaczy może zająć postawę wobec swojej rzeczywistości i nadać jej określony sens, decydując w ten sposób o kierunku swego stawania się.

Osoba jest tym, co organizuje i scala poszczególne wymiary rzeczywistości człowieka, lecz sama nie może być przez tą rzeczywistość ogarnięta, ani jej podporządkowana (Gebattel 1959, s. 544). W tym sensie człowiek jako osoba nie jest właścicielem samego siebie. Nie jest bytem skoncentrowanym na samym sobie, ani też nie jest celem dla samego siebie. Do istoty osoby należy bowiem wykraczanie poza samą siebie. Natury osoby nie można całkowicie zrozumieć i wyjaśnić w ramach jednostkowego człowieka, bo bycie osobą to przede wszystkim bycie spotkaniem. A poprzez spotkanie i jego mocą osoba przekracza samą siebie i własne granice (Christian 1952, s. 7).

Poszczególni przedstawiciele psychologii personalistycznej są zgodni, że prawdziwie ludzkim sposobem istnienia i ostatecznym sensem egzystencji na sposób osoby jest przekraczanie samego siebie przez miłość. Nie ma jednak wśród nich zgody co do ostatecznego znaczenia i zakorzenienia ludzkiego bycia dla innych przez miłość. Binswanger (1947), który jest twórcą Antropoanalizy, uważa, że autentyczna egzystencja ludzka oznacza przekraczanie samego siebie przez miłość, która jedno czy człowieka ze światem. Jak zauważa Caruso (1953, s. 141), chodzi tu o miłość, która posiada ostateczny fundament i zakorzenienie we wspólnocie ludzkiej. Można więc zasadnie wnioskować, że w koncepcji Binswanger'a miłość, przez którą człowiek przekracza siebie i osiąga wspólnotę z innymi, jest jedynie sposobem przezwyciężania własnego lęku egzystencjalnego i samotności, a nie wyrazem bezinteresownego daru z siebie.

Odmierna jest w tym sensie koncepcja Frankla. Według tego Autora (1959, s. 661) sensem ludzkiego życia jest przekraczanie samego siebie poprzez bezinteresowną miłość ku innym osobom. Ów ostateczny sens nie jest jednak wytworem samego człowieka, lecz jest odkryciem właściwego sobie powołania. Tego typu odkrycie jest z kolei rezultatem spotkania z Transcendencją. Spotkanie z transcendentnym Bogiem jest możliwe dla każdego człowieka, gdyż Absolut jest obecny w duchowym wymiarze ludzkiego bytu, choć nie wszyscy tę Jego obecność odkrywają.

Jeszcze bardziej jednoznaczne stanowisko w tym względzie zajmuje Gebattel (1959). Według tego Autora (1959, s. 331) rzeczywistość człowieka obejmuje dwa zasadnicze wymiary: sferę apersonalną oraz sferę personalną. Sfera apersonalna obejmuje wymiar psycho-somatyczny człowieka i jest kompetentnie wyjaśniana przez medycynę i psychologię. Natomiast sfera personalna obejmuje wymiar duchowy człowieka, czyli dziedzinę jego wolności i odpowiedzialności oraz kwestię sensu ludzkiej egzystencji. Ta sfera może być w sposób zasadny naświetlana jedynie poprzez etykę i teologię. Autentycznym sposobem istnienia w sferze personalnej jest według Gebattela (1959, s. 330) bezinteresowna miłość w służbie Królestwa Bożego. W konsekwencji człowiek posiada dwie możliwości: albo oprzeć swą egzystencję na spotkaniu z Bogiem, uznając Jego najwyższy autorytet i naśladować życie Chrystusa, albo skazać się na nieistnienie w sferze duchowej (Gebattel 1959, s. 179).

Oceniając koncepcję człowieka w psychologii personalistycznej można stwierdzić, iż jest ona bez wątpienia koncepcją zdecydowanie bardziej respektującą naturę i złożoność człowieka, niż ma to miejsce w psychoanalizie, behawioryzmie czy w psychologii humanistycznej. Istotną natomiast słabością wszystkich nurtów psychologii personalistycznej jest fakt, że żaden z Autorów reprezentujących ten kierunek, nie wypracował własnych koncepcji poradnictwa psychologicznego. Interweniując w sferze apersonalnej, poszczególni przedstawiciele tego nurtu odwołują się zwłaszcza do dorobku psychoanalizy, która opiera się na zwięzłej wizji człowieka.

