

## Recenzje

Scott O. Lilienfeld, James M. Wood, Howard N. Garb  
STATUS NAUKOWY TECHNIK PROJEKCYJNYCH  
Tłumaczenie: Helena Grzegółowska-Klarkowska  
Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2002.

Nakładem Wydawnictwa Uniwersytetu Jagiellońskiego ukazała się ostatnio interesująca książka poświęcona w całości popularnym i powszechnie stosowanym w praktyce klinicznej technikom projekcyjnym. Książka trójki autorów – Scotta O. Lilienfelda, Jamesa M. Wooda i Howarda N. Garba zatytułowana „Status naukowy technik projekcyjnych” stanowi pierwszy tom nowej serii „Metody psychologii”, którą zainicjował i redaguje prof. Jerzy Siuta z Uniwersytetu Jagiellońskiego. Autorzy książki obszernie omawiają zagadnienia związane z rzetelnością, trafnością przyrostową i wartością terapeutyczną technik projekcyjnych. Analizie poddają trzy najczęściej wykorzystywane w praktyce klinicznej techniki projekcyjne — test Rorschacha, Test Apercepcji Tematycznej i test rysowania postaci ludzkiej. W kolejnych częściach książki prezentują wyniki dotychczas opublikowanych badań, sprawdzających, w jakim stopniu każda z wyżej wymienionych technik spełnia podstawowe kryteria psychometryczne. Zebrane przez nich dane wskazują, że techniki projekcyjne w niewielkim stopniu spełniają wymagania, jakie standardowo stawia się dopuszczanym do użytku metodom diagnostycznym. Wniosek, jaki wypływa z lektury książki Lilienfelda i współautorów jest następujący – techniki projekcyjne to metody wysoce niepewne, ich stosowanie wiąże się z dużym ryzykiem błędu i z tego powodu powinny być stosowane ostrożnie. Opinie zaprezentowane w przedstawianej publikacji są bardzo wyważone. Jej autorzy nie potępiają technik projekcyjnych w ogóle i nie usiłują zwalczać ich zwolenników. Ich celem jest raczej uwrażliwienie klinicystów — praktyków na problemy, jakie mogą się wiązać ze stosowaniem technik projekcyjnych.

Jedną z trudności w stosowaniu technik projekcyjnych jest brak jednolitego systemu oceny wytworów osoby badanej. Dotyczy to wszystkich omawianych technik. Autorzy powołują się na badania, z których wynika, że często podstawą oceny pacjenta jest intuicja klinicysty. Ten problem dotyczy szczególnie testu rysowania postaci ludzkiej. W przypadku tej metody nie ma nawet pełnej zgody klinicystów, co do oceny poszczególnych cech rysunku. Także pozostałe metody nie są pod tym względem doskonałe. Wprawdzie posiadają systemy określające reguły oceniania, ale zasadność tych systemów bywa coraz częściej kwestionowana w licznych badaniach. Zwolenników testu Rorschacha z pewnością zainteresują wyniki badań nad rzetelnością i trafnością systemu Exnera cytowane przez Lilienfelda, z których wynika, że ten test, tak chętnie używany do celów diagnostycznych, ma niewielką trafność i w niewielkim stopniu przyczynia się do prawidłowego identyfikowania zaburzeń.

Kolejnym mankamentem metod projekcyjnych, na który zwracają uwagę autorzy, są normy. Nawet jeśli dana metoda posiada system norm, jak np. Test Rorschacha, to normy te, skonstruowane na podstawie wyników badań małych, niereprezentatywnych grup, mają niewielką przydatność. Autorzy ponadto dowodzą, że normy opracowane dla testu Rorschacha są zniekształcone i powodują, że osoby zdrowe, wcześniej niehospitalizowane, są często oceniane jako nieprzystosowane. Patologizacja osób zdrowych ma oczywiście poważne negatywne konsekwencje. Przypuszcza się, że liczba osób z krzywdzącą diagnozą może być znaczna, ponieważ test Rorschacha należy do najczęściej stosowanych

w praktyce klinicznej narzędzi diagnostycznych. Niepokój wywołuje także powszechne stosowanie testu Rorschacha (i innych technik projekcyjnych) w warunkach sądowych. Ekspertyzy sądowe oparte na wynikach uzyskanych w testach projekcyjnych budzą wiele wątpliwości i, zdaniem autorów, mogą być łatwo podważone.

Ponieważ zwolennicy technik projekcyjnych twierdzą, że dostarczają one danych trudnych lub niemożliwych do zdobycia za pomocą technik kwestionariuszowych, Lilienfeld i współpracownicy spróbowali także ustalić, jaka jest trafność przyrostowa technik projekcyjnych. Okazuje się, że dodanie informacji pochodzących z testów projekcyjnych do informacji uzyskanych z innych źródeł nie zwiększa trafności diagnozy. Oczywiście istnieją dowody wskazujące na trafność przyrostową niektórych wskaźników projekcyjnych, jednak informacje, które dzięki tym nielicznym trafnym wskaźnikom uzyskujemy, można zdobyć stosując inne narzędzia diagnostyczne. Przedstawione przez autorów wyniki badań skłaniają do refleksji, czy w ogóle uzasadnione jest wykorzystywanie do celów diagnostycznych tak skomplikowanych i czasochłonnych metod jak techniki projekcyjne.

