

Noopsychosomatyka: propozycja nowego podejścia diagnostyczno-terapeutycznego

Kazimierz Popielski*

Katedra Psychoterapii i Psychologii Zdrowia KUL

*Pamięci V. E. Frankla,
Twórcy III Wiedeńskiego Kierunku w Psychoterapii,
Nauczyciela i Przyjaciela*

NOOPSYCHOSOMATICS: A PROPOSAL OF THE NEW DIAGNOSTIC-THERAPEUTIC APPROACH

Summary. The author deals with the issue of psychosomatics in the aspect of the concept of the „multidimensionality of being and multidirectionality of becoming”. The proposed approach refers to the existential approach of the 3rd Vienna School of Psychotherapy – Logotherapy. This proposal has a complementary character. When compared with other approaches, it puts emphasis on the significance of the noethic dimension of existence (experience of personal freedom and dignity etc.) as well as the commitment into values and striving for sence. To support his thesis the author presents the empirical data obtained by means of the Noo-Dynamic Test and the Scale of Noo-Psychosomatics.

We współczesnej psychologii zagadnienie psychosomatyki formułowane jest w szerokim kontekście teoretycznym i badawczym. Z początkowo teoretycznego zagadnienia przekształca się w problematykę medyczną i lecznicze wyzwanie. Problem psychosomatyczny analizowany z punktu widzenia rozwoju nauk psychologicznych pierwotnie został sformułowany w paradygmacie psychologii klinicznej i współczesnej mu psychoanalitycznej metodologii. Aktualnie rozwija się tendencja do przekładania tego zagadnienia na rozumowanie i interpretacje wywodzące się z założeń, obserwacji i propozycji teoretycznych tzw. wielkich szkół psychologicznych, w szczególności psychologii egzystencjalnej i kognitywnej, a także ogólnie – psychologii zdrowia. Jest to równocześnie próba przekraczania myślenia o człowieku i jego egzystencji z tradycyjnego, w jakimś znaczeniu systemowo zamkniętego czy warstwowego rozpatrywania związków zależnościowych w dziedzinie zdrowia czy zaburzeń psychosomatycznych, na rzecz współczesnych, otwartych i komplementarnych propozycji teoretycznych, poszu-

* Adres do korespondencji: Kazimierz Popielski, ul. Radziszewskiego 7, 20-039 Lublin.

kiwań empirycznych i działań terapeutycznych. Szczególne miejsce i znaczenie ma tu koncepcja człowieka jako podmiotu osobowego.

Artykuł jest próbą zwrócenia uwagi na możliwość i przydatność formułowania z egzystencjalnego punktu widzenia problematyki psychosomatycznej. Stąd struktura artykułu: szersze wprowadzenie teoretyczne w problematykę noologoteorii, potrzeba zwrócenia uwagi na noetyczne źródła i genezę zaburzeń psychosomatycznych (dlatego noopsychosomatyka) i wskazanie na strukturę „syndromu noopsychosomatycznego”.

Całość artykułu w swym wywodzie zmierza ku wskazaniu na znaczenie noetycznej genezy tzw. noopsychosomatyki. Jej psychologiczne przyczyny są coraz lepiej znane, noetyczne (tj. typowo ludzkie) przyczyny i skutki są coraz wyraźniej podkreślane. Wiele wskazuje, że jest to nie tylko możliwa, ale i ważna przyczyna psychofizycznego wyczerpania jednostki. Jest też prawdopodobne, że noetyczny wymiar egzystencji i nieuwzględnianie jego potrzeb mogą być przyczynami zaburzeń, które tu określamy „noo”-psychosomatycznymi.

NIKTÓRE PROBLEMY PSYCHOSOMATYKI A PODEJŚCIE EGZYSTENCJALNO-NOOTEORETYCZNE

Postawmy wyjściowe dla psychosomatyki pytanie o to, co prowokuje potrzebę nowych rozwiązań w dziedzinie poszukiwań prozdrowotnych: teoria czy życie?

Rozwój biochemicznych i biofizycznych metod leczenia ujawnił imponującą właściwość korygowania zaburzeń organizmu metodami przyrodniczymi. Stwierdzenie takie stanowi zwykłą konstatację faktu. W tym kontekście rodzi się jednak ważne pytanie: czy jest to oddziaływanie przyczynowe, leczące, czy też wpływa ono tylko na zmniejszenie intensywności zaburzeń somatycznych? Ogólnie, i to z różnych powodów, nie sposób znaleźć tu jednoznacznych odpowiedzi. Jeżeli już, to są one raczej mało zadowalające, i to niezależnie od pomysłowych interpretacji dotyczących przyczyn zaburzeń psychosomatycznych. Rozwój psychologii w pierwszym etapie, w jej wariacie klinicznym, a aktualnie w formie psychologii zdrowia, prowadzi do sformułowania w ramach nowego paradygmatu psychologicznego nowych idei psychoprofilaktycznych. Ta ścieżka pomocy i troski prozdrowotnej, a także interpretowania egzystencji, wydaje się bliższa dynamice życia i rozumienia jego biologicznego rozwoju, psychicznej kreatywności i podmiotowo-osobowego bycia, stawania się i spełniania siebie, niż fakt jego obrony przed skutkami destrukcji, dezintegracji i degradacji. Z powodu samego stwierdzenia przyczyn nie zmniejsza się jednak automatycznie ilość schorzeń o naturze psychosomatycznej. Usprawniona może być natomiast efektywność interwencji terapeutycznej.

Rozumowanie to skłania do próby rozszerzenia propozycji medycznego modelu leczenia o stosowanie psychologiczno-psychoterapeutycznego oddziaływania na pacjenta. Przekroczenie biologicznego modelu w myśleniu medycznym przypisuje się wielu autorom. Ogólnie wywodzili się oni z tej grupy lekarzy, którzy postrzegali człowieka nie tylko jako biologicznie bardzo skomplikowaną, ale także czynnościowo wielowymiarowo ustrukturyzowaną i złożoną rzeczywistość.

Najnowsze tendencje interpretacyjne w psychologii postrzegają człowieka jako jednostkę podmiotowo-osobowo egzystującą. Egzystencja ludzka ujawnia bowiem charakter „wielowymiarowo bytującej i wielokierunkowo stającej się rzeczywistości podmiotowo-osobowej” (Popielski, 1987; 1994; 1996).

Intencją przedstawionego podejścia do problemu psychosomatycznego jest wskazanie na poszerzenie możliwości diagnostycznych, terapeutycznych i profilaktycznych, wynikających z przyjęcia trójwymiarowego modelu osobowości i egzystencji (por. Popielski, 1994). Każde oddziaływanie jednowymiarowe, jednostronne i jednokierunkowe zawiera w sobie nie tylko mniej szans na skuteczność leczniczą, ale także zdaje się nie odpowiadać strukturze ludzkiej egzystencji. Można rzec: jest obce samookreślającej czy samoprezentującej się egzystencji. Spostrzeżenie to zbliża nas do ujęcia funkcjonowania egzystencji jako „jedności mimo różnorodności” (Frankl, 1984). Charakteryzuje się ona:

1. Wielowymiarowością bycia i stawania się.
2. Jest podwójnie zorientowana: do wewnątrz i na zewnątrz.
3. Realizuje jednostkowe i zindywidualizowane potrzeby, dążenia i odniesienia.
4. Właściwości te urzeczywistnia w powiązaniu ze społeczno-kulturowym kontekstem egzystencji i podmiotowego spełniania siebie.
5. Kieruje się podmiotowo-osobową motywacją, dążeniami i odniesieniami.

Prowadzi to do identyfikowania następujących właściwości dynamiki osobowości i egzystencji: wielowymiarowości potrzeb i wielokierunkowości dążeń i odniesień oraz multidymensjonalności rozwoju i stawania się. Rozpoznanie intelektualno-emocjonalnie adekwatnego dla jednostki miejsca w świecie osób i rzeczy tworzy podstawę dla podmiotowego poczucia przynależności i egzystencjalnej orientacji. Integruje jednostkę pierwotnie i wewnętrznie u samych ontycznych jej podstaw. Pozwala to jej na bycie bez zbędnych, choć egzystencjonalnie przecież koniecznych napięć i niepokojów, rozumianych jako siły rozwojowe ludzkiej egzystencji: wolnej, otwartej i rozstrzygającej. Możliwość sformułowania tych stwierdzeń poprzedza dorobek psychologii i psychosomatyki. Służy porządkowaniu wiedzy naświetlającej problem świadomie i odpowiedzialnie organizowanego życia psychicznego człowieka. Wyróżnikiem specyfikującym życie ludzkie jest ten jego szczególnie status, który wyrażamy pojęciami: świadomość i samoświadomość, refleksja i autorefleksja, indywidualna aktywność i osobowa kreatywność, a także podmiotowa zdolność jednostki do autodystansu i autotranscendencji, potrzeba sensu, dążenie „ku...” uczestniczeniu w świecie wartości (por. Frankl, 1994; Popielski, 1994; 1996).

Wprowadzone pojęcia i rozróżnienia mogą być przydatne w diagnozowaniu i działaniach terapeutycznych tak psychologicznych, jak i leczniczych. Zaznaczyć trzeba, że są to propozycje o charakterze poznawczym i heurystycznym i że w pierwszym rzędzie służą lepszemu poznaniu i rozumieniu człowieka. Niemniej pociągają one za sobą określone konsekwencje badawcze i diagnostyczne, interpretacyjne i terapeutyczne.

Schemat 1 (zob. s. 23) w formie graficznej ilustruje trójwymiarowość całościowo funkcjonującej osobowości i ludzkiej egzystencji: noetycznej, psychicznej i somatycznej.

SENS I WARTOŚĆ ŻYCIA A ZABURZENIA PSYCHOSOMATYCZNE

W psychologii zagadnienie sensu życia i wartości w życiu i dla życia jest przedmiotem wielu studiów, m.in.: V. E. Frankla, B. Fromma, C. Jaspersa, E. Lukas, K. Obuchowskiego, K. Popielskiego, S. Szumana. Szczególne zasługi na tym polu położył V. E. Frankl, neurolog i psychiatra wiedeński, twórca III wiedeńskiego kierunku w psychoterapii, zwanego logoterapią. Frankl wskazał na wagę i znaczenie rozwiązywania w procesie psychoterapii kwestii egzystencjalnych dla zdrowia. Polski wariant logoterapii – „nooteoria” i „nooterapia” – podkreśla znaczenie wymiarowości egzystencji w diagnozie i w proponowaniu stosownej psychoterapii (Popielski, 1994)¹.

