

Personalizacja i dynamika relacyjna (Komentarz do "Filozofii życia" Carla Rogersa)

Pierre Tap i Nathalie Oubrayrie -Roussel

Uwaga wstępna: Obrona i ilustracja dostosowywania (Pierre Tap)

Wydawało mi się konieczne dodanie przedmowy do tego dzieła, które jest "Obroną i ilustracją personalizacji". To jest tytuł mojego ostatniego wołania z serca, opublikowanego na LinkedIn 8 stycznia 2021 roku (w 8 językach). Rzeczywiście zauważyłem, że termin "personalizacja" zdefiniowany we wszystkich językach (nawet w języku francuskim) nie odpowiada w ogóle sposobowi, w jaki definiujemy go w psychologii, w Tuluzie w szczególności. Musiałam więc sprawić, by moje wołanie z serca było słyszalne w jak największej liczbie języków. Nie będąc prawdziwym poliglotą, polegałem na programach tłumaczących!

Na razie pamiętajmy, że dla autorów tej książki personalizacja to **"rozwój i spełnienie osoby"** i że nie należy jej mylić z "personalizacją" ani tym bardziej z "masową personalizacją"!

Oto tekst, który ukazał się tego dnia:

"Otrzymałem wiadomość od Amandine Rochedy, doktor socjologii na Uniwersytecie Jean Jaurès w Tuluzie, który powiedział mi: "Pracuję nad praktykami żywności w konkretnych populacjach: autyzm, Prader-Willi. Zajmuję się zjawiskiem personalizacji, aby opowiedzieć o konstruowaniu repertuaru pokarmowego od dzieciństwa do okresu dojrzewania i pragnę zmobilizować Państwa do badań. Czy byłoby możliwe, aby powiedzieć mi, w którym artykule znajdę odniesienie do tego wymiaru. Wybrałem kilka z Twoich prac, ale Twoja opinia byłaby dla mnie ważna. Z góry dziękuję za odpowiedź.

Od razu zrozumiałem, że ta prośba miała mnie zmusić do zareagowania na temat "personalizacji" poprzez działanie "publiczne": pokazanie różnicy między koncepcją personalizacji z Tuluzy a tą, którą Wikipedia przywołuje pod tym terminem!

Oto jak Wikipedia definiuje ten termin: "**Personalizacja** może być działaniem materialnym (modyfikacją polegającą na fizycznym działaniu na obiekt) lub **psychologicznym**, quasi-antropologicznym zjawiskiem utożsamiania artefaktu z ludzką formą, osobą, funkcją społeczną. We współczesnym języku potocznym personalizacja to przywłaszczenie sobie elektronicznego lub pisemnego środka przekazu lub produktu konsumenckiego na podstawie danych osobowych dostarczonych przez użytkownika lub z woli samego użytkownika".

Emmanuel Mounier i Paul Ricoeur (chrześcijanie), Ignace Meyerson, Henri Wallon, Philippe Malrieu, (niewierzący), filozofowie, psychologowie i wielu innych, muszą przewracać się w grobie w obliczu takiej definicji. Paul Racamier, ostrzegł nas, gdy w 1965 roku rozmawialiśmy z nim o nazwaniu naszego laboratorium "**Personalizacja i zmiana społeczna**". Właśnie opublikował artykuł na temat "Personnation", termin, który wydawał mu się bardziej odpowiedni do określenia "**rozwoju osoby**". Ale dzisiaj termin "personnation" też się nie pojawia!

Zachowaliśmy jednak termin "Personalizacja", za Philippe Malrieu i wraz z nim, zgodnie z koncepcjami opracowanymi wcześniej przez Henri Wallon i Ignace Meyerson. To prawda, że w 1964 roku (w innym kontekście) wziąłem udział w hołdzie dla Emmanuela Mouniera "Présence de Mounier", proponując rozdział zatytułowany "Pour une psychologie personnaliste" (1964, 1968).

Po raz pierwszy wspomniałem o "personalizacji", cytując Mouniera: "Personalizacja to afirmacja, komunikacja, przyleganie. Podmiot nie jest zamknięty w pasywnej podmiotowości, przyjmuje zarówno czas, jak i przestrzeń... w dążeniu ku przyszłości". Psycholog, z przyjaznym nastawieniem, musi być w stanie uchwycić ten dynamiczny proces. Ale psychologia musi zrozumieć rozwój osoby, nie zaniedbując złożoności rzeczywistych sytuacji, doświadczanych przez osobę. "Osoba jest jedna, jest aktem globalnym, więc jej zrozumienie może pochodzić, u obserwatora, tylko z aktu globalnego na tym samym poziomie. Wysiłek personalizacji jest próbą zharmonizowania rozproszonych części psychiki "wokół centrum i trasy". Osoba jest więc także aktem zorientowanym, trzeba ją uchwycić w jej trwaniu. Taki był sens mojego zaangażowania w psychologię: skupić się na prawdziwym człowieku w jego własnej dynamice, ale w jego relacjach i działaniach społecznych.

W 1973 r. ukazała się książka w hołdzie Ignacemu Meyersonowi "Problemy osoby" (red. Mouton).

Później, artykułowanie powiązań między dynamiką osoby a "zmianami społecznymi" było celem utworzenia Laboratorium jako URA 259 CNRS (którym kierowałem wraz z Jacques'em Curie w latach 1978-1991).

W latach 1967-1981, w ramach pracy magisterskiej u René Zazzo (Nanterre), uczestniczyłem w pracach jego Laboratorium nad Tożsamością i mogłem śledzić nauczanie Paula Ricoeura na ten sam temat lub innych współpracowników.

W 1983 roku Ricoeur opublikował "**Meurt le personnalisme, revient la personne**" (Pięćdziesiąta rocznica przeglądu **Esprit**). Zaproponował w nim pojęcie "osoby-postawy", określił znaczenie konfliktu i kryzysu, tożsamości i inności, zaangażowania: "Nie mam innego rozwiązania, jak tylko utożsamić się ze sprawą, która mnie przerasta"; "w przekonaniu ryzykuję i podporządkowuję się", "Ludzkie działanie pojmowane jest tylko jako interakcja".

W 1987 roku Laboratorium PCS (Toulouse Personnalisation et changements sociaux, URA CNRS 259) i Laboratorium Psychologii Poznawczej (Aix, CREPCO URA CNRS) zorganizowały pod egidą CNRS kolokwium "Psychisme et Histoire" (opublikowane w 1987 roku w Revue TIP tom VIII, 1-4), z przemówieniem otwierającym Jean-Pierre Vernanta, w hołdzie Ignacemu Meyersonowi. Cytuje go: "Nie przestaje się - pisze, jak w zakończeniu kolokwium na temat Osoby - "tworzyć i nie tworzyć siebie"" (s. 11). Powiedział też: "Pragnąłem nieprzewidywalnego z niechęci do zasady tożsamości". Ze swej strony zaproponowałem "Historię indywidualną i indywidualizm w historii" (s. 221-231) jako sposób na przywołanie pojawienia się osoby w historii, a także relacji między personalizacją a regulacjami instytucjonalnymi. "Personalizować siebie to konstruować cel czasowy dla siebie i/lub dla innych, rysować plan życia, wprowadzać w życie system projektów. *Personalizacja definiowana jako próba zharmonizowania zachowań poprzez projekt życiowy nie jest zatem możliwa do oddzielenia od socjalizacji* (s. 225).

To wyjaśnia, dlaczego nasze Laboratorium pracowało w tym okresie nad teorią "interkonstrukcji podmiotu i instytucji" zaproponowaną przez Malrieu (1987), od tożsamości osobistej do interkonstrukcji psychospołecznej (konferencja wprowadzająca na temat tożsamości i psychospołeczności, Aix, 1988). Opublikowaliśmy również kilka prac na temat socjalizacji (w tym dwie na PUF 1991 i 1993).

Dziś dowiadujemy się, że w 1987 roku Stan Devis nazwał "personalizacją" proces, w którym firmy oferują klientom szeroką gamę wariantów swoich produktów, tak aby **każdy klient mógł "spersonalizować" ten produkt do tego stopnia, że staje się on jego własnym i "unikalnym"**. W ten sposób przedmioty, które są "moje", stają się mylone z tym, co jest mną jako osobą. Personalizacja polegałaby na umieszczeniu na tych przedmiotach mojej marki, tak aby nie były już "standardowe", ale zgodne z moimi "preferencjami" i "pragnieniami". W ten sposób przechodzimy od personalizacji siebie do personalizacji przedmiotów, które kupuję jako klient, do "personifikowania" ich tak, aby potwierdzały moją tożsamość, poprzez "znaki" na moich rzeczach.

Zaproponowano wówczas, aby proces ten nazwać "masowym dostosowywaniem". Mówi się, że klienci domagają się tych procedur przemysłowych i handlowych. (*La personnalisation de masse*, François Abada 2014 L'Harmattan)

Wygląda na to, że antonimem (przeciwieństwem) masowej personalizacji jest "depersonalizacja" proponowana przez psychologię "behawioralną"! Ale w przypadku depersonalizacji osoba jest "sama" ze swoją chorobą i swoimi "opiekunami". On nie jest "masą". Na szczęście autorzy nie mówią o "masowej depersonalizacji"! Historia jest niestety po to, by przypominać nam o swoim istnieniu.

W rzeczywistości przeciwieństwem depersonalizacji jest właśnie personalizacja, tak jak ją definiujemy: personalizacja rozwoju osoby!

Moglibyśmy również omówić "targetowanie behawioralne" lub "fetyszyzm towarów (Marks)", które implikuje personalizacja. Słyszemy też o "hiperpersonalizacji", którą "marki" usilnie wykorzystują, by się "wyróżnić". Powinniśmy rzeczywiście mówić o "brandingu", byłaby to odmiana od "maskowania"! To doprowadziłoby nas, z dnia na dzień, do tatuaży... Dochodzimy do skóry (której nie da się kupić!) ... Oczywiście bardzo ważne pytania! Nie możemy więc porzucać masowej personalizacji, ale zobaczyć, jak personalizacja i "moje", moje właściwości (w tym moje ciało) są między nimi artykułowane. Od 3 roku życia dziecko uczy się "to zależy ode mnie", co pozwala mu już na zapewnienie swojego "ja"!

W każdym razie "problemy osoby" (by użyć tytułu kolokwium zaproponowanego przez Ignace'a Meyersona) są zawsze obecne! To jest to, co już zrobiłem na konferencji w GEPSO (Groupe National des Etablissements et Services Publics Sociaux), Annecy-le-Vieux, "Dynamique institutionnelle et stratégies identitaires de l'**usager du** social" (opublikowane w Hospital Studies, Bordeaux, 2008), czyli jak osoba przeżywa w swojej tożsamości jako klient! Ale wróćmy do rozwoju osoby!

Kamień kranowy

Przedmowa

Personalizacja i dynamika relacyjna (Komentarz do "Filozofii życia" Carla Rogersa)

Pierre Tap i Nathalie Oubrayrie -Roussel 0

Wstęp

W wywiadzie ¹Rogers powiedział, że jest "przerażony", że ludzie odnoszą się do jego pracy jako techniki. "To nie jest technika, ale filozoficzna koncepcja życia, sposób bycia". Dynamika rogeriańska nie jest więc zredukowana do przepisów, do procedur, w ramach dualnej lub grupowej interakcji terapeutycznej. Ale Rogers był również krytykowany za "anielski" charakter swojej filozofii życia. Opiera się ona na hipotezie pozytywności głębokiej natury człowieka (por. Rousseau, 1762). To społeczeństwo, poprzez swoje naciski i sposoby kontroli, wypacza ją. Dla Rogersa to tło "zwierzęcej natury człowieka" nie ogranicza się do emocji pierwotnych. Według niego² centrum osobowości (...) jest z natury pozytywne, jest zasadniczo uspołecznione, patrzące w przyszłość, racjonalne i realistyczne". Odwołując się do Masłowa (1954), wskazuje on, że "emocje antyspołeczne, takie jak wrogość, zazdrość itp. są wynikiem frustracji bardziej fundamentalnych instynktów, miłości, bezpieczeństwa i przynależności, które są pożądane same w sobie" (op.cit.). Teorie związane z filozofią rogeriańską z konieczności wprowadzają ferment, który jest zarówno nowatorski, jak i kontestujący w praktykach pedagogicznych, terapeutycznych i szerzej społecznych. Mogą być zatem postrzegane jako wyzwalające lub utopijne, iluzoryczne lub niebezpieczne, w zależności od tego, kto je ocenia.

Chcielibyśmy tutaj, poza jałową polemiką, przywołać bardzo aktualny charakter rogeriańskich koncepcji i praktyk w świetle pracy psychologii (społecznej, rozwojowej, zdrowia itd.), o ile praca ta koncentruje się na dynamice osobowej i relacjach międzyludzkich.

Oczywiście, artykulacja filozofii życia z koncepcjami i praktykami naukowymi, pedagogicznymi lub terapeutycznymi zakłada ustanowienie metapsychologii, systemu wartości służącego jako punkt odniesienia i który może być dyskutowany w odniesieniu do kultur, ideologii lub systemów wierzeń, być może przeciwnych lub konkurencyjnych.

Koncepcje rogeriańskie opierają się zasadniczo na znaczeniu systemów reprezentacji i ich związku z procesami emocjonalnymi (wewnętrznymi lub

¹ *Journal des Psychologues*, nr 23, 1984 r.

² 1969,74

0 Pierre Tap emerytowany profesor i Nathalie Oubrayrie-Roussel starszy wykładowca HDR, oboje z Uniwersytetu w Tuluzie 2 Jean Jaurès.

ekspresyjnymi). Podkreślają one koncentrację na sobie (reprezentacja, ocena, itp.), na innych (reprezentacja innych) oraz na relacji między innymi (indywidualnymi i zbiorowymi) a sobą.

Dzisiaj, w tych interakcjach, możemy sprawić, że różnica pomiędzy

- *Wydarzenie* : prymat kontekstu dla siebie lub dla innych, wprowadzenie do *dynamiki sytuacyjnej* ;
- *Doświadczalny*: prymat osobistego lub interpersonalnego itinerarium, sprzyjający umiejętności korzystania z *doświadczenia*. To, co doświadczalne, implikuje prymat procesów, to, co doświadczalne - prymat procedur;
- *Egzystencjalna*: zakłada prymat znaczenia i wartości;
- Wreszcie, *potencjał* implikuje prymat rezerw, potencjalnych umiejętności, które podmiot może *aktualizować*. Te "zastrzeżenia" mogą, ale nie muszą, zdaniem autorów, być asymilowane do wrodzonych lub nabytych *dyspozycji*.

Jak widać, pojęcie "terapii skoncentrowanej na osobie" musi wprowadzić refleksję nad pojęciem "centralizacji" i pojęciem "osoby".

* Skupienie na *sobie* wprowadza kwestię ewentualnego egocentrycznego (poznawczego), narcystycznego i egotycznego (afektywnego) charakteru zachowań i postaw³. Dlatego ważne jest, aby przeanalizować, w jaki sposób osoba może nauczyć się radzić sobie z koniecznością (poznawczej) *decentracji* i *emocjonalnego dystansu* (do własnych emocji i uczuć). Czy aby "skupić się na innym" muszą się "zdecentralizować"? Jakie są zatem cechy i granice takiej decentralizacji?

W odniesieniu do *koncentrowania się na innym (lub innych)*, ważne jest, aby wprowadzić różnice i powiązania pomiędzy

- *Relacja interpersonalna*, dwu- (dyadyczna) lub wieloraka;
- *Relacja grupowa* polegająca na ustanowieniu "my", która wykracza poza relacje między ludźmi;
- *Stosunki instytucjonalne* obejmujące ustanowienie systemów zasad i uprawnień.

Te trzy rodzaje relacji sprzyjają wielorakim procesom komunikacji, wpływu, zaangażowania, nacisku, pomocy i wsparcia, solidarności lub podziału, zależności i identyfikacji itp.

Osoba jest zarówno *socius* (członkiem złożonego społeczeństwa), jak i *alter-ego*⁴ (uprzywilejowanym rozmówcą z innym, który jest trochę podobny do mnie, ale od którego się różnię, ci inni są naszymi "similaris", a nie identyczni, nawet jeśli dzielimy z nimi "tożsamości").

³ Egocentryzm oznacza intelektualną niezdolność do artykułowania własnego punktu widzenia i punktu widzenia innych; narcyzm oznacza traktowanie własnego ciała lub siebie jako obiektu uwagi i miłości, egotyzm oznacza rozděcie jaźni (postrzeganie siebie jako centrum świata i umacnianie siebie jako takiego pod spojrzeniem innych).

⁴ Wallon, H., 1956

Skupienie się na relacjach rodzi pytania o to, co pomiędzy, procesy wpływu, zachowania kooperacyjne lub konflikty, przywiązanie i oderwanie, zaangażowanie lub niezaangażowanie, naciski wewnętrzne i zewnętrzne, zarządzanie sytuacjami i projektami, konieczną zbiorową adaptację do trudnych sytuacji, fuzje i upodmiotowienie, marginalizację i integrację.

Analiza tego potrójnego centrowania prowadzi do poszerzenia pojęcia centrowania na osobie, ponieważ osoba jest jednocześnie innym, ja i relacją ja/inny, w określonej (osobistej) sytuacji, środowisku (przestrzenno-czasowym), otoczeniu (relacje interpersonalne, grupy i sieci) i ramach (instytucje i kultury).

Rozdział 1

Osoba, jedna czy wiele? O kongruencji

Celem naukowca jest budowanie modeli teoretycznych, składających się z artikulacji wielu pojęć, oraz poddawanie tych modeli próbie obserwacji i eksperymentów. Choć Rogers krytykuje modele zbyt "obiektywizujące" (zarówno behawioryzm, jak i psychoanalizę), nieustannie dąży do wyjaśnienia natury procesów intra- i interpersonalnych zaangażowanych w codzienne zachowanie. Proponuje koncepcje wyartykułowane w modelu i nieustannie dąży do weryfikacji jego modelowania w praktykach interaktywnych (dyadycznych lub grupowych, pedagogicznych, terapeutycznych, rodzinnych itp.) Jak zobaczymy, jeden z zasadniczych wątków jego koncepcji dotyczy trudności człowieka w ucieczce od wewnętrznych podziałów, uniemożliwiających mu sprostanie codziennym obowiązkom i nadanie sensu swojemu życiu. Pytanie o jedność psychiczną jest w rzeczywistości głównym pytaniem filozoficznym. Wszystkie filozofie, od czasów starożytności, obracały się wokół "bytu". Gdy nie przywołują absolutnej tożsamości i spójności (Bóg, Byt Absolutny), zastanawiają się, czy byt jest Jeden (Parmenides), czy Wieloraki (Demokryt). Jest to bardzo aktualne pytanie. W swoim ostatnim artykule F. de Singly przywołuje pytanie o spójność jaźni: "*jaźń całkowita czy fragmentaryczna?* ». Czyni z mówcy bohatera powieści, który deklaruje: "*Zadowolajmy się fragmentami (...). Jeśli to jest możliwe, jeśli nie próbujemy wszystkiego formować, to wydaje mi się, że mogę żyć... całkiem dobrze*" i konkluduje autor: "*Rozczarowany, nie ma już odwagi podjąć się tej pracy ujednoczenia tożsamości, w której "ja statutowe" wzmacnia "ja intymne"*⁵".