Przedmiotem zainteresowania autorów jest także wartość terapeutyczna metod projekcyjnych, czyli stopień, w jakim metody te przyczyniają się do poprawy wyników leczenia. Z przeglądu badań dokonanego przez autorów wynika, że brakuje jednoznacznych dowodów na to, że użycie jakiegokolwiek narzędzia projekcyjnego w procesie diagnostycznym wpływa dodatnio na wyniki leczenia. Te dane budzą zastrzeżenia co do użyteczności klinicznej tych narzędzi diagnostycznych.

Książka Lilienfelda nie jest jedynie zbiorem zarzutów kierowanych przeciwko metodom projekcyjnym. Autorzy próbują wyodrębnić i opisać czynniki obniżające trafność technik projekcyjnych i sformułować pewne zasady, których przestrzeganie uchroni badaczy przed nieprawomocnymi wnioskami, a badanych przed konsekwencjami niewłaściwych diagnoz. Przede wszystkim autorzy zalecają dokładne zapoznanie się z wynikami badań nad trafnością wskaźników w poszczególnych testach i ograniczenie się podczas interpretacji testów do tych wskaźników, których trafność została potwierdzona. W swojej pracy wyszczególniają wskaźniki projekcyjne, które ich zdaniem zostały empirycznie zweryfikowane. Ponadto, ze względu na liczne ograniczenia technik projekcyjnych, postulują unikanie tych metod w warunkach sądowych i klinicznych. Zwracają także uwagę na niebezpieczeństwa, jakie tkwią w samej sytuacji badania. Przytaczają wyniki eksperymentów, w których udało się wykazać znaczny wpływ osoby przeprowadzającej badanie na wyniki uzyskiwane przez badanych w testach projekcyjnych. Autorzy są przekonani, że klinicyści mogą wzmacniać pewne reakcje badanych za pomocą subtelnych zachowań niewerbalnych, takich jak wydłużenie czasu ekspozycji niektórych bodźców, lub za pomocą wzmocnień słownych. Zebrane dane wskazują także, że duży wpływ na wyniki badania mogą mieć cechy osoby przeprowadzającej badanie i zachowania badanego towarzyszące rozwiązywaniu testu. Klinicyści korzystający z technik projekcyjnych powinni być świadomi tych ograniczeń i dążyć do ich eliminowania. Ponieważ całkowite usunięcie ograniczeń nie jest możliwe, zaleca się, by nie formułować diagnoz jedynie na podstawie informacji uzyskanych w ten sposób.

Obok wymienionych dotychczas niedoskonałości narzędzi projekcyjnych, autorzy monografii zwracają uwagę na ich podatność na symulację i na wpływy sytuacyjne, oraz na ograniczenia kulturowe tych narzędzi. Są to bardzo poważne zarzuty, które znajdują potwierdzenie w niezależnych badaniach.

Książka „Status naukowy technik projekcyjnych” to nie tylko przegląd i podsumowanie badań dotyczących właściwości psychometrycznych metod projekcyjnych. To także próba odpowiedzi na pytanie, dlaczego metody wzbudzające tak wiele wątpliwości, nadal są tak powszechnie używane i stale popularyzowane wśród adeptów psychologii. Być może o niesłabnącym zaufaniu klinicyстів do tego rodzaju metod diagnostycznych decyduje

postawa instytucji, które zraszają psychologów i decydują o sposobie ich kształcenia. Przedstawiciele tych instytucji propagują metody projekcyjne, zaliczając je do podstawowych narzędzi psychodiagnostycznych psychologa klinicznego. Jednocześnie przemilczają pojawiające się coraz częściej dowody świadczące o ich niskim statusie naukowym. Jednak ta fascynacja technikami projekcyjnymi powoli słabnie, czego najlepszym dowodem jest przygotowany przez APA wzorcowy program studiów psychologicznych na wiek XXI, nie przewidujący w ogóle szkolenia w zakresie stosowania technik projekcyjnych. Innym czynnikiem, który zdaniem autorów decyduje o pozytywnym stosunku klinicystów do metod projekcyjnych są doniesienia z badań, w których udało się potwierdzić trafność niektórych wskaźników projekcyjnych. Jednak zdaniem autorów książki może tu działać tzw. efekt skrzywienia publikacyjnego, polegający na tym, że badania, w których otrzymano istotny statystycznie pozytywny wynik są publikowane częściej niż te, w których wynik był zerowy lub bliski zera. To sprawia, że klinicyści częściej spotykają się z publikacjami potwierdzającymi przydatność poszczególnych wskaźników, niż z tymi, które przydatność wskaźników projekcyjnych podają w wątpliwość. Autorzy książki zalecają, by oceniając trafność wskaźników projekcyjnych rozważyć możliwość zniekształceń spowodowanych efektem skrzywienia publikacyjnego. Postulują także, by uwrażliwiać studentów psychologii na zagrożenia związane ze stosowaniem technik projekcyjnych i zwracać ich uwagę na prawne i moralne konsekwencje niewłaściwych diagnoz. Uważają, że należy rozwiewać mity o przenikliwości tych metod diagnostycznych rozpowszechnione w środowisku niepsychologów. Zdaniem autorów, nadal aktualne jest wygłoszone 35 lat temu przez Jensena stwierdzenie, że „...miarą postępu naukowego psychologii klinicznej może być szybkość i stanowczość, z jaką otrząsa się ona z zachwyty nad testem Rorschacha”. Zdaniem autorów dotyczy to także Testu Apercepcji Tematycznej i testu rysowania postaci.