Problem sensu i wartości zaistniał w psychologii niejako niezależnie od intencji teoretyków psychologii akademickiej. Wyrósł nie tyle z obecności tej problematyki we współczesnej, teoretycznej myśli psychologicznej i psychoterapeutycznej, ile raczej z potrzeb i skarg pacjentów, którzy odwiedzali specjalistyczne gabinety profesjonalistów zajmujących się pomaganiem ludziom znajdującym się w psychicznej potrzebie. Tego rodzaju sytuacja pociągała za sobą konieczność zmiany paradygmatu neopozytywistycznego postępowania psychologiczno-psychoterapeutycznego w formie jego przystosowania do potrzeb i wymogów nauk antropologiczno-humanistyczno-egzystencjalnych. Wyraża się to w kwestii np. pomiaru tego, co należy i co można mierzyć, bez uciekania się do redukcjonistycznego „przymusu” postępowania pomiarowego, i to w sytuacji, że nie sposób tego dokonać bez zniszczenia istoty zjawiska poddanego operacji pomiaru. Problem ten w polskiej literaturze metodologicznej w sposób kompetentny podejmuje Ajdukiewicz (1985). Przybliżyła go, naświetliła i interpretuje z różnych punktów widzenia, z pożytkiem także dla psychologii. Sprawa obecności „sensu i wartości” coraz pewniej zaczyna istnieć w psychologicznej konceptualizacji „bycia i stawania się” człowieka i jego egzystencji. Rzecz wyrasta z analizy potrzeb i dążeń, które współdziałają i współtworzą egzystencję. Stąd problematyka ta nie mogła pozostać obca psychologii, a zwłaszcza diagnostyce, psychoterapii, poradnictwu i psychoprofilaktyce.

W egzystencjalnym ujęciu i rozumieniu problematyki sensu życia wywodzimy ją z bardzo ogólnej konstatacji: człowiek jest w przyrodzie tym, który oświadcza, na drodze intencjonalnych aktywności, odnosi się do wartości i ich systemów, uświadamia je sobie, wartościuje i doświadcza skutków tego w formie „poczucia” sensu życia.

W wysiłku podmiotowego odnoszenia się do świata wartości jednostka jest nie tylko czynna jako podmiot wartościujący, lecz formułuje również kryteria tego wartościowania. Oznacza to, że nie tylko spełnia jakieś funkcje czy czynności aksjologiczne, ale szuka dla tych aktywności wielorakich uzasadnień intelektualnych, emocjonalno-uczuciowych oraz przeżywa je w formie doświad-

¹ V. E. Frankl, podczas uroczystości nadania mu doktoratu honoris causa w KUL, uznał polską recepcję logoterapii i kierunek jej rozwoju, a zwłaszcza psychologiczne badania empiryczne, za współtworzące ten nowy nurt poznawczo-badawczy we współczesnej psychoterapii, od tego czasu określane jako noologoterapia (Lublin 1994).

czeń egzystencjalnie znaczących. To, który zespół kryteriów służących wartościowaniu u danego człowieka w danej sytuacji dominuje, nie jest kwestią okazjonalną, okolicznościową czy przypadkową. Jest wykładnikiem psychologicznej dojrzałości i jej psychoduchowych dążeń i odniesień. Użycie pojęcia *psyche* w podwójnym wiązaniu, a mianowicie z fizyczną strukturą i rozwojem jednostki oraz z psychiczną i duchową dojrzałością jednostki, jest przydatne przy odkrywaniu i wskazaniu obszaru i dymensji analiz, w której się znajdujemy. Ujawnia także wymiarowość i rodzącą się z niej aktywność, która może zarówno kreować rozwój, jak i inicjować zaburzenia. Wskazuje też na wymiar psychiczny egzystencji, poprzez który ujawniają się skutki predyspozycji nie tylko fizycznych (genetycznych, behawioralnych), ale i noetycznych dyspozycji i działań podmiotowo-osobowych (duchowych) jednostki.

WYMIARY OSOBOWOŚCI I RELACJE EGZYSTENCJI

Idea noopsycho-somatycznej koncepcji powstała w związku z propozycją biopsychonoetycznego modelu osobowości i egzystencji (por. Popielski, 1987; 1994; 1996). Nie chodzi przy tym o wyróżnianie czegoś już wcześniej zauważanego, ale o wskazanie na realizujący się i egzystencyjnie znaczący związek wewnątrz- i zewnątrz-dymensjonalny o charakterze komplementarnym. Związek ten jest realizowany w formie potrójnie wiązanych relacji: intra- inter- i ekstraspsychicznych. Domeną relacji intrapsychicznych jest wymiar psychologiczny egzystencji. Interpsychiczne relacje rozwijają się między dwoma podmiotami osobowymi. Są one tak dalece ważne, że należy je wyróżnić spośród wszystkich realizujących się. Jeśli zaś chodzi o relacje ekstraspsychiczne, to realizują się one między jednostką a środowiskami odniesień i oddziaływać: przyrodniczo-ekologicznym, społecznym i kulturowym. Środowiska te wywierają nie tylko pozytywny wpływ na rozwój i stan zdrowia jednostki, ale mogą oddziaływać również negatywnie na jej biopsychonoetyczne funkcjonowanie. Normalnie są one środowiskiem zdrowego rozwoju. Mogą jednak stać się środowiskiem patogennym. Może być np. tak, że środowisko przyrodniczo-ekologiczne przejawia aktywność przekraczającą normy prozdrowotne. Tego rodzaju napięcia bywają wywoływane przez różne dziedziny życia: technikę, żywienie, reklamę, subkulturę, politykę itp. Na przykład współczesne środki masowego przekazu pełne są informacji negatywnie obciążających wyobraźnię i pamięć, sferę percepcji i przeżywania życia. Wpływa to negatywnie na całość egzystencji: od dezorganizowania percepcji obciążających układ nerwowy aż poza granice możliwości, poprzez zaburzenie funkcji psychicznych aż do frustracji noetycznych potrzeb i dążeń człowieka. Wszystkie te oddziaływania przejmują organizm, a zwłaszcza ośrodkowy układ nerwowy, na nie nakładają się czynności psychiczne, a te strukturyzują osobowość. Podmiot reaguje na tę rzeczywistość nie tylko somatycznie i nie tylko nieświadomie, ale także na poziomie świadomościowym i emocjonalno-uczuciowym. Doznanie to staje się doświadczeniem egzystencyjnym (osobistym). Poprzez nie człowiek doświadcza życia, ocenia je i do niego się odnosi. Na tej drodze realizuje się i ujawnia poziom osiągniętej dojrzałości czy też niedojrza-

łości, rozwoju lub jego braku, integracji czy jej zaburzenia itp. sprawności czy braków w zakresie życia psychicznego. Jeśli jest ono zaburzone nawet parcjalnie, nie jest w stanie prozdrowotnie służyć aktywności jednostkowej.

To, co nazywamy sprawnością psychiczną jednostki, jest rzeczywistością wielce złożoną i zindywidualizowaną. Diagnozowane w tym kontekście funkcje i sposoby bycia człowieka ujawniają z jednej strony skalę jego aktualnych możliwości, z drugiej – wskazują na czynniki potencjalnych zagrożeń: frustrujących, wywołujących strach i niepokój, dezintegrujących itp. Między potrzebami wielowymiarowo funkcjonującej egzystencji a konkretnymi realiami życia uaktywniają się możliwości zaburzające. Aktywizują one siły autodestrukcji i heterodestrukcji. Wśród nich coraz pełniej z naukowego punktu widzenia rozpoznawane zaburzenia noopsychosomatyczne. Rozumiemy je tu jako czynniki ogólnego zaburzenia zdrowia noobiopsychicznego, ale związanego z niewydolnością noetycznego wymiaru egzystencji i funkcji psychicznego wymiaru, skutkujące efektem noopsychosomatycznym. Mamy tu do czynienia z patogennością funkcji noetycznego wymiaru egzystencji.

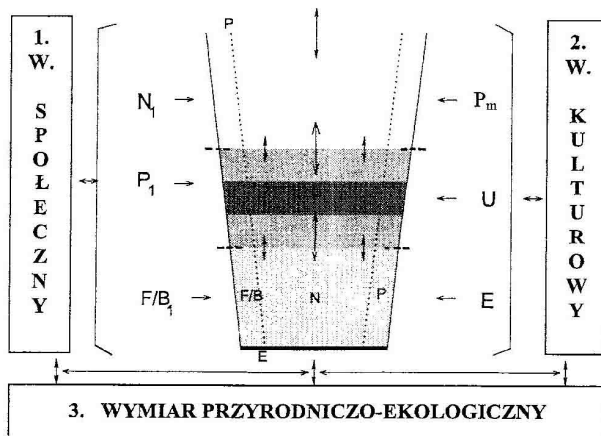
WIELOWYMIAROWOŚĆ BYCIA I WIELOKIERUNKOWOŚĆ STAWANIA SIĘ

Formuła „bycie i stawanie się” człowieka jest wspólnym dorobkiem psychologii egzystencjalnej i humanistycznej. W ujęciu noologoteoretycznym zostało ono wzbogacone nowymi pojęciami i terminami, wyrażającymi dynamikę procesów określających charakterystyczną dla człowieka noowymiarowość ludzkiej egzystencji, tj. specyficzność ludzkich potrzeb, wielokierunkowość odniesień, wielowymiarowość bycia, stawania się i spełniania siebie. Określenie „wielo...” wskazuje na możliwości tych procesów, które w swej podstawowej funkcji są rozwojowe, ale mogą również podlegać degradacji. Działają wówczas przeciw zdrowemu byciu i prawidłowo przebiegającemu rozwojowi jednostki.

Wielowymiarowość ludzkiego bycia i wielokierunkowość stawania się obrazuje schemat 1. W książce *Noetyczny wymiar osobowości* (Popielski, 1994) miał on formę modelu, który odtwarza powiązania zarówno „infra”, jak i „intra” struktury osobowości i noetycznie rozumianej egzystencji, powiązanej z otaczającą rzeczywistością. Przedstawiony w artykule schemat 1 obrazowo uzmysławia wielowymiarowość bycia i wielokierunkowość stawania się. Pomaga w porządkowaniu myślenia psychologicznego na temat egzystencji wielowymiarowo zorganizowanej. Umożliwia dymensjonalnie określone analizowanie i wnioskowanie, co daje podstawy do wielowymiarowo warunkowanego diagnozowania.

Dymensjonalne ujęcie egzystencji i charakterystyka wymiarów osobowości zostały w opisie potraktowane skrótowo z uwagi na ich szczegółowe scharakteryzowanie w książce *Noetyczny wymiar osobowości*. Schemat został tak skonstruowany, że istnieje możliwość jego podwójnego interpretowania: dymensjonalnego i „warstwowego”².

² W opisie schematu zastosowano podwójny zapis oznaczenia dymensji egzystencji:



W – wymiar egzystencji:

R – relacje egzystencjalne:

D – doświadczenie egzystencjalne:

N – noetyczny, P – psychiczny, F/B – fizyczny/biologiczny

1 – społeczne, 2 – kulturowe, 3 – przyrodnicze

P_m – przeżycie/miłość, U – uczucia, E – emocje

↔ – relacje komunikacji podmiotowo-osobowej (egzystencjalnej – Ke)

Schemat 1. Wielowymiarowość bycia i wielokierunkowość stawania się osobowości i egzystencji.