Wewnętrzna spójność i samoświadomość

Jednak jednym z centralnych pojęć modelu rogeriańskiego jest *kongruencja*, która zasadniczo charakteryzuje to dzieło unifikacji. Według niego kongruencja zakłada "6dokładną zgodność między 'emocjonalnym' a interakcyjnym doświadczeniem i świadomością (...)". Decydującym momentem jest chwila

⁵ De Singly, F. (1996) *La fabrique familiale de soi w Sciences Humaines*, numer specjalny *Tożsamość, Tożsamości: jednostka, grupa, społeczeństwo*, 15, 18-21

⁶ Podkreślenie dodane.

integracji, w⁷ której komunikacja między różnymi wewnętrznymi "domami" nie jest już potrzebna, ponieważ *stały się one jednym*"⁸(Rogers, 1968, 108).

Zanim omówimy aktualność tego pojęcia w badaniach psychologicznych, poczyńmy kilka uwag na temat historycznego użycia terminu "kongruencja". Po raz pierwszy został użyty przez greckich atomistów do oznaczenia przeplatania się atomów. Według Demokryta natura składa się z atomów, których ruchy są mechanistycznie kontrolowane. Simplicius przywołuje fakt, że atomy mogą albo pozostać odizolowane, albo "splatają się ze sobą według *zgodności* ich figur, wielkości, pozycji i kolejności, pozostają razem i w ten sposób realizują *powstawanie* ciał złożonych". Słowo kongruencja jest również związane z pojęciem *symetrii*. Zgodność miałyby miejsce poprzez interwencję symetrycznych mechanizmów dostosowawczych.

Właśnie widzieliśmy, że Rogers używa terminu "dokładne dopasowanie", aby zdefiniować kongruencję. Dopasowanie jest jednym z ważnych procesów materialnych lub symbolicznych w dążeniu do wyartykułowania różnych dziedzin systemu. Może więc odnosić się także do osobowości, postrzeganej jako złożony system. Byłaby ona funkcjonalnym produktem nieustannego dążenia do wewnętrznej spójności i unifikacji podejmowanego przez osobę. Wysiłki te oznaczałyby konfrontację między zachowaniami, uczuciami i reprezentacjami, wysiłek koordynowania i ustalania priorytetów procesów afektywnych, poznawczych i konatywnych⁹. Te różne procesy ułatwiłyby samoakceptację poprzez "subiektywną świadomość" i refleksję nad bezpośrednim doświadczeniem. Kiedy "doświadczenie stało się w pełni świadome i w pełni zaakceptowane, można sobie z nim skutecznie poradzić, jak z każdą inną realną sytuacją" (op.cit. 110). Dlatego konieczna jest dyskusja na temat tego skupienia osoby na sobie.

⁷ idem

⁸ Podkreślenie dodane. Należy również zauważyć, że Rogers posługuje się pojęciem "*komunikacji*" między wewnętrznymi gospodarstwami domowymi. Domy te funkcjonowałyby jako "wewnętrzne postacie" (por. Janet, 1929) oddziałujące na siebie, ocierające się o siebie bez porozumiewania się lub ignorujące się nawzajem. Hipotezę tę możemy powiązać z pojęciem "grup wewnętrznych" w Kaës (1991). Sam Freud używał czasem metafor interakcyjnych do analizowania relacji między instancjami psychicznymi (tym, ja, superego, ideałem ja).

⁹ Emocjonalny obejmuje emocje i uczucia. Jest ona ściśle związana z wyobraźnią i zarządzaniem wartościami (afektami normatywnymi) w odniesieniu do siebie lub innych. Kognitywne obejmują wszystkie czynności umysłowe związane z zarządzaniem informacją, rozumowaniem, myśleniem i rozwiązywaniem problemów. Konatywny wreszcie dotyczy motywacji, skłonności do działania i wszystkich aspektów związanych z organizacją działań.

Rogers jednak szczególnie podkreśla znaczenie zgodności między samoświadomością, samooceną i dynamiką emocjonalną, która kieruje sposobem wyrażania się podmiotu, być może bez jego wiedzy. Podkreśla on znaczenie samoświadomości do tego stopnia, że uważa ją za centrum osobowości. Według niego, jaźń musi być ograniczona "do tych aspektów jednostki i tych relacji z innymi i ze światem, które są dostępne świadomości" (cyt. przez Corraze, 1995). Argumentuje to nie tylko psychoterapią skoncentrowaną na osobie, ale także wynikami subiektywnych testów samooceny. Według niego, to właśnie porozumienie pomiędzy obecnym "ja" a "ja idealnym" definiuje poczucie własnej wartości. Stwierdza on, że bliskość między tymi dwoma środkami jest tym silniejsza, im bardziej zrównoważona jest dana osoba. Trudno jednak przyznać, że samoświadomość utożsamia się z rzeczywistością osoby. Teoretycy *jaźni* nazwali wgląd w relację pomiędzy wyobrażeniem podmiotu o sobie a rzeczywistością jaźni. Wgląd odpowiadałby klarowności lub kongruencji Rogersa. Odnosi się do dystansu między tym, czego wierzę, że chcę, a tym, czego normalnie chcę, między zbiorowym ideałem normatywnym (pożądaniem społecznym i kulturowym) a ideałem siebie dla siebie.

Samoświadomość nie jest naiwna. Jest to oczywiście związane z polem świadomości (związanym z aktualnie przeżywanym doświadczeniem i mogącym wywoływać "realizacje"). Ale to jest synchroniczny wymiar świadomości. Wymiar diachroniczny jest związany z podróżą, z itinerarium osoby, która buduje, ukierunkowuje, przekształca lub ożywia swoją osobowość poprzez wydarzenia i wspomnienia związane z przeszłością, jak również z perspektywami czasu, który trzeba będzie wypełnić.

Z drugiej jednak strony, samoświadomość nie jest niezależna od uwarunkowań społecznych i wpływów kulturowych, z których zapożycza wartości i odniesienia życiowe, aby uczynić je własnymi. Nie jest ona zbudowana wyłącznie z jednoczących korespondencji. Na przykład Jaspers (1950) wskazywał na istnienie czterech cech samoświadomości: jedności, opozycji wobec świata zewnętrznego, tożsamości i aktywności. Aspekty te zostały skonstruowane przez interakcje i transakcje pomiędzy podmiotem a jego różnymi środowiskami (przynależności lub odniesienia).

Zaburzenia świadomości, reprezentacji i/lub obrazu siebie mają istotne konsekwencje dla *personalizacji* (rozwoju osoby w ciągu jej życia).

Dysonans i aleksytymia

W każdym razie Rogers pokazał, jak wysiłek dopasowywania uczuć, czynów i myśli był korzystny w dynamice terapeutycznej lub w pokonywaniu codziennych trudności, poza terapią.

W takich sytuacjach należy oczywiście unikać negatywnych skutków braku spójności. Podmiot może przejawiać bardzo silne uczucia (postrzegane przez innych), nie będąc świadomym tej ekspresji, a tym samym nie będąc w stanie naprawdę komunikować się z innymi. Na przykład, zły człowiek może szczerze

wierzyć, że wskazuje na fakty i nie odczuwa agresywnych emocji. Istniałaby niezgodność z powodu oddzielenia między przejawianym doświadczeniem emocjonalnym (organizacyjnym) a świadomością podmiotu o nim.

Niekongruentność można porównać do dwóch innych ważnych i często wymienianych pojęć: dysonansu i aleksytymii.

- *Dysonans*, w wersji *poznawczej*¹⁰, oznacza istnienie rozbieżności, niezgodności między przeciwstawnymi myślami lub ocenami, lub między myślami i słowami. Można również przywołać istnienie *dysonansu afektywnego*¹¹, charakteryzującego się trudną koordynacją pomiędzy sprzecznymi afektami lub uczuciami. Niekongruencja byłaby w pewnym sensie połączeniem tych wielokrotnych dysonansów. Niezależnie od modeli stosowanych do wyjaśnienia tych procesów (poznawczy, psychoanalityczny czy inny), należy dokonać rozróżnienia między świadomym, nieświadomym i nieświadomym, w sposobie przeżywania przez podmiot jego *wewnętrznych podziałów*, w których nie zawsze dostrzega on związki ze swoim cierpieniem psychicznym lub fizycznym, a także trudności z samoakceptacją lub adaptacją.

- Termin *aleksytymia* został zaproponowany przez Sifneosa (1973¹²) dla określenia choroby psychosomatycznej charakteryzującej się trudnością w przyjmowaniu i wyrażaniu własnych emocji¹³. Charakteryzuje się również uderzającym brakiem treści myślowych, fantazji, podczas gdy podmiot jest, z drugiej strony, skłonny do ciągłego wyszczególniania faktów, wydarzeń lub zaburzeń fizycznych (por. pojęcie "myślenia operacyjnego" zaproponowane przez Marty'ego i de M'uzan w 1963 roku do scharakteryzowania tego deficytu). Te tematy rzadko śnią. Wyrażanie swoich emocji, uczuć lub afektów jest często niewłaściwe. Używają akcji do rozwiązywania lub uciekania od konfliktów, często w sposób impulsywny, gorączkowy, rozdrażniony. Często skarżą się na uczucie pustki i nudy. W relacjach z innymi są zarówno zależni, jak i narcystyczni lub samotni.

Te ostatnie uwagi pozwalają przypuszczać, że istnieje artykulacja między wewnętrzną niezgodnością a trudnościami relacyjnymi i szerzej społecznymi.

¹⁰ Patrz Festinger (1950)

¹¹ por. de Vos (1980) "Dysonans afektywny poprzedza dysonans poznawczy. To właśnie konflikt pomiędzy sprzecznymi emocjami wymaga rozwiązania w świadomej myśli. Jeśli nie ma konfliktu na poziomie afektywnym, jednostka może z łatwością tolerować mylenie pojęć lub niespójności poznawcze. Ale jednostki nie są w stanie tolerować sprzecznych emocji bez uciekania się do mechanizmów obronnych (op. cit., s. 32).

¹² Praca rozwinięta przez Nemiah J.C., podjęta przez Taylor, G.J. (1984,1990) oraz przedstawiona i kontynuowana we Francji przez Pedinielli, J.L. (1992), z której czerpiemy inspirację tutaj.

¹³ Aleksytymia = brak (a) zdolności do "czytania" (lexi) własnych emocji (thymia)

Konflikty psychiczne odbijają się zarówno w sposobie zarządzania ciałem, jak i w zachowaniu wobec innych, czy też pod ich spojrzeniem.

Kongruencja zewnętrzna jako mapowanie między sobą a innymi

Wiemy, jak trudne, wymagające, czasem konfliktowe, a zwłaszcza upokarzające są bliskie relacje (miłość, przyjaźń, sympatia, współzrządzenie wspólnym życiem). Ale są one jednocześnie lub kolejno po sobie pasjonujące, porywające, szczególnie satysfakcjonujące. Dopasowanie w relacjach z innymi nie jest symetryczne ani identyczne. Jak słusznie pokazuje Levinas, twarzą w twarz nie jest współobecność, lecz bliskość; a bliskość ta nie jest typu równy równemu, jest asymetrią, a dokładniej prymatem ja lub innego. Przybiera ona podwójną postać: Inny może być postrzegany i przeżywany jako coś, bezbronny, wymagający i błagalny, ale także postrzegany i przeżywany w swojej niedostępnej i nieredukowalnej wysokości.

Pojęcie inności współwystępuje z pojęciem narcyzmu. Nawet gdy mówimy o wczesnej zdolności dzieci do dawania, możemy założyć, że altruizm oparty na wzajemności może być tylko pracą na granicach, między wyniszczającą asercją siebie a poczuciem wyobcowania wobec pragnienia lub żądania drugiego.

Stosunek do innych nie opierałby się na hojności, inicjatywie czy identyfikacji. Byłoby to jednak przede wszystkim częścią "prowokacji" w etymologicznym sensie popychania do przodu, wprawiania w ruch, nakłaniania lub zmuszania do wyrażenia "być".

W imię wartości związanych z praktykami relacyjnymi Rogers podważa takie argumenty i zakazuje asymetrycznej relacji¹⁴ opartej na interpretacji. Ceni jednak *rozumienie i intuicję* związane z *patrzeniem* (oko) oraz *zaufanie i otwartość* związane ze *sluchaniem* (ucho).

Jednak już samo pojęcie unifikacji rodzi pytanie, w jaki sposób wiąże się ono z zarządzaniem konfliktami, podziałami i powielaniem działań. Jeśli istnieje potrzeba unifikacji, to dlatego, że podmiot żyje w sprzecznościach. Teraz "sprzeczność i niejednoznaczność są, w toku doświadczenia, żywym znakiem osobowej egzystencji"¹⁵. Ale ten sam autor deklaruje w innym miejscu: "postępujące zjednoczenie wszystkich moich aktów, a przez nie moich charakterów czy stanów jest aktem osoby" (tamże).¹⁶

¹⁴ W wielu współczesnych pracach zauważa się dyskusyjną asymilację między "asymetrycznym" a hierarchicznym, między "symetrycznym" a "egalitarnym".

¹⁵ Mounier, E. (1946a, w 1961, II), s. 69.

¹⁶ Mounier, E. (1936 w 1961, I), s.528.

Rozdział 2

Intuicja Wizjonera: spojrzenie

Rogers jest obecnie twierdzony przez niektórych kognitywistów w takim zakresie, w jakim przywiązuje on dużą wagę do mechanizmów zarządzania informacją w relacjach, jakie podmiot nawiązuje z samym sobą, poprzez własne czynności psychiczne (świadomość, rozumienie siebie, samoocena) oraz w procesach myślowych związanych z komunikacją i interakcją z innymi (manifestacja intencji, intuicyjne oceny innych, pozytywne uwzględnianie innych).

Kartezjusz skojarzył duszę ze spojrzeniem¹⁷. Rogers ze swej strony posługuje się metaforą *spojrzenia* w analizie procesów intersubiektywnych¹⁸. To właśnie ta metafora nadaje kierunek pojęciom *jasnowidzenia*, *przejrzystości*, *intuicji* i *empatii*.

Jasnowidzenie

Jasnowidzenie oznacza zdolność poznawczą do *postrzegania*, bezpośredniego odczytywania tego, co nie jest słyszalne lub widzialne, co jest ukryte w nas samych lub w innych, za hałasem lub pozorami. Ale to stanowisko byłoby *voyeurystyczne*, gdybym sam pozostawał w ukryciu, podczas gdy "czytam" drugiego tak samo, gdy on wyraża siebie, jak i wtedy, gdy się broni.

Przejrzystość

Aby uniknąć tej asymetrycznej sytuacji, bohaterowie powinni dążyć do wyostrenia wzajemnego jasnowidzenia i w tym celu rozwijać *przejrzystość*, to znaczy być widzianymi, postrzeganymi, rozumianymi w kategoriach tego, czym każda z osób byłaby bezbarwna, zdemaskowana, bezbronna, w swoim prawdziwym (?), głębokim (?), realnym (?) bycie. W koncepcji "ekspresyjnej" przejrzystości Rogers zakłada, że zgodność jednego z nich jest dostrzegana i doceniana przez drugiego w interakcji. Ale ekspresja (zwana spontaniczną) może

¹⁷ Tap, P. (1997) o uprzestrzennieniu psychiki poprzez spojrzenie u Kartezjusza.

¹⁸ Tap, P. (1986) Personalization and Intersubjectivity, Special Issue *Intersubjectivity, Connections*, 47, 149

stać się niebezpieczną, postrzeganą ekspozycją dla samego siebie lub wrażliwego innego. W "manipulacjach" grupowych zawsze istnieje niebezpieczeństwo, że popchnie się drugiego człowieka do uwolnienia się od jego własnych mechanizmów obronnych. Spójność i wewnętrzna kontrola są, jak *kręgosłup, tym, co* umożliwia podmiotowi ustrukturyzowanie się jako taki. Ale w przypadku braku wewnętrznej spójności, lepsza jest *skorupa* niż brak obrony w ogóle. Obrona siebie może być autentyczna, choć nieprzejrzysta: "krążyć, nie ma nic do zobaczenia"! ».

Intuicja

Intuicja jest także językiem widzenia (intuitio = patrzenie, intueri = patrzenie). Podobnie jak jasnowidzenie, jest to zdolność *widzenia przez to*, co jest ukryte (Mouloud, 1995). "Etymologicznie terminy *Intueor, Intuitus* odnoszą się do aktu i uwagi patrzenia. W szerokim sensie intuitus jest bezpośrednim atakiem na przedmiot w jego fatalności. Termin intuicja przejął dziedzictwo greckiego pojęcia noesis: prosty akt myślowy, który nie rozprasza się w momentach percepcyjnych" (op.cit.). Intuicja jest trafnym określeniem każdej formy natychmiastowego zrozumienia i dotyczy wszystkich warstw wiedzy. Może być *przewidujący* i *przenikliwy*. Empatycznie pojmujemy znaczenie zachowania innych, bez konieczności kończenia tego "pojmwania" analogicznym wnioskowaniem. Intuicja sięga do tego, co istotne i ułatwia przejście od zjawiska do istoty rzeczy. Intuicja może być zatem asymilowana albo do wiedzy założycielskiej, poprzedzającej rozumowanie, albo do wiedzy jednoczącej, syntetyzującej uchwyconą w ten sposób rzeczywistość.