Zamierzeniem twórców prezentowanej monografii było bezstronne przedstawienie najistotniejszych danych empirycznych dotyczących statusu naukowego technik projekcyjnych. Wydaje się, że cel ten osiągnęli. Ich opinie są rzeczowe i poparte dowodami w postaci wyników wielu badań prowadzonych przez niezależnych autorów w różnych ośrodkach badawczych. Autorzy starali się zaprezentować niedoskonałości technik projekcyjnych, zweryfikować powszechnie przyjęte, a nie potwierdzone naukowo przekonania o ich skuteczności i możliwościach zastosowania, jednocześnie wykazując, że narzędzia projekcyjne mogą spełniać standardy psychometryczne i być użyteczne w procesie diagnostycznym. Ich zdaniem, przykładem takiego narzędzia jest WUSCT – Test Zdań Niedokończonych Uniwersytetu Waszyngtońskiego, autorstwa Loevinger. Jednak autorzy alarmują, że te techniki projekcyjne, które są obecnie najpopularniejsze wśród psychologów praktyków, mają więcej niedoskonałości niż zalet, i ich bezkrytyczne stosowanie oraz propagowanie może przynieść wiele szkód. Swoją publikację adresują do psychologów klinicznych i sądowych, którzy na co dzień decydują o wyborze technik diagnostycznych i do studentów psychologii, którzy często ulegają powszechnemu przekonaniu, że posługiwanie się narzędziami projekcyjnymi daje dostęp do danych nieosiągalnych w inny sposób.

Książka „Status naukowy technik projekcyjnych” odwołuje się do doświadczeń psychologów amerykańskich i powołuje na badania amerykańskie, niemniej jednak opisuje problemy uniwersalne. Z pewnością wzbudzi zainteresowanie polskich czytelników. Polskie wydanie książki jest w stosunku do wydania oryginalnego wzbogacone o prezentację historii technik projekcyjnych, dyskusję dotyczącą zmiennych obniżających wartość technik projekcyjnych i rozważania na temat przyczyn utrzymującej się dużej popularności tych narzędzi diagnostycznych. Niewątpliwą zaletą książki jest doskonały przekład autorstwa Heleny Grzegołowskiej-Klarkowskiej. Jest to pozycja warta uwagi wszystkich psychologów, nie tylko tych, którzy mają lub będą mieć w przyszłości styczność z technikami projekcyjnymi. Nie jest ona zbiorem pochopnych sądów i bezpodstawnych krytyk. Zdaniem

jej autorów nie istnieje prosta i sensowna odpowiedź na pytanie, czy techniki projekcyjne są trafne. Należy raczej zastanowić się nad tym, do jakiego stopnia są trafne z punktu widzenia celów, do jakich są używane w praktyce psychologicznej.

**Elżbieta Anita Bajcar**

Gloria Babiker, Lois Arnold

### AUTOAGRESJA. MOWA ZRANIONEGO CIAŁA

Tłum.: Magdalena Polaszewska-Nicke

Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk, 2002, s. 220

(oryg.: *The language of injury*, 1997)

