

*Jerzy Herberger\**

Uniwersytet Zielonogórski

*Monika Kozłowska\*\**

Uniwersytet Wrocławski

## **RELACJE INTERPERSONALNE Z PERSPEKTYWY PSYCHOLOGII ROZWOJU CZŁOWIEKA**

Trudności w relacjach międzyludzkich mogą mieć różne uwarunkowania – niekiedy wynikają z obiektywnych prawidłowości funkcjonowania społecznego (konflikty interesów, nieuchronne fazy dynamiki relacji, pułapka stereotypów i uprzedzeń), w innych przypadkach zaś przyczyną są czynniki jednostronne, usytuowane podmiotowo.

Niejednokrotnie napotykać w życiu zawodowym czy osobistym partnerów (lub przeciwników naszych opcji) niezdolnych do funkcjonowania zgodnie z podstawowymi zasadami życia społecznego (manipulacje, intrygi, niedotrzymywanie zobowiązań), zadajemy sobie pytanie o powody takiego stanu rzeczy. Potoczne, atrybucyjne odpowiedzi (egoizm, zła wola, „trudny charakter”) służą bardziej celom regulacyjnym ad hoc niż rozpoznania obiektywnego stanu rzeczy.

Istotna rola w rozpoznawaniu faktycznych, głębokich przyczyn niezdolności do konstruktywnych relacji przypada psychologii rozwoju człowieka. Czynniki rozwojowe mogą odgrywać rolę mediatorów lub moderatorów (Baron i Kenny 1986, s. 1175-1176; Radziwiłowicz 2011, s. 22-26). W bieżącym opracowaniu koncentrujemy się na analizie czynników moderujących, czyli określających kto i w jakich warunkach może wpływać niekonstruktywnie na relacje międzyludzkie. Oczywiście, dokonanie przeglądu całości kształtu danych z tego obszaru przekracza możliwości opracowania – stąd też, nieco wybiórczo opisane zostaną głównie te teorie z zakresu psychologii rozwoju, których zawartość może być przydatna dla zajmujących się naukami społecznymi.

### **Rozwój wczesnodziecięcy a zachowania społeczne w dorosłości**

Podstawowe założenia przyjmowane przez opisywane teorie rozwoju, tj. teorie fazowe, można zrekonstruować następująco:

---

\* Jerzy Herberger – dr psychologii, Uniwersytet Zielonogórski, zainteresowania naukowe: teoria systemowa, psychoterapia, zaburzenia osobowości; J.Herberger@wpps.uz.zgora.pl.

\*\* Monika Kozłowska – mgr psychologii, Uniwersytet Wrocławski, zainteresowania naukowe: teoria samowiedzy i samooceny, terapia zaburzeń dzieci i młodzieży, tożsamość indywidualna i społeczna, adolescencja; monika.kozlowska@uwr.edu.pl.

- a) rozwój ma charakter fazowy (stadialny), o osiągnięciu zaś kolejnej fazy stanowi zmiana o charakterze jakościowym (przekształcenie struktury lub funkcji),
- b) rozwój ma charakter ukierunkowany, tzn. zmierza ku określonemu stanowi końcowemu, z reguły waloryzowanemu pozytywnie (np. równowaga poznawcza w