1.4. Antropologia integralna i realistyczna podstawą odpowiedzialnego poradnictwa psychologicznego

Poradnictwo psychologiczne i religijne może być odpowiedzialne i adekwatne jedynie wtedy, gdy dany psycholog opiera cele i metody swojej pracy na integralnej i realistycznej koncepcji człowieka. Taką koncepcję w najpełniejszym stopniu prezentuje antropologia biblijna. Pismo święte ukazuje człowieka jako osobę. Być osobą to być kim świadomym samego siebie i własnego powołania. To żyć w sposób wolny i odpowiedzialny. To coraz lepiej poznawać oraz coraz dojrzej kochać siebie i inne osoby: Boga i ludzi. Z drugiej strony antropologia biblijna odślania fakt, że być człowiekiem to być kimś zagrożonym w swoim rozwoju i szczęściu. Po grzechu pierwotnym łatwiej jest bowiem człowiekowi czynić zło, którego nie chce, niż dobro, którego pragnie. Człowiek jest zagrożony negatywnym wpływem środowiska, a także wewnętrznymi konfliktami i słabościami, grzechem, naiwnością, ignorancją, zawężeniem pragnień i aspiracji, zniekształceniem hierarchii wartości, uzależnieniem od ludzi, rzeczy czy substancji chemicznych. Człowiek jest jedynym bytem na tej ziemi, który może skrzywdzić nie tylko innych ludzi, ale nawet samego siebie. Nie czyni tego żadne zwierzę. Zwierzęta są bowiem zaprogramowane przez instynkty i popędy. Człowiek natomiast określa jakość swojego życia poprzez decy-

zje, które podejmuje. Będąc ograniczonym w swojej świadomości i wolności, ryzykuje, że będzie podejmować decyzje błędne i szkodliwe. W tej sytuacji człowiek potrzebuje Zbawiciela, aby stać się kimś nowym i świętym, aby żyć w miłości, wolności i świętości. Biblijne spojrzenie na człowieka to zatem spojrzenie integralne i realistyczne. Z jednej strony ukazuje ono wyjątkowość i złożoność człowieka, który doświadcza siebie poprzez swoją cielesność i psychikę, poprzez wrażliwość moralną i duchową, poprzez swoje więzi z Bogiem, z samym sobą i z bliźnim. Z drugiej strony antropologia biblijna odsłania ludzką słabość i grzeszność, nasze wewnętrzne zranienia i konflikty oraz potrzebę czujności i współpracy ze Zbawicielem. Dzięki wszechstronnemu i realistycznemu naświetleniu tajemnicy człowieka antropologia biblijna stwarza psychologowi szansę na pełne zrozumienie człowieka, który szuka pomocy oraz na udzielenie mu adekwatnej i skutecznej pomocy psychologicznej (Dziewiecki 1999b, s. 93-96).

2. Główne sfery weryfikacji antropologii integralnej i realistycznej w poradnictwie psychologiczno-religijnym

Każdy z psychologów jest z reguły przekonany, że swoją pracę psychologiczną opiera na integralnej i realistycznej koncepcji człowieka. Nie można jednak przedstawiać tutaj na subiektywnych deklaracjach czy przekonaniach. Jest bowiem możliwa obiektywna weryfikacja antropologii, do której odwołuje się dany psycholog czy kierunek psychologiczny. Sądzę, że stopień integralności i realizmu w patrzeniu na człowieka w ramach określonego systemu poradnictwa psychologicznego i religijnego można najłatwiej zweryfikować, analizując przyjęte kryteria interpretowania oraz formowania ludzkiej cielesności, a także sfery intelektualnej, emocjonalnej i religijnej. Przyjrzyjmy się bliżej temu zagadnieniu.

2.1. Postawa wobec cielesności

Po grzechu pierworodnym wszyscy ludzie, chociaż w różnym stopniu, przeżywają trudności w zrozumieniu sensu swojego ciała i w odpowiedzialnym kierowaniu własną cielesnością. Nie jest sprawą przypadku, że pierwszą konsekwencją tamtego grzechu było zaniepokojenie się człowieka własną sytuacją cielesną. Adam powiedział do szukającego go Boga: „Usłyszałem Twój głos w ogrodzie, przestraszyłem się, bo jestem nagi, i ukryłem się” (Rdz 3,10). Zajęcie dojrzałej postawy wobec ciała jest w tej sytuacji trudnym zadaniem. W sposób spontaniczny grożą nam postawy skrajne i zaburzone. Największym błędem jest sytuacja, w której dany człowiek utożsamia się z własnym ciałem. W konsekwencji wierzy, że do szczęścia wystarczy mu ciało i cielesna jedynie satysfakcja. Staje się niewolnikiem ciała. Niewolnikiem apetytu, popędów, lenistwa czy wygodnictwa. Czyni wtedy jedynie to, czego chce jego ciało. Uleganie dyktaturze ciała mści się jednak na człowieku. Prowadzi do zaburzeń psychicznych, do niepokoju sumienia, do bolesnych rozczarowań i dramatycznych napięć w relacjach międzyludzkich. Za cenę doraźnej przyjemności człowiek zniewolony ciałem płaci najwyższą cenę: cenę cierpienia, konfliktów i krzywd.