Określenie *agresja* w psychologii oznacza skłonności do zachowań agresywnych, ataku, trudności kontrolowania negatywnych popędów i impulsów skierowanych przeciwko innym ludziom, sytuacjom, poglądom. Samouszkodzenie to akt polegający na zadawaniu bólu i/lub ran swemu ciału pozbawiony jednakże intencji samobójczych. Spotyka się różne formy samouszkodzenia. Najczęściej jest to nacinanie skóry, poparzenia wodą lub parą, substancjami chemicznymi, obijanie się o ściany, drapanie, nakłuwanie, gryzienie, pocieranie, wrywanie włosów, rżęs itp. Zalicza się tu również zachowania autodestrukcyjne, np. samoniszczenie, zaburzenia łaknienia, nadużywanie substancji. Autoagresja zwykle powstaje jako bezpośredni lub odroczonego skutku w sytuacji uniemożliwiającej działanie, a także jako wynik długotrwałej izolacji społecznej (np. w zakładach karnych), intoksykacji (zatrucia organizmu toksynami), presji psychicznej, zastraszenia, psycho- i fizjomanipulacji, pozbawienia snu, a nawet błędów dietetycznych. Często współwystępuje w sytuacji grupowej jako działanie imitacyjne (naśladowcze), będące wyrazem dostosowania się do wymagań i zasad obowiązujących np. w grupie rówieśniczej, subkulturze (także patologicznej). Agresja może być skierowana na zewnątrz (środowisko, otoczenie, rodzina, rywal, drużyna sportowa lub nawet przypadkowy przechodzień) lub do wewnątrz. Wyróżnia się również agresję odrozoną, pozornie nie mającą związku z aktualną sytuacją, a także agresję indukowaną, powstającą w efekcie oddziaływań o charakterze psychomanipulacji. Agresja może przybierać rozmaite formy: od aktów fizycznych, jak przemoc czy gwałt w rozmaitych (indywidualnych lub grupowych) postaciach, do bardziej subtelnego zachowań, m.in. krzyku, agresji słownej, złośliwości zachowania (jawnej lub ukrytej), mimiki czy gestykulacji. Współczesne badania wykazują, że zjawiskiem agresji można dowolnie sterować, zarówno w skali jednostkowej, jak i społecznej. Pierwotnie agresja była pozytywną cechą, pozwalającą na przetrwanie gatunku ludzkiego. Współczesne pozytywne rozumienie agresji interpretowane jest, zwłaszcza w tradycji cywilizacji amerykańskiej, jako nieunikanie rywalizacji (walki), pozwalające zaspokoić potrzeby i zabezpieczające osobę czy grupę przed niekorzystnymi wpływami otoczenia, także społecznymi. Tak pojęta agresja cechuje dynamiczną osobowość. Autorzy zajmujący się problemem agresji w podobny sposób definiują to pojęcie. Jest to wszelkie działanie (fizyczne lub słowne), którego celem jest wyrządzenie krzywdy fizycznej lub psychicznej – rzeczywistej bądź symbolicznej – jakiejś osobie lub czemuś, co ją zastępuje. Autoagresja jest zazwyczaj reakcją na frustrację, jest też przejawem wrogości do otoczenia i samego siebie. Autoagresja jest formą agresji skierowaną w stosunku do siebie. Autoagresja ma zwykle charakter psychofizyczny. Jest to działanie, u którego podłoża leżą gniewne emocje i nieprzyjemne intencje, działanie, które ma na celu wywołać u siebie ból, niepokój bądź wewnętrzne cierpienie. Do natury aktu autoagresji należy jej umyślność. Autoagresją nazywa się reak-

cje polegające na działaniu szkodliwymi bodźcami na swój organizm. Może to być także społeczny sposób zachowania się wynikający z wrogich tendencji i chęci przekornego działania skierowanego przeciw określonym osobom.

Autorzy rozważają różne perspektywy widzenia zjawiska samouszkodzenia: historyczny, środowiskowe, kulturowe, polityczne, kliniczne i systemowe. Próbują też spojrzeć na autodestrukcję z perspektywy terapii rodzin. Dokonują diagnozy psychiatrycznej. Niepokojące rozmiary przybiera w ostatnich czasach agresja w szkole. W autoagresji mamy do czynienia ze stosowaniem przemocy, poniżaniem, bezsilnością. Nauka agresji, przede wszystkim wśród dzieci i młodocianych, polega przede wszystkim na obserwacji czynów agresywnych, poznawaniu technik podobnych działań i czerpaniu satysfakcji z takiej wiedzy i umiejętności. Ważnym elementem takiej nauki jest uczestnictwo w grupach uprawiających agresję, jak choćby w gangach ulicznych. Stwierdzono także, że rodzajem bolesnej nauki bywa także rola ofiary – dziecko bite przez rodziców zachowuje się następnie agresywnie wobec zwierząt czy słabszych rówieśników. Uczenie się agresji i autoagresji może także płynąć z lektury, a zwłaszcza oglądania obrazów, dziś przede wszystkim telewizji i filmu. Współcześnie jest to jeden z najtrudniejszych w praktyce problemów walki z agresywnymi zachowaniami. Historia świata i współczesna rzeczywistość dostarczają wiele przykładów takiego właśnie mechanizmu postępowania. Bagatelizowanie „małej autoagresji” może kończyć się „autoagresją ostrą”. Pobłażanie pozornie niewinnym stanom emocji prowadzi do narastania zachowań agresywnych. Panujący we współczesnej szkole system wymagań oraz organizacja pracy rodzą napięcia, frustracje i bezosobowe stosunki międzyludzkie. Krótko mówiąc szkoła nie jest dobrym środowiskiem do modelowania u dzieci zachowań nieagresywnych, prospołecznych i empatycznych. „Dzieci i młodzież mają prawo do wzrastania w bezpiecznym środowisku, wolnym od przemocy, a obowiązkiem dorosłych, jest im to zapewnić”. Autoagresja to zjawisko negatywne. Jako rodzaj agresji tkwi w osobowości każdego człowieka. Coraz częściej czujemy się bezradni wobec określonych sytuacji. Często mamy do czynienia z różnymi aspektami autoagresji, stykamy się z nimi w życiu codziennym.