System strzałek stosowanych w modelu (na schemacie 1) wskazuje na powiązania egzystencyjne wewnątrzosobowe i pozasobowe.

Interpretacja dymensjonalna

Fizyczny (biologiczny) wymiar (F/B) obejmuje struktury i układy fizjologiczne, związki i zależności, bodźce i reakcje itp. Wymiar noetyczny (N) wyraża się poprzez działania „ja” osobowego w formie aktywności własnej, wyborów świadomych, działań podmiotowych, osobistych decyzji, dążeń i odniesień. Wymiar psychiczny (P) ujawnia się poprzez procesy psychologiczne, wśród nich uczuciowe i osobowościowe mechanizmy funkcjonowania. Między rzeczywistościami i aktywnościami wymiarów istnieje dynamiczne powiązanie i stale aktualna korespondencja. Są one komplementarne.

z indeksem lub bez niego. Schemat analizowany „poziomo” ujawnia warstwową naturę egzystencji. Analizowany „pionowo” wskazuje na dymensjonalny charakter egzystencji i centralność noetyczności. Oznaczone są tu różne aspekty tej samej rzeczywistości egzystencjalnej. Rozróżnienie to służy zwiększeniu czytelności schematu.

W schemacie 1 zawarta jest „idea centralności egzystencjalnej”, która wyraża to, co najgłębiej konstytutywne, wewnętrzne, ludzkie i osobiste. W nooteorii określamy je pojęciem „ja” podmiotowo-osobowe, realizujące się zarówno poprzez formy bycia sobą, jak i w świadomej aktywności własnej jednostki.

„Centralność” noetycznego (F/B (N) P) wymiaru egzystencji ilustruje na schemacie 1 obszar środkowy (wewnętrzny), wyróżniony pionowymi, przerywanymi liniami. Wskazują one i symbolizują umownie dymensjonalność egzystencji. Wymiar noetyczny jest doświadczany i odbierany jako najbardziej osobisty, wewnętrzny i uwewnętrzniony. Użycie wyżej terminu „powiązanie” podkreśla współistnienie dwóch ważnych faktyczności, współokreślających ogólnoludzką rzeczywistość egzystencjalną i jego szczegółową, osobistą kondycję. Chodzi mianowicie o to, że podmiot osobowy realizuje taki rodzaj rzeczywistości, który obserwujemy tylko w życiu ludzkim. Niezależnie od ontycznego zróżnicowania gwarantuje całościowość funkcjonowania egzystencji. Rzeczywistość taka dochodzi do skutku tylko *in vivo* ludzkiej egzystencji. Egzystencja jednostki jest egzystencją pełną i jednorazową. Realnie staje się i realizuje w świecie przyrody, w procesach i relacjach życia społecznego i kulturowego. Są one korelatami bycia i stawania się jednostki. Człowiek jest czynny i twórczy w obydwu wspomnianych światach. Jego spełnianie się jest w przyrodzie aktywnością swoistą: kreatywną, osobową i zindywidualizowaną. Jednostka poznaje, przeżywa, identyfikuje się i transcenduje uwarunkowania. Jest zdolna do autotranscendencji i autodystansu. Stąd człowiek jest nosicielem wielowymiarowo warunkowanych dysonansów: poznawczego, emocjonalno-uczuciowego (Frankl, 1984; Bańka, 1973), egzystencjalnego (Popielski, 1987; 1991). Człowiek przeżywa nie tylko emocjonalnie, ale także intelektualnie rozpoznaje możliwości i ograniczenia własnej egzystencji: temporalne, kondycyjne, moralne, metafizyczne.

Interpretacja warstwowa

Schemat analizowany od dołu ku górze obrazuje „warstwowy” wariant interpretacji osobowości: od biologicznej (somatycznej) (F/B1) poprzez psychiczną (P1) ku noetycznej (N1) strukturze. Ułatwia to myślenie o wielowymiarowym jej ustrukturyzowaniu. Przy czym samo zainicjowanie funkcji, ich dominanta, może rozwijać się za pośrednictwem uaktywniania się specyficznych struktur każdej z poznawczo wyróżnionych „warstw”. Każda z nich *ex definitione* przejawia własny sposób wrażliwości na specyficzne aktywatory wewnętrzne i zewnętrzne. Stosunkowo najłatwiej dają się zidentyfikować bodźce i ich skutki w wymiarze somatycznym. Mniej oczywiste w sensie ich empirycznej identyfikacji są cechy i właściwości wymiaru psychicznego. Najmniej uchwytnie są aktywności i doznania związane z wymiarem noetycznym. Możliwe są do identyfikowania na drodze analizy egzystencji, jej form, dążeń i odniesień, jej potrzeb indywidualnych i społecznych, kulturowych aktywności i metafizycznych zapotrzebowań. Rzeczywistości te są głęboko i powszechnie obecne w egzystencji.

Na wielowymiarową złożoność struktur psychicznych w życiu jednostkowym wskazuje w schemacie 1 najbardziej nasycony szarością pas w wymiarze psychicznym (P1). Wnikają weń zarówno oddziaływania płynące z aktywności

organizmu (F/B1), jak i noetyczne dynamizmy egzystencji (N1): świadomość, autorefleksja, godność, wolność, potrzeba wartości, sensu, uświadamianie doznania, doświadczenia itp. Momenty graniczne poszczególnych wymiarowości zaznaczone są kreską przerywaną (pozioma, grubsza).

Osobowość funkcjonuje jako rzeczywistość wielowymiarowa, w kontekście oddziaływania środowiska przyrodniczego, kulturowego i społecznego. Człowiek jest otwarty „ku...” rzeczywistości bycia pozaosobistego w pierwszym rzędzie i zasadniczo poprzez struktury noetyczne. Stanowią one wyposażenie pierwotne, osobowe, podmiotowo zindywidualizowane, ale powszechne. W związku z nimi, poprzez nie i w nich identyfikuje się człowiek jako „ja” podmiotowo-osobowe.

Schemat 1 wykorzystano także do wskazania znaczenia istotnie ważnych dla egzystencji aktywności, przeżyć emocjonalno-uczuciowych i doświadczeń egzystencjalnie znaczących (por. Popielski, 1994). Wskazywanie na te siły jednostkowe bez ich wiązania z osobowością i psychiką w ogóle zaburza realistyczne myślenie o człowieku i jego sposobie egzystowania. Emocje (E) i uczucia (U) zabarwiają funkcjonalnie całość egzystencji, i to niezależnie od tego, czy są one natury dodatniej, czy ujemnej. Symbol „E” wyraża podstawowe emocje związane z biologicznym wymiarem egzystencji. Znak „U” wskazuje na uczucia, a więc te podmiotowo rozbudowywane przeżycia i doznania, które przenikają życie psychiczne i równocześnie stanowią ważny element struktur motywacyjnych; znak „P/M” oznacza ludzką zdolność do realizowania aktów miłości związanych z wymiarem noetycznym egzystencji. Człowiek doświadcza uwznioślających i głęboko motywujących przeżyć miłości, godności, wolności, sensu itp. Rozumie siebie, tzn. swoją psychikę i swoje ciało (organizm), nie tylko jako systemy czegoś lub kogoś, ale jako „ja” podmiotowe, wplecione w to, co psychiczne i powiązane wprost z organizmem. Schemat jako całość wyraża ideę „jedności w wielości i wielości w jedności” (Frankl, 1984) układu „względnie otwartego” (por. Bertalamffy, 1984; Ingarden, 1987).

Różnorodności oddziaływań życia codziennego w szczególnie sposób doświadcza człowiek w procesie refleksji i komunikacji egzystencjalnej (Ke). Doświadczana jest ona zarówno w formie doznań związanych z aktywnością intelektualną, jak i poprzez emocjonalno-uczuciowe przeżywanie życia. Całość doświadczeń, a więc poznawcze przeżycia emocjonalno-uczuciowe, stanowią o zindywidualizowanym jednostkowym doświadczaniu życia. Doświadczenia te, z uwagi na ich genezę i utrwalanie się w egzystencji, możemy określić jako „fakty” natury egzystencjalnej, tzn. wywodzące się z rzeczywistości dziejącego się życia. To one stanowią o czymś, co określiśmy „doświadczeniem czy doznaniem egzystencjalnie znaczącym” (por. Popielski, 1994).

Rzeczywistość dymensjonalna osobowości i egzystencji zilustrowana za pomocą schematu 1 jest próbą wskazania na sposób wielowymiarowego i zarazem komplementarnego funkcjonowania osobowości, a więc wielokierunkowo realizowanego bycia i stawania się człowieka: biologicznego, psychicznego i noetycznego oraz jego wszechstronnych relacji ze środowiskiem przyrodniczym, społecznym i kulturowym.

Ukierunkowanie aktywności osobowościowej pochodzi zarówno z jej własnej dynamiki, jak i ze środowiskowego aktywizowania egzystencji. Dlatego w noo-teorii mówimy o biopsychicznym i noetycznym aktywizatorze osobowości. Mobilizują one jej wewnętrzną dynamikę oraz zewnętrzną aktywność: „przedmiotowe” realizowanie i stawanie się oraz podmiotowo-osobowe bycie i spełnianie siebie.

Obydwa wymiary, a więc rzeczywistość biopsychiczna i noetyczna, służą aktywizowaniu egzystencji. Niemniej trzeba wskazać na ich czynnościowe wyspecjalizowanie i funkcjonalne możliwości. Siły biopsychiczne realizują się w związku z aktywizowaniem się potrzeb. Są potrzebami braku. Popychają jednostkę „do” czegoś. Dynamizmy noetyczne w procesie intelektualnego poznania i poruszenia emocjonalno-uczuciowego „pociągają” jednostkę „ku...” komuś lub czemuś. Pierwsze służą biopsychicznym potrzebom jednostki, a także transgresjom uruchamiającym się w ramach jednego wymiaru egzystencji, drugie – jej psychoduchowemu ukierunkowaniu, przekraczaniu uwarunkowań, auto-transcendencji. Wspólnie tworzą i służą podmiotowo-osobowej egzystencji.

Rozróżnienia te *implicite* zawarte są w niektórych ujęciach i koncepcjach potrzeb (por. A. Maslow, K. Obuchowski, J. Koziński). Warto przypomnieć, że służą one próbom pełniejszego rozumienia zasad funkcjonowania ludzkiej egzystencji³.