Ingerencja jasnowidzenia, przejrzystości i intuicji w relacje między osobami sprzyjałaby prawdziwej komunikacji "intersubiektywnej" (egalitarnej relacji z wzajemnym szacunkiem, między *podmiotami niepodlegającymi prawu*). *Czy jest to iluzja, utopia, czy głęboka rzeczywistość?*

Rozdział 3

Intuicja empatyczna

Empatia i socjometria

Empatia, związana z jasnowidzeniem i intuicją, implikuje zdolność "postawienia się na miejscu": byłby to szczególny proces identyfikacji" (Rogers, 1968, s.49), który nie byłby emocjonalnie fuzjonistyczny, ani nie byłby związany z wzajemnością opartą na umowie czy przyzwoitości. Aby lepiej wyjaśnić ich naturę, warto pokazać, jak koncepcje rogeriańskie odbijają się szerokim echem w badaniach nad socjometrią, opartych na początkowych pracach Moreno (1934). Empatia jest związana z *poziomem spostrzegawczości* osoby w ocenie relacji społeczno-emocjonalnych w grupie. Techniki socjometryczne próbują analizować i mierzyć, jak jednostki postrzegają swoją sytuację w grupie, której są członkami¹⁹. Są oni proszeni o samoocenę swoich relacyjnych powinowactw lub odrzuceń (*wybór osób: wybór i odrzucenie*)), o ocenę, przez kogo zakładają, że zostali wybrani i odrzuceni (oczekiwania, postawy percepcyjne: "kto mnie wybrał, odrzucił?"). "Ten obszar *selektywnej percepcji* jest szczególnym obszarem ogólnego problemu empatii, czyli wrażliwości na postawy innych i przenikanie ich uczuć" w odniesieniu do podmiotu ("pozytywne, negatywne lub neutralne uczucia, jakie inni mogą mieć w stosunku do mnie") (Maisonneuve, 1995). W tym kontekście można uzyskać trzy rodzaje środków²⁰:

- 1. Konfrontacja *postaw percepcyjnych* (tj. oczekiwań podmiotu z rzeczywistymi postawami innych wobec niego). Podmiot "ocenił", mniej lub bardziej dobrze, kto go wybrał lub odrzucił: *stopień jasnowidzenia* ;
- 2. Konfrontacja *selektywnych postaw* podmiotu z percepcyjnymi postawami (oczekiwania) innych osób. Ci ostatni mniej lub bardziej dobrze dostrzegają wybory i odrzucenia formułowane przez podmiot: *stopień przejrzystości* ;
- 3. Konfrontacja postaw spostrzegawczych i selektywnych na poziomie samego podmiotu. Istnieje zgodność między dokonanymi wyborami a

¹⁹ Oczywiście, techniki socjometryczne mają zastosowanie tylko do osób, które dobrze znają się w grupie.

²⁰ Trylogia zapożyczona od Maisonneuve'a (1995).

wyborami rzekomo otrzymanymi: *stopień kongruencji* (tu powinniśmy powiedzieć "kongruencji zewnętrznej").

Odwołanie do socjometrii pozwala pokazać, że to, co istotne w przywoływanych procesach (kongruencja, jasnowidzenie, przejrzystość, intuicja i empatia), dotyczy *zdolności do poznawczej oceny procesów o innym charakterze (emocje, uczucia, powinowactwa lub przeciwieństwa, przyjaźń-miłość, ale także odrzucenia i nienawiści)*. Jednak propozycje Rogersa są zgodne z hipotezą, że zdolność podmiotu do oceny własnych emocji w empatycznej interakcji z inną osobą (terapeutą lub nie) ma tendencję do przekształcania sposobu, w jaki będzie on radził sobie z tymi samymi emocjami (pozytywnymi lub negatywnymi).

Ale socjometria pozwala nam również na postawienie dwóch zasadniczych pytań:

1. Istnieją znaczące różnice w zdolności ludzi do sytuowania się w kategoriach jasnowidzenie-przejrzystość-kongruencja w testach socjometrycznych. Jest oczywiście konieczne, aby zrozumieć, jak powstają "błędy": nieporozumienia, brak rozeznania, roztropności, potrzeba bezpieczeństwa lub gratyfikacji. Analiza tych błędów w rzeczywistych, codziennych sytuacjach pozwala osobie lepiej zrozumieć pochodzenie jej złudzeń społeczno-percepcyjnych. Prawdą jest, że pewne iluzje (dotyczące w szczególności uczuć i postaw innych osób, ale także osobistych zdolności lub uczuć do zaangażowania, itp.) mogą być istotne dla ludzi, jeśli są związane z istotnymi uczuciami, przekonaniem lub podstawowymi wartościami.

2. Wybory i wyobrażenia socjometryczne są tylko zaangażowanymi reprezentacjami. Zasadnicze pytanie, które od dawna jest przedmiotem badań w psychologii lub psychologii społecznej (dziecka, nastolatka lub dorosłego) brzmi następująco: Jak są zorganizowane pokrewieństwa lub jak powstają zachowania "odpychające"? Czy powinowactwa opierają się na podobieństwach ²¹(np. homofilia = kochanie tych, którzy są podobni do ciebie), na komplementarności, na równości lub hierarchii, czy na specyficzności (postrzeganej lub nieuświadomionej inności: np. kochanie ludzi, którzy są inni od nas samych, ponieważ nie można się z nimi "pomylić")? Wydaje się faktem, że podobieństwa odpowiadają na troskę o zabezpieczenie własnego "ja", podczas gdy inność i komplementarność odpowiadałyby na potrzebę spełnienia. Te dwie tezy nie wykluczają się.

²¹ Pytanie jest ważne, tym bardziej, że termin "pokrewieństwo" w odniesieniu do relacji między osobami jest historycznie przedłużeniem terminu chemicznego (czy raczej alchemicznego, *affinitas*, XIII^o S) charakteryzującego właściwość dwóch ciał do łączenia się ze sobą poprzez ich podobne cząsteczki.

Empatia i intersubiektywność ²²

W koncepcji egzystencjalnej solipsyzm może zostać przewyciężony jedynie w relacji podmiot-przedmiot, w bezpośrednim doświadczeniu intersubiektywności, wzajemności sumień. Spojrzenie drugiej osoby również odgrywa tu rolę napędową. Ale, na przykład według Sartre'a, inny jest pierwotnie tym, który patrzy na mnie i który mnie wyobcowuje i zamraża mnie w tym spojrzeniu. Mój pierwotny upadek to istnienie innych", "piekło to inni", itp. "Mój pierwotny upadek to istnienie innych. Aby nie utknąć, zredukowany do stanu obiektu-przystosowania, mam tylko jedną drogę ratunku: *odwet*, aby zamrozić w sobie innych jako obiekty. Ale zakładając, że moja riposta się powiedzie, komunikacja się nie powiedzie, inny podmiot mi umknie. Tak więc *konflikt* jest nieodłącznym elementem każdej intersubiektywnej relacji, nawet i włączając w to relacje przyjacielskie, miłosne i bardziej ogólne relacje bliskie. W Sartre'owskiej *wizji* miłość polega na posiadaniu drugiego jako podmiotu i przedmiotu, obu jako uchwyconych w wolności. Teraz "ten drugi jest z zasady nieuchwytny: ucieka ode mnie, gdy go szukam, i opanowuje mnie, gdy ja uciekam od niego"²³. W ten sposób, aby się bronić, jednostka ma tendencję do zaprzeczania autentyczności drugiego. Wizja ta prowadzi do pesymistycznego wniosku, że "podmiotowości pozostają poza zasięgiem i są radykalnie oddzielone" (*op. cit.*). Intersubiektywność jest więc niemożliwa.

Niektóre z tych prac zdawałyby się potwierdzać słusność Sartre'a. I tak Brehm (1984) w prezentacji prac dotyczących związków i przeciwieństw między intymnością a towarzyskością pokazuje, że miłość jest coraz częściej przedstawiana w merkantylnej i utylitarnej perspektywie wymiany społecznej. Przywołane zostają wielorakie trudności, jakie odczuwają bohaterowie intymnych związków. Tak więc wzajemność w ujawnianiu siebie, zwierzanie się sobie i otrzymywanie zwierzeń w zamian, ma tendencję do zanikania w miarę jak związek staje się bardziej trwały. Czy nie jest zatem łatwiej opowiedzieć swoje życie obcej osobie na korytarzu, w pociągu lub w jakiegokolwiek zauważalnej sieci słuchaczy?

Weźmy inny przykład - zazdrość. Wydaje się, że ma to swoje źródło przede wszystkim w zagrożeniu dumy i poczucia własnej wartości, związanym z potrzebą wyłączności w relacji z drugim człowiekiem. Jak powiedział La Rochefoucauld: "W zazdrości jest więcej poczucia własnej wartości niż miłości". Dziś coraz częściej dochodzi do rozpadów uczuciowych i małżeńskich. Żyjemy w epoce wielu związków, a wiele związków oznacza wiele doświadczeń związanych z konfliktem i rozpadem. Czy mamy z tego wyciągnąć wniosek, że człowiek jest zawsze wilkiem dla człowieka, że istoty ludzkie są skazane na

²² Uwagi, które następują w tym paragrafie są oparte lub zainspirowane *Personalizacją i Intersubiektywnością* (Tap, P. 1986).

²³ Sartre, J.P. (1943)

pożeranie się nawzajem, na rozdzieranie siebie nawzajem lub na rozbijanie swoich związków?

Wielu autorów krytykowało pesymistyczną wersję relacji międzyludzkich. Na przykład Gabriel Marcel (1968) krytykuje koncepcję Sartre'a, ponieważ implikuje ona kartezjański postulat pierwotnej samoświadomości, wyizolowanego i uprzedniego indywidualnego cogito. Przeciwstawia ją hipotezie pierwotnej intersubiektywności, poprzedzającej odrębną świadomość siebie i innych. W odniesieniu do rozwoju dziecka Henri Wallon (1956) przywołuje hipotezę pierwotnej świadomości "o podwójnym skupieniu". Dwa pojęcia, dwa ogniska, "które nie mogłyby istnieć bez siebie, chociaż lub dlatego, że są antagonistyczne: jedno, ego, które jest afirmacją tożsamości z samym sobą, i drugie, alter-ego, które podsumowuje to, co musi być usunięte z tej tożsamości, aby ją zachować" (1946). Według Gabriela Marcela, jeśli jaźń doświadcza porażki w komunikacji intersubiektywnej, to dlatego, że jest niedostępna: "bycie niedostępnym: bycie zajęтым sobą" (*op.cit.*, s.105). Mounier również proponuje taką hipotezę: "To we wstępnym projekcie niedostępności, a nie w mojej wolności jako podmiotu, chwytam drugiego jako przedmiot, to w tej samej dyspozycji redukuję się do przyjęcia go jako najeźdźcy" ²⁴(*op. cit.*, s. 105). Ukrytym celem spotkania byłoby umożliwienie podmiotowi wyjścia z silnego stanu napięcia, charakteryzującego się wielorakimi napięciami i sprzecznościami. Albo odmawia się wtedy spotkania twarzą w twarz, by zachować wiarę w Miłość i w Innego, albo przygotowuje się na rozczarowujące spotkania prowokowane wulkanizmem namiętności, albo wreszcie odwołuje się do demonstracji opartych na społecznych maskach, grając na podryw w sztywnym kontekście, niezbyt do tego przygotowanym²⁵.

Konieczne jest zatem ponowne zakwestionowanie funkcji, jaką w dynamice intersubiektywnej pełni spojrzenie innych ludzi na samego siebie. Wyobcowanie "ja" przez drugiego i odrzucenie w zamian tegoż, nie jest na szczęście jedynym motorem intersubiektywnej komunikacji. Komunikacja z drugim człowiekiem może w równym stopniu sprzyjać powstawaniu lub wzmacnianiu mojej tożsamości. Spojrzenie może być alienujące, ale nie można go ciągle sprowadzać do inwazji, wtargnięcia, które by mnie pozbawiało i zniewalało. Spojrzenie innego jest co najmniej tak samo denerwujące, jak i alienujące. "To burzy moją pewność siebie, moje nawyki, mój egocentryczny sen. On jest, nawet wrogi, najpewniejszym odkrywcą mnie samego. Tak więc pozytywna relacja interpersonalna jest wzajemną prowokacją, wzajemnym zapłodnieniem." ²⁶

²⁴ Mounier, E. (1947)

²⁵ Aperitif", czyli łajdak, dąży do zaspokojenia własnych potrzeb, podczas gdy inni są tam po to, by zaspokoić swoje strategie zachowania i uznania społecznego.

²⁶Mounier, E. (1949), s. 455.

Jeśli prawdą jest, że drugi może sprzyjać mojej depersonalizacji, traktując mnie jak przedmiot, zwierzę lub automat²⁷, to prawdą jest również, że pierwszym ruchem, który ujawnia podmiot, we wczesnym dzieciństwie, jest ruch w kierunku innych. Dziecko wystawia się na oczy drugiego, stawia się przed jego spojrzeniem, ale i przed punktem widzenia drugiego. Jest on zatem zarówno *podsycaaniem konfliktów*, jak i *napędzaniem projektów*. Osobiste projekty i konflikty są częścią historii intersubiektywnych relacji i konstrukcji podmiotu, czy też jego "wykopalisk".²⁸

W końcu komunikacja z drugim człowiekiem może w równym stopniu sprzyjać wyłanianiu się lub wzmacnianiu mojej tożsamości, sprzyjać personalizacji, jak i alienującej fiksacji. Istniejące jest rozdarte, ale jego istnienie jest jednocześnie wyłanianiem się, napięciem i walką (Jaspers), jest bytem zmierzającym ku swemu urzeczywistnieniu (Heidegger).

Centralne koncepcje modelu rogeriańskiego opierają się na znaczeniu świadomej percepcji-reprezentacji siebie, innych, relacji między sobą i innymi oraz ich wpływu na emocje, uczucia, zachowania relacyjne i sposoby organizacji psychicznej wprowadzane przez osobę badaną. Ważne jest więc, aby powrócić do empatii i pokazać, że nie ogranicza się ona do bystrości postrzegania zachowań innych.

Empatia i afektywność

Według Widlöchera "zasadniczym celem terapeutycznym (w orientacji rogeriańskiej) jest uwolnienie obecnego związku od scorii przeszłości i doprowadzenie do rozpoznania jego pierwotnego charakteru: bycia nieposiadającą formą miłości. Poddanie się tej obecnej pozytywnej relacji oznacza uwolnienie się z neurotycznych okowów fiksacji na przeszłości, przeszkód na drodze do autentycznej indywidualizacji" (Widlöcher, 1995). Innymi słowy, to właśnie we wczesnym dzieciństwie, a przynajmniej w przeszłości (miłość zaborcza itp.), należy szukać przyczyn trudności osobistych, a zwłaszcza społeczno-afektywnych, które obecnie przeżywa osoba konsultowana. Takie stanowisko, wystarczająco ostrożne, jest niewątpliwie do zaakceptowania przez wielu terapeutów. Rogers nie zaprzecza wpływowi osobistej historii. Omawia natomiast zasadność terapii psychoanalitycznych polegających na interpretacyjnym centrowaniu procesów regresywnych (poprzez wspomnienia i sny) i opartych na hipotezie powrotu do traumy (prawdziwej lub domniemanej) lub fantazji związanych z doświadczeniami z dzieciństwa. Postawa rogeriańskiego terapeuty nie ma też nic wspólnego z koncepcjami i

²⁷ Bettelheim zaproponował, aby w ten sposób zdefiniować alienację (1976).

²⁸ Gabriel Marcel na temat funkcjonowania osoby stwierdził, że "nie tyle chodzi o budowanie, ile o kopanie" (1940). Ale, jak wszyscy budowniczowie dobrze wiedzą, budowanie wiąże się z koniecznością kopania, zwłaszcza w celu wykonania fundamentów!

praktykami poznawczo-behawioralnymi, których zbyt dyrektywny charakter omawia, ale przede wszystkim z rozbieżnością między koncepcjami służącymi interpretacji trudności pacjentów a niewystarczającą teoretyzacją i praktycznym uzasadnieniem relacji terapeuta-pacjent.

Jaka jest zatem postawa terapeuty rogeriańskiego w jego praktyce interakcji? W jaki sposób empatia jest uzasadniona jako metoda? Czy można ją pomylić z sympatią? Jeśli nie, to czym charakteryzuje się ta "szczególna identyfikacja"?

Pojęcie empatii jest rzeczywiście przywoływane w odniesieniu do bardzo różnych praktyk. Na przykład, Chertok (1995) twierdzi, że hipnoza oferuje uprzywilejowany model empatii. Mówi się, że relacja hipnotyczna ma w sobie element archaiczny, który nie jest dostępny werbalizacji. Interpretacja, proces intelektualny, stałaby się mniej ważna niż "ta forma emocjonalnej, intensywnej, fuzjonistycznej, symbiotycznej komunikacji zwanej empatią". Tak przedstawiona empatia jest mylona z zależnością emocjonalną i w niewielkim stopniu odpowiada definicji empatii Rogersa. Roustang (1980) zastanawia się, czy prawdziwa moc przeniesienia nie jest taka sama jak hipnozy. Ta procesowa tożsamość byłaby podejrzewana przez Freuda, ale jego zwolennicy, w tym Lacan, odrzucili ją.

A co z *porównaniem między empatią a współczuciem*? Według Bergsona współczucie oznaczałoby zdolność człowieka do "zjednoczenia się z tym, co posiada druga osoba, co jest wyjątkowe i niewyraźne". Jeśli Rogers nie posuwa się tak daleko, to zakłada, jak widzieliśmy, podobny typ dopasowania, gdy definiuje empatię.

Terapeuci na ogół odrzucają mylenie tych dwóch pojęć. Warto jednak przyjrzeć się temu bliżej. Należy zakwestionować przyrostek "patologia" obecny w obu terminach. Oznacza cierpienie, *chorobę* (patos, patologia), ale także *uczucie, przywiązanie*²⁹. Sympatia oznacza z pewnością pozytywne uczucia wobec innych, więc afektywną, ale etymologicznie implikuje również hipotezę *cierpienia-wspólnego*. Czy empatyczna zgodność zakłada emocjonalny udział terapeuty? Jeśli istnieje partycypacja, to co z jej "przejrzystością" (pojawianiem się poprzez) i zarządzaniem (kontrolą, projekcją, transferem)?

Pomieszanie choroby z uczuciem pokazuje wyraźnie, że afektywność w ogóle jest postrzegana w sposób raczej negatywny (zaburzenia zachowania, trudności w wyrażaniu uczuć itp.) zarówno poprzez sam język, jak i praktyki relacyjne.

W *Traktacie o namiętnościach*, podobnie jak w *VI Rozmyślaniach* o "stanach afektywnych", Kartezjusz przeciwstawia namiętności (zachwyty, miłość, nienawiść, pożądanie, radość, smutek) "uczuciom wewnętrznym". Namiętności uważa za pożyteczne w tej mierze, w jakiej popychają osobę do działania i do "osiągnięcia celu, w którym uczestniczą ruchy i namiętności". Ale pasja (w sensie

²⁹ Termin "przywiązanie" oznacza również chorobę (np. chorobę serca) oraz pozytywne uczucie do innych (np. uczucie matki do dziecka).

namiętności) to drażnienie uczucia. Może mobilizować emocje, ale to nie to samo co one³⁰. Sześć namiętności przywołanych przez Kartezjusza można przyrównać do uczuć. Uczucie może być związane z opinią lub przekonaniem (zgoda), intuicją (przecucie) lub namiętnym impulsem (uraza). Wszystkie uczucia powodują, że człowiek działa lub reaguje, także w wyniku własnych działań (Janet, 1929). Ma ona tendencję do kierowania naszymi relacjami z innymi i światem zewnętrznym, czasami w sposób trwały. "Odczuwanie jest przede wszystkim świadomością obecności, "jest". Ale ta obecność nie jest neutralna. Uczucie jest świadomością wartości, jest zawsze natychmiastową świadomością istnienia, którego wartość nas zobowiązuje. Wreszcie, uczucia nie można mylić z wiedzą.