Istnieją różne sposoby hamowania autoagresji: rozładowanie napięcia i zapobieganie. Różna może być rola osób pomagających osobom dokonującym samookaleczenia: włączenie do normy, zrozumienie, uznanie, docenienie. Jednakże są to podejścia jednoczynnikowe. Większą szansę w związku z tym mają złożone interwencje psychologiczne, w których autoagresję usiłuje się usunąć poprzez eliminację różnych inspirujących i podtrzymujących ją czynników oraz poprzez dostarczanie alternatywnych wzorców zachowania oraz nagradzanie pozytywnych zachowań. Przykładem takiego działania może być program profilaktyczny w szkole stworzony przez psychologów i pedagogów. Przyczyną autoagresji może być niezaspokojenia podstawowych potrzeb człowieka: miłości i bezpieczeństwa. Przeżywanie uczuć i emocji jest naturalną reakcją na to, co dzieje się w kontaktach z otoczeniem, jest też źródłem wielu nieporozumień. Mamy ogromne kłopoty z okazywaniem sobie uczuć i nazywaniem ich. Nie wyrażone uczucia powodują, że żyjemy w dużym napięciu i często reagujemy agresywnie. Tworzą się wtedy bariery w kontaktach interpersonalnych. Autoagresja jest działaniem niszczącym fizycznie lub psychicznie. Autorzy dokonali analizy relacji społecznych osób dokonujących samouszkodzenia. W analizie uwzględniają takie czynniki, jak: wiek, rodzaj, rasa, kultura, przynależność etniczną. Biorą pod uwagę niepełnosprawność, siły społeczne oraz źródła i funkcje samouszkodzeń w życiu jednostki. Analizują doświadczenia z dzieciństwa i życia dorosłego. Największy wpływ na samouszkodzenia mają: spuścizna rozpacz, porzucenie i pustka, bezsilność, trudności z rozpoznawaniem, rozumieniem i werbalizacją uczuć, mania prześladowcza, rzeczywistość złego rodzica, relacje z ciałem, trudności w związkach, trudności z separacją, indywidualnością.

Autoagresja może być powodowana nienawiścią do samego siebie. *Samouszkodzenie*

z *nienawiści* pojawia się w okresie dorastania i jak każda agresja może podlegać mechanizmowi przemieszczenia. Nienawiść ma swoje źródło w poniżeniu, w poczuciu krzywdy, niesprawiedliwości, również w zazdrości. Może także wyrastać z ideologii. Jest to wówczas ideologia patologiczna. Autoagresja występuje także jako wyładowanie nagromadzonej agresji, będące wynikiem wewnętrznych, kumulujących się napięć lub powtarzających się często frustracji. Charakteryzuje się ono tendencją do emocjonalnej autostymulacji. W psychologii nie każda przemoc czy zachowanie wywołujące cierpienie ofiary jest agresją. Czynnikiem rodzącym autoagresję jest *pobudzenie* emocjonalne. Nasila ono oddziaływanie prowokacji i osłabia naszą kontrolę nad sobą. Ludzie często zachowują się agresywnie w wyniku swoich tłumionych emocji, czy nawet zmęczenia pogodą, przeciążenia fizycznego. Istnieje związek pomiędzy oglądaniem w telewizji przemocy a wzrostem agresji, ale nie jest to przyczyna trwałego wzrostu agresji. Szczególne rodzaje przemocy, np.: takiej, gdzie zło zwycięża, mogą powodować występowanie zachowań agresywnych u widzów. Życie w trudnych warunkach powoduje w nas frustrację i niepewność. Rodzi negatywne odczucia. Jedną z form reagowania na to jest autoagresja. Uzależnione jest to między innymi od modelu radzenia sobie z trudnymi sytuacjami, jaki dali nam nasi rodzice. Jeśli nauczyli nas reagować agresją, to tak najprawdopodobniej będziemy reagować. Jeśli pokazali nam, że należy działać i nie poddawać się, to będzie nasza droga. Kiedy mówimy o autoagresji w kontekście więzi rodzinnych nie sposób nie wspomnieć o aprobacie społecznej. Aprobata innych, ważnych dla nas osób, jest silnym i ważnym czynnikiem nasilającym autoagresję lub ją obniżającym. Jeśli nasi rodzice, przyjaciele, koledzy, z którymi jesteśmy silnie związani, akceptują zachowania agresywne mamy dużo większą motywację do stosowania przemocy jako argumentu niż w sytuacji braku ich akceptacji. I odwrotnie. Z punktu widzenia psychologii ich podłoża można by doszukiwać się, pomijając zaburzenia osobowości, na przykład w dezindywidualizacji, kiedy to obniżają się zahamowania normalnie zakazanych działań i poprzez naszą anonimowość, rozproszenie odpowiedzialności za skutki naszych działań na grupę, w wyniku niecodzienności sytuacji, wysokie pobudzenie emocjonalne czy zmieniony stan świadomości (alkohol, narkotyki), robimy rzeczy, o których normalnie nawet byśmy nie pomyśleli. Badacze amerykańscy D. Hamer i P. Copeland na podstawie analizy wielu wyników badań naukowych twierdzą, że im wyższe jest stężenie testosteronu, tym większa jest agresja. Zależność ta występuje nie tylko u ludzi, lecz również u większości gatunków zwierząt. Ten związek agresywności ze stężeniem testosteronu jest zauważalny od wieku dojrzewania i dotyczy głównie płci męskiej. Często zauważalna metamorfoza agresywnych i dominujących mężczyzn w domatorów, osoby spokojne, spragnione więzi uczuciowych, jest następstwem zmniejszenia stężenia testosteronu. Jakkolwiek stężenie testosteronu jest zaprogramowane genetycznie oraz zależy od stylu życia (np. alkohol i narkotyki zmniejszają jego stężenie), to jednak nie oznacza, że mężczyźni muszą być agresywni. Zachowanie zależy również od innych cech psychicznych, woli, sumienia, kultury. Do podstawowych zasad pracy z osobami dokonującymi samouszkodzenia należą: wiedza na temat samouszkodzeń, pomocne reakcje, umocnienie, leki, reagowanie, wsparcie, oddziaływanie. Duże znaczenie mają tu grupy wsparcia i wsparcie społeczne. Potrzebne są oddziały nagłych wypadków, pomocy doraźnej i telefony zaufania. Szczególne problemy pojawiają się w więzieniach i zakładach zamkniętych. W leczeniu osób dokonujących samouszkodzenia trzeba uwzględnić: pozycję terapeuty, stanowisko filozoficzne, stanowisko teoretyczne, komunikowanie uczuć, nawiązywanie relacji terapeutycznych, ból, lęk i uzależnienia, uznanie i akceptacje.