„JA” PODMIOTOWO-OSOBOWE I JEGO OBECNOŚĆ W PROCESACH AKTYWNOŚCI SOMATYCZNEJ

W związku z doświadczeniem siebie jako „ja” można mówić o człowieku jako o bycie skonkretyzowanym w podmiotowo-osobowym „ja”. Jego siłą jest nie to, co fizyczne, włącznie z wyposażeniem w zmysły i instynkty, ani też to, co psychiczne. Te raczej ujawniają ludzką biopsychiczną niewydolność i ograniczoność. Tym, za pomocą czego człowiek przekracza świat przyrody – i to niezależnie od faktu przynależności do niego – jest wyposażenie noetyczne, wyrażające właściwości jego psychoduchowej natury. Całość egzystencji jakby pracuje na ludzkie podmiotowe „bycie” i bycie to wyraża. Jest reprezentantem „tego – oto – bycia”! W związku z nim człowiek przekracza własne biopsychiczne uwarunkowania, a także może się wobec nich dystansować. Dzięki niemu wchodzi jako „ja” w relację ze światem (por. koncepcja relacji „ja–świat” Nuttina). Oczywiście pośredniczą w tym doznania i doświadczenia zmysłowe. Jednak z jednej strony percepcja, relacje i komunikacja, a z drugiej – dążenia, odniesienia, cele, sens itp. domagają się centralizującego je koordynatora i podmiotowego dyspozytora między biopsychiczną aktywnością i podmiotowo-osobową, tj. psychoduchową,

³ Być może dlatego Frankl stosunkowo rzadko mówi o potrzebie sensu, a raczej o „woli sensu” (der Wille zum Sinn). Wydaje się, że słowo „Wille” w niektórych kontekstach wypowiedzi Frankla lepiej byłoby oddać takimi polskimi odpowiednikami, jak np. dążenie do sensu, zapotrzebowanie sensu, pragnienie sensu, ukierunkowanie na sens czy wręcz wprost „wola sensu”.

egzystencją. Tę rolę możemy przypisać „ja” osobowemu. W tym ujęciu „ja” osobowe stanowi konstrukt teoretyczny, wyjaśniający psychologiczny związek podmiotu świadomego z „samym sobą” i z rzeczywistością poza nim. Niektóre cechy i właściwości tego związku są możliwe do empirycznej kontroli i obserwacji, przynajmniej pośredniej, zwłaszcza w sytuacji analizowania związków przyczynowych zaburzeń noopsycho-somatycznych. Swoistą racją przemawiającą za możliwością takiego wyjaśnienia są wyniki badań somatopsychicznych. Zaburzenia i braki powstałe na poziomie biofizjologicznego funkcjonowania organizmu ludzkiego powodują zaburzenia funkcji psychicznych. Leczenie sposobami biologicznymi przywraca te sprawności. Narzucające się wówczas rozumowanie jest takie: przywrócenie organizmowi sprawności to równocześnie rozwiązanie problemu psychosomatycznego. Uprawnione jest tu także inne podejście. W ramach zwykłego, singularnego modelu związku przyczynowego w gruncie rzeczy powiela się model S-R. Egzystencja ludzka ujawnia jednak znamiona potencjalności domagających się „multidymensjonalnego i wieloprzyczynowego” myślenia o niej, a także jej wielowymiarowego interpretowania. Służy ono lepszemu zrozumieniu tego, co realizuje się „między” S i R. Zdrowo i sprawnie funkcjonujący organizm umożliwia jednostce ujawnianie się jej naturalnej pełni i rzeczywistych wyposażań jednostki. W stosunku do nich bodziec i reakcja są czymś wtórnym, choć niezbędnym. Człowiek przestaje być „spójnikiem”, a ujawnia swoją podmiotowo-osobową naturę i realne właściwości.

W tej propozycji wymiar psychologiczny ujawnia naturę egzystencji zespalającej w sobie rzeczywistość bytu biopsychoduchowego. Aspekt psychologiczny jest głęboko skomplikowany przez fakt uczestniczenia w nim tego, co biologiczne, i tego, co jest natury duchowej. Postrzeganie i analizowanie rzeczywistości człowieka tylko z punktu widzenia biopsychicznego wskazuje na jego aspekt przyrodniczy. Wyraża się w terminach nauk biopsychologicznych. Egzystencja ludzka postrzegana i interpretowana z punktu widzenia psychonoetycznego ujawnia jego naturę psychoduchową. Rzeczywistość ta i jej ujęcia z samej natury rzeczy i z naturalnej konieczności są komplementarne. Rozdzielanie ich w procesie analizy ma – i może mieć – charakter wyłącznie poznawczy. Konkretność osobowego istnienia i ostateczne metafizyczne pytania człowieka wskazują na ich źródło i genezę, ale też i na możliwości potencjalne takiego istnienia. Ujawniają to także odniesienia podmiotowo-osobowe, wpływające z najgłębszej natury egzystencji, a odnoszące się do relacji osobowych. W kontekście życia typu personalnego manifestują własny status ontyczny i związany z nim sposób swojego ujawniania się. Najpełniejszą formę wyrażenia się przybiera dialog w doświadczeniu osobowej wypowiedzi. Swój głęboki wyraz odnajduje w dialogu osoby z osobą. Człowiek rozumie siebie w odniesieniu do kogoś. Drugie „ty” osobowe jest koniecznym warunkiem zaistnienia naturalnej komunikacji personalnej. Obserwacje psychologiczne wskazują, że nie spełniają tego rodzaju warunków odniesienia pozaosobowe.

Pozostawić trzeba osobom kompetentnym, przede wszystkim filozofom i antropologom, uzasadnianie natury i sposobu istnienia tego, co duchowe w ludzkiej egzystencji. Psycholog wskazuje raczej na tego rodzaju rzeczywistości, jak fakt świadomości (uświadamianej), rozumność, podmiotowość osobowa, potrze-

ba sensu życia i wartości, wolność, godność, przekraczanie uwarunkowań, zdolność do autotranscendencji, ukierunkowanie „ku...” osobom, społeczeństwu, kulturze itp. korelaty podmiotowo-osobowej egzystencji. Te i inne potrzeby człowieka każą z całą powagą traktować rzeczywistość ludzką, która jest, która dzieje się w nim, w związku z nim i wokół niego. Nooteoria konceptualizuje je w propozycji „noetycznego wymiaru” osobowości i egzystencji (Popielski, 1994; 1996).

Wszelka destrukcja tej rzeczywistości w formie redukcjonistycznego traktowania, interpretowania i terapeutyzowania jest szkodliwa jednostkowo i społecznie. Skutki tej destrukcji wnikają głęboko, korodują bardzo subtelnie i równocześnie skutecznie struktury życia jednostkowego, społecznego i kulturowego.

WOLNOŚĆ EGZYSTENCYJNA JAKO ZASADA ROZWOJU I STAWANIA SIĘ EGZYSTENCJI

W filo- i ontogenetycznej strukturze rozwoju egzystencji postrzegamy tendencję rozwojową, którą Mazurkiewicz określił pojęciem „parcia ku przodowi”. Jest ona rodzajem siły rozwoju biopsychicznego, ale bardzo wrażliwej na procesy destrukcji. Zauważmy również drugą właściwość, którą określić można jako „paradoks wolności”. Im wyżej zorganizowana struktura i im „wyżej” rozwojowo usytuowany jest organizm, tym mniej określoności i – paradoksalnie – tym większy przyrost wolności. Wiążąc to spostrzeżenie ze schematem 1, możemy mówić o „paradoksie dymensionalnego przyrostu wolności”, na co w schemacie wskazuje rozwieranie się jego ramion w kształcie litery V. Optymalnie sytuacja wolności egzystencjalnej realizuje się w wymiarze noetycznym (N) egzystencji. W związku z tym można zauważyć kolejną prawidłowość. Stosunkowo najwięcej praw spotykamy w somatycznym wymiarze egzystencji, najmniej – w wymiarze noetycznym. Stąd i dostępność poznawcza do tych wymiarów jest również swoista. W wymiarze biologicznym ujawnia się ona poprzez formy czynnej obecności praw przyrodniczych, dalej – poprzez prawidłowości funkcjonalne wymiaru psychicznego i za pośrednictwem prawdopodobieństw związanych z noetycznym wymiarem egzystencji. Z noetycznym wymiarem egzystencji *ex definitione* wiążemy wspomniane już rzeczywistości, jak np. wolność, godność, odpowiedzialność, sens itp. (por. Popielski, 1991; 1994). Rzeczywistość ta reguluje także sprawę statusu epistemologicznego przedmiotu naszego poznawania, tj. noopsychosomatyki. Jest on określany dymensionalnie. Inny jest status wymiaru biologicznego egzystencji, inny psychicznego, a jeszcze inny jej noetycznego wymiaru. W pierwszym spotykamy się z prawami przyrodniczymi, w drugim – z prawidłowościami psychologicznymi, w trzecim – z prawdopodobieństwami związanymi z noetycznym, typowo ludzkim wymiarem rzeczywistości. Być może dlatego łatwiej coś uzasadnić koncepcją „libido”, ideą „archetypu” czy nawet „czarnej skrzynki” niż analizą tego, co zwyczajnie jest i wplecione jest w egzystencję jako stanowiące jej naturę podstawową i pierwotną. Człowiek w historii nieraz ujawniał preferencję twardych konkretów: od złotego cielca po potęgę banków. Subtelność rzeczywistości wymiaru noetycznego wydaje się dla „twardych” empirystów zbyt ulotna, a dla „miękkich” interpretantów egzystencji – zbyt skonstru-

tyzowana. Wydaje się, że empirią wyznaczone myślenie dochodzi tu swej granicy. Problem „człowieka” świadomie musi pozostawać otwarty, jeśli orzekanie o nim ma pozostać realistyczne i prawdziwościowe (Popielski, 1987).

Tu krótka uwaga. Otóż psychologia współczesna za pomocą własnych kategorii i terminów opisu poznawania oraz narzędzi badania, jakimi aktualnie dysponuje, w zasadzie nie jest w stanie dotrzeć do duchowej głębi egzystencji bez wskazania na uzasadniający jej obecność noetyczny wymiar egzystencji. Wnikliwi psychologowie, zmagający się z tego rodzaju faktycznością w praktyce, w procesie bezpośredniego spotkania z pacjentem zauważają przydatność proponowanego podejścia poznawczego, badawczego i interpretacyjnego. Dla teoretyków dużą trudność stanowi rozwiązanie problemu relacji *body-mind* (warto wspomnieć tu choćby niektóre nazwiska: J. Eccles, V. E. Frankl, J. Trąbka). Utrudnia to zadanie z jednej strony neopozytywistyczny model nauki, zbyt „twardo” reagujący na rzeczywisty model człowieka, a z drugiej – postmodernistyczne opinie, zbyt łatwo ignorujące dorobek nauki.