Dojrzałe kierowanie własną cielesnością wymaga najpierw odkrycia sensu ludzkiego ciała. Wcielenie Syna Bożego rzuca pełne światło na tę tajemnicę. Stwórca ob-

darzył nas cielesnością nie po to, byśmy się jej podporządkowali lub byśmy od niej uciekali, lecz po to, byśmy dzięki ciału mogli wyrażać miłość. Byśmy mogli – tak, jak Chrystus - kochać miłością widzialną, czyli wcieloną w konkretne słowa i czyny. Najbardziej wymownym przykładem miłości wcielonej jest miłość macierzyńska. Stając się matką, kobieta ofiarowuje kawałek swojego ciała i część swojej krwi, aby obdarzyć życiem i miłością rodzące się dziecko. A potem do końca życia potrafi ofiarować swe siły, zdrowie i czas, aby jej dziecko czuło się kochane i aby mogło się rozwijać. Istnieją trzy podstawowe sposoby okazywania miłości za pośrednictwem ciała. Te trzy sposoby to: fizyczna obecność, mądra pracowitość oraz odpowiedzialna czułość, dostosowana do rodzaju więzi międzyludzkich oraz do potrzeb drugiego człowieka.

Zajęcie dojrzałej postawy wobec własnej cielesności wymaga nie tylko odkrycia sensu ludzkiego ciała oraz nauczenia się pracowitej i czulej obecności w życiu tych, których kochamy. Wymaga także nauczenia się szacunku dla cielesności człowieka. Skoro moja cielesność jest mi potrzebna po to, bym mógł kochać, to ciało nie jest czymś zbędnym, ani drugorzędnym. Jest czymś cennym. Koniecznym przejawem szacunku wobec cielesności jest troska o ciało, troska o zdrowie fizyczne, o prawidłowe odżywianie, o właściwy tryb życia. Minimum tej troski wyraża się w respektowaniu zasady: nie zabijaj i nie krzywdź ciała. Można w tej dziedzinie podać bardzo konkretne wskazania, np.: nie pal nigdy papierosów, nigdy nie sięgaj po narkotyki, nie pij alkoholu w wieku rozwojowym, nie nadużywaj alkoholu w wieku dorosłym. Nie sięgaj po żadne substancje chemiczne, które niszczą równowagę hormonalną i zdrowie twego organizmu (np. tabletki antykoncepcyjne czy odchudzające).

Właściwa postawa wobec cielesności wymaga spełnienia jeszcze jednego warunku. Warunkiem tym jest zachowanie dyscypliny i czujności wobec własnego ciała. Dojrzały człowiek troszczy się o dobre zdrowie i sprawność fizyczną nie po to, by podporządkować się własnej cielesności, lecz po to, by jego ciało stało się zdolne do wyrażania miłości. Dojrzały człowiek to ktoś, kto jest panem własnej cielesności. To ktoś, kto swoją cielesnością wyraża miłość i odpowiedzialność. To ktoś, kto za pomocą własnej cielesności potrafi wyrażać wartości oraz budować więzi, które nie mieszczą się w logice ciała. Formowanie tego typu postawy wobec ludzkiej cielesności stanowi potwierdzenie, że dany psycholog opiera swoje poradnictwo psychologiczne na antropologii integralnej oraz realistycznej (Dziewiecki 2000a, s. 9-45).

2.2. Postawa wobec myślenia

Współczesny człowiek ma nie tylko problemy z zajęciem dojrzałej postawy wobec własnej cielesności. Ma także niemniejsze problemy z dojrzałym korzystaniem z własnej zdolności myślenia. Do tego stanu rzeczy przyczynia się niewątpliwie psychologia humanistyczna w wersji laickiej, która promuje kult subiektywnego myślenia, kult logiki prywatnej. Humanści sugerują, że to nie określone zachowania czy więzi międzyludzkie decydują o naszym losie, lecz wyłącznie nasze sposoby myślenia. Ludzkiemu umysłowi przypisywana jest moc stwarzania rzeczywistości. Dla humanistów inspirowanych poglądami C. Rogersa kryterium dojrzałości jest „Pozytywne myślenie”, bo ono wprowadza nas w świat milego nastroju i

buduje pozytywną przyszłość. W ten sposób psychologia humanistyczna odrywa ludzkie myślenie od całościowej sytuacji człowieka, a także od obiektywnej rzeczywistości, w której on żyje. Naiwne interpretowanie roli ludzkiego umysłu, typowe dla współczesnych psychologów humanistów, trafnie opisuje jeden z amerykańskich autorów. Zauważa on, że „literatura z zakresu psychologii popularnej to prawie wyłącznie literatura dotycząca pozytywnego myślenia, posuniętego do skrajności. Przeczytajcie kilka tytułów z dziedziny psychologii popularnej, a przekonacie się, jakie cuda są możliwe. Czy chciałbyś się wyleczyć z raka? Zapobiegać katastrofom lotniczym? Żyć wiecznie? Wszystko to, jak się dowiedziecie, można osiągnąć siłą umysłu” (Kilpatrick 1997, s. 51).