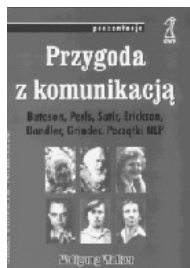
**Kazimierz Wieczorkowski**

Instytut Pedagogiki, Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

Wolfgang Walker

PRZYGODA Z KOMUNIKACJĄ. BATESON, PERLS, SATIR, ERICKSON, BANDLER, GRINDER. POCZĄTKI NLP

Tłum. Joanna Mańkowska, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2001, s. 235 (oryg.: *Abenteuer Kommunikation, Bateson, Perls, Satir, Erickson, Bandler, Grinder und die Aufänge des NLP*, 1997)



Programowanie neurolingwistyczne (NLP) jest nową dziedziną działającą na pograniczu psychoterapii i zarządzania, której twórcami są Richard Bandler i John Grinder. Stanowi ono grupę zasad „kształtujących profesjonalną komunikację międzyludzką” (s. 13). Początkowo R. W. Bandler interesował się nowoczesnymi metodami psychoterapii takimi jak rolfing, terapia rodzin i terapia Gestalt (niem. *Gestalt* „postać”). Pierwsze grupy tej terapii zainicjował w University of California w latach 1972–1973. Instruktorem w grupie seminaryjnej terapii *Gestalt* został John Grinder, który interesował się metodami szybkiego uczenia się i gramatykami generatywno-transformacyjnymi Noama Chomskiego. John O. Stevens, twórca NLP drugiej generacji, pisze o tych metodach, że „zastosowanie zasad NLP umożliwia szczegółowe opisanie każdego doświadczenia człowieka, a to pozwala na szybkie i łatwe przeprowadzenie głębokich i trwałych zmian”. Wymienia on możliwe zastosowania tych metod w różnych dziedzinach, np.: „wyleczenie fobii i innych nieprzyjemnych reakcji uczuciowych w godzinę, pomoc dzieciom i dorosłym z trudnościami w uczeniu się (kłopoty z ortografią, czytaniem itp.), wyeliminowanie najbardziej niepożądanych nałogów i nawyków picia, palenia, objadania się, bezsenności w ciągu kilku sesji, dokonanie zmian w relacjach par, organizacji, tak że będą mogły działać w sposób bardziej satysfakcjonujący i produktywny, leczenie wielu dolegliwości fizycznych np. psychosomatycznych w ciągu kilku sesji” (s. 15). R. Bandler nawiązał kontakt z twórczynią terapii całej rodziny (Conjoint Family Therapy) Virginią Satir z Mental Research Institute w Palo Alto. Obserwujemy narodziny programowania neurolingwistycznego (NLP) – Grupy Meta Modelu (Meta Model Groups). R. Bandler i J. Grinder zainteresowali się też hipnozą. Prowadzący wykłady z psychologii Gregory Bateson skierował ich uwagę na psychologa Miliona H. Ericksona.

W pierwszej części książki W. Walker prezentuje *teorie komunikacji*, w tym paradygmatyczne podstawy systemów terapeutycznych, pogląd animistyczny, somatogenetyczny, psychogenetyczny i narodziny teorii komunikacji. Istotny postęp w dziedzinie studiów nad komunikowaniem miały szkoły skupione wokół pewnych ośrodków, jak np. Szkoła Frankfurcka teorii krytycznej (Horkheimer i Adorno), Chicagowska szkoła symbolicznego interakcjonizmu (Mead i Blumler), Szkoła Palo Alto interakcyjnego komunikowania (Gregory Bateson, Paul Watzlavick). G. Bateson jest pionierem systemowych koncepcji terapeutycznych. Walker daje przegląd osiągnięć G. Batesona i opisuje drogę ku teorii komunikacji. Wiele podróżywał, odbył studialne prace antropologiczne na Nowej Gwinei i na Bali. Wczesne prace Batesona dotyczyły teorii uczenia się. Zaprezentował perspektywę cybernetyczną w latach czterdziestych i ujednoliconą teorię komunikacji, badania nad schizofrenią, powstanie hipotezy podwójnego związania i jej dalszy rozwój po jej ogłoszeniu. W Polsce wydano książkę Batesona: *Umysł i przyroda* (Warszawa: PIW, 1996, s. 315). Bateson zajmował się cybernetyką. Interesowały go systemy ze sprzężeniem zwrotnym. W jednym z bardziej apokaliptycznych artykułów Bateson (1972, s. 437) pisze: „Nie istnieje odkrycie, człowiek jest jedynie częścią szerszych systemów i jako część nigdy nie może kontrolować całości. Cybernetyczna metafora zachęca do zbadania celu oraz logiki systemu w kontekście celów szerszego ekosystemu, gdzie przetrwaniem całości rządzi zdolność adaptacyjna organizmu w relacji do środowiska, a nie monadyczna jednostka