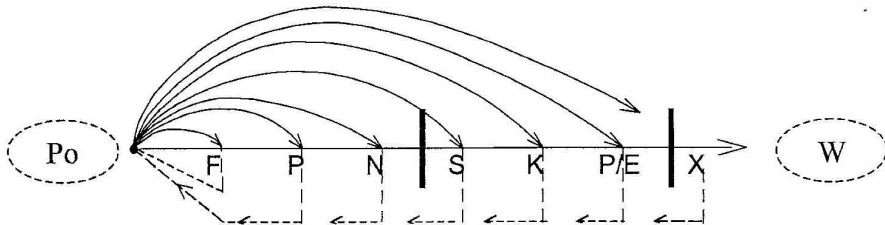
Wolność wypreparowana z własnej przestrzeni egzystowania, tzn. z osobowego wymiaru swego własnego bytowania, traci autentyczne powiązanie z życiem, z podmiotowo-osobową egzystencją człowieka. Analizowana i interpretowana poza własną naturalną przestrzenią egzystencjalną, z konstytutywnego fenomenu życia człowieka, staje się jakby jego epifenomenem. Wolność wyprowadzana spoza noetycznego wymiaru egzystencji i zredukowana do rzeczywistości psychologicznej z wszelkimi tego konsekwencjami, tj. przez jej arbitralne zaprzeczenie lub absolutyzowanie, pozbawiona swej osobowej przynależności i właściwości, traci moc kreowania egzystencji (por. np. ujęcia J. P. Sartre’a czy S. B. Skinnera).

Wolność ludzka, wolność człowieka jest – chciałoby się powiedzieć – wolnością ludzkiej głębi, jej scentralizowanego środka. Jest faktycznością między uwarunkowaniami a rzeczywistością nieuwarunkowaną (por. Frankl, 1949). Człowiek należy do tego gatunku w przyrodzie, którego egzystencja jest równocześnie uwarunkowana (a raczej warunkowa) i równocześnie nieuwarunkowana (tzn. wolna). Mamy tu do czynienia z paradoksem rozwiązywalnym tylko *in vivo*, tzn. w powiązaniu jej z naturą ludzkiej egzystencji. Poza nią paradoks ten pozostaje nierozwiązywalny. W innym przypadku skutkowanie wolności staje się niszczące dla tego, kto jest jej podmiotem. Nieporadność korzystania z wolności w formie „zniewolenia” lub „swawoli” wytrąca egzystencję z podstawowego warunku normalności jej bycia i stawania się. Przejawia się, jak to określają egzystencjaliści, w poczuciu „niespełniania się”. Rzeczywistość ta przekłada się na noopsychosomatykę, rozumianą jako ogólne osłabienie dynamiki życiowej; biopsychonoetycznej.

Konsekwencją badawczą związaną z propozycją wymiarowości egzystencji jest propozycja wprowadzenia badań i analiz „wymiarowego” funkcjonowania jednostki w aspekcie somatycznym, psychicznym i noetycznym. Rzeczywistość wymiarowości i jej znaczenie dla egzystencji uwidacznia się w sytuacji analizowania danych empirycznie związanych z rozbudowaną lub obniżoną aktywnością noetyczną (por. Popielski, 1994).

PODMIOTOWO-OSOBOWA TENDENCJA „KU”

Podmiotowa aktywność i rozwój ludzkiej jednostki realizuje się w twórczym i ukierunkowanym procesie rozwoju tendencji podmiotowych „ku”. Z tymi dynamizmami powinno liczyć się każde działanie terapeutyczne. Rysunek 1 służy przybliżeniu tego rozumowania.



Po – Podmiot osobowy
W – Wartości

↪ Tendencja „ku...”
..... Stawanie się

W. dymensjonalne

F – fizyczne, P – psychiczne, N – noetyczne (zob. W. noetyczno-osobowe)

W. środowiskowe

S – społeczne, K – kulturowe, P/E – przyrodniczo-ekologiczne

W. noetyczno-osobowe

estetyczne, moralne, duchowe, religijne

Rys. 1. Tendencja rozwojowa „ku...”.

Podmiot osobowy (Po) z właściwej sobie dynamiki ukierunkowany jest „ku...” komuś lub czemuś. W prezentowanym rysunku rzeczywistość tę przedstawia wektor poziomy, oznaczony symbolem Po – W. Linia ta ilustruje pierwotność ukierunkowania podmiotu osobowego (Po) „ku...” świata wartości (W).

Z uwagi na dymensje swego zaistnienia i powiązania wartości można podzielić na: biologiczne (B), psychiczne (P) i noetyczne (-osobowe) – (N). Wartości noetyczne interesują nas w szczególny sposób. Wyróżniamy wśród nich wartości poznawcze, estetyczne, moralne, metafizyczne, religijne itp. Kolejną grupę stanowią szeroko rozumiane wartości środowiskowe. W schemacie na osi Po – W symbolizują je litery: S – społeczne, K – kulturowe i P/E – przyrodniczo-ekologiczne.

Rysunek 1 objaśnia podmiotowego stawania się i rozwoju jednostki na drodze odnoszenia się człowieka „ku...” wartościom. Wskazanie na tendencję rozwojową „ku...” i jej opisanie należy do dorobku teoretycznego nooteorii. W jej ramach postuluje się funkcjonowanie dynamizmu określanego jako „tendencja ku...”. W propozycji nie sugeruje się żadnych preferencji ani wyborów – stąd trzy kropki w zapisie. Jest to wysoce suwerenna właściwość podmiotowo-osobowa, choć nie absolutnie wolna, bo określana jest nie tylko zindywidualizowa-

ną, lecz także ontyczną kondycją wybierającego. Podmiot osobowy, ukierunkowując się zgodnie ze swoją kondycją i wyposażeniem „ku...”, decyduje o wyborze wartości, ich akceptacji i interioryzacji. Te, internalizowane, współtworzą i współkształtują podmiot. Jest to układ, w którym spełniają się relacje i komunikacja „ja–świat” postulowane przez Nuttina oraz odniesienia „ja – ty” Bubera i „ja – my” Binswagera. Są to odniesienia podmiotowo-osobowe „ku...” komuś, ku drugiemu, łącznie z potrzebą odniesienia ku Absolutnemu. Spostrzeżenie to nie jest możliwe przy koncepcji egzystencji z tezą o jednostce jako „mechanizmie” psychologicznym. Raczej jest odwrotnie. To ludzkiej egzystencji przynależą mechanizmy, a także świat jej myśli, uczuć, odniesień, dążeń, wartości itp. To ona pozostawia ślad swej obecności w życiu społecznym i w kulturze. Stąd zablokowanie rozwoju lub dostępu do tych rzeczywistości zaburza możliwość prawidłowego bycia i stawania się egzystencji, z efektem „noopsycho-somatycznym” włącznie.

Niewydolność noetyczna w sytuacji społecznie i kulturowo (subkulturowo) trudnej i psychicznie obciążającej jednostkę staje się źródłem egzystencjalnego zagrożenia. W tym miejscu spotykamy się z jednym z paradoksów współczesności. Człowiek współczesny, który ma tyle możliwości stawania się, czuje się pokonywany nie tylko własną niewydolnością, lecz także niemożnością stwarzaną mu przez środowisko bycia. Doświadcza poczucia niespełnienia siebie. Jednostronność rozwoju, jednowymiarowość jego aktywizowania odbiera mu szansę „bycia i stawania się sobą”.

NOOPSYCHOJATROGENIA

Paralelnie do redukowania w świadomości badaczy i specjalistów „dymensyjnego” interpretowania egzystencji, aż do sprowadzenia jej do jednego wymiaru i do rzeczywistości automatycznie „dziejącej się” czy aktualizującej się, wzrasta ilość i rodzaj zaburzeń powodowanych „wyuczoną” nieporadnością specjalistów-doradców. Gdy system myślenia i interpretowania terapeuty jest jednostronny lub niewyczerpujący w odniesieniu do wielowymiarowo będącej i wielokierunkowo stającej się ludzkiej egzystencji, a jego rady zostają zaaplikowane pacjentowi w sposób redukujący go, wywołując w nim niepokój, chorobowe zachowania, reagowanie czy myślenie, wówczas mówimy o „jatrogenii”. Jeżeli doradca jest specjalistą-psychoterapeutą (psychologiem) redukcjonistycznie postępującym z klientem, jednowymiarowo go interpretującym (traktującym), zaniedbującym lub negatywnie oddziałującym, wówczas możemy mówić o „psychojatrogenii”. Jeżeli terapeuci zaniedbują, absolutyzują lub ignorują lęki i problemy egzystencjalne swoich pacjentów, zwiększa to ich niepokój. Gdy ignorują wartości lub je narzucają, tym samym pogarszają ich samopoczucie. Wzmacniają wówczas uzależnienie pacjenta od siebie, a nawet wręcz go zniewalają. W takiej sytuacji możemy mówić o „noopsychojatrogenii” (por. Popielski, 1987; 1994).

KRYZYS AKTYWNOŚCI NOETYCZNEJ I JEJ ZWIĄZEK Z ZABURZENIAMI PSYCHOSOMATYCZNYMI

Kryzys aktywności noetycznej związany jest z zaburzeniem specyficznie ludzkiej aktywności i motywacji. Manifestuje się poprzez procesy zanikania motywacji „ku...” życia oraz frustracji poczucia jej sensu. Nabudowujący się w związku z tym „zespół objawów noopsychosomatycznych” jest przejawem zaistnienia i rozbudowania się egzystencjalnego kryzysu aktywności noetycznej. Jest następstwem powstałej „pustki egzystencjalnej”, „frustracji egzystencjalnej” czy „nerwicy noogennej”, jak to określa Frankl. Stan ten pojawia się i rozwija w powiązaniu z psychosomatyczną, zindywidualizowaną tendencją do reagowania zachowaniem nerwicowym w sytuacji egzystencjalnie trudnej.

INTERPRETACJA WYNIKÓW BADANIA SKALĄ OBJAWÓW NOOPSYCHOSOMATYCZNYCH (SO-NPS) K. POPIELSKIEGO

Wyniki pomiaru SO-NPS pozwalają na orientację co do natężenia zaburzeń i zaistnienia braków w zakresie określonych aktywności, funkcji i zachowań osób badanych. W procesie konstruowania pytań skali podstawowe znaczenie odegrały sformułowania wydobyte z koncepcji stresu Selye’go (1960) oraz z psychologicznej konceptualizacji stresu opisanego przez Lazarusa (1966; 1986), a także z danych dotyczących psychologicznych skutków zaburzeń noetycznych i frustracji egzystencjalnej w ujęciu Frankla. Czynniki „noo...” jest tu rozumiany w znaczeniu noostresu i noofrustracji, a więc specyficznych rodzajów i przyczyn frustracji egzystencjalnej, związanej z noetycznym wymiarem osobowości.

W ten sposób przygotowana lista problemów, skarg i doznań noetycznych, psychicznych i somatycznych stała się podstawą do działań operacjonalizacyjnych. W efekcie powstała Skala Objawów Noopsychosomatycznych (SO-NPS).

Pierwszą wersję SO-NPS opracowano w 1985 roku, drugą, poszerzoną – w 1989. Skala obejmuje 52 objawy zaburzeń noopsychosomatycznych. Natężenie ich obecności ocenia badany na 5-stopniowej skali szacunkowej. Skalę poddano opracowaniu statystycznemu.