W oparciu o te założenia sympatia jest charakterystyczną formą uczucia. A co z empatią? Nie można jej mylić z emocjami czy pasją. Z drugiej strony, widzieliśmy, że można ją przyrównać do wiedzy intuicyjnej i bezpośredniej? Ale czy empatia nie jest czymś więcej?

Porównajmy to z *fenomenologią* afektywności zaproponowaną przez Maxa Schelera (1928). Autor ten proponuje traktować współczucie jako sposób bezpośredniego poznania powiązanego z intuicją, którą nazywa *emocjonalną intuicją wartości i różnorodności działań osoby*. Intuicja emocjonalna pozwala na uchwycenie bezpośredniego wyrazu przeżyć innych osób (które charakteryzują się uczuciami: miłości, nienawiści itp.). Ułatwia uczestnictwo, wzajemność sumień, odkrywanie sensu i wartości. Oznaczałoby to "rozeznanie afektywne". Intuicja emocjonalna dotyczyłaby w takim samym stopniu społeczności, jak i jednostek.

Chociaż termin "emocjonalny" jest mylący i dyskusyjny, wydaje nam się, że intuicja emocjonalna Schelera wykazuje pewne podobieństwo do intuicji *empatycznej* Rogersa. Intuicja empatyczna Rogersa artykułuje szczególny rodzaj wiedzy (intuicja) i szczególny rodzaj identyfikacji afektywno-aksjologicznej (opartej na uczuciach i wartościach, zwłaszcza etycznych).

³⁰ Emocje są kryzysem, mniej lub bardziej nagłym i gwałtownym; są bardziej ograniczone w czasie i bardziej bezpośrednio związane z ciałem. Uczucie to jest mniej lub bardziej głębokie i mniej lub bardziej trwałe, ale z konieczności wprowadza odniesienie do wartości i znaczenia. Namiętność jest również nadawana jako znaczenie, ale jest to fanatyczna idealizacja obiektu namiętności; jest ona ekskluzywna i bałwochwalcza. W kategoriach zbiorowych, pasja prowokuje agregatową fuzję kosztem intersubiektywności. Jednostki zdomawiają się razem w "sferze estetycznej", w *wyobrażeniowej pasji bezpośredniości*, kosztem *wymagań* (etyczna sfera Ideału) i *spełnienia* (sfera religijna), (Kierkegaard, 1970).

Rozdział 4

Od wyglądu do autentyczności i z powrotem

Maska jako maskarada, parada i mediacja

Jasnowidzenie, przejrzystość i intuicja sugerują, że jaźń funkcjonuje jak szklany dom, jaźń świetlista i komunikacja bez maskarady czy parady. A przecież wiemy, jak bardzo zachowania mające różnicować kobiety i mężczyzn opierają się na *maskaradzie* (w przypadku kobiet) i *paradowaniu* (w przypadku mężczyzn).

W rzeczywistości te dwie strategie dotyczą nas wszystkich, mężczyzn i kobiet, młodych i starych itd. Opierają się one na hipotezie opozycji między wnętrzem (intymnością), które się ukrywa, a zewnątrz, które służy zarówno jako ekran, jak i projektor.

- *Ekran* jest jednocześnie tym, co *ukrywa* (parawan, zasłona dymna itp.) oraz tym, co *jest wyświetlane i pokazywane* (ekran kinowy lub komputerowy: plansza, na której wyświetlany jest obraz);

- *Maskarada* jest często przywoływana w kobiecym, być może pejoratywnym znaczeniu, ponieważ kojarzy się z makijażem, *charakteryzacją, lustrem, teatrem (wizażystka) lub magią (masco = czarownica; mascoto = zakłęcie, talizman szczęścia)*. W każdym razie wprowadzono nas w temat masek;

- *Parada* łączy się częściowo z maskaradą, już nie kojarzoną z twarzą, ale z ciałem, poprzez dodane ozdoby: stroje, ornamenty, tatuaże, *piercing*. Łaciński czasownik *parare* oznaczał (se) "przygotowywać", (s') "przygotowywać"³¹. Rozpowszechniło się w 1. parskać, zdobić; 2. robić paradę (jak cyrk, parada),³² (się) paradować, popisywać się; 3. od razu parskać, chronić się przed (parada szermiercza, ale też zderzakowa, kuloodporna, czy...). Bumper³³! etc.), wyprzedzanie manewru (parry).

³¹ Na przykład parady zalotów u zwierząt, czy rytuały przygotowawcze związane z małżeństwem i współżyciem seksualnym u mężczyzn, ale przede wszystkim dotyczące kobiet.

³² Parada nawiązuje również do *wystawy*. Oba implikują nacisk cielesny, mniej lub bardziej uwodzicielski lub agresywny.

³³ Termin używany przez Freuda do wywołania obrony przed tym, co może zagrozić jaźni.

- *Pozory*³⁴ i *pozory* od dawna są przedmiotem dyskredytacji, ponieważ filozofowie i naukowcy zgadzają się, że rzeczywistość procesów nie jest tożsama z postrzegalnymi, widzialnymi przejawami. Pozory są bagatelizowane, ponieważ są tylko *objawami ukrytych procesów*. Jednak dzisiejszy człowiek nadal znakomicie kultywuje pozory, bardzo dba o pozory, o obraz, jaki daje o sobie. Różne znaczenia tak zaktualizowane są interesujące dla naszego celu. Pokazują, że maskowanie jest także sposobem wyrażania i pokazywania siebie, ujawniania siebie (w sposobie ukrywania się, ujawnia się), ale także obrony siebie, w relacji do siebie lub do innych.

Oczywiście, pozostaje pytanie, jak zorganizowana jest relacja między tym, co ukryte, a tym, co się pojawia. Można przypuszczać, że istnieje *rozszczerzenie* między dwoma rzeczywistościami, rzeczywistością fenomenalną i rzeczywistością psychiczną, powierzchownymi zachowaniami istoty i głęboką osobowością itd. Można przypuszczać istnienie zaprzeczenia jednej z tych rzeczywistości lub istnienie mechanizmów duplikacji (rozszczerzenia pomiędzy dwoma jaźniami lub częściami jaźni) i/lub duplikacji (ukrywania tego, czym jestem dla własnej korzyści), itp. Ale możemy też analizować pozytywną dynamikę interakcji między dwoma światami, które nie mogą się ani łączyć (podmiot znika w ruchu kolejnych zdarzeń lub wielokrotnych identyfikacji), ani rozdzielać (schiza i niekomunikowalność).

Zabawa i wiara w symboliczną konstrukcję osoby

Wallon powiedział, że "emocje wiążą to, co społeczne z ciałem" (1956). Tym bardziej dotyczy to powstawania zachowań zabawowych u dzieci. To właśnie w bezpośrednim doświadczeniu odczuwanej emocji małe dzieci grają w swoje pierwsze gry relacyjne: na przykład wybuchy śmiechu dziecka w grze w kółko, w której twarz zakrywa się chusteczką, którą następnie się zdejmuje. Poprzez te pierwsze zabawy dziecko uczy się komunikować, zwracając uwagę na gesty drugiej osoby i redukując "napięcie", które te gesty wywołują. Dziecko uczy się m.in. tego, że to, co jest ukryte przed wzrokiem, zawsze tam jest (przedmiot ukryty za meblem, twarz matki lub jej własna twarz ukryta za chusteczką). Będzie również doświadczał manifestacji emocji wobec lub przez innych. Dostrzeże potrzebę przyjęcia istnienia uczuć i myśli, które są tylko częściowo wyrażane, które lepiej zachować dla siebie lub które powinny być ujawniane tylko w pewnych okolicznościach lub w stosunku do osób uprzywilejowanych. W ten sposób konstruuje się podmiot, w jego zastrzeżeniach (potencjalnościach i zatrzymaniach) oraz w jego ekspresji (werbalnej i niewerbalnej).

³⁴ Terminy "pojawiać się" i "pozory" pochodzą od czasownika *parere: pojawiać się*, pojawiać się (podobnie jak słowa "transparente" i "transparences") i muszą być związane z faktem "bycia tam" (w przeciwieństwie do "znikania": już nie bycia tam). Ale wygląd może być złudny lub fałszujący.

Następnie widzimy pojawienie się *symulaków*: na przykład dziecko *udaje*, że trzyma poduszkę i śpi. Gry symboliczne lub gry fikcyjne, w tym gry fabularne, pojawiają się później (Malrieu, 1967). Zabawy te pozwalają dziecku oswoić i opanować rzeczywistość, ale także dają mu możliwość przewidywania zdarzeń, szczęśliwych lub nieszczęśliwych, i przygotowania się do stawienia im czoła.

Zabawa dziecka jest częścią tego, co Winnicott (1971) nazwał *przestrzenią potencjalną* (1971), która jest tym pomiędzy osobistym i społecznym, która nie jest ani całkowicie jednym, ani całkowicie drugim, która może sprzyjać tworzeniu przestrzeni wolności (rzeczywistej lub wyobrażonej) i stopniowo całej kultury. Dla dorosłego, podobnie jak dla dziecka, zabawa jest zawsze zarówno społeczna, jak i oddzielona od tego, co społeczne, ponieważ wiąże się z ryzykiem, konfrontacją z niepewnością. Symulakrum i vertigo to procesy, które umożliwiają zarówno dorosłym, jak i dzieciom podjęcie jeszcze wyraźniejszego ryzyka społecznego, jakim jest wyjście z przypisanej im roli. Georges Herbert Mead (1934) twierdził, że życie społeczne może być w pełni przyjęte tylko w takim stopniu, w jakim jednostka akceptuje rolę związaną ze swoim statusem, nie stając się z nią całkowicie zdezorientowana. Jest to niewątpliwie klucz do tego pozornego paradoksu, który łączy i dzieli zarówno zabawę, jak i kulturę. To ostatnie jest wzbogacone o tendencje, które utrzymują pewien dystans między jednostką a jej społecznymi determinacjami, lub które zachęcają ludzi do podjęcia ryzyka życia zbiorowego, które nigdy nie jest całkowicie wolne od niepewności. W takim właśnie kontekście można umiejscowić wykorzystanie masek w rytuałach religijnych. Maską jest nie tylko po to, by się ukryć. Przeciwnie, to odpowiadający mu duch może się wyrazić, pokazać, poprzez osobę noszącą maskę. Maską staje się mediacją, tym razem nie między tym, co psychiczne, a tym, co społeczne, ale między tym, co tu i teraz, a tym, co poza. Pozwalają one grupie odnaleźć swoje bezpieczeństwo, mieć dowód, że bogowie czy duchy są z nimi w porządku. Jak wszystkie obiekty symboliczne, pozwala na powiązanie tego, co oddzielone. Zamiast negocjować oddzielenie, należy stworzyć nowe środki komunikacji między elementami (grupami, osobami itp.), które zostały oddzielone. Na tym polega paradoks maski: ukrywa i odkrywa. W tym aktywnym "pomiędzy" następuje wzbogacanie kulturowe i budowanie więzi społecznych poprzez wzajemne oddziaływanie znaczeń zbiorowych. W takie rytuały ingeruje element zabawy. Są one zazwyczaj produkowane dla mężczyzn. Kobiety mają nie uczestniczyć w znaczeniu, nie być w "tajemnicy". W rzeczywistości udają, grają w grę niewiedzy i zachowują się wobec dzieci tak, jakby nie znały tajemnic (magiczne moce, seksualność, itp.).

Crozier (1977) wykazał, że w każdej organizacji społecznej, a bez wątpienia w każdym społeczeństwie, istnieje *przestrzeń (lub strefa) niepewności i niezdecydowania w interakcji reguł i zakazów*. Przestrzeń ta pozwala aktorom społecznym na rozwijanie swojej wolności, na dokonywanie nowych wyborów. Termin "gra" oznacza tym razem nie tylko względny brak określenia roli aktorów, ale także niejasność funkcjonowania (tak jak może być "gra" w artykulacji

między elementami dowolnego systemu mechanicznego czy hydraulicznego). Hipotezę Croziera tłumaczono niekiedy w kategoriach strategii aktora. Jeśli jestem całkowicie przejrzysty, moje zachowanie jest przewidywalne w grze relacji władzy. Jeśli, przeciwnie, zachowuję pewną nieprzejrzystość, jeśli moje zachowanie nie jest całkowicie przewidywalne, zdobywam władzę nad tymi, których postawy lub decyzje znam z góry. Ta hipoteza o cynizmie ludzkich zachowań znajduje się na antypodach koncepcji rogeriańskiej, która odrzuca zarządzanie sytuacjami w kategoriach relacji władzy i ról. Nie negując tych związków, Rogers chce się inaczej usytuować.

Od "persony" do "persony"...

Termin "osoba" pochodzi od łacińskiego *persona*, *pochodzącego* z Etrusków i oznaczającego najpierw "maskę teatralną", a następnie "postać (teatralną)". Jeśli, jak Szekspir, (metaforycznie) zrównamy świat z teatrem, to pytanie brzmi, jak przyjmujemy nasze role i czy jako aktorzy się z nimi identyfikujemy. Innymi słowy, postawione są trzy mniej lub bardziej sprzeczne pytania:

- Jaki jest związek między rolami społecznymi (które odgrywam) a osobą (którą jestem)? Czy te pierwsze są odczuwane jako ograniczenia czy jako możliwości? Czy jestem wierny oczekiwaniom innych aktorów lub tych, którzy konstruują scenę?
- Czy potrafię autentycznie wyrazić siebie w moich praktykach roli? Czy życie społeczne, z jego teatralną stroną, nie jest sztuczne w stosunku do rzeczywistości psychicznej?
- Czy mam się dostosować, zintegrować, odgrywać oczekiwane role? A może mam spróbować być sobą? Czy obie te rzeczy są jednocześnie możliwe do pomyślenia?

Socjolog Gurvitch (1966) uważał, że towarzyskość implikuje połączenie świadomości indywidualnej (aktor) i zbiorowej (scena i tekst). W oparciu o stopień *zespolenia* jednostek w *My*, stopień *atrakcyjności* praktyk społecznych (motywacja aktorów, zainteresowanie odgrywanymi rolami) oraz intensywność *presji* wywieranej przez grupę, zdefiniował różnicę między *masą* (zespolenie +, presja +), *wspólnotą* (równowaga między zespoleniem a presją) i *komunią* (zespolenie +, atrakcyjność +, presja -). Widzimy zatem, że procesy społeczno-afektywne, efekty władzy i przymusu, działają w socjalizacji grupowej, podobnie jak w socjalizacji interpersonalnej (podwójnej lub wielokrotnej).

Jak być jednocześnie *socius* (członkiem społeczeństwa), *alter-ego* (w proksemicznej i identyfikującej relacji z innym) i *podmiotem*? Posługując się metaforą teatru, podmiot jest nie tylko (społecznym) *aktorem*, *ale* musi być także *autorem* (dzieł i produktów, które mają sens, dla siebie i dla innych) oraz *reżyserem* (zdolność do organizowania rzeczywistych i wyobrażonych przestrzeni, do zarządzania sieciami i interakcjami, do ułatwiania ekspresji i innowacji, dla siebie i dla innych). Ale oczywiście, rzeczywistość społeczna może

być wynikiem presji (ograniczeń) i braku atrakcyjności (niska motywacja w pracy lub w życiu prywatnym, itp.)

To prawda, że organizacje, struktury i instytucje społeczne są źródłem wielu bolączek. Są one ciężkie, powierzchowne, zimne, obłudne itd., podczas gdy my dążymy do autentyczności, głębi, wolności, ciepła komunikacyjnego. Jeśli jednak aktywnie poszukujemy tych wartości, społeczeństwo nie sprzeciwia się im, ponieważ nie istnieje "jedno" społeczeństwo, lecz wielość grup o wielorakich aspiracjach i nakazach. Aby się uwolnić, nadać sens mojemu życiu, znaleźć ciepło, będę szukał tych, którzy czują, myślą, żyją lub chcą żyć tak jak ja; będę definiował to, czemu się sprzeciwiam i wyciągał konsekwencje w moich działaniach i interakcjach. W ten sposób będę mógł zintegrować mój sposób asertywności i mój sposób zarządzania więziami społecznymi, socjalizowania się. W rzeczywistości potrzeba potwierdzenia własnej wartości może wiązać się z podejmowaniem ryzyka w wyborze ról i działań. "Współczesny człowiek żyje w silnym niepokoju egzystencjalnym, który w końcu doprowadza go do depresji lub popycha do realizacji swojego potencjału i zrobienia czegoś, bez względu na ryzyko. Chce sprawdzić coś poza sobą, zaspokoić swoje poszukiwanie radykalnego Innego, pozwalającego przekroczyć stan codzienności."³⁵

³⁵ Tap, P. (1988) s. 241

Rozdział 5

Pozytywność: zaufanie i poczucie wartości

Zaufanie jako podstawowe credo

Rogers był często krytykowany za swoje pojęcie zaufania, ponieważ może być ono wypracowane na podstawie indywidualnych i zbiorowych historii. Według niego bezwarunkowym zaufaniem byłaby relacja dziecka z matką, zaufanie organizacyjne, które poprzedza jakikolwiek kodeks, jakikolwiek kontrakt. Proponuje on jako cel odnalezienie tego typu funkcjonowania w tu i teraz relacji terapeutycznej. Wskazane jest więc omówienie tego pierwotnego zaufania matka-dziecko przed analizą znaczenia wprowadzenia tej bezwarunkowej pozytywności w terapii.

Na temat pierwotnego zaufania Rogers dołącza do niektórych psychoanalitików, takich jak Erikson i Winnicott.

Według Eriksona (1972), w pierwszym roku życia, dziecko doświadcza fizycznego i psychicznego dobrobytu lub złe samopoczucie poprzez pośrednictwo relacji z matką, zwłaszcza w regulacji potrzeb żywieniowych, zarządzania opieką i monitorowania kochających relacji. Mieć zaufanie do dziecka oznacza nauczyć się ufać w podobieństwo i ciągłość "zewnętrznych dostawców". Zaufanie do drugiej osoby ułatwi wiarę w siebie, zdolność do opierania się frustracjom i poczuciu opuszczenia. Dziecko zgodzi się wtedy na spuszczenie matki z oczu, bez okazywania nadmiernego niepokoju czy złości. I odwrotnie, poczucie złej woli wiązałoby się z nieuregulowanym cierpieniem fizycznym lub psychicznym, z niską jakością interakcji. Według Eriksona rozwiązanie konfliktu atomowego między zaufaniem a nieufnością jest pierwszym zadaniem jaźni. Pozwoli to na zbudowanie przez dziecko poczucia tożsamości (ciągłości "ja") i poczucia własnej wartości, które nie jest sprzeczne z tym, czego oczekują od niego inni.