Typową ilustracją tego typu naiwnego spojrzenia na ludzki umysł jest książka G. Jampolskiego i D. Cirincione (1994, s. 147-8), w której autorzy twierdzą, że „niesympatyczny sąsiad, nieuprzejmy sprzedawca, kierowca autobusu, który nie chciał poczekać, ukochana osoba, która nas odrzuciła - wszyscy ci ludzie mogą wydawać się źródłem naszej ogromnej złości czy bólu. A jednak żaden z nich nie jest prawdziwą przyczyną tego, że czujemy się zranieni. To nie ludzie czy sytuacje, w jakich się znaleźliśmy, wywołują frustrację, lęk, rozczarowanie czy irytację. To nasze myśli i postawy, związane z tymi osobami czy sytuacjami, stanowią przyczynę. (...) Jeszcze raz przypominamy, że to nie ludzie czy zdarzenia są powodem twojego zdenerwowania i oburzenia - ranią cię jedynie własne myśli i postawy” (s. 147-8). Czasami spotykamy w tym kontekście stwierdzenia, które są wręcz absurdalne. Przykładem może tu być następująca zasada lansowana przez psychologów humanistów: „Nic poza moimi myślami nie może mnie skrzywdzić” (Jampolski 1992, s. 192).

Tego typu wypowiedzi odrywają człowieka od kontaktu z rzeczywistością i wprowadzają go w iluzoryczny świat absolutnej niezależności od spotykanych osób, sytuacji i wydarzeń. Tymczasem to, co dzieje się wokół nas, zwłaszcza w kontaktach z innymi ludźmi, naprawdę na nas oddziałuje: pozytywnie lub negatywnie. Jeśli, na przykład, odrzuci nas ważna dla nas osoba, to takie doświadczenie ma faktyczny wpływ na człowieka. Realności tego wpływu nie zmniejsza fakt, że każdy z nas nieco inaczej będzie interpretował i przeżywał bycie odrzuconym. Zdarzają się oczywiście przypadki zaburzeń psychicznych, w których dany człowiek rani się wyłącznie własnymi myślami, podejrzeniami czy fantazjami, nie mającymi związku z rzeczywistością, np. przeżywając różnego rodzaju manie prześladowcze. Ale jest absurdem twierdzenie, że są to jedyne i wyłączne przyczyny ludzkiego cierpienia. Wiele osób, wydarzeń i sytuacji może mnie skrzywdzić, niezależnie od moich sposobów myślenia i od moich stanów świadomości. Napady, okrucieństwa fizyczne i psychiczne, cynizm i egoizm, wypadki samochodowe, zdrady i oszustwa, kłamstwa i przewrotność - to przykłady postaw, które naprawdę wyrządzają krzywdę i to zupełnie niezależnie od myśli, które nam wtedy towarzyszą.

Najbardziej charakterystycznym i niebezpiecznym wychowawczo przykładem odrywania ludzkiego myślenia od obiektywnej rzeczywistości, jest nawoływanie ze strony psychologów humanistów do wyrobienia sobie „pozytywnego” obrazu samego siebie. Posiadanie pozytywnych przekonań na temat samego siebie jest tu uznawane za sprawdzian zdrowia psychicznego oraz kryterium właściwej postawy wobec siebie. Tymczasem jest rzeczą oczywistą, że obraz samego siebie nie powinien być ani pozytywny ani negatywny, lecz po prostu prawdziwy. Pozytywna powinna być natomiast postawa wobec samego siebie. I to także wtedy, gdy jakieś aspekty

mnie samego i mojego życia okazują się nadal lub znowu niedojrzałe czy niepokojące. Człowiek dojrzały psychicznie to nie ten, który widzi siebie w sposób pozytywny lecz ten, który patrzy na siebie w sposób prawdziwy, czyli realistyczny, a przez to także zróżnicowany. Taki człowiek wymaga od siebie znacznie więcej niż tylko „pozytywnego” myślenia. Wymaga od siebie pozytywnego postępowania. Człowiek, który wkłada szczerzy wysiłek w budowanie pozytywnego życia i postępowania, nie ma potrzeby, by uczyć się budowania pozytywnego obrazu samego siebie. Natomiast troska o pozytywne myślenie na temat samego siebie, oderwana od troski o szlachetne postępowanie, jest ucieczką od rzeczywistości w świat miłych iluzji.

Humaniści uczynili z „pozytywnego myślenia” rodzaj magicznego panaceum na wszelkie trudności człowieka i przypisali mu cudotwórczą wręcz moc. Humanistyczna recepta na szczęście jest więc wyjątkowo prosta: człowiek powinien myśleć pozytywnie o samym sobie, o innych ludziach, o świecie, o poszczególnych wydarzeniach i sytuacjach, a wtedy będzie szczęśliwy i poradzi sobie z każdą trudnością. Gdyby tak łatwo można było osiągnąć szczęście, to wszyscy ludzie byłiby szczęśliwi. Mamy tutaj do czynienia z ucieczką od obiektywnych uwarunkowań, wymagań i trudności, którym podlega człowiek na tej ziemi. Postulat „pozytywnego myślenia” oznacza ostatecznie rezygnację z myślenia realistycznego oraz regres do typowego w okresie dzieciństwa myślenia życzeniowego i magicznego.

Humanistyczna recepta na osiągnięcie szczęścia bywa jednak bezkrytycznie akceptowana przez wielu psychologów i pedagogów z tego względu, że nie stawia ona poważnych wymagań. Jest przecież znacznie łatwiej „pozytywnie” myśleć, niż pozytywnie postępować. Tymczasem ucieczka od rzeczywistości w „pozytywne” myślenie jest nie tylko uleganiem łatwej iluzji. Jest też osłabianiem ludzkiej zdolności do przemiany siebie i świata oraz uczeniem się filozofii życia analogicznej do filozofii narkomana czy alkoholika. Ludzie uzależnieni właśnie po to sięgają po substancje psychotropowe, aby wprowadzić samych siebie w świat „pozytywnych” myśli i przeżyć, bez podejmowania wysiłku przemiany ich bolesnej sytuacji życiowej. Tymczasem prawdziwe i trwałe szczęście może przynieść człowiekowi jedynie świat pozytywnych działań oraz dojrzałych więzi.

Modni obecnie psycholodzy humaniści negują niepokojące fakty, pomijają bolesne dane statystyczne i najbardziej nawet oczywiste doświadczenie na temat słabości człowieka oraz nieuchronnych trudności i wymagań, związanych z ludzkim życiem. Innymi słowy negują rzeczywistość, w której żyjemy. „Dziwną cechą psychologa humanistycznego, jest to, że zarzut ten w ogóle mu nie przeszkadza. Rzeczywistość ma on najczęściej w nosie. O wiele bardziej interesują go wrażenia. To, czy odpowiadają one rzeczywistości czy nie, nie jest dla niego powodem do zmartwień. Dlatego właśnie psychologowie, zajmujący się potencjałem twórczym człowieka, lubią mawiać: ‘Każdy tworzy swą własną rzeczywistość’. Musimy zrozumieć, że w wielu wypadkach traktują to całkiem dosłownie, ponieważ dla większości z nich kończy się to przyjęciem jakiejś religii lub filozofii Wschodu. To oczywiście oznacza przyjęcie stanowiska, że materia jest iluzją. Kiedy już ulokują to w swoim umyśle - a umysł, zgodnie z tym, co mówi myśl Wschodu, stanowi jedyną rzeczywistość - wolno im myśleć tak pozytywnie, jak tylko im się podoba. Ten, kto wychodzi od założenia, że własne „ja” jest niejako swym własnym stwórcą, będzie przez jego logikę dopóty odciągany od rzeczywistości, dopóki całkowicie nie zre-

zygnuje z walki. Jest to droga, jaką przebyli czołowi przedstawiciele psychologii humanistycznej: A. Maslow, G. Murphy, E. Fromm, C. Rogers oraz tacy popularyzatorzy, jak W. Dyer, L. Buscaglia i W. Schutz. Każdy z nich w mniejszym lub większym stopniu odbył swą podróż na Wschód. Najnowsza książka Rogersa, zatytułowana „Sposób bycia”, zawiera rozdział: „Czy potrzebna nam jest rzeczywistość?” Jak można było się spodziewać, odpowiedź brzmi „nie”. Rogers twierdzi, że istnieje tyle rzeczywistości, ilu jest ludzi i to, co jest dla mnie realne dzisiaj, nie będzie realne jutro. Niezależnie od tego, jak nierealistyczne są te poglądy, mają one swe praktyczne następstwa. Nasze społeczeństwo jest prawie przekonane o wyższości rzeczywistości subiektywnej nad obiektywną. Zwróćmy uwagę na to nieustanne paplanie o dochodzeniu do własnej prawdy i nienarzucaniu innym swoich wartości, jak gdyby prawda i wartości były czysto osobistymi wytworami, nie mającymi nic wspólnego z tym, co znajduje się poza nami. Uważa się dziś, że prawda to coś, dzięki czemu czujemy się lepiej” (Kilpatrick 1997, s. 53-4).

Psychologia humanistyczna w swym dominującym obecnie nurcie czyni nas więźniami naszego umysłu. Zamienia tylko rodzaj celi, w której możemy zostać uwięzieni. Obiecując wyzwolenie z więzienia nierzeczywistych lęków, czyni nas więźniami nierzeczywistego szczęścia. Tymczasem szczęście lub nieszczęście rozgrywa się w świecie obiektywnych działań, więzi i decyzji, a nie w świecie subiektywnego myślenia. Dojrzałość myślenia nie polega na przejściu z myślenia negatywnego do myślenia „pozytywnego”, lecz na uczeniu się obiektywnego analizowania rzeczywistości, czyli na szukaniu prawdy o samym sobie oraz o świecie zewnętrznym. Dojrzały umysł nie tworzy ani negatywnych ani pozytywnych wizji świata, nie wymyśla rzeczywistości, lecz odczytuje ją w sposób wierny, precyzyjny, logiczny, uczciwy i odważny.

Rolą odpowiedzialnego psychologa jest przypomnienie ludziom, z którymi się styka w poradnictwie, że istnieje coś więcej niż tylko nasz umysł i nasze subiektywne przekonania. Trzeba ponadto wyjaśniać, że subiektywność nie jest zaprzeczeniem obiektywności, lecz jest indywidualnym sposobem przeżywania obiektywnej rzeczywistości. Trzeba też uświadamiać ludziom, że subiektywność każdego z nas wymaga procesu kontrolowania i przekształcania naszych subiektywnych sposobów myślenia i przeżywania, aby coraz bardziej odzwierciedlały one obiektywną rzeczywistość (Dziewiecki 1999b, s. 51-64).