„Dobieranie” objawów w SO-NPS, przy zastosowaniu metody selekcji cech (wariant analizy kanonicznej) opracowanej przez A. Szymańskiego z Uniwersytetu Łódzkiego, ukazuje wielowymiarowy i wieloprzyczynowy charakter zespołu objawów noopsychosomatycznych. Przyrost wyjaśnianego obszaru zachowań poszerzał się wraz z doborem skal testu do chwili, aż osiągnął poziom optymalnych, a dodawanie nowych jakości nie wniosło już nowych informacji dotyczących tego, co różnicuje i charakteryzuje badane grupy eksperymentalne. Fakt dobierania kolejnych „skarg” jest interesującym studium obserwacji kolejnych przyczyn wzmacniających patologiczne oddziaływanie na jednostkę. Niżej podane zestawienia są przykładem dobierania stwierdzeń SO-NPS według kolejnych kroków wynikających z analizy kanonicznej.

Zestawienie I:

1. Nadpobudliwość psychoruchowa
25. Nieadekwatne reagowanie na strach
17. Nadużywanie środków uspokajających
49. Niechęć wobec ludzi

Zestawienie II:

34. Lęk przed zamkniętą przestrzenią
3. Suchość w ustach lub w gardle
48. Nadwrażliwość ma trudne doświadczenia
2. Zaburzenia akcji serca

Zarówno w pierwszych, jak i w drugich doborach i selekcji skarg realizuje się podobny schemat wiązania się objawów. Złączone są one z wymiarem somatycznym, psychicznym i noetycznym egzystencji. I tak np. pierwsze doборы wiążą objawy z wymiaru somatycznego (sk. 1), psychicznego (sk. 25) i noetycznego (sk. 49) oraz skali 17 – uzależnieniowe zachowania obronne. W podobny sposób – jak w zestawieniu I – kształtuje się zespół doborów w zestawieniu II (wymiary: somatyczny – sk. 3 i 2; psychiczny – sk. 34; noetyczny – sk. 48).

Zestawienie I ilustruje proces ujawniania się struktury zespołu objawów noopsycho-somatycznych (ZO NPS). Do symptomu 1 – ogólna nadpobudliwość psychoruchowa – dochodzi przejaw 25: nieadekwatne (przesadne) reagowanie strachem oraz 49, tj. niechęć do kontaktów z ludźmi, i 17 – nadużywanie leków uspokajających. Podobna struktura wielowymiarowego zaburzenia powtarza się, rozbudowuje, różnicując badanych w kolejnych doborach. Wiążą się ze sobą „symptomy” z wymiaru noetycznego, psychicznego i somatycznego. Tego rodzaju tendencję do regularności można interpretować właśnie w terminach ujawniania się „zespołu objawów noopsycho-somatycznych”.

Z analizy jakościowej zespołu objawów noopsycho-somatycznych wynika, że wśród objawów empirycznie zidentyfikowanych za pomocą SO-NPS Popielskiego (1994) w badaniu 350-osobowej grupy studentek II i III semestru studiów z kierunków humanistycznych, w obrazie kryzysu noopsycho-somatycznego (egzystencjalnego) dominują następujące zachowania:

a) W wymiarze funkcjonowania noetycznego.

Rozbudowanie poczucia nudy, nieszczęśliwości i rezygnacji, stany przygnębienia, zniechęcenia, znikanie motywacji do życia i do aktywności. Doświadczenie bezradności, niepewności i frustracji. Poczucie wyobcowania, dezakceptacji i lęku, zwłaszcza przed nowym i nieznanym. Brak pewności siebie i przeżywanie zagubienia życiowego.

b) W wymiarze funkcjonowania psychicznego.

Zmienność nastroju, poczucie wyczerpania, reaktywność lękotwórcza, kłopoty z koncentracją uwagi i z pamięcią. Poczucie znużenia i wyczerpania, trudności z odprężeniem się i sprawnością wypowiedzi, kłopoty ze snem (i snami), myśli samobójcze, problemy seksualne. Wiele rodzajów nadwrażliwości emocjonalno-uczuciowej i lękowej (fobie).

c) W wymiarze funkcjonowania somatycznego.

Poczucie ogólnego napięcia nerwowego, zaburzenia akcji serca, bóle żołądka, zębów, gardła, suchość w ustach lub gardle, brak apetytu lub jego nadmiar.

Działania obronne stosowane przez badanych ujawniają się w formie czynności mających prowadzić do „obniżenia napięcia”: nadużywania leków uspokajających, środków przeciwbólowych i alkoholu.

Wyniki badań pozwalają na stwierdzenie, że „zespół objawów noopsychosomatycznych” tworzą trzy struktury: zespół obniżonej aktywności noetycznej, zespół dysfunkcji psychicznych, zespół reagowania somatycznego.

Z przeprowadzonych badań empirycznych i obserwacji wynika, iż można wyróżnić następujące zespoły negatywnych zachowań sprzyjających rozwijaniu się frustracji noetycznej:

a) Ogólnie negatywne myślenie o sobie i własnej egzystencji: zmniejszanie się aktywności psychicznej i chęci kształtowania swego losu. Zniechęcenie do życia. Zachowanie rezygnacyjne, popadanie w stan nudy, cynizmu, rozpacz, utrata celów, rozwój zachowań depresyjnych (egzogennych). Obniżanie się szacunku do siebie i do innych osób. Zanikanie kierowania się wartościami, potrzebami i uczuciami wyższymi. Zmniejszanie się ilości oraz jakościowo znaczących celów życiowych. Zagubienie hierarchii wartości, obniżanie się poczucia sensu życia itp. przejawy.

b) Zaktywizowanie się reagowania frustracją: wzrost niepokoju i ilości sytuacji lękorodnych, ucieczka od życia, rozbudowanie negatywnego obrazu siebie samego, wzrost reagowania przejawami frustracji egzystencjalnej, rezygnacji, podejrzeń i agresji, a także niedojrzałość i nieadekwatność reakcji i zachowań emocjonalnych itp.

c) Rozbudowanie zachowań obronnych: od bardzo skomplikowanych mechanizmów do rutynowych sposobów obniżania napięcia psychicznego (np. nadużywanie środków uspokajających, alkoholu itp.).

Somatyzacja zaburzonych „jakości”, „aktywności” i „postaw” noetycznych jest sprawą tyleż czasu, co jednostkowej odporności organizmu na zaburzenia, stres, frustrację i konflikty.

ZABURZENIA ZDROWIA JAKO WYNIK ZABURZENIA NOOPSYCHOSOMATYCZNEGO

Teza, że zaburzenie zdrowia jest natury noopsychosomatycznej, nie dla wszystkich zainteresowanych poruszaną tu problematyką jest oczywista. Przedstawiona propozycja jest rozumiana jako dopełniająca biopsychiczną genezę zaburzeń somatycznych. Dla psychologa-praktyka coraz bliższe stają się noopsychiczne przyczyny zaburzeń. Psychologia fenomenologiczno-egzystencjalna, a zwłaszcza noologoterapia, dostarczają w tym względzie wiele spostrzeżeń i propozycji terapeutycznych, bardzo aktualnych dla współczesności. W pierwszym rzędzie jest to propozycja o charakterze psychoprofilaktycznym.

Z trudem przecierają sobie drogę propozycje realistycznego modelu egzystencji, w którym człowiek rozpoznaje siebie i swoje właściwości. Zapewne ma rację

Yalom (1980), gdy mówi, że na egzystencjalnym terenie rozpoznawania przyczyn zaburzeń pojawia się zbyt mało badań. Chyba jeszcze gorzej ma się sprawa z konceptualizacją ludzkiej egzystencji, „która przecież jest – stając się i stając się – będąc”, z natury nastawionej na zdrowie i rozwój. Ciągłe jeszcze prościej i łatwiej jest pozostawać na terenie obserwowania i opisu rozwoju patologii niż poszukiwać właściwości i struktur służących zdrowiu. Wychodząc z założenia całościowej odpowiedzi egzystencji na przeciążenia i przyjmując jej trójpodział, można tę propozycję przedstawić następująco:

Schemat 1 ma na celu przybliżenie wielowymiarowego zaburzenia zdrowia noopsycho-somatycznego ze szczególnym wyakcentowaniem noogenetycznej problematyki zaburzeń egzystencji. Należy go odczytywać jako całość funkcjonalną. Pomaga on zrozumieć, jak w przyczynie zaburzeń uczestniczy całość egzystencji. Powyższe ujęcie koresponduje ze stanowiskiem autorów, którzy są ostrożni w przyjmowaniu jednego czynnika jako decydującego o przyczynie zaburzenia zdrowia. Chcemy dodać, że w podobny sposób proponuje się tu wykorzystanie koncepcji i metody dymensionalnej w analizie przyczyn zaburzeń noopsycho-somatycznych. Wydaje się, iż w tym kontekście myślowym można mówić o dominującej roli któregoś czynnika (B) czy określonej dymensji (1). W związku z tym, w procesie diagnozy można również stawiać hipotezy dotyczące noo- i psychogenezy zaburzeń somatycznych. Stąd propozycja poszerzenia psychosomatyki o dookreślenie „noo”, by wskazać, że zaburzony wymiar noetyczny osobowości może generować wiele czynników bardzo dyskretnych, ale skutecznie zaburzających psychikę i organizm, tj. egzystencję. Byłby to skutek niespecyficznych oddziaływań na psycho-somę.

Przedstawiony schemat 1 służy jako pomoc przy analizowaniu wielowymiarowo warunkowanego zaburzenia egzystencji. W tym przypadku chodzi o trój-dymensionalną przyczynę generowania zaburzeń nerwicowych i somatycznych przejawów. Pokazuje komplementarność warunkowania identyfikowanego w procesie całościowego, nieredukcjonistycznego traktowania egzystencji. Nigdy dość przypomnień, że nie chodzi tu o taki holizm, w którym gubi się wyróżnialne struktury i dymensje, lecz o interpretowanie dynamizmów, struktur czy symptomów w kontekście wielowymiarowego funkcjonowania osobowości i wielokierunkowego stawania się egzystencji. W schemacie wydobyto fakt, że zaburzenie zdrowia i końcowy jego efekt – noopsycho-somatyka – może mieć obok psychosomatycznej także noetyczną przyczynę, gdzie dominuje czynnik noogeny, a wszystko bierze początek w noetycznym wymiarze egzystencji.

*

W wyniku przeprowadzonej analizy można wskazać na kilka niedociągnięć pojawiających się w związku z aktualnie funkcjonującym modelem dotyczącym diagnozy i terapii zaburzeń psychosomatycznych.