Ale to pierwotne zaufanie do absolutów będzie stale podważane, ponieważ dziecko buduje swój własny obraz w interakcji z innymi, doświadcza wątpliwości, niepewności, a nawet nieufności wobec innych, których postrzega jako opornych, frustrujących i zakazujących. Rodzice muszą być w stanie przekazać dziecku głębokie, niemal somatyczne przekonanie, że to, co robią, ma znaczenie. Ostatecznie dzieci stają się neurotyczne nie z powodu frustracji, ale z powodu braku lub utraty społecznego znaczenia tych frustracji. Innymi słowy, relacja władzy (lub bezsilności) jest już obecna w zarządzaniu pierwszymi interakcjami społecznymi poprzez afirmację pragnień i ich ograniczanie.

Według Winnicotta "matka, która jest wystarczająco dobra, odpowiada na wszechmoc niemowlęcia i do pewnego stopnia nadaje jej wciąż na nowo znaczenie" (1965,122). "Wystarczająco dobra" matka wydaje się być podstawowym warunkiem dla pojawienia się i rozwoju pewności siebie u dziecka" (Tyar, 1998)³⁶. Wystarczająco dobra" matka, według Tyar, "byłaby (w rzeczywistości) matką, która frustruje dziecko deprivacją" (op.cit.112). "Dziecko tworzy Kred³⁷, który matka przedstawia dziecku" (op.cit.113). Kred opisuje niemowlęce doświadczenie omnipotencji związane z omnipotencją matki. Praca matki przekształca lęk w doświadczenie, w którym niemowlę może przewyciężyć siebie. "Wystarczająco dobra matka stanowi pierwszy etap zasady zaufania w znoszeniu rozróżnień wewnątrz i na zewnątrz, dobra i zła, inkorporacji i projekcji, wszechmocy i niedoli (...) stąd może być uporządkowane zaufanie, które pojawia się nie jako stan jaźni, ale jako dzieło przed-moickie, stan narzeczeństwa³⁸", (op.cit., 113).

Od zaufania pierwotnego do demistrustu: rewizja bezwarunkowej pozytywności

Zaufanie oznacza ustanowienie wartości, *wiarygodności* i *wiary*, w *siebie* i w *innych*. Nieufność wiąże się z wprowadzeniem problemu, napiętnowanej odmienności, negatywnego sądu wartościującego o ocenach innych. "Zasada zaufania interweniuje w kwestię obcości, ponieważ podważa figury dyskursu różnicy w cywilizowanej wspólnoty" (op.cit., 254) (por. niepokojąca obcość Freuda, zmowa tego, co identyczne i tego, co inne...).

W terapii rogeriańskiej istnieje zatem niebezpieczeństwo pomylenia bezwarunkowej pozytywności wobec konsultanta z poczuciem matczynej wszechmocy, którego może doświadczać terapeuta, oraz z towarzyszącym mu aspektem fuzji. Wynika to z faktu, że zaufanie można zdefiniować jako "poleganie z ufnością na *uczciwości* innej osoby" (Webster). Integralność (zarówno psychologiczna jak i moralna) implikuje "całość", brak wad, harmonię, itp. (Webster). Pewność siebie u dziecka oznaczałaby więc iluzoryczne postrzeganie wszechmocy matki przez samą jej integralność. Ale człowiek, przez całe swoje życie, będzie doświadczał porażek zaufania, wątpliwości co do postępowania innych. Konieczne jest zatem rozróżnienie między zaufaniem jako kwestią pragmatyczną (zaufanie przeżywane z dnia na dzień) a zaufaniem jako wartością etyczną? Jak pięknie ujął to Tyar (op. cit.), nie chodzi tu o dążenie do odzyskania pierwotnego zaufania, ale o kultywowanie zdolności do *nieufności*,

³⁶ Brytyjska forma "good enough mother" tłumaczona jest jako "wystarczająco dobra matka", termin "enough" przywołuje brak, natomiast termin "enough", będący dosłownym tłumaczeniem "wystarczającej ilości", przywołuje nadmiar.

³⁷ Kred = pierwotna wiara, *credo* zaufania (termin ten byłby bardzo starym korzeniem wszystkich słów związanych z wiarą, *credere po łacinie, itp.*).

³⁸ Narzeczoną" jest więc odpowiednikiem *pierwotnego przymierza* (to znaczenie występuje w "zaręczynach" i jako sufiks w zaufaniu, nieufności itp.)

zarówno w stosunku do siebie, jak i do innych. "Jeśli praca demistrustu czyni podmiot optymistą, to nie ze względu na diagnozę rzeczywistości zewnętrznej, lecz ze względu na *subiektywne stanowisko, jakie istota jest skłonna zająć*" (op.cit. 253). Tutaj ponownie, ale po pewnym czasie, dowiadujemy się, że bezwarunkowa pozytywność wobec innych nie jest infantylną fuzją emocjonalną, ale przeciwnie, decyzją etyczną w służbie praktyki spotkania.

Zaufanie jako umowa społeczno-moralna: trudny powrót do "fides".

Wspólne pochodzenie łacińskich słów *fides* (wiara) i *foedus* (pakt, umowa, przymierze) ³⁹sugeruje ideę zaufania. "Wiara jest trwałym zobowiązaniem do zaufania w różnych formach, takich jak: słowo dane, obietnica, wyznanie siebie, przysięga, umowa, traktat, pakt, różne konwencje. Wymaga to "zaufania" i "wzbudzania zaufania". Prawniczy i religijny charakter łacińskiego "*fides*" opiera się na fakcie, że zaufanie nie jest naturalne; że zgoda musi być zarządzana, a nie "zaprzysiężona". Lojalność stwarza oczywiście poważne problemy socjologiczne i prawne. Jest to często jeden z fundamentów spójności grupy i możliwości współpracy między jej członkami. Kiedy człowiek przeżywa trudności, można powiedzieć, że jego wiara w funkcjonowanie społeczne jest raczej "schłodzona", podobnie jak poczucie bycia kochanym i uznawanym przez bliskie mu osoby. Wycofanie społeczne i trudności w przyjmowaniu pomocy od innych są zatem związane z problemami z personalizacją. Aby ułatwić integrację społeczną, podmiot musi odzyskać minimum zaufania do funkcjonowania społecznego, nawet jeśli instytucje, poprzez biurokrację lub odmowę ludzi, nie są gotowe do zmiany zasad przyjmowania, aby uczynić je bardziej ludzkimi.

³⁹ Według Dumezila (1958), pochodzą one od tego samego indoeuropejskiego korzenia, *beidh-*, który dał również greckie *pistis*.

Rozdział 6

Niedyrektywność, permissywność czy demokratyczna interakcja?

Laissez-faire czy permissywizm?

Powstaje teraz pytanie, czy praktyka niedyrektywności implikuje leseferyzm w koncepcji rogeriańskiej skoncentrowanej na osobie? Rzeczywiście, porównanie między permissywizmem a leseferyzmem jest konieczne.

Praktyka niedyrektywności w istocie sugeruje tę implikację, ponieważ wydaje się być powiązana z leseferyzmem poprzez postawę słuchania i milczenia terapeuty wobec klienta. Mylenie tej metody z leseferyzmem jest podtrzymywane przez tych, którzy krytykują koncepcję rogeriańską, ponieważ może być ona rozumiana jako strategia lub styl edukacyjny. Aby pokazać, że rzeczywiście istnieje rozróżnienie między leseferyzmem a permissywizmem, weźmy przykład rodzicielskich strategii wychowawczych. Rogers skrytykował autorytarną strategię wychowawczą na rzecz strategii permissywnej, która sugeruje rodzicielską tolerancję, swobodę i inicjatywę ze strony dziecka.

O permissywności mówi się często w kategoriach tolerancyjnej postawy rodzicielskiej wobec dziecka. Opiera się ona na idei zachęcania do dużej swobody w działaniu drugiego człowieka i wyboru wartości dla rozwoju dziecka. Freud podkreślał znaczenie odpowiadania na instynktowne potrzeby dziecka, co utorowało drogę do mniej dyrektywnego, mniej autorytarnego wychowania. Dreikurs, uczeń Adlera, opowiadał się za otwartą edukacją, która łączyła w sobie wolność i odpowiedzialność w systemie nauczania. Przywołał ideę stymulacji, zachęcania dziecka do dokonywania dobrowolnych wyborów. Podkreślał jednak konieczność unikania pobłażliwości i określania ograniczeń, aby nadać strukturze społecznej poczucie bezpieczeństwa i funkcjonalności. W rzeczywistości chodzi o to, by dziecko samo stłumiło w sobie swobody, z których jest skłonne korzystać, aby w sposób naturalny zaangażować swoją odpowiedzialność w porządek społeczny.

Albert Pessó, z drugiej strony, badał emocjonalny wpływ na dziecko zachowań permissywnych i restrykcyjnych i zaproponował, aby rodzice interweniowali, gdy dziecko zachowuje się w sposób, który jest destrukcyjny dla niego i dla innych. Ze swej strony Ginott podkreśla znaczenie restrykcji jako gwarancji unikania niepewnego ryzyka, kładąc nacisk na zawarte w niej ukryte przesłanie: unikaj lęku przed impulsami.

Z drugiej strony, nadmierna pobłażliwość (*laissez-faire*) jest ogólnie nieakceptowana.

Aby wyjaśnić tę kwestię, badania (Lewin, 1939; Schaefer, 1959; Malrieu i in., 1969; Baumrind (1971); Vandenplas-Holper, 1979; Lautrey, 1980; Maccoby i Martin, 1983) odnoszące się do pojęcia rodzicielskich strategii wychowawczych

umożliwiły zdefiniowanie typologii, które najczęściej opierają się na binarnej artykulacji pomiędzy bezpieczeństwem emocjonalnym (S+ = bezpieczeństwo/ S- = niepewność) a autorytetem (C+ = kontrola/ C- = pobłażliwość), co prowadzi do istnienia czterech strategii.

Baumrind (1971) również stworzył typologię poprzez skrzyżowanie kontroli rodzicielskiej i wsparcia. Przeciwstawia style wychowawcze: stymulujący lub "autorytatywny" (wysoka kontrola i wsparcie), permissywny (permissywny jest mniej lub bardziej mylony z leseferyzmem, luźna kontrola i wysokie wsparcie) i autorytarny (wysoka kontrola i niskie wsparcie). Permissywność w tym przypadku oznaczałaby niską kontrolę. Autorytaryzm oznaczałby silną kontrolę. Chodzi tu o *permissywizm kontrolowany*, czyli postawę autorytetu odwołującą się do minimum ograniczeń połączoną z bezwzględną koniecznością respektowania pewnych granic ustalonych przez rodziców. Dochodzi do wniosku, że silna lub słaba kontrola skazuje dziecko na uzależnienie.

Zgodnie z typologią Maccoby'ego i Martina (1983), wydaje się, że *laisser faire* jest mylone z rodzicielskim niezaangażowaniem, a nie permissywizmem. Według tych autorów, styl permissywny wykazuje małą kontrolę (C-) i większe bezpieczeństwo (S+), w sensie ukrytej obecności ciepła.

Tak więc, nie myląc permissywizmu z leseferyzmem, możemy przywołać myśl, że pojęcie niedyrektywności w pedagogice Rogersa może być zastąpione pojęciem "kontrolowanego permissywizmu", który zakłada demokratyczne funkcjonowanie. To skojarzenie odpowiadałoby stymulującej praktyce edukacyjnej Malrieu et al. (1969) i Baumrind (1971), ponieważ Rogers podkreśla znaczenie pewnego słuchania, zrozumienia i akceptacji podmiotu w sytuacji edukacyjnej lub terapeutycznej, aby umożliwić mu radzenie sobie z jego problemami i przyjęcie odpowiednich zachowań.

Czy ciepło i niewiążąca kontrola definiują strategię demokratyczną?

Relacja pedagogiczna powinna być postrzegana jako relacja demokratyczna, która zakłada proces zaangażowania ze strony współdziałających stron, ale także procesy *otwartości i serdeczności* w wymianie ze światem zewnętrznym. Odniesienie do typologii wychowawczych rodzin opartych na bezpieczeństwie i władzy pokazuje nam, że te dwie cechy są niezbędne do zapewnienia wewnętrznego funkcjonowania rodzin. Jednak według Kellerhalsa i Montandona (1991), nie są one wystarczające do zapewnienia spójności rodziny. Istotnie, podkreślają one znaczenie relacji nawiązywanych przez rodziny ze światem zewnętrznym dla rozwoju jednostki. W tym sensie zdefiniowali oni cztery style spójności grupy rodzinnej w oparciu o *wewnętrzną autonomię (lub fuzję)* członków oraz *otwarcie (lub zamknięcie)* rodziny na świat zewnętrzny. W relacji terapeutycznej również działają te dwie cechy: bezpieczeństwo, jako podstawa zaufania, oraz władza, jako ramy i granice, które należy wyznaczyć, aby zapewnić wewnętrzne funkcjonowanie relacji. Pojawia się jednak kwestia interaktywności ze światem zewnętrznym.

W orientacji rogeriańskiej pojawia się pytanie o charakter zaangażowania stron interakcji: czy jest ono egalitarne? Czy w tej dwukierunkowej relacji możemy mówić o stosunkach demokratycznych?

W niedyrektywnej psychoterapii Rogersa terapeuta po prostu pomaga podmiotowi wyrazić siebie poprzez proste przeformułowanie pewnych wniosków lub wrażeń, które pacjent komunikuje terapeutce. W ten sposób "podmiot uzyskuje swobodny dostęp do swoich przeżyć, szczególnie do aktualnych doświadczeń, które wynikają z relacji terapeutycznej". Tutaj terapeuta opiera swoją demokratyczną strategię w relacji na potrzebie angażowania osoby w samopoznanie i pomagania jej w stawaniu się sobą poprzez samoświadomość. Świadomość ta wynika z przeszłych doświadczeń oraz z większej otwartości na doświadczenie, dzięki temu, że osoba doświadcza poprzez związek bardziej zróżnicowanego zakresu emocji, o większej intensywności. Ten bliski kontakt z własnymi emocjami może prowadzić podmiot do większego zaufania do samego siebie, do swojego ciała, a także pomóc mu ukierunkować swoje zachowanie i dokonywać wyborów. Spójność relacyjna opiera się tu na swobodzie ekspresji oraz na braku wzajemnego wpływu między podmiotem a terapeutą, jak to może mieć miejsce w relacji wychowawczej między rodzicami a dziećmi (Maccoby & Martin, 1983). Terapeuta przekazuje ciepło nietopliwe, nie zlewa się z drugą osobą, ale w sposób niewiążący, kontroluje same ramy relacji, zachęcając samą swoją obecnością podmiot do przywoływania swoich doświadczeń.

Otwartość, serdeczność, zrzeczanie się i zaangażowanie

Dynamika interakcji interpersonalnych, w orientacji rogeriańskiej, opiera się na zasadzie wolności każdej osoby i egalitarnych relacji między dwoma partnerami zaangażowanymi w związek. Koncepcja ta może być zastosowana do relacji dyadycznych lub grupowych. Trudno jednak zastosować ją do stosunków instytucjonalnych.

Każda interakcja dyadyczna, skoncentrowana na komunikacji i otwartości na drugiego, opiera się na procesach zaangażowania i upodmiotowienia w relacji, od jednego podmiotu do drugiego. Władza jest obecna w każdym związku, nie wyraża się tylko w kategoriach kontroli, ale może być bardziej lub mniej fuzjonalna (władza afektywna).

Zaangażowanie, jako zachowanie lub akt decyzji, wnosi w grę samą istotę tego, kto jest zaangażowany w bieg świata i jest władzą samego siebie nad sobą, która nie wydaje się być związana z żadną konkretną determinacją i przekracza wszelkie ograniczenia. Zachowanie zaangażowania to rodzaj postawy mającej na celu aktywne przejście sytuacji, stanu rzeczy, przedsięwzięcia lub trwającego działania. Odnosi się do stylu istnienia, sposobu sytuowania się wobec zdarzeń, wobec innych, wobec siebie samego, poprzez działania. Konkretna forma zobowiązania pozwala dwóm istotom usytuować się w stosunku do siebie.

Zaangażowanie intersubiektywne okazuje się najbardziej decydującą formą zaangażowania: o tyle, o ile dotyczy ono stanu życia. Ten typ zobowiązania łączy

w sobie dwa szczególnie istotne podejścia: obietnicę (odnoszącą się do statusu istnienia) i uruchomienie całości istnienia. Zobowiązania edukacyjne i terapeutyczne wydają się być w stanie funkcjonować w pełni swoich możliwości tylko wtedy, gdy "wycisza się" je pod presją konkurencji i nacisków instytucjonalnych, by je wstrzymać. Z drugiej strony, trudno nie brać pod uwagę trudności, jakich ludzie doświadczają w tych grupach i instytucjach oraz cierpienia, jakie te trudności powodują.

Rozdział 7

Radzenie sobie i zarządzanie cierpieniem: stres, radzenie sobie i odporność

Radzenie sobie z cierpieniem opiera się na udanym przystosowaniu się do sytuacji postrzeganych jako destabilizujące dla podmiotu, ale także na koniecznym uznaniu siebie za osobę. Czy wszystkie cierpienia nie uczestniczą ostatecznie w pierwotnym i wspólnym cierpieniu: w prostym cierpieniu istnienia jako osoby? Cierpiący byt i istota cierpiąca (lub inaczej mówiąc czekająca na coś, osoba starsza zmagająca się np. z samotnością i izolacją), żyje źle z tego, że nie jest uważana przez innych za osobę, w całości, i z tego, że jest "niedostosowana" wobec nowych sytuacji, które się przed nią stawiają.

W tym przypadku rozwój osoby opiera się na dynamice relacji interpersonalnych w stosunku do dynamiki zbiorowej lub instytucjonalnej, poprzez które wprowadzane są strategie personalizacji i radzenia sobie z cierpieniem.

Lęk, niepokój i stres jako zaburzenia adaptacyjne

W naukach społecznych i humanistycznych *adaptacja* oznacza utrzymanie równowagi lub nawet powrót do poprzedniego stanu bez względu na zmiany w środowisku. Według Nuttina (1967) termin adaptacja odpowiada funkcjonalnemu dostosowaniu między dwoma biegunami procesu życiowego: organizmem i środowiskiem. Adaptacja odnosi się do wszystkich form interakcji, które zapewniają funkcjonowanie organizmu lub osobowości i środowiska. "Jednostka jest przystosowana do swojego środowiska tylko o tyle, o ile udaje jej się skonstruować to środowisko zgodnie z własnymi wyobrażeniami na jego temat" (op.cit., s.127). Poprzez przekształcanie sytuacji zgodnie z własnymi koncepcjami, jednostka stara się realizować siebie w świecie. Adaptacja byłaby więc "strategią realizowaną przez podmiot w celu osiągnięcia "własnych struktur w granicach wymagań środowiska i plastyczności organizmu"" (op.cit., s.136). Piaget (1954), ze swej strony, uważa inteligencję za formę adaptacji, jako że jest ona rozszerzeniem biologicznych mechanizmów adaptacyjnych. Wynika ona z dynamicznej równowagi między dwoma procesami: asymilacji i akomodacji, które pozwalają podmiotowi coraz lepiej organizować się i różnicować swoje zachowanie. Gdy napływ danych przekracza możliwości systemu asymilacji, brak równowagi kończy się dopiero po zaspokojeniu potrzeb.