czy jakakolwiek inna część konstruująca się jako autonomiczna „całość” (Bateson 1972, s. 145). Cybernetyczna metafora zawiera załączek przyszłości w środku uprzywilejowanego modelu, który konstryuuje część dla całości, symulacji rzeczywistości, cyborgów dla ludzi, świadomego celu dla zdecentralizowanej całości (system plus środowisko). Zadanie to nie zostało tak postawione, aby uprzywilejowywać model cybernetyczny, ale by wykroczyć poza wcześniej określone powiązania i granice, wykorzystując dynamit siły percepcji, którą on sam powołał<sup>1</sup>. W połowie lat siedemdziesiątych rozwinęła się także *pedagogika gestalt* nazywana pedagogiką postaci. Została wprowadzona przez H. Petzonda i G. I. Browna w książkach: „*Pedagogika Gestalt*” i „*Uczucie i działanie*”. W centrum zainteresowań stawia całościowe podejście do osoby w procesie komunikacji z jej sferą myśli, uczuć i działań, do uwzględnienia i wsparcia znaczących dla osobowości procesów nauczania i uczenia się, które charakteryzują się uczestnictwem „całej” osoby poprzez jej zaangażowanie i zainteresowanie. *Pedagogika gestalt*<sup>2</sup> wywodzi się m.in. z amerykańskiej koncepcji Confluent Education (edukacji przez stąpienie się). Formy edukacji to: warsztaty i poradnictwo *gestalt*, samokształcenie, humanistyczno-psychologiczne wychowanie, ewolucja organizacji metodami *gestalt*, tworzenie niezależnych szkół typu *gestalt*, orientacja na wartości. Organizowane są treningi dla nauczycieli, których istotą jest przede wszystkim zainteresowanie się samymi sobą. Grupa pełni tu rolę krytyczną i wspierającą. Jest miejscem kolektywnego, autorefleksyjnego dyskursu wokół prywatnych i zawodowych orientacji, zaś jej celem jest podtrzymywanie, stabilizacja i rozszerzenie własnej tożsamości oraz poszukiwanie nowych metod postępowania z samym sobą. Naczelnym celem pedagogiki postaci jest przyczynianie się do nadania procesowi uczenia się osobotwórczego charakteru dzięki uwzględnieniu indywidualnych i zróżnicowanych potencjałów rozwojowych uczniów. Osobotwórcze nauczanie i uczenie się w klasie szkolnej możliwe jest przy zachowaniu równowagi potrzeb. Zajęcia zmierzają do wsparcia samoświadomości i własnej odpowiedzialności. Ważne są tu zasady dialogowego nauczania i uczenia się. Organizowane są też kursy socjoterapii przeznaczone dla nauczycieli, wychowawców, pedagogów, studentów i wolontariuszy. Obejmują one trening interpersonalny, warsztaty tematyczne, bezpośrednią pracę z grupami dziecięcymi lub/i młodzieżowymi. Zajęcia praktyczne stanowią okazję wszechstronnego rozwoju osobistego: „od psychoedukacji do psychoterapii”. Umożliwiają nabycie i doskonalenie umiejętności praktycznych w zakresie oddziaływań korekcyjnych z dziećmi i młodzieżą, które przejawiają trudności emocjonalne na poziomie zachowań i nauki. Umiejętności skutecznego działania w obszarze pomocy, poradnictwa, psychoedukacji i profilaktyki psychospołecznej nabierają coraz większego znaczenia w zarządzaniu organizacjami.

Druga część książki dotyczy praktyki komunikacyjnej. Zaprezentowano tu prace pochodzące z Niemiec Fritza Perlsa, twórcy *terapii gestalt*. Na pocz. XX w. pod wpływem rozwoju innych dyscyplin oraz pod naciskiem potrzeb praktycznych, które znacznie wyprzedzały postępy psychologii akademickiej, zaczęły się pojawiać nowe kierunki psychologii. Próby rozszerzenia badań introspekcyjnych na złożone formy spostrzegania, pamięć czy myślenie (O. Külpe i szkoła wüzburgska) doprowadziły do zachwiania się teorii asocjacyjnej, zwracając uwagę na zorganizowany charakter świadomości. M. Wertheimer, W. Köhler i K. Koffka przyjęli za podstawowy aksjomat, że zjawiska psychiczne są dane pierwotnie jako jednorodne, spójne całości nie dające się sprowadzić do sumy „elementów

<sup>1</sup> B. Nichols, *Dzieło kultury w epoce systemów cybernetycznych* [w:] A. Gwóźdź (red.), *Widzieć, myśleć, być*, Universitas, 2001, s. 111.