1. Niewystarczająco docenia się podmiotowo-osobowe ujęcie i rozumienie egzystencji. Chodzi tu o czynnik świadomościowy i samoświadomościowy, o noetyczny wymiar osobowości (egzystencjalno-intelektualny), moralny itp. Wprawdzie podejście kognitywnie w psychoterapii zmieniło m.in. optykę interpretacyj-

ną także w odniesieniu do zaburzeń psychosomatycznych, ale w dalszym ciągu preferuje się behawioralny model egzystencji. Nastawieni terapeutycznie psycholodzy poznawczy – wraz z odkryciem zasady przejmowania bodźców za pośrednictwem struktur poznawczych – przekraczają założenia myślenia behawioralnego (S-R) i neobehawioralnego (S-O-R). Tym samym pośrednio wskazują na znaczenie aktywności i właściwości podmiotowo-osobowej egzystencji. Otworzyło to w postpsychoanalitycznym i postbehawioralnym okresie psychologii i psychoterapii nowy wariant myślenia w dziedzinie psychosomatyki. Podmiot myślący, wartościujący i przeżywający jest czynny w czynności przypisywania znaczenia przejmowanym bodźcom (model S-C-R). Czynniki odbioru i intelektualnego przepracowania (C) rozumiany jest tu jako czynnik modyfikujący znaczenie bodźca dla jednostki i określający sposób jego odbioru i interpretacji świadomościowej.

2. Rezygnuje się z wartości jako z tego rodzaju znaczeń dla podmiotowo-osobowego życia i jego jakościowego przeżywania, które służą ukierunkowaniu i orientacji egzystencji, które ją motywują i pociągają. Fakt potrzeby orientacji „ku...” wartościom orientującym egzystencję bywa mylony z ich nadawaniem czy narzucaniem. Orientacja „ku...” wartościom w istocie jest wymogiem zdrowo funkcjonującej, podmiotowo-osobowej egzystencji. Analogicznie do kodu genetycznego w biosferze pełni rolę rozwojowo orientacyjną w „noosferze”. Celem bliższego wyjaśnienia posłużymy się analogią. Tak jak wyposażenie genetyczne daje jednostce możliwość realizowania jej biologicznego rozwoju, tak świat wartości i sensu orientuje człowieka w jego egzystencjalnym byciu i stawianiu się. Problem napięć między „naturą” a „kulturą” rozwiązuje się niejako sam z siebie poprzez wskazanie na człowieka jako zdolnego do przekraczania uwarunkowań, do autotranscendencji, jak również wyposażonego w tendencję dążenia i odniesienia „ku...”. Wiele argumentów przemawia za tym, że jest to istotny i konieczny element dopełniający czy raczej w pełni rozwijający egzystencję. Ich egzystencyjne zaniedbanie czy niedorozwój, ich brak w życiu czy społeczne ignorowanie można interpretować w terminach „błędów antropologicznych”. Człowiek nie może żyć pełnią egzystencji bez wartości i wartościowania. Jest to sytuacja naturalna ludzkiego bycia i właściwa jego stawianiu i spełnianiu się. Jako efekt negatywny tego stanu rodzi się tzw. pustka egzystencjalna i nerwica noogenna (por. Frankl), co skutkuje „noo” (psychosomatyką).

3. W interpretacji egzystencji zbyt mało ceni się pozabiologiczne dynamizmy rozwoju, a one właśnie tworzą i stanowią świat ludzkich przeżyć, odczuć, wyobrażeń, tęsknot, dążeń, odniesień itp. Chodzi tu o niedocenywanie metapotrzeby (tj. potrzeby potrzeb) egzystencji osobowej: sensu życia, jego osobistego doświadczenia, odkrycia i spełniania siebie. To wyposażenie egzystencji ma charakter orientujący życie i organizujący motywację. Rozwija się w związku z zaangażowaniem w cele (bliskie, dalekie i metafizyczne), w potrzeby i wartości biopsychonoetyczne. Stąd myśl Frankla o konieczności badania w systemach terapeutycznych tzw. intencji antropologicznej jako podstawowej, esencjalnej prawdy o egzystencji, z którą liczenie się staje się szansą skuteczniejszej terapii, oraz przywracania zdrowia i równowagi biopsychonoetycznej człowiekowi.

Przedstawione propozycje mają na celu wskazanie na specyficzne źródła zaburzeń osobowości i egzystencji, a także na możliwość ich noetycznych przyczyn. Mają one realny wpływ na powstanie syndromu „noopsychosomatycznego”.

Psychoprofilaktyka polega tu na liczeniu się z właściwościami wymiaru noetycznego i jego ochronie przed destrukcją. Jest to jednocześnie apel i zachęta nie tylko do ochrony noetycznego wymiaru osobowości, lecz także do korzystania z jego potencjału mobilizującego ludzką egzystencję.

BIBLIOGRAFIA

- Ajdukiewicz, K. (1985²). Metodologiczne typy nauk. W: K. Ajdukiewicz (red.), *Język a poznanie* (t. 1). Warszawa: PWN.
- Ajdukiewicz, K. (1985). Subiektywność i niepowtarzalność metody bezpośredniego doświadczenia. W: K. Ajdukiewicz (red.), *Język a poznanie* (t. 2). Warszawa: PWN.
- Allport, G. W. (1988). *Osobowość i religia*. Warszawa: Pax.
- Bańka, J. (1973). *Technika a środowisko psychiczne człowieka*. Warszawa: PWN.
- Barbour, J. G. (1984). *Mity. Modele. Paradygmaty. Studium porównawcze nauk przyrodniczych i religii*. Kraków: Znak.
- Beck, A. T. (1979). Wahrnehmung der Wirklichkeit und Neurose. Kognitive Psychotherapie emotionaler Störungen. München: J. Pfeiffer.
- Bertalamffy, L. (1984). *Ogólna teoria systemów*. Warszawa: PWN.
- Bielecki, T. (1988). O potrzebie ucłowieczenia człowieka. W: W. Osiatyński (red.), *Rozmowy z uczonymi polskimi* (s. 9-59). Warszawa: Czytelnik.
- Bielecki, T. (1987). Ewolucja ludzkiego mózgu – fakty i spekulacje. *Problemy*, 12, 497, 5-14.
- Binswanger, L. (1953). Grundformen und Erkenntnis menschlichen Dasein. Zürich: M. Niehans.
- Bobryk, J. (1985). Człowiek jako monada i człowiek zanurzony w kulturze. *Studia Psychologiczne*, 23, 1-2, 5-12.
- Bobryk, J. (1987). *Locus umyśtu*. Wrocław: Ossolineum.
- Borowska, T. (1998). *Pedagogia ograniczeń ludzkiej egzystencji*. Warszawa: IBE.
- Boski, P. (1990). Ponad przeciwieństwami futurum i presens – autonomia osobowości jako kryterium rozwoju człowieka. W: Z. Ratajczak (red.), *Psychologia w służbie człowieka* (s. 52-58). Warszawa: PWN.
- Boss, M. (1979). *Existential foundation of medicine and psychology*. New York: Londa.
- Brzeziński, J. (1982). Nieeksperymentalne podejście do badań osobowości. W: K. Obuchowski (red.), *Efektywność a osobowość* (s. 170-190). Warszawa: PWN.
- Buber, M. (1973). *Das dialogische Prinzip*. Heidelberg: Verlag Lambert Schneider.
- Buczkowski, P., Cichoński R. (red.) (1989). *Podmiotowość: możliwość, rzeczywistość, konieczność*. Poznań: Nakom.
- Buczyńska-Garewicz, H. (1975). *Znak. Znaczenie. Wartość. Szkice o filozofii amerykańskiej*. Warszawa: Książka i Wiedza.

- Bühler, Ch. (1975). *Die rolle der werte in der entwicklung der persönlichkeit und der psychotherapie*. Stuttgart: Ernst Klett.
- Chudy, W. (1996). Prawda człowieka i prawda o człowieku. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 129-148). Lublin: RW KUL.
- Corsini, R. I. (1987). *Handbuch der Psychotherapie* (Bd. 1-2). München-Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Czapiński, J. (1984). Doświadczenie życiowe a choroba: wprowadzenie do problematyki. *Nowiny Psychologiczne*, 6-7, 39-55.
- Czubalski, K. (1985). Etiopatogeneza chorób psychosomatycznych – niektóre koncepcje. *Psychiatria Polska*, 19, 6, 483-490.
- Dąbrowski, K. (1984). *Funkcje i struktura emocjonalna osobowości*. Lublin: Higiena Psychiczna.
- Dobzhański, T. (1968). *Dziedziczność a natura człowieka*. Warszawa: Omega.
- Eliasz, A., Wrześniewski, K. (1988). *Ryzyko chorób psychosomatycznych: środowisko i temperament. Wzór zachowania A*. Wrocław: PAN.
- Falkiewicz, A. (1989). Wolność, sens, wartościowanie – uwagi o nowym paradygmacie kultury. W: P. Buczkowski, R. Cichocki (red.), *Podmiotowość, możliwość, rzeczywistość, konieczność* (s. 149-198). Poznań: Nakom.
- Frankl, V. E. (1949). *Der unbedingte Mensch*. Wien: F. Deuticke Verlag.
- Frankl, V. E. (1959). *Das Menschenbild deer Seelenheilkunde. Drei Verlesungen zur Kritik daas dynamischen Psychologismus*. Stuttgart: Hipokrates Verlag.
- Frankl, V. E., Gebsaattel, V. E., Schultz, I. H. (red.) (1959). *Hanbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie* (Bd. 1-5). München-Berlin: Urban und Schwarzenberg.
- Frankl, V. E. (1966). Self-transcendence as a human phenomenon. *Journal of Humanistic Psychology*, 6 (2), 93-106.
- Frankl, V. E. (1975). *Theorie und Therapie der Neurosen*. München: Reinhardt Verlag.
- Frankl, V. E. (1978). *Nieuświadomiony Bóg*. Warszawa: Pax.
- Frankl, V. E. (1984). *Homo Patiens*. Warszawa: Pax.
- Freud, Z. (1975). *Poza zasadą przyjemności*. Warszawa: PWN.
- Galkowski, T. (1969). O założeniach psychosmatyki. *Zdrowie Psychiczne*, 4, 73-83.
- Gebattel, V. E. (1959). Gedanken zu einer antropologischen Psychotherapie. W: V. E. Frankl, V. E. Gebattel, I. H. Schultz (red.), *Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie*. München-Berlin: Urban und Schwarzenberg.
- Giorgi, A. P. (1984). Towards a new paradigm for psychology. West Giorgia. *Studies in the Social Science*, 21, 9-28.
- Gołaszewska, M. (1969). Człowiek jako wartość. *Studia Filozoficzne*, 6, 70-82.
- Grom, B. (1982). Rehabilitation des Geistes? *Stimmen der Zeit*, 2, 89-104.
- Hagehulsmann, H. (1984). Begriff und Funktion von Menschenbildern in Psychologie und Psychotherapie. W: H. Petzold (red.), *Wege zum Menschen* (s. 9-44). Paderborn: Junferman-Verlag.
- Hajduk, Z. (1996). Zarys problematyki metodologicznych badań nad człowiekiem. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 79-89). Lublin.
- Hemminger, H., Becker, V. (1985). *Wenn Therapien schaden*. Reinbeck b. Hamburg: Rewohlt.