W tym przypadku niedostosowanie może być siłą napędową dla witalnego rozpadu. Prowokuje poczucie rozbieżności między sobą a innymi, między naszą wewnętrzną percepcją, naszą koncepcją życia a obrazem, jaki inni wysyłają nam o nas samych, obrazem, jaki świat wysyła nam o swojej złożoności. Ta luka

funkcjonuje jako źródło inspiracji, ciekawości, badań i twórczości. Jednak w pewnych obszarach swojej egzystencji jednostka jest nadal nieodpowiednia.

Życie badanego może być naznaczone wydarzeniami (choroba, żałoba, porażka...), które podważają jego społeczną i biologiczną równowagę psychologiczną. Według Rivoliera (1989), podmiot ustanawia wtedy natychmiastowe i punktowe strategie radzenia sobie, niezbędne do utrzymania lub przywrócenia skonstruowanej równowagi.

W ten sposób osoba cierpiąca dostrzega w danym momencie przepaść między nią a innymi, przepaść w stosunku do jej osobistego sposobu funkcjonowania, który nie wydaje się już być dostosowany do realiów życia codziennego. Będą musieli przezwyciężyć udrękę i niepokój, których doświadczają, a także poradzić sobie ze stresem związanym z sytuacjami, których doświadczyli. Lęk, niepokój i stres są postrzegane jako problemy adaptacyjne.

Lęk odnosi się do bolesnego stanu emocjonalnego doświadczanego w sytuacji traumatycznej lub związanego z oczekiwaniem niebezpieczeństwa związanego z nieokreślonym obiektem (Mazet i Houzel, 1975). Jest to emocja będąca reakcją na symboliczne, egzystencjalne lub efemeryczne zagrożenie (Lazarus, 1991, cytowany przez Sordes-Ader, 1996, s. 76). Zaniepokojona istota doświadcza rozbieżności między pytaniami, które zadaje na temat swojego pochodzenia i przeznaczenia w świecie, a odpowiedziami, których ten świat może jej udzielić. Czuje się odizolowany w sobie, wobec trudności w istnieniu w świecie. Podmiot byłby wówczas twórcą znaczenia lub znajdowałby się w obrębie znaczenia, które zawsze musi podejmować na nowo, nie mogąc nigdy uchwycić go w całości, ale pozostając na nie uważnym.

Lęk odnosi się również do stanu emocjonalnego o negatywnym zabarwieniu. Składa się z trzech podstawowych elementów: percepcji zbliżającego się niebezpieczeństwa; postawy oczekiwania w obliczu tego niebezpieczeństwa; poczucia dezorganizacji związanego ze świadomością całkowitej bezsilności wobec tego niebezpieczeństwa (Pichot, 1987). Lęk⁴⁰ jest definiowany jako strach bez obiektu, czy pierwotne lub wtórne, izolowane lub związane z ucieczką (fobia) lub walki (obsesje) urządzeń. Normalny lęk ma funkcję adaptacyjną, ponieważ jest emocjonalną reakcją na zatrzymanie się i przebudzenie w nietypowej sytuacji. Lęk patologiczny spowodowany jest zbyt dużą liczbą sytuacji anksjogennych (czynniki zewnętrzne o charakterze psychologicznym i społecznym) lub zbyt dużym ułatwieniem reakcji (czynniki wewnętrzne o charakterze neurobiologicznym). Należy również wziąć pod uwagę tolerancję na doświadczenia lękowe.

Lęk różni się od niepokoju w tym, że jest znacznie bardziej doświadczane somatycznie, ze wszystkimi jego towarzyszącymi zaburzeniami organicznymi, objawy

⁴⁰ Lęk psychiczny jest zwykle odróżniany od lęku fizycznego ("guzek" w gardle, kołatanie serca, przyspieszony oddech, częste oddawanie moczu, biegunka, bladość, połykanie nogami).

zweżenia i ucisku. Lęk jest bardziej myślowy; jest to długotrwałe napięcie związane z zaburzeniem psychicznym odzwierciedlającym nieokreślone poczucie niepewności. Psychologiczne oczekiwanie, obawa przed szczęśliwym lub nieszczęśliwym wydarzeniem, przed trudną lub niebezpieczną sytuacją, wywołuje bolesny ból psychiczny (Sordes - Ader, 1996).

Jeśli chodzi o stan *stresu*, to wydaje się on również odzwierciedlać zespół zaburzeń biologicznych i psychicznych, przejściowych lub trwałych, spowodowanych przez wszelkiego rodzaju agresję na organizm i jego reakcje.

W języku angielskim termin ten oznacza: przymus, nacisk, siłę przyłożoną do obiektu, napięcie. "W języku współczesnej psychologii termin ten odnosi się zarówno do sytuacji o różnym natężeniu stresu, jak i do fizjologicznych i psychologicznych reakcji człowieka w tych sytuacjach" (Van Rillaer, 1992, 66).

Selye, kanadyjski badacz, przygląda się osobom z różnymi chorobami: wszystkie one prezentują wspólną reakcję obronną na różne ataki. Następnie bada efekty działania różnych agresorów. W ten sposób, w 1936 roku, zdefiniował to, co nazwał "Ogólnym Syndromem Adaptacji". Termin stres pojawił się dopiero w 1946 roku i odnosi się do fizjologicznej odpowiedzi organizmu na różne szkodliwe czynniki zewnętrzne. Później podjął te pojęcia ponownie i zdefiniował "biologiczny" stres jako interakcję między przeciwstawnymi siłami i oporem.

Po dalszej pracy nad "dobrym" i "złym" stresem, Selye, w 1956 roku, ponownie zdefiniował stres jako niespecyficzną odpowiedź organizmu na wszelkie wymagania środowiskowe umieszczone na nim. Napięcia pochodzą z zewnątrz podmiotu: są to wywołujące stres bodźce środowiskowe, stresory. Te ostatnie obejmują "wiele czynników mogących powodować zakłócenia, brak równowagi prowadzący do indywidualnego napięcia, naruszający równowagę organizmu" (Cazals, 1995, s.39). Źródła stresu mogą być związane ze środowiskiem materialnym, tempem życia, kontekstem rodzinnym, pracą zawodową. Przejawy stresu są w tym względzie związane z wymaganiami adaptacyjnymi. Reakcja podmiotu na bodźce środowiskowe nie jest natychmiastowa. Informacje muszą być przetwarzane, oceniane, w odniesieniu do przeszłych doświadczeń, dostępnych zasobów, stanu obecnego i przewidywania przyszłości. Adaptacja podmiotu polega na stosowaniu systemu adekwatnych reakcji na wymagania sytuacji odczuwanej jako niepokojąca, co następnie prowadzi go do obniżenia stanu lęku lub utrzymania akceptowalnego poziomu tolerancji.

Obrona, adaptacja i przewyciężanie

W każdej sytuacji, czy to szczęśliwej czy nieszczęśliwej, relacje z innymi okazują się być czynnikiem decydującym o rozwoju osobistym jednostki i jej przystosowaniu się do sytuacji. Podmiot jest prowadzony do wykazania udanej adaptacji w celu pokonania przeszkód i przewyciężenia sytuacji odczuwanej jako stresująca. Wdraża strategie tożsamościowe i specyficzne mechanizmy obronne, aby reagować na wewnętrzne i zewnętrzne naciski, które są źródłem stresu. Próbuje przystosować się do wewnętrznych nacisków, podmiot

mobilizuje nieświadome *mechanizmy obronne*, których zadaniem jest kanalizowanie i zarządzanie doświadczanym stresem. Uwzględniając dane o rzeczywistości i uruchamiając procesy transformacji (asymilacji/akomodacji), podmiot dostosowuje się do sytuacji, redukując lub eliminując wszystko to, co wywołuje lęk. W sposób konstruktywny podmiot ma tendencję do koncentrowania się na rozwiązaniu problemu doświadczanego jako stresujący, w celu jego przezwyciężenia. W trybie bardziej defensywnym stosuje procesy sublimacji, które są wyrazem nadmiernie zaadaptowanej obrony, pozwalającej na uruchomienie procesów społecznie akceptowanych.

W wielu badaniach proponowano modele reakcji i strategii adolescentów w sytuacjach trudnych (nadużycie, niepełnosprawność, choroba itp.): albo osoba badana stosuje strategie reagowania w obliczu stresu (Lazarus, 1966; Lazarus i Folkman, 1980), albo przyjmuje zachowania ochronne i prężne (Rutter i Garmesy, 1983; Garmesy, 1996) poprzez wdrażanie psychologicznych mechanizmów obronnych. W ten sposób powstaje proces reagowania na ryzyko poprzez ochronę.

Radzenie sobie i odporność

Teoria radzenia sobie opiera się (Lazarus, 1966) na hipotezie transakcji, która zachodzi między podmiotem a otoczeniem w kontekście sytuacji, w której występują zdarzenia generujące stres u podmiotu. Osoba badana będzie musiała reagować zarówno na czynniki stresogenne, jak i radzić sobie z własnym stresem. Radzenie sobie jest czynnikiem stabilizującym, pozwalającym podmiotowi na utrzymanie psychospołecznego przystosowania w okresach stresu. Podmiot nieustannie modyfikuje swoje otoczenie, aby znaleźć warunki zgodne z jego pragnieniami i możliwościami. Pomyślne przystosowanie się do sytuacji zależy, po części, od zdolności jednostek do porzucenia swoich zwykłych strategii radzenia sobie, które stały się nieskuteczne lub nieistotne, oraz od ich zdolności do rozwijania nowych strategii radzenia sobie (Mages i Mendelsohn, 1979).

Reakcja "radzenia sobie" będzie również zależała od wcześniejszych doświadczeń podmiotu, uczenia się, umiejętności, zapamiętywania porażek i sukcesów, samooceny i reakcji na popyt (Rivolier, 1989, 93). Kompetencje oznaczają, że podmiot jest zdolny do adaptacji, zdobycia umiejętności i elastyczności w rozwijaniu nowych strategii wymagających kreatywności i szybkości w wykonywaniu czynności umysłowych oraz zachowań motorycznych i społecznych.

Rzeczywiście, według Lazarusa, "faire-face może być postrzegany jako forma rozwiązywania problemów, w której stawką jest dobre samopoczucie osoby ... i odnosi się w szczególności do relacji z sytuacją popytu, która jest doświadczana jako producent stresu" (w Rivolier, 1989, 93). "Subiektywna ocena sytuacji (znaczenie, jakie podmiot nadaje sytuacji) określi, dlaczego i w jakim stopniu relacja, jaką dana osoba nawiązała ze środowiskiem, stała się stresująca" (Esparbès-Pistre, Sordes-Ader i Tap, 1996, s. 265). Autorzy ci wyróżnili

następujące strategie adaptacyjne: kontrola, wsparcie społeczne, wycofanie, odmowa. Radzenie sobie jest nie tylko procesem adaptacyjnym, ale także strategią personalizacji.

Teoria *odporności* (Rutter & Garmesy, 1983) została opracowana, by zrozumieć, jak podmiot radzi sobie w sytuacjach uważanych za bardzo brutalne, trudne i/lub konfliktowe: konflikty rodzinne (Shaw & Vondra, 1993; Legrand-Séville, 1997), wojna (Baddoura, 1998), porzucenie (Fonagy & al. 1991), życie w obozach koncentracyjnych (Moskovitz, 1983), sytuacje długotrwałych, chronicznych przeciwności (choroba, niepełnosprawność, itp.). Teoria ta "opiera się na psychobiologicznym aspekcie jednostki, na jej wytrzymałości, zdolności do przetrwania "w każdych okolicznościach", jej *wytrzymałości* implikującej zdolność do zaangażowania, podejmowania wyzwań i kontroli (Kobasa i in., 1982) w sytuacjach ryzykownych, ale także "kompetencji" do znoszenia cierpienia, niezależnie od tego, czy jest ono obserwowane przez innych, czy nie" (Tap i Vinay, 1999). Zachowania związane z odpornością zostały zdefiniowane jako "pozytywne zachowania adaptacyjne" (Garmesy, 1996). Osoba badana najlepiej wykorzystuje sposoby ochrony doświadczane już od dzieciństwa, aby bronić się przed zagrożeniami i kontynuować funkcjonowanie pomimo stresorów. Odporność rozwija się i uczy w każdym wieku (Rutter & Madge, 1976).

Odporność obejmuje wiele mechanizmów radzenia sobie z problemami, częściowo związanych z "odpornością" społeczeństwa, a częściowo z "odpornością" jego obywateli.

W przeciwieństwie do radzenia sobie, które jest związane z konkretnymi wydarzeniami (codziennymi zmartwieniami lub ważnymi wydarzeniami), radzenie sobie nie jest związane z "podłożem genetycznym" dziecka (Rutter, 1998) i odnosi się do długotrwałych i powtarzających się sytuacji. Kiedy sytuacja stwarza ryzyko, mechanizmy resilience są uruchamiane poprzez przejęcie inicjatywy, co pozwala jednostce na poczucie skuteczności i kontroli nad własnym życiem w obliczu rozwoju wydarzeń. Inicjatywa odnosi się jednak do podejmowania ryzyka, które jest uważane za pozytywne, jeśli celem jest osiągnięcie sukcesu. Ten sposób funkcjonowania może być niszczący, szczególnie w okresie dojrzewania, kiedy podmiot nie zawsze mierzy pełną amplitudę i konsekwencje swoich działań.

Aby wejść w interakcję z otoczeniem, podmiot wykorzystuje niezbędne media, którymi dysponuje: mianowicie zdolność do znoszenia, opierania się, bycia odpornym, podejmowania niezbędnego wysiłku i doświadczania cierpienia. W ramach odporności jednostka rozwija mechanizmy ochronne, które zmniejszają wpływ ryzyka poprzez oddziaływanie na samo ryzyko lub poprzez modyfikację faktu bycia narażonym lub narażenia na ryzyko. Ochrona polega na tym, jak człowiek radzi sobie ze zmianami (Rutter, 1990).

Radzenie sobie umożliwia więc pracę nad stresem i bezpośrednimi stresorami oraz prowadzenie zarówno emocjonalnego, jak i funkcjonalnego, ale niezbyt trwałego, radzenia sobie w obecnej sytuacji. Odporność natomiast wpływa na

sposób reagowania na bardzo duży, stały i długotrwały stres. Pozwala podmiotowi pracować nad własnymi ograniczeniami w obliczu sytuacji stresowych.

Rozdział 8

Personalizacja, socjalizacja i tymczasowość

Od osobowości do osoby

W psychologii osobowość jest przywoływana w kategoriach zorganizowanych i ustrukturalizowanych systemów złożonych ze stabilnych i zindywidualizowanych elementów.

Tak więc, pomimo różnorodności sytuacji, jednostki posiadałyby specyficzne cechy, które wymagałyby pewnej spójności między nimi, aby zapewnić stabilność postępowania.

Osobowość można de facto przywołać jako system ustanowiony, który miałby swoje zasady, swoje regulacje, implikujące pojęcie rutyny, "habitusu". Odpowiadałaby ona sposobom bycia i zachowania. Jest to "funkcja koordynacji i hierarchizacji zachowań zgodnie z wymogami działania oraz stosunków interpersonalnych i społecznych" (Tap, 1979, s.10).

Nie jest ona jednak wrodzona i kształtuje się przez całe życie jednostki na podstawie jej relacji z innymi (Nuttin, 1965) oraz zewnętrznych i wewnętrznych nacisków na podmiot, które w każdej chwili mogą zakwestionować jego sposób postępowania.

Tak więc to właśnie w tych mniej lub bardziej trudnych sytuacjach, zwłaszcza w okresie dojrzewania, który jest uprzywilejowaną fazą wstrząsów, podmiot będzie musiał zaskoczyć siebie lub innych, podejmując decyzje, które nie są dla niego zwyczajne.

Przejście od tej wyalienowanej struktury do bardziej autonomicznej struktury osobowości jest wynikiem procesu personalizacji (Tap, 1988).

Według Malrieu, personalizacja polega na tworzeniu dzieł. Dzięki temu człowiek może zarówno bronić się, jak i przewycięzać warunki, które go alienują (1978, 1979). "To właśnie w akcie bronięcia się, aby nie stracić siebie, człowiek osiąga to, co może wydawać się szczytem ludzkiego spełnienia" (Malrieu, 2003, 14).

Personalizacja oznacza zatem kwestionowanie ustalonych stylów i rozbudzanie napięcia związanego z samorealizacją poprzez wspólną artykulację zadań strategicznych. Aby się rozwijać, adaptować, dostosowywać, orientować, bronić, uwzględniając swoje kotwice tożsamościowe, swoje korzenie, podmiot wprowadza zestaw strategii, z których każda wyłania się i rozwija w ścisłej relacji z innymi.

Nawiązując do prac Tap (1988) oraz Esparbès, Sordes-Ader i Tap (1996), indywidualne lub zbiorowe strategie najbardziej ilustrujące ten proces personalizacji są cztery:

- *Strategie tożsamościowe mają* za zadanie utrzymanie ciągłości "ja" w czasie i starają się wzmocnić poczucie własnej wartości i dobrobytu podmiotu poprzez

legitymizację jego działań i zakotwiczenie go w czasie osobistym, rodzinnym lub kulturowym. Zgodnie z procesem **identyfikacji** leżącym u podstaw tych strategii, podmiot będzie budował swoją tożsamość, integrując zmianę z ciągłością.

Tożsamość to "proces, dzięki któremu podmiot (lub grupa) stara się radzić sobie z paradoksem pomiędzy ciągłością swojego istnienia (tożsamość) a obserwacją lub potrzebą autotransformacji, zgodnie ze znaczeniem nadawanym sytuacjom, zachowaniom społecznym, projektom i procesom adaptacyjnym (zarządzanie stresem)" (Tap, 1999). Pozwala ona podmiotowi na ciągle "uspokajanie" siebie, na to, by zmieniający się obraz siebie, niestabilna pozycja społeczna, zmienne projekty i reakcje adaptacyjne wydawały się, a właściwie stawały się niezmiennie. "Tożsamość implikuje realizację strategii tożsamościowych, dzięki którym osoba konstruuje siebie w działaniu (w relacji satysfakcja/niezadowolone, poczucie osobistej wartości artykułujące bycie i stawanie się) poprzez wielorakie obrony i przypomnienia" (op.cit.).

- *Strategie integracji społecznej, pozycjonowania i zobowiązań społecznych* opierają się na wielu praktykach i potrzebach społecznych. Należą do nich style przywiązania, sposoby przejmowania statusu społecznego, ról i charakterów, czyli socjalizacja związana z inicjacją, wprowadzeniem i integracją. Strategie te kierowane są przez sposoby oddziaływania czynników kulturowych i społecznych, przez identyfikację z rolami i modelami społecznymi, przez przyjmowanie postaw zgodnych z oczekiwaniami osób uprzywilejowanych i znaczących wobec podmiotu. Ich celem jest rozwój jaźni poprzez interakcję pomiędzy organizmem a bodźcami-zdarzeniami (głównie ludźmi).

- *Przewidywanie, prognozowanie i strategie projektowe* oznaczają określenie celu, który ma być osiągnięty, w zależności od przeszkód i zasobów wewnętrznych lub zewnętrznych. Podejście projektowe ma miejsce w złożonych środowiskach, w odpowiedzi na problematyczną sytuację, na konflikt, który należy przewyciężyć i na potrzebę podjęcia decyzji. Projekt ma na celu poradzenie sobie z nieokreślonością tej sytuacji. Wyłoni się ona z dokładnej analizy sytuacji, której celem jest zebranie informacji oraz zidentyfikowanie istniejących możliwości i ograniczeń (Oubrayrie 1992). Strategie projektu powinny być rozumiane jako odpowiedź na konkretną sytuację, na którą składają się ograniczenia, możliwości i dostępność. "Strategia (projektu) ma na celu przekształcenie sytuacji wyjściowej w kierunku pożądanego celu. Aby to zrobić, musi wziąć pod uwagę postrzegane przeszkody, koszt obejścia lub pokonania tych przeszkód" (Boutinet 1990, s.232).

"Wszystkie strategie projektowe implikują reprezentację sytuacji życiowej i pragnienie jej reorganizacji, przekształcenia siebie, przygotowania się na przyszłość. W obliczu sytuacji konfliktowych, krytycznych, w których podmiot nie może już rzutować się w przyszłość, przewidywać, prognozować, wymyślać, projekt będzie miał za zadanie ponowne dostosowanie, zharmonizowanie, przywrócenie zdolności, poprzez strategie przewyciężenia problemu. Podmiot

jest prowadzony do kontrolowania sytuacji i do kontrolowania siebie, aby sobie z nią poradzić" (Esparbès-Pistre, Sordes-Ader i Tap, 1996, s.261).

- *Strategie radzenia sobie (coping)* ze stresem obejmują zdolność do reagowania na bezpośrednie lub przyszłe trudności, do przystosowania się do trudnych lub nowych sytuacji. Aby wystąpił stres, zdarzenie musi być postrzegane jako zagrożenie, a podmiot musi mieć poczucie, że nie ma środków, aby sobie z nim poradzić.

W celu przezwyciężenia konfliktu związanego z sytuacją postrzeganą przez podmiot jako stresująca, angażuje się on w strategię radzenia sobie, aby przystosować się do nowej sytuacji lub obronić się przed przytrzymaniem lub podporządkowaniem. Te *strategie radzenia sobie* z trudnymi sytuacjami obejmują zarządzanie stresem (poprzez wdrażanie strategii radzenia sobie) oraz zarządzanie ryzykiem poprzez istnienie procesów "odpornych na pobudzenie" (opór i obrona) lub metod ochrony przed ich negatywnymi konsekwencjami (prężność). (Tap i Vinay, 1999).

Tym, co pozwala na wyartykułowanie tych różnych strategii, "jest znaczenie, jakie podmiot nadaje sytuacji, kontekstowi, w którym się znajduje, stosunkowi między własną historią a aspiracjami. Tego znaczenia nie da się zredukować do elementów rozumienia i sensu. Obejmuje sposób, w jaki podmiot stosuje swoją hierarchię wartości do potrzeb działania, ale także sposób, w jaki ostatecznie przekształca tę hierarchię, w zależności od wpływu adaptacji na jego własny rozwój" (Tap, 1999).

Tak więc osoba nie jest "uległą, bierną i nieruchomą strukturą uwarunkowaną". Jego istotną cechą jest zaangażowanie, jest aktem, realizacją i jest przeżywany w horyzoncie czasowym. Osoba jest nierozzerwalnie związana z teraźniejszością, jest podmiotem-aktorem, który dokonuje wyborów, ma inicjatywy, ale to także przeszłość, historia, strategię zakorzenienia i ciągłości tożsamości, to także organizacja nowych czasowości, organizacja i realizacja możliwości. Osoba ma być rozumiana jako próba zjednoczenia bycia i działania, władzy i znaczenia" (Tap, 1991, s. 54).

Badanie rozwoju osoby zakłada więc uwzględnienie osoby w całości jej bytu, w jej całości. Koncepcja rogeriańska przywołuje fakt skupienia się na osobie i traktowania jej rozwoju jako w pełni funkcjonalnego i samorealizującego się. Poprzez wdrażanie nowych strategii personalizacji w trakcie swojego rozwoju, podmiot "aktualizuje" strukturę swojej osobowości, zgodnie z sytuacjami i wyzwaniem, których doświadczą, ale jednocześnie zapewnia sobie spełnienie swojej osoby.

Dynamika osobista i zarządzanie czasem

Dynamika osobista i zarządzanie czasem oparte są na budowaniu tożsamości w połączeniu z rozwojem projektu. Konstruowanie tożsamości osobistej jako podstruktury osobowości ma fundamentalne znaczenie dla rozwoju osoby. Pozwala nadać znaczenie podmiotowi, jego drodze życiowej. Można ją

zdefiniować jako *system reprezentacji i odczuć dotyczących własnej osoby* (Tap, 1991).

W poszukiwaniu osobistej tożsamości podmiot poszukuje sensu i znaczenia. Próbuje usytuować siebie w relacji do istniejących poza nim systemów znaczeń (kultura, ideologia, moralność, przekonania). Poszukuje też władzy i wpływu poprzez kontrolowanie sytuacji i tego, co się z nim dzieje. Jego dążenie do autonomii dokonuje się poprzez starania o nadanie sobie własnych norm, własnych wewnętrznych lub zewnętrznych granic, unikanie zbytniego uzależnienia od innych i instytucji. Wreszcie, poszukuje hierarchii wartości, która umożliwi jej legitymizację w relacjach z tymi, którzy bronią lub promują podobne wartości. Jego różne poszukiwania tożsamości są częścią relacji z czasem i tym samym podnoszą znaczenie relacji do przeszłości, terażniejszości i przyszłości, szczególnie w okresie dojrzewania. W ten sposób rozwija się samoświadomość w czasie, wpisanie jaźni w czasowość, która jest zawsze zarządzana w terażniejszości.

Tożsamość podmiotu nabiera znaczenia w związku z doświadczeniami i zakotwiczeniami w przeszłości, aktualizuje się w terażniejszości poprzez autoafirmację i społeczną waloryzację czynów, wreszcie jest konstruowana (lub odnawiana) poprzez projekty w przyszłości, odzwierciedlające wysiłek antycypacji ze strony podmiotu i pragnienie ożywienia tożsamości zgodnie z głębokimi motywacjami. Dlatego to, *co tu i teraz, ma sens* w odniesieniu do przeszłości i przyszłości. Tym samym chodzi o społeczną i psychologiczną integrację podmiotu, poprzez zakotwiczenie w przeszłości i projekty na przyszłość.

Dokładniej rzecz ujmując, projekt zakłada napięcie samorealizacji ze strony podmiotu. Poprzez podporządkowanie środków celom, do których zmierza podmiot, tworząc swoje projekty, musi on podejmować wysiłki, którym towarzyszy przyjemność i/lub cierpienie w ich realizacji. Projekty, zarówno indywidualne jak i zbiorowe, rozwijają się w odniesieniu do danych i wymagań społecznych. Według Malrieu (1973), rozwijają się one poprzez konflikty, które można zidentyfikować w relacjach interpersonalnych. Przewycięzanie tych konfliktów przechodzi więc przez fazę obiektywizacji relacji interpersonalnych i określania celów oraz zachowań krytycznych w odniesieniu do sytuacji, identyfikacji osobistych i społecznych oraz dotychczasowych modeli wartości.

Pod tym względem projekt znajduje się w samym sercu rozwoju osobistego i adaptacji. W ciągu całego życia, a szczególnie w okresie dojrzewania, powstają liczne projekty. Projekt zawodowy, między innymi, ma tę szczególną cechę, że sprzyja integracji społecznej niezbędnej do ustanowienia tożsamości osobistej nastolatka (Rodriguez-Tomé i Bariaud, 1987; Dubet, 1973; Boutinet, 1990; Guichard i Huteau, 1997). Opracowanie projektu życia pozwala podmiotowi umiejscowić się w czasie i społeczeństwie. Projekt sentymentalny i rodzinny odpowiada na ideał siebie w przyszłości poprzez poszukiwanie bratniej duszy i tworzenie rodziny (Rodriguez-Tomé & Bariaud, 1987). Historia obiektu i jego

doświadczenia emocjonalne są czynnikami, które biorą udział w tworzeniu projektu.

Projekt, jako proces personalizacji, jest próbą wyzwolenia się poprzez działanie i interakcję. Projekt ułatwia samorealizację poprzez przynależność do grupy, produktywną twórczość i uczestnictwo w działaniach zbiorowych (Tap i Oubrayrie, 1993).

W pewnych sytuacjach projekt może stać się prawdziwym procesem adaptacyjnym. Na przykład, w obliczu choroby, niektórzy nastolatki stosują tę strategię jako sposób radzenia sobie z obecną sytuacją (Seiffge-Krenke, 1993). Ogólnie rzecz biorąc, w przypadku braku autoprojektu podmiot odczuwa ból. Mogą wtedy raczej wycofać się w przeszłość (nostalgia, niemożliwa żaloba) niż patrzeć w przyszłość; trudno im będzie sprostać potrzebom integracji społecznej i przystosowania się do trudności życia codziennego.

Tak więc poprzez realizację projektów (rodziny, społecznych, zawodowych...), osoba może przystosować się do nowych sytuacji, ale także zintegrować się społecznie.

Osoba i jej integracja społeczna

W trakcie swojego rozwoju podmiot dokonuje wielu postępów, które wiążą się z procesami personalizacji i socjalizacji. Jeśli podmiot staje wobec konieczności przyjęcia roli i ustanowienia pozycji społecznej, to dąży również do spełnienia się jako osoba. Proces socjalizacji jest uruchamiany pod presją grup i instytucji, których celem jest przetrwanie lub własna promocja, czasem ze szkodą dla samorealizacji osoby. Rozwój osoby obejmuje więc proces socjalizacji, który dokonuje się poprzez podwójną integrację: integrację społeczną i integrację psychiczną.

Integracja społeczna odnosi się do uruchomienia trzech procesów, które pozwalają podmiotowi wejść w relacje i sieci społeczne: *inicjacji* (uczenia się kodów systemu), *wprowadzenia* (rejestracji pozycji w tym samym systemie) oraz *samej integracji* (wspólnej artykulacji różnic i podobieństw z innymi członkami systemu).

Psychologiczna integracja danych społecznych polega na "wnoszeniu do siebie cech i wymagań społecznych i kulturowych". Wiążą się z tym trzy procesy: identyfikacja, odnosi się do zdolności rozpoznawania aktorów społecznych i utożsamiania się z nimi, następnie następuje internalizacja i przejęcie ich cech.

W tej podwójnej grze integracyjnej, osoba musi przyjąć pozycje społeczne właściwe dla różnych ról, które przyjmuje (rola zawodowa, rodzicielska, itd.....). W ten sposób sama osobowość podmiotu będzie wyrażana poprzez wielość różnorodnych i uzupełniających się ról. Stanowiska zajmowane przez podmiot będą wyrażane poprzez postawy wobec innych i sytuacji, które podmiot postrzega. Nawiązując do Maisonneuve'a (1973), charakter stanowiłby kompromis między spontanicznością podmiotu (impulsami i dążeniami) a wymaganiami społecznymi; pełni funkcję zabezpieczającą i wzmacniającą

Wyróżnia się w ten sposób cztery charaktery: postać jako stereotypowa rola (*powinność bycia*), zgodna z oczekiwaniami modelu, postać jako maska (*wygląd*), która odnosi się do mniej lub bardziej klarownego kompromisu, z intencjami oportunistycznymi i manipulacyjnymi, postać jako *schronienie* (lub alibi), związana z przyjmowaniem ról w stylu ochronnym czy wręcz magicznym, i wreszcie postać jako osobisty ideał (*wola bycia*), która odnosi się do ekspresji najgłębszego "ja".

Poprzez te różne role, osoba ma tendencję do dostosowywania się do sytuacji. Strategie, które stosują badani "polegają na znalezieniu rzeczywistego rozwiązania (mniej lub bardziej adekwatnego) rozpoznanego konfliktu poprzez modyfikację relacji odgrywanych ról" (Maisonneuve, 1973, 105).

Wyartykułowanie tych różnych ról i rozwiązywanie konfliktów pozostaje ważnym zagadnieniem psychologicznym zapewniającym rozwój jednostki i pomyślne przystosowanie się do ciągle zmieniającego się społeczeństwa.

Wniosek dotyczący przyszłości (Pierre Tap)

Część tej pracy została opublikowana przez nas dwóch w portugalskim magazynie "*Pessoa como Centro. Revista de estudos rogerianos*" pod tytułem "*Personalisação e dinamica relacional*" (Lisboa 1999-4, s. 41-84). Ale od tego czasu zrewidowaliśmy i uzupełniliśmy naszą koncepcję i mieliśmy okazję zastosować strategię personalizacji w różnych fazach życia: od tego, co nazywamy "kryzysem dwóch-trzech lat", który zaczyna się dziś wcześniej, około 18 miesięcy! (Tap, 2017) do emerytury i końca życia (Tap, 2011, 2013, 2018), poprzez kryzys wieku dojrzewania i różne fazy życia dorosłego, zgodnie z propozycją Erika Eriksona (1972,1974).

Na przykład, w książce "Questions d'éducation familiale" wspólnie zaproponowaliśmy teorię "dynamiki transakcyjnej" w relacjach władzy między nastolatkami a rodzicami w odniesieniu do "krytycznej analizy *upodmiotowienia*" (Tap i Oubrayrie Roussel, 2004, s. 27-52). Zakładamy, że nabywanie przez adolescenta mocy jest budowane stopniowo poprzez wdrażanie, w trakcie interakcji rodzic-adolescent, procedur i procesów wychowawczych i psychologicznych, które przyczyniają się do rozwoju umiejętności podmiotu. Model strategii personalizacji (tożsamość, pozycjonowanie społeczne, radzenie sobie ze stresem lub radzenie sobie oraz projekt) można odnieść do pojęć negocjacji, upodmiotowienia i umocnienia stosowanych w innych naukach. "W szczególności strategię projektową umożliwiają uwolnienie się od problematycznej sytuacji, znalezienie wyłomu, otwarcia, skazy, nadanie znaczenia planowi podróży, zarządzanie konfliktami poprzez oczekiwanie lub nadzieję na zmianę (rzeczywistą lub wyobrażoną). W obliczu udaremnionego projektu, podmiot może zastosować wiele strategii (Safont, Leonardis & Oubrayrie, 1994, Tap i Oubrayrie, 1993): mogą być one "autonomiczne" lub "heteronomiczne", "reakcyjne" lub przeciwnie - zależne..." (Tap i Oubrayrie-Roussel, 2004, s.33).

Zaproponowałem również rozróżnienie pomiędzy rozwojem osoby (personalizacją) a *identyfikacją*. **Tożsamość** jest procesem konstruowania, rozwoju, ewolucji reprezentacji związanych z tożsamościami (tożsamość indywidualna i zbiorowa), takimi jak płeć, wiek, zawód, kultura, itp.). Tożsamość, etymologicznie rzecz ujmując, skupia się przede wszystkim na "tym samym", na trwałości, stabilności lub równowadze reprezentacji (siebie, nas). *Tożsamość natomiast wprowadza hipotezę paradoksalnej dynamiki pomiędzy dwoma lub więcej procesami, które mogą się zharmonizować lub skonfliktować (kryzys tożsamości)*. Oznacza zatem zarówno nieustanny wysiłek różnicowania, afirmacji i waloryzacji w zachowaniach i praktykach, w odniesieniu do innych (autopromocja), jak i budowanie wewnętrzności, subiektywizacji, tendencji do nadawania znaczenia i

wartości sobie, własnemu życiu, przekonaniom, zobowiązaniom i projektom (samoidentyfikacja). Dlatego szczególnie ważne jest, by nie mylić identyfikacji z identyfikacjami, ale próbować zrozumieć, jak się one przeciwstawiają, harmonizują lub współistnieją równolegle".

W artykule redakcyjnym z 2019 roku na mojej oficjalnej stronie internetowej (www.pierretap.com)⁴¹ napisałem: "Zaproponowałem, aby nazwać 'identyfikacją' to-and-fro pomiędzy tożsamością a projektem zmiany (indywidualnej lub zbiorowej). W moim ostatnim opublikowanym rozdziale "Cierpienie, trauma, radzenie sobie i odporność w życiu" (2018) przywołuję mit z wyspy Vanuatu "*drzewo i czółno*" analizowany przez Joëla Demaisona w jego pracy magisterskiej (1985): każdy człowiek jest rozdarty między dwiema sprzecznymi, a jednak głównymi potrzebami: -potrzeba pirogi, czyli ruchu, podróży, *wycofania się z siebie, ze swojej wspólnoty* oraz -potrzeba drzewa, czyli zakorzenienia w swojej tożsamości, *przywiązania do swojej wspólnoty*. Mężczyźni nieustannie miotają się między tymi dwiema potrzebami, czasem ulegając jednej, czasem drugiej, *aż do dnia, w którym zrozumieją, że to właśnie z drzewem tworzy się pirogę* (chciałbym tu jednak dodać, że pirogą można również wykonać ruch, aby uratować drzewo przed zniknięciem!)

Metafora ta dobrze odnosi się również do pojęcia, które zaproponowałem nazwać "identyfikacją", harmonijną lub konfliktową konstrukcją pierwotnego przywiązania i projektu jaźni (artykułowanego do projektów zbiorowych). Mam oczywiście nadzieję, że inni podejmą tę koncepcję... z metaforą.

Przekazujemy im "pałeczkę"!

⁴¹ Moja strona www.pierretap.com została zablokowana (12 stycznia 2021) przez firmę Adobe z powodów technicznych (korzystanie z Adobe Flash Player stało się przestarzałe). Michel Tap, mój najstarszy syn i webmaster strony, ma nadzieję, że znajdzie rozwiązanie tej blokady!