2.3. Postawa wobec emocji

Emocje można zdefiniować jako sposoby przeżywania wszystkiego, co dzieje się w nas i wokół nas. Emocje to reakcje człowieka na własne zachowania, a także na sytuacje zewnętrzne, które mają na niego wpływ. W zależności od okoliczności reakcje te wyrażają się poprzez radość, satysfakcję, poczucie bezpieczeństwa, zaufania, pewności siebie, albo poprzez niepokój, wstyd, poczucie winy, depresję, gniew, nienawiść. Skoro emocje są ważną informacją o naszej sytuacji życiowej, to nie powinno się ich dzielić na pozytywne i negatywne, lecz raczej na radosne i bolesne. Wszystkie bowiem są pozytywne jako nośniki informacji o naszym życiu. Co więcej, im bardziej bolesne są przeżywane emocje, tym cenniejszą stanowią one informację. Sygnalizują bowiem jakiś stan zagrożenia, który koniecznie powinno się zmienić, np. przez nawrócenie, przez zerwanie złych więzi czy przez obronę w obliczu doznawanej krzywdy (Dziewiecki 1993, s. 119-133)

Informacje emocjonalne o naszym życiu są tym cenniejsze, że w dużej mierze pozostają niezależne od naszej woli, od naszych przekonań, oczekiwań czy pragnień. Człowiek nie ma bowiem bezpośredniej władzy nad emocjami. Nie może ich sobie po prostu nakazać czy zakazać. Emocje można więc porównać do rozgłośni radiowej, która nadaje informacje o nas samych, ale jest od nas niezależna. Mamy wtedy tylko dwie możliwości: korzystać z tych informacji, albo wyłączyć radio. Jeśli chcemy postępować w sposób odpowiedzialny, to powinniśmy korzystać z informacji, które docierają do nas drogą emocjonalną. Im większy bowiem mamy dostęp do informacji o nas samych i o naszym położeniu, tym większą mamy szansę na właściwe postępowanie i na szczęśliwe życie. Emocje są zatem darem od Boga. Darem, który umożliwia nam dostęp do prawdy o naszym życiu. Dar ten okazuje się szczególnie potrzebny wtedy, gdy z jakiegoś względu manipulujemy własnym myśleniem w taki sposób, aby nie dostrzegać tych prawd o nas i o naszym postępowaniu, które stawiają nam trudne wymagania i które zobowiązują nas do zmiany życia.

Emocje są czymś więcej niż tylko źródłem informacji. Niosą ze sobą także energię i motywację do działania w kierunku pozytywnym i do powstrzymania się od działań szkodliwych. Gdy zrobimy coś dobrego, to towarzysząca temu satysfakcja mobilizuje, by dalej tak postępować. Z kolei naszym niewłaściwym zachowaniom towarzyszy niepokój, ból, gniew, a czasem nawet rozpacz. Takie bolesne przeżycia nie są jednak nieszczęściem, lecz ważną informacją, która stwarza człowiekowi szansę na zmianę błędnego postępowania lub na przewyciężenie niekorzystnej sytuacji. Właściwie wykorzystywane emocje stają się zatem cennym przyjacielem, który nas informuje o naszej sytuacji życiowej i który jednocześnie mobilizuje nas do wykorzystania tych informacji. Gdy człowiek unika kontaktu z emocjami, wtedy nie tylko traci szansę na zrozumienie własnej sytuacji życiowej, ale też ryzykuje, że emocje, których sobie nie uświadamia, zaczną kierować jego myśleniem, postępowaniem i w końcu całym życiem. Dla przykładu, jeśli ktoś przeżywa zazdrość i nie ma odwagi, by sobie to uświadomić, to taka nieuświadomiona zazdrość będzie nadal kierowała jego postępowaniem, a on sam nie będzie mógł tego zmienić. Człowiek nie może zapanować nad czymś, z czego nie zdaje sobie sprawy. Jeśli natomiast zdemaskuje swoją zazdrość, to ma szansę czuć, by nie skrzywdzić osoby, której zazdrości, a jednocześnie ma szansę odkryć i wyeliminować źródło zazdrości, np. skłonność do porównywania się z innymi ludźmi.