- Hermans, H. I. M. (1987). Self as an organized system of valuations: Toward a dialogue with the person. *Journal of Counseling Psychology*, 34, 10-19.
- Ingarden, R. (1987). *Książeczka o człowieku*. Kraków: Wyd. Literackie.
- Jaroszyński, M. (1986). O potrzebie i możliwościach zmniejszenia częstości popełniania błędów jatrogennych. *Psychiatria Polska*, 20, 1, 48-52.
- Jaspers, K. (1978). Co to jest Transcendencja? *W Drodze*, 2, 29-32.
- Kobierzycki, T. (1989). *Osoba. Dylematy rozwoju*. Bydgoszcz: Pomorze.
- Kořta, M. (1973). Richarda Lazarusa teoria stresu psychologicznego. Próba analizy krytycznej. *Przegląd Psychologiczny*, 16, 2, 175-191.
- Kondziela, J. (1987). Społeczny wymiar sensu życia. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – pytanie otwarte* (s. 181-184). Lublin: RW KUL.
- Kozielecki, J. (1976). Metodologiczne niepokoje. *Przegląd Psychologiczny* 19, 4, 543-555.
- Kozielecki, J. (1987). *Koncepcja transgresyjna człowieka*. Warszawa: PWN.
- Krzemiański, W. I. (1973). Zarys teorii „poziomów integracyjnych”. W: *Problemy metodologii badań systemowych* (s. 307-326). Warszawa: PWN.
- Laszlo, E. (1978). *Systemowy obraz świata*. Warszawa: PWN.
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S., Folkman, S. (1986). Cognitive theories of stress and the issue of circularity. W: M. H. Appley, R. Trumbull (red.), *Dynamics of stress* (s. 63-80). New York-London: Springer.
- Leder, S. (1992). Psychoterapia. W: A. Bilikiewicz, W. Strzyżewski (red.), *Psychiatria* (s. 357-371). Warszawa: PZWL.
- Lukas, E. (1987). Empiryczna walidacja logoterapii. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – pytanie otwarte* (s. 207-236). Lublin: RW KUL.
- Lukas, E. (1972). Zur Validierung der Psychotherapie. W: V. E. Frankl, *Der Wille zum Sinn* (s. 236-255). Bern-Stuttgart-Wien: Herder Verlag.
- Łukaszewski, W. (1974). *Osobowość: struktura i funkcje regulacyjne*. Warszawa: PWN.
- Łuria, A. R. (1985). O redukcjonizmie w psychologii. *Studia Filozoficzne*, 8, s. 81-88.
- Maryniarczyk, A. (1996). Filozoficzne obrazy człowieka a psychologia. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 95-113). Lublin: RW KUL.
- Maruszewski, T., Ścięgała, E. (1998). *Emocje, aleksytymia, poznanie*. Poznań: Fundacja Humaniora.
- Maslow, A. (1986). *W stronę psychologii istnienia*. Warszawa: IW PAX.
- Matussek, P. (1950). *Metaphysische Probleme der Medizin. Ein Betrag zur Prinzipienlehre der Psychotherapie*. Berlin-Göttingen-Heidelberg: Springer Verlag.
- May, R. (1983). *The discovery of being*. New York: Norton Company.
- Mazurkiewicz, J. (1960). Wstęp do psychofizjologii normalnej. T. 1: *Ewolucja aktywności korowo-psychicznej*. Warszawa: PZWL.
- Moss, R. H. (1986). *Coping with life crisis*. New York: Plenum Publishing Corporation.
- Obuchowski, K. (1983⁴). *Psychologia dążeń ludzkich*. Warszawa: PWN.
- Paszkiwicz, E. (1980). O metateoretycznych założeniach teorii psychologicznych. *Z zagadnień psychologii ilościowej*, z. 5, s. 7-27.
- Paszkiwicz, E. (1983). *Struktura teorii psychologicznych. Behawioryzm. Psychoanaliza. Psychologia humanistyczna*. Warszawa: PWN.

- Picchi, M. (1985). *Progetto Uomo*. Milano: Paoline.
- Plessner, H. (1988). *Pytania o conditio humana*. Warszawa: PWN.
- Pluzek, Z., Łazowski, J., Kozłowska, A. i in. (1978). W: J. Łazowski (red.), *Problemy psychosomatyczne w chorobie wrzodowej żołądka i dwunastnicy*. Warszawa: PZWL.
- Pluzek, Z. (1996). Osobowościowe uwarunkowania pytania o sens życia. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 365-370). Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1985). Angst und Psychosomatische Störungen: Empirische untersuchungen bei Herzkranken (Abstract). 15 Years of Progress in Behavior Therapy- Research Outcome and Practical application. München: Wyd. Kongresu.
- Popielski, K. (1987). Elementy poradnictwa psychologicznego i psychoterapii egzystencjalno-kognitywnej. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – pytanie otwarte* (s. 8-27). Lublin.
- Popielski, K. (1989). Kategoria „nie jestem” jako wymiar bycia i sposób doświadczania siebie. *Zdrowie Psychiczne*, 1-2, 45-59.
- Popielski, K. (1991). *Analiza poczucia sensu życia: Test Noodynamiki (T. N-D). Wprowadzenie*. Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1994²). *Noetyczny wymiar osobowości*. Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (red.) (1996). *Człowiek – wartości – sens*. Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1996a). Wartości i ich znaczenie w życiu ludzi. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 61-69). Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1996b). Doświadczenie sensu i jego znaczenie dla egzystencji. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 55-60). Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1996c). Koncepcja człowieka i jej znaczenie dla psychoterapii i poradnictwa – propozycje K. Wojtyły i V. E. Frankla. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 395-405). Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1996d). Miejsce i znaczenie wartości w procesie bycia i stawania się człowieka (VIII tez do dyskusji). W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 71-76). Lublin: RW KUL.
- Popper, K. R., Eccles, J. (1977). *The self and its brain. An argument for interactionism*. London–New York: Heidelberg.
- Reykowski, J., Owczynnikowa, W. O., Obuchowski, K. (red.) (1977). *Studia z psychologii emocji, motywacji i osobowości*. Wrocław: Ossolineum.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming of person*. Boston: Houghton Mifflin Comp.
- Takashima, H. (1975). *Psychosomatic medicine and logotherapy*. J. Adams
- Sedlak, F. (1996). *Implikacja wartości i intencjonalność w koncepcjach i strategiach psychoterapeutycznych*. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 345-363). Lublin: RW KUL.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: on depression development and death*. San Francisco: Freedman.
- Selye, H. (1960). *Stres życia*. Warszawa: PZWL.
- Sęk, H. (1995). *Spoleczna psychologia kliniczna*. Warszawa: PWN.
- Siwak-Kobayashi, M. (1987). Problemy noogenne w nerwicach. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – pytanie otwarte* (s. 273-288). Lublin: RW KUL.
- Strelau, J. (1985). *Temperament, osobowość, dziatanie*. Warszawa: PWN.

- Picchi, M. (1985). *Progetto Uomo*. Milano: Paoline.
- Plessner, H. (1988). *Pytania o conditio humana*. Warszawa: PWN.
- Plużek, Z., Łazowski, J., Kozłowska, A. i in. (1978). W: J. Łazowski (red.), *Problemy psychosomatyczne w chorobie wrzodowej żołądka i dwunastnicy*. Warszawa: PZWL.
- Plużek, Z. (1996). Osobowościowe uwarunkowania pytania o sens życia. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 365-370). Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1985). Angst und Psychosomatische Störungen: Empirische untersuchungen bei Herzkranken (Abstract). 15 Years of Progress in Behavior Therapy- Research Outcome and Practical application. München: Wyd. Kongresu.
- Popielski, K. (1987). Elementy poradnictwa psychologicznego i psychoterapii egzystencjalno-kognitywnej. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – pytanie otwarte* (s. 8-27). Lublin.
- Popielski, K. (1989). Kategoria „nie jestem” jako wymiar bycia i sposób doświadczania siebie. *Zdrowie Psychiczne*, 1-2, 45-59.
- Popielski, K. (1991). *Analiza poczucia sensu życia: Test Noodynamiki (T. N-D). Wprowadzenie*. Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1994²). *Noetyczny wymiar osobowości*. Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (red.) (1996). *Człowiek – wartości – sens*. Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1996a). Wartości i ich znaczenie w życiu ludzi. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 61-69). Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1996b). Doświadczenie sensu i jego znaczenie dla egzystencji. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 55-60). Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1996c). Koncepcja człowieka i jej znaczenie dla psychoterapii i poradnictwa – propozycje K. Wojtyły i V. E. Frankla. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 395-405). Lublin: RW KUL.
- Popielski, K. (1996d). Miejsce i znaczenie wartości w procesie bycia i stawania się człowieka (VIII tez do dyskusji). W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 71-76). Lublin: RW KUL.
- Popper, K. R., Eccles, J. (1977). The self and its brain. An argument for interactionism. London–New York: Heidelberg.
- Reykowski, J., Owczynnikowa, W. O., Obuchowski, K. (red.) (1977). *Studia z psychologii emocji, motywacji i osobowości*. Wrocław: Ossolineum.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming of person*. Boston: Houghton Mifflin Comp.
- Takashima, H. (1975). *Psychosomatic medicine and logotherapy*. J. Adams
- Sedlak, F. (1996). *Implikacja wartości i intencjonalność w koncepcjach i strategiach psychoterapeutycznych*. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – wartości – sens* (s. 345-363). Lublin: RW KUL.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: on depression development and death*. San Francisco: Freedman.
- Selye, H. (1960). *Stres życia*. Warszawa: PZWL.
- Sęk, H. (1995). *Spółeczna psychologia kliniczna*. Warszawa: PWN.
- Siwak-Kobayashi, M. (1987). Problemy noogenne w nerwicach. W: K. Popielski (red.), *Człowiek – pytanie otwarte* (s. 273-288). Lublin: RW KUL.
- Strelau, J. (1985). *Temperament, osobowość, działanie*. Warszawa: PWN.

- Szuman, S. (1947). *Poważne i pogodne zagadnienia afirmacji życia*. Kraków: Wyd. J. Nawrocki.
- Tillich, P. (1983). *Męstwo bycia*. Paryż: Editions du Dialogue.
- Tomaszewski, T. (1976). *Psychologia*. Warszawa: PWN.
- Trąbka, J. (1991). *Mózg a jego jaźń*. Kraków: PWN.
- Wojciszke, B. (1988). Wprowadzenie: wszechobecność wartościowania. *Studia nad procesem wartościowania* (t. 1, s. 7-12). Wrocław-Warszawa-Kraków: Ossolineum.
- Wyss, D. (1986). *Vom zerstorten zum wiederentdecken Leben. Neue Wege im der psychosomatischen Medizin* (Bd. 1). Vandenhoeck and Ruprecht.
- Yalom, J. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Zajonc, R. B. (1985). Uczucia a myślenie: nie trzeba się domyślać, by wiedzieć, co się woli. *Przegląd Psychologiczny*, 28, 1, 27-71.
- Żurawicki, S. (1975). Integracja nauk czy integracja wiedzy? *Studia Filozoficzne*, 4, 35-43.