Bibliografia :

- Baddoura, C.F. (1998). Traverser la guerre. In B. Cyrulnik (Ed.). *Ces enfants qui tiennent le coup*. Revigny sur Ornain : Hommes et Perspectives, 73-89.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Development psychology monographs*, 1 (part 2), 1-103.
- Bettelheim, B. (1976) *Surviving and others essays*. New-York, Knopf (tr. Fr. 1979, *Survivre*, Paris : Laffont
- Bergson, H. (1896). *Essai sur les données immédiates de la conscience*. Paris: P.U.F. éd.1961.
- Boutinet, J.P. (1990). *Anthropologie du projet*. Paris: P.U.F.
- Brehm S.S. (1984) Les relations intimes in Moscovici S. (ed) *La Psychologie sociale*, Paris : P.U.F.
- Cazals, M-P., (1995). *Transformations des activités individuelles et évolutions de la vulnérabilité psychologique de jeunes en situation précaires : approche transversale et longitudinale*. Thèse de doctorat Nouveau Régime, Université Toulouse II.
- Chertok, L. (1995). Hypnose. In *Encyclopaedia Universalis*, n°4, 483 c.
- Corraze, J. (1995) Personnalité. In *Encyclopaedia Universalis*, n°17, 920c
- Crozier, M. & Friedberg E. (1977) *L'acteur et le système*. Paris : Seuil.
- Demaison, J. *Les fondements d'une identité. Territoire, histoire et société dans l'Archipel de Vanuatu (Mélanésie) Essai de géographie culturelle ; Tome 1 (1986) L'arbre et la pirogue. p. 518.*
- De Vos, G.A. (1980) L'identité ethnique et le statut de minorité in P. Tap (éd.) *Identités collectives et changements sociaux*, (27-38), Toulouse: Privat
- Dubet, F. (1973). Pour une définition des modes d'adaptation sociale des jeunes à travers la notion de projet. *Revue Française de Sociologie*. XIV, 221-241.
- Démocrite, d'A. *Doctrines et réflexions morales*, Paris : Solovine, 1928
- De Singly, F. (1996) La fabrique familiale de soi in *Sciences Humaines*, n° spécial *Identité, Identités : l'individu, le groupe, la société*, 15, 18-21.
- Dumezil, G. (1958). *L'Idéologie tri-partite des Indo-Européens*. Paris : N.R.F.
- Erikson, E. (1972) *Adolescence et crise, La quête de l'identité*. Paris : Flammarion
- Erikson, E. (1974) *Enfance et Société* (5° éd) Neuchâtel, Delachaux et Niestlé.
- Esparbès-Pistre, S., Sordes-Ader, F. & Tap, P. (1996). Stratégies de personnalisation et appropriation de compétences à l'adolescence : différences entre garçons et filles. In O. Lescarret & M. De Léonardis (Eds), *Séparation des sexes et compétences*. Paris : L'Harmattan. 247-277.
- Festinger, L. (1957) *A theory of cognition dissonance*, Evanston : Row Peterson.

- Fonagy, P., Steele, H. & Steele, M. (1991). Maternal representations of attachment during pregnancy predict the organization of infant-mother attachment at one year of age. *Child Development*, n°62, pp.891-905.
- Garmezy, N. (1996). Reflections and commentary on risk, resilience, and development. In R.J. Haggerty, L.R. Sherrod, N. Garmezy & M. Rutter *Stress, risk and resilience in children and adolescents, Processes, Mechanisms and interventions*. Cambridge : Cambridge University Press.
- Guichard, J. & Huteau, M. (1997). L'école et les intentions professionnelle des adolescents. In H. Rodriguez-Tomé, S. Jackson & F. Bariaud (Eds), *Regards actuels sur l'adolescence*. Paris : P.U.F., 207-234.
- Gurvitch, G. (1966). *Etudes sur les classes sociales*. Paris : Denoël.
- Heidegger, M. (1927) *Zein und Zeit*. Tr.fr. (1986) *L'être et le temps*, Paris : Gallimard.
- Janet, P. (1929) *L'évolution psychologique de la personnalité*. Paris : Maloine.
- Jaspers, K. (1950) *Einführung in die Philosophie*. Tr. Fr. *Introduction à la philosophie*. Paris : Plon.
- Kaës, R.(1991) rubrique « groupe interne » in R. Doron & F. Parot *Dictionnaire de Psychologie*, Paris : P.U.F.
- Kellerhals, J. & Montandon, C. (1991). *Les stratégies éducatives des familles*. Paris, Neuchâtel : Delachaux et Niestlé.
- Kierkegaard, S. (1970). *Œuvres complètes*, Tome IV, trad. P.-H. Tisseau et E.-M. Jacquet-Tisseau, Editions de l'Orante.
- Kobasa, S.C., Maddi, S.R. & Kahn, S. (1982). Hardiness and health : a prospective study. *Journal of personality and social psychology*, 42, 168-177.
- Lautrey, J. (1980) *Classe sociale, milieu familial, intelligence*, Paris : P.U.F.
- Lazarus, R.S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York : McGraw-Hill.
- Lazarus, R.S., Kanner, A.D. & Folkman, S. (1980). Emotions : a cognitive-phenomenological analysis. In R.
- Lazarus, R.S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York : Oxford University Press.
- Legrand-Sébille, C. (1997). Réflexions anthropologiques sur la grande pauvreté. *Devenir*, 4, 4 : 49-68.
- Lewin, K. & al. (1939). Patterns of aggressive behavior in experimentally created «social climates ». *Journal of Social Psychology*, 271-299.
- Maccoby, E.E. & Martin, J.A. (1983). Socialization in the context of the family : Parent-Child Interaction. In Mussen, P.H. (Ed). *Handbook of Child Psychology*, 4è Edition. Hetherington, M.A. (Ed.). Socialization, Personality, and Social Development. (Pp. 1-101) New York : John Wiley Sons.
- Maisonneuve, J. (1973). *Introduction à la psychosociologie*. Paris : P.U.F., Le Psychologue.
- Maisonneuve, J. (1995) *Sociométrie*, Encyclopaedia Universalis, n°20, 230c

- Mages, N.L. & Mendelson, G.A. (1979). Effects of cancer on patients' lives : a personological approach. In G .C., Stone, F., Cohen & N.E. Adler (Eds.), *Health psychology : a handbook*. San Francisco : Jossey-Bass.
- Malrieu, P. (1967). *Les émotions et la personnalité de l'enfant*. Paris : Vrin
- Malrieu, Ph. & al. (1969). Education familiale et comportements scolaires. *Annales de l'Université de Toulouse Le Mirail, Homo VIII*, t. V, 4, 47-69.
- Malrieu, Ph. (1973). La socialisation. In H. Gratiot-Alphandéry & R. Zazzo *Traité de psychologie de l'enfant*. Tome 5. La formation de la personnalité. Paris : P.U.F.
- Malrieu, Ph. (1978) Psychologies génétiques, psychologies historiques. *Journal de psychologie normale et pathologique*, 3, 261-277.
- Malrieu, Ph. (1979) La crise de personnalisation. Ses sources et ses conséquences sociales. *Psychologie et Education*, 3(3), 1-18.
- Malrieu, Ph. (2003) *La construction du sens dans les dires autobiographiques* Toulouse, Erès
- Marcel, G. (1968) *L'être et l'avoir*, Paris : Montaigne
- Marcel, G. (1940) *Du refus à l'invocation*. Paris : Gallimard
- Maslow, A. (1954) *Motivation and Personality*. New-York : Harper & Row
- Mead, G.H . (1934). *Mind, self and society. From the stand point of a social psychology*. Chicago : The University of Chicago Press. Tr.fr. 1963, L'esprit, le soi et la société, Paris : P.U.F.
- Marty, P., De M'Uzan, M. & David, C. (1963). *L'investigation psychosomatique*. Paris : P.U.F.
- Mazet, P. et Houzel, D. (1975). *Psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent*. Paris : Maloine.
- Moreno, J.L. *Les fondements de la sociométrie*, 1954, Paris : P.U.F.
- Moskovitz, S. (1983). *Love despite hate*. New York : Schocken Books.
- Mouloud, N. (1995). Intuition. In *Encyclopédie Universalis*, n°12, 524 C.
- Mounier, E. (1936) in 1961, I, p.528
- Mounier, E. (1946a). *Traité du caractère*. In *Oeuvres*. Paris: Seuil, Tome II, Réed. (1961) p. 69.
- Mounier, E. (1947) *Introduction aux existentialismes*, Paris : Montaigne.
- Mounier, E. (1949). *Le personnalisme*. Paris : P.U.F.
- Mounier, E. (1961) *Oeuvres*. Paris : Seuil
- Nuttin, J.R. (1967). Adaptation et motivation humaine. In Bresson & al., (Eds.), *Les processus d'adaptation*, pp. 127-138, Symposium de l'A.P.S.F.L., Marseille, 1965, Paris : P.U.F.
- Oubrayrie, N. (1992). *Le contrôle dans l'évaluation et l'orientation de soi de l'enfance à l'adolescence*. Thèse de Doctorat Nouveau Régime, Université Toulouse II.
- Pedinielli, J-L. (1992). *Psychosomatique et alexithymie*. Paris : P.U.F.

- Piaget, J. (1954). Les relations entre l'intelligence et l'affectivité dans le développement de l'enfant. In B.
- Pichot, P. (1987). *L'anxiété*. Paris : Masson.
- Rimé et K. Scherer (Eds.), (1989). *Les émotions*. Neuchâtel : Delachaux et Niestlé. pp.75-96
- Rivoliier, J. (1989). *L'homme stressé*. Paris : P.U.F.
- Rodriguez-Tomé, H. & Bariaud, F. (1987). *Les perspectives temporelles à l'adolescence*. Neuchâtel : Delachaux et Niestlé.
- Rogers, C. (1968). *Le développement de la personne*. Paris : Dunod.
- Rogers, C. (1984). Le développement de la personne. Entretien avec Carl Rogers. In *Journal des psychologues*, n°23, 10-12.
- Roustant, E. (1980) *Elle ne le lâche plus*. Paris : Minuit
- Rutter, M. & Madge, N. (1976). *Cycles of disadvantage*. London : Heinemann educational Books.
- Rutter, M., & Garmesy, N., (1983) Developmental psychopathology in E.M., Hetherington (Ed) P.H., Mussen (series ed.) *Handbook of child psychology. Vol. 4 : socialization, personality and social development* (New-York : Wiley, 775-911.
- Rousseau, J-J. (1762) *Emile ou de l'Education*. cf. *Œuvres complètes*, La Pléiade, Tome IV ; Paris : N.R. F.
- Rutter, M. (1990) Psychosocial resilience and predictive mechanisms. In J. Rolf, A.S. Masten, D. Cicchetti, V. Carlson & al. *Risks and protective factors in the development of psychopathology* (Pp. 79-101). New-York : Cambridge University Press.
- Rutter, M. (1998). Epidemiological approaches to developmental psychopathology. *Archives of General Psychiatry*. 45.
- Safont, C., de Leonardis, M. & Oubrayrie, N. (1994) Les stratégies de projet à l'adolescence : présentation d'une technique et son opérationnalisation. *Revue Psychologie et Education* n° 16, pp.49-62
- Sartre, J-P. (1943). *L'être et le néant*. Paris : Gallimard. coll. Tel. éd. 1976.
- Schaefer, E.S. (1959). Maternal behavior and child behavior and their correlations from infancy through adolescence. *Monographs of the Society for Research in Child Development*.
- Scheler, M. (1928). *Nature et formes de la sympathie*. Paris : Payot.
- Selye, H. (1956). *The stress of life*, McGraw-Hill. Trad. de la 2° éd ; mise à jour : *Le stress de la vie*, Paris : Gallimard, 1975, 425 p.
- Sifnéos, P.E. (1973). « The prevalence of <alexithymic> characteristics psychosomatic patients », In *Psychoter. Psychosomatic*, 22, 255-262.
- Seiffge-Krenke, I. & Shulman, S. (1993). Stress, coping and relationships in adolescence. In S. Jackson & H. Rodriguez-Tomé (Eds), *Adolescence and its social worlds*. (Pp.169-196). USA : Hove (UK), LEA.

- Shaw, D.S. & Vondra, J.I. (1993) Chronic family adversity and infant attachment. *Journal of child psychology and psychiatry*, 34, 1205-1215
- Sordes-Ader, F. (1996). *Les conséquences psychologiques du cancer : Anxiété, Estime de soi, Projets et stratégies de coping des adolescents*. Thèse de Doctorat Nouveau Régime, Université Toulouse II.
- Sordes-Ader, F., Esparbès-Pistre, S. & Tap, P. (1997). Adaptation et stratégies de coping à l'adolescence : étude différentielle selon le sexe et l'âge. *Spirale, revue de recherches en éducation*, Lille, n°20, 131-154
- Tap, P. (1964) Pour une psychologie personnaliste in *Présence de Mounier Frères du Monde* n° 27, 61-64
- Tap, P. (1979). *Relations interpersonnelles et genèse de l'identité*. Annales UTM, Homo XVIII, 7-43.
- Tap, P. (1986) Personnalisation et intersubjectivité, n° spécial *Intersubjectivités, Connexions*, 47, 149-164
- Tap, P. (1988). *La société Pygmalion. Intégration sociale et réalisation de la personne*. Paris : Dunod. (tr. Port. 1996 *A Sociedade Pigmaliao. Integração Social e Realização da Pessoa*. Lisboa, Instituto Piaget).
- Tap, P. (1991). Socialisation et construction de l'identité personnelle. In H., Malewska-Peyre & P. Tap (Eds.), *La socialisation de l'enfance à l'adolescence*. Paris : P.U.F., 49-73.
- Tap, P. & Oubrayrie, N. (1993). Projets et réalisation de soi à l'adolescence. In S.N.E.S (Eds.), « *Projets d'avenir et Adolescence. Les enjeux personnels et sociaux* ». Paris : ADAPT, 15-43.
- Tap, P. (1997). A propos de la spatialisation du psychique par le regard chez Descartes.
- Tap, P. (1999). Le lien social et la personnalisation dans l'autoformation. In S. Alava (Ed.). *Autoformation et lien social*. Toulouse, EUS
- Tap, P. & Vinay, A. (2000). Dynamique des relations familiales et développement personnel à l'adolescence. in J.P. Pourtois & H. Desmet Parent Educateur pp. 87-157. Paris, PUF.
- Tap, P. & Oubrayrie-Roussel, N. (2004) Dynamique transactionnelle et relations de pouvoir entre adolescents et parents (analyse critique de l'empowerment) in E. Palacio-Quentin, J.M. Bouchard et B. Terrisse *Questions d'éducation familiale* Editions Logique Québec, pp. 27-52
- Tap, P. (2008) Dynamique institutionnelle et stratégies identitaires de l'usager du social in M. Lafourcade et V. Meyer *Les usagers évaluateurs ? Leur place dans l'évaluation des « bonnes pratiques professionnelles »* Conférence au Groupe National des Etablissements et Services Publics Sociaux – GEPSO. Annecy-le-Vieux Sept 2008, pp. 23-40, Ed. Les Etudes Hospitalières ed 2008
- Tap, P. (2011) Corps, affectivité et sexualité avec l'avancée en âge » in Ph. Pitaud *Sexualité, handicap et vieillissement* pp. 75-120 Erès

- Tap, P. (2013) Violences, contrôles, attachement et lâcher-prise en fin de vie in Ph.Pitaud *Vivre vieux, mourir vivant* pp. 149-166 Erès
- Tap, P. (2017) Construction de l'identité et du lien social entre 2 et 3 ans. Affirmation, caprice, agressivité ? in M.P. Thollon-Behar *Accueillir l'enfant entre 2 et 3 ans*, pp. 45-76. Erès
- Tap, P. (2018) Souffrances, traumatismes, coping et résilience dans la vie in Ph. Pitaud *Gérontologie : aux portes de la souffrance* pp. 135-168 Erès
- Tyar, A. (1998). *Les aléas de la confiance*. Paris : L'Harmattan.
- Vandenplas-Holper, Ch. (1979). *Education et développement social de l'enfant*. Paris : P.U.F.
- Van Rillaer, J. (1992). *La gestion de soi*. Liège : Mardaga.
- Wallon, H. (1956) Les étapes de la personnalité de l'enfant, in *Le problème des stades en psychologie*, Paris : P.U.F. repris dans « Buts et méthodes de la psychologie ». *Enfance*, 1963, 1-2, 5-71
- Widlöcher, D. (1995) Psychothérapie. *Encyclopaedia Universalis*, n° 19, 262a
- Winnicott, D. (1965) *The maturational processes and the facilitating environment*. Tr. fr. *Processus de maturation chez l'enfant*. Paris : Payot, 1970
- Winnicott, D. (1971) *Playing and reality*. Tr.fr. *Jeu et réalité*. Paris : Gallimard, 1975.

Spis treści

Przedmowa (Pierre Tap) ...

Wprowadzenie

Rozdział 1. Osoba samotna czy wieloosobowa? Słowo o kongruencji

.....

Wewnętrzna kongruencja i

samoświadomość.....

Dysonans i aleksytymia.....

Kongruencja zewnętrzna jako mapowanie między sobą a innymi.....

Rozdział 2. Intuicja wizjonerska: spojrzenie

Jasnowidzenie

Przejrzystość

Intuicja.....

Rozdział 3.Intuicja empatyczna.

Empatia i socjometria.....

Empatia i intersubiektywność.....

Empatia i afektywność

Rozdział 4. Wygląd i Autentyczność i Powrót.....

Maska jako maskarada, parada i mediacja.....

Zabawa i wiara w symboliczną konstrukcję osoby

Od "persony do person.....y

Rozdział 5. Pozytywność: zaufanie i poczucie wartości

Zaufanie jako podstawowecredo.

Od zaufania pierwotnego do demistrustu: rewizja bezwarunkowej pozytywności
.....

Zaufanie jako umowa społeczno-moralna: trudny powrót do "fides"

Rozdział 6. Niedyrektywność, permissywność lub demokratyczna interakcja.

Laissez-faire czy permissywizm?
.....

Czy ciepło, niefuzji i niewiążąca kontrola definiują strategię demokratyczną?
.....

Otwartość, towarzyskość, zrzeszanie się i zaangażowanie
.....

Rozdział 7. Radzenie sobie i zarządzanie cierpieniem: stres, radzenie sobie i odporność
.....

Lęk, niepokój i stres jako zaburzenie radzenia sobie ...

Obrona, adaptacja i przewycięzani.....e

Radzenie sobie i

odporność.....

Rozdział 8. Personalizacja, socjalizacja i tymczasowość

Od osobowości do osoby.....

Dynamika osobista i zarządzanie czasem.....

Osoba i jejintegracja społeczna

Wniosek dotyczący przyszłości (Pierre Tap)

Bibliografia