Przeżywanie określonego rodzaju nastrojów nie jest sprawą przypadkową. Istnieje bowiem bezpośredni związek między sytuacją życiową i postępowaniem danego człowieka, a doznawanymi przez niego emocjami. Dojrzałość emocjonalna nie oznacza, że przeżywamy jedynie miłe uczucia i że nie doznajemy żadnych bolesnych stanów emocjonalnych. Taka sytuacja byłaby przejawem zaburzenia, gdyż emocje informują nas o naszej sytuacji życiowej, a ta podlega zmianom. Przynajmniej czasami pojawiają się sytuacje bolesne i niepokojące. Z tego względu także Chrystus przeżywał bardzo różne stany emocjonalne: od radości i wzruszenia do gniewu, niepokojów i dramatycznego cierpienia w Ogrójcu i na krzyżu. Niestety łatwo jest o popadnięcie w postawy skrajne wobec emocji. Jedną skrajnością jest próba ucieczki od emocji, np. za pomocą substancji uzależniających i psychotropowych. Drugą skrajnością jest bierne uleganie emocjom. Dojrzałość natomiast to sytuacja,

w której emocje mnie informują o mojej aktualnej sytuacji życiowej, lecz mną nie rządzą. Dojrzały człowiek kieruje się bowiem miłością, prawdą i odpowiedzialnością, a nie emocjami.

Dojrzałość w sferze emocjonalnej oznacza ponadto odkrycie, że bolesne emocje nie są nieszczęściem, lecz ważną, chociaż bolesną informacją. Szczęście nie polega na dobrym samopoczuciu emocjonalnym, lecz jest konsekwencją życia w miłości i prawdzie. Powinniśmy zatem czynić nie to, co w danej sytuacji jest emocjonalnie przyjemniejsze lecz to, co jest wartościowsze. Miłość i odpowiedzialność jest trudniejsza niż wygodnictwo i egoizm, ale owocuje radością, poczuciem bezpieczeństwa i wewnętrznym zadowoleniem.

2.4. Dojrzała religijność

Istotą dojrzałej religijności nie jest ucieczka od życia, ani zastępowanie życia praktykami religijnymi, lecz osobista więź z Bogiem, dzięki której człowiek uczy się sztuki życia w oparciu o Bożą miłość i prawdę. Podstawowym zagrożeniem w tej dziedzinie jest uleganie wypaczonym wyobrażeniom na temat Boga i Jego miłości. Zagrożenie to wiąże się z ograniczonością ludzkiego poznania, z wychowaniem i specyficzną historią życia danego człowieka, z wpływem dominującej kultury i mentalności. Zniekształcone spojrzenie na Bożą rzeczywistość oznacza ostatecznie, że człowiek próbuje wyobrazić sobie Boga na własne podobieństwo. Próbuje dostosować Go do własnych potrzeb czy oczekiwań, zamiast wsłuchiwać się w to, co Bóg sam nam objawia o swojej tajemnicy.

Nie sposób omówić wszelkich możliwych błędów w patrzeniu na Boga. Popatrzmy zatem na te, które są najbardziej typowe. Niektórzy ludzie wyobrażają sobie Boga na podobieństwo policjanta, który widzi głównie zło w człowieku, aby za nie karać. Najlepiej od razu i srogo. Ludzie, którzy mają tego typu wyobrażenia o Bogu, przeżywają strach, bunt, niepokój. Ukrywają się przed Bogiem i nie potrafią nawiązać z Nim osobistej przyjaźni. Tacy ludzie nie potrafią spotkać się z Bogiem, który jest miłością. Inni popełniają błąd przeciwny. Widzą w Bogu dobrotliwego przyjaciela, który zawsze jest wyrozumiały i wszystko przebacza. Tacy ludzie przeżywają kontakt z Bogiem w kategoriach pobłażania sobie i naiwnego usprawiedliwiania siebie. Tacy ludzie nie potrafią lub nie chcą spotkać się z Bogiem, który jest prawdą i sprawiedliwością.

Psycholog to ktoś, kto powinien rozumieć, że wszelkie trudności życiowe czy konflikty międzyludzkie, jakie przeżywa dany człowiek, prowadzą zwykle do zaburzonego przeżywania jego religijności. W tej sytuacji zadaniem odpowiedzialnego psychologa jest pomaganie takiemu człowiekowi, by potrafił spotkać się z Bogiem, który kocha nas miłością wierną i nieodwołalną, a jednocześnie miłością wychowującą, czyli dostosowaną do naszego sposobu postępowania oraz do naszej sytuacji życiowej. Świątną ilustracją takiej właśnie miłości jest przypowieść o mądrze kochającym ojcu i marnotrawnym synu. Gdy syn odchodzi i błądzi, wtedy ojciec nadal go kocha, ale nie przeszkadza mu cierpieć, czyli ponosić naturalnych konsekwencji popełnianych błędów. Tylko taka bowiem kompetentna i wychowująca miłość stwarza szansę, by syn się zastanowił i wrócił, ocalając swe życie. Drugim zadaniem psychologa jest wskazywanie, że podstawowym sprawdzianem dojrzałej religijności jest przyjmowanie samego siebie i innych ludzi z miłością, jaka

pokochoł nas Chrystus, gdyśmy byli jeszcze grzesznikami (Dziewiecki 1999a, s. 115-131).

Zakończenie

Na każdym psychologu, który poświęca się poradnictwu psychologicznemu czy praktyce terapeutycznej, spoczywa obowiązek wzięcia osobistej odpowiedzialności za to, w jaki sposób i na ile pomaga ludziom w dojrzałym rozumieniu własnej tajemnicy oraz w dojrzałym kształtowaniu własnego życia (Dziewiecki 1999b s.93). W tym sensie psycholog nie powinien stawać się „peace maker”, czyli obiecującym klientowi emocjonalny pokój i dobry nastrój za każdą cenę (Dziewiecki 1999b s.68). Satysfakcja emocjonalna nie jest bowiem celem, lecz jednym ze skutków autentycznej egzystencji ludzkiej. Zadaniem odpowiedzialnego psychologa jest stawanie się „space maker”, czyli czyniącym przestrzeń, to znaczy pomagającym danej osobie w odkrywaniu i akceptacji całego bogactwa ludzkiej rzeczywistości. Także wtedy, gdy droga do respektowania i realizacji tej rzeczywistości prowadzi przez emocjonalny niepokój oraz wymaga dyscypliny i wyrzeczeń.

BIBLIOGRAFIA:

- Andreski S. (1974). *Social sciences as sorcery*. New York: Penguin Books.
- Allport G.W. (1955). *Becoming: basic considerations for a psychology of personality*, New haven: Yale University Press.
- Binswanger I. (1947). *Ausgewählte Vorträge und Aufsätze*. Bern: Francke Verlag.
- Buhler C. (1972). *Grundbegriffe der humanistischen Psychologie. Psychologie und Praxis*, 15. 45-57.
- Buhler C., Allen M.(1972). *Introduction to humanistic psychology*. Monterey: Brooks-Cole.
- Caruso I.A. (1953). *Psicoanalisi e sintesi dell'esistenza*. Torino: Marietti.
- Cencini A.(1988). *Amerai il signore Dio tuo*. Bologna: Edizioni Dehoniane.
- Christian P. (1952). *Das Personenverständnis in modernen medizinischen Denken*. Tübingen: J.C.B. Mohr.
- Daim W. (1951). *Umwertung der Psychoanalyse*. Wien: Herold.
- Dziewiecki M. (1989). *Il sè fenomenico come struttura integrativa del comportamento individuale*. w: „Orientamenti Pedagogici” 36 (3) 281-307.
- Dziewiecki M. (1993). *Dojrzałość emocjonalna*. w: „Znaki Czasu” 29/30 119-133.
- Dziewiecki M. (1994). *Przesłanie nadziei*. Warszawa: Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.
- Dziewiecki M. (1997). *Kształtowanie postaw*. Radom: Ave.
- Dziewiecki M. (1999a). *Bóg Ojciec: wychowująca miłość*. w: „Studia nad Rodziną” 2 (5) 115-132.
- Dziewiecki M. (1999b). *Odpowiedzialna pomoc wychowawcza*. Radom: Ave.
- Dziewiecki M. (2000a). *Cielesność. Płciowość. Seksualność*. Kielce: Jedność.
- Dziewiecki M. (2000b). *Nowoczesna profilaktyka uzależnień*. Kielce: Jedność.
- Dziewiecki M. (2000c). *Psychologia porozumiewania się*. Kielce: Jedność.
- Drews S., Brecht K. (1975). *Psychoanalytische Psychologie. Grundlagen und Entwicklung*. Frankfurt: Suhrkamp.

- Frankl V.E. (1973). *Der unbewusste Gott*. München: Kosel Verlag.
- Frankl V.E. (1959). *Grundriss der Existenzanalyse und der Logotherapie*. München: Urban u. Schwarzenberg.
- Franta H. (1982). *Psicologia della personalità*. Roma: L.A.S.
- Franta H., Salonia G. (1981). *Comunicazione interpersonale*. Roma: L.A.S.
- Freud S. (1976). *Opere*. Torino: Boringhieri.
- Gebattel V. (1959). *Gedanken zu einer anthropologischen Psychotherapie*. München: Urban u. Schwarzenberg.
- Giordani B. (1981). *La psicologia in funzione pastorale*. Brescia: La Scuola Editrice.
- Goldstein K. (1939). *The organism*. New York: American Book Co.
- Jampolski G. (1992). *Leczenie uzależnionego umysłu*. Warszawa: Książka i Wiedza.
- Jampolski G., Cirincione D. (1994). *Miłość*. Warszawa: Książka i Wiedza.
- Kilpatrick W. (1977). *Psychologiczne uwiedzenie*. Poznań: Wydawnictwo „W Drodze”
- Maslow A.H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper.
- May R (1961). *Existential psychology*. New York: Random House.
- Rogers C.R. (1959a). *A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework*. New York: McGraw-Hill.
- Rogers C.R. (1951b). *Client-centered therapy. Its current practice, implications and theory*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers C.R. (1951c). *Perceptual reorganization in client-centered therapy*. New York: Ronald Press.
- Skinner B.D. (1953). *Science and human behavior*. New York: MacMillan.
- Thomae H. (1968). *Das Individuum und seine Welt: eine Persönlichkeitstheorie*. Göttingen: Hogrefe.
- Vitz P. (1987). *Psicologia e culto di sé. Studio critico*. Bologna: Centro Editoriale Dehoniano.
- Watson J.R. (1914). *Behavior: an introduction to comparative psychology*. New York: Holt