<sup>2</sup> Janowska J. (1995) *Zastosowanie podejścia „gestalt” w pedagogicznym kształceniu nauczycieli* [w:] Ochmański M. (red.) *Alternatywne modele kształcenia nauczycieli*, Wyd. UMCS, Lublin, s. 173–184



psychicznych”. Ich teoria, nazwana gestaltem, została wyłożona po raz pierwszy w 1912 r. Wychodząc z jej założeń K. Lewin sformułował w 1936 r. teorię pola psychologicznego, opartą na elementach topologii matematycznej, porzucił on oryginalny, ograniczony głównie do sprostowania obszar zainteresowań postaciowców, pozostając przy ogólnych zasadach, które przeformułował i rozciągnął na całe zachowanie człowieka, jego motywację, osobowość, postawy itd. Na gruncie jego teorii powstały liczne teorie pochodne (np. teoria równowagi poznawczej F. Heidera), znajdujące szerokie zastosowanie w wielu dziedzinach badań (m.in. psychologia społeczna) i praktyki (m.in. psychoterapia). Perls zajmował się psychoanalizą i stawiał na rozwój psychoanalitycznej techniki leczenia, by następnie przejść do terapii koncentracji. Walker prezentuje wczesną i późną formę klasycznej terapii gestalt. Techniki terapii rodzin rozwinęła Virginia Satir zwana wielką damą terapii rodzin. Łączy ona tezy psychologii humanistycznej z komunikacyjno-teoretycznymi koncepcjami grupy Palo Alto (s. 121). Techniki terapii rodzin Satir oparła na czynnikach intrapsychicznych i interpersonalnych. Walker charakteryzuje drogę rozwoju Virginii Satir, podstawowe koncepcje i duchowość jej psychoterapeutycznych metod oraz cele i podstawowe zasady pracy terapeutycznej Satir. Techniki terapii rodzin poprawiają poczucie własnej wartości i całą sferę komunikacji z otoczeniem. V. Satir bardzo rzetelnie podchodziła do pracy i zdobyła ogromny szacunek zarówno u współpracowników, jak i u osób korzystających z jej metod terapeutycznych. „Celem Satir było wspieranie ludzi w odzyskiwaniu przez nich człowieczeństwa” (s. 141). Za bardzo ważny aspekt życia człowieka i życia rodzinnego uważała komunikację. Celem terapii ma być stworzenie w komunikacji członków rodziny pętli zwrotnych (cykle komunikacyjne zwrotnie sprzężone). Innym elementem terapii było stworzenie warunków dla samorealizacji uczestników terapii (s. 150).

Nazywany *magikiem komunikacji* Milton H. Erickson został uznany za najbardziej innowacyjnego i kreatywnego psychoterapeutę XX w. Jego rewolucyjne poglądy na temat komunikacji wywołującej zmiany okazały się krokiem milowym w historii psychoterapii (s. 154). Cieszył się dużą sławą m.in. dzięki kwiecistemu i obrazowemu językowi i dużemu poczuciu humoru. Na drobne pytania odpowiadał opowieściami. Walker prezentuje życiorys Miltona H. Ericksona, jego osobowość i poglądy na temat psychoterapii. Charakteryzuje ateoretyczny pragmatyzm Ericksona i wykorzystanie go w psychoterapii. Erickson wydawał się nie mieć żadnych społecznych obaw. Nie bał się ingerować w życie pacjentów. Rozmawiając z ludźmi Erickson przejmował ich język. Nie walczył z oporem swych pacjentów (s. 175). Poznajemy poglądy Ericksona na temat nieświadomości i na temat odrzucenia przez niego terapii wglądu. Walker prezentuje terapeutyczną zasadę wywierania pośredniego wpływu i wymagania stawiane przez Ericksona psychoterapeutom. Walker zaprezentował w książce perspektywę teoretyczną i praktyczną NLP, powstanie pierwszych modeli, Meta Modelu, modelu Miltona i koncepcję poszukiwań transderywacyjnych. Omawia systemy reprezentacji i specyficzne predykaty zmysłowe. Relacjonuje odkrycie wskazówek dostępu, badania odmiennych stanów świadomości i strukturę doświadczenia subiektywnego. Książka nie prezentuje szczegółowo metod programowania neurolingwistycznego, omawia raczej to, co się z nimi dzieje, ich możliwości, rozwój, stosowanie i osiągnięcia. Poznajemy ludzi, którzy tworzyli dziedzinę NLP, ich dzieje i rozwój. Książka zawiera bibliografię podstawowych opracowań dotyczących technik psychoterapii, indeks osobowy i rzeczowy. Napisana jest prostym językiem. Jest cenną pozycją dla psychoterapeutów. Może zainteresować zarówno psychologów i pedagogów, ludzi biznesu, jak i studentów kierunków społecznych.

**Kazimierz Wieczorkowski**

Instytut Pedagogiki, Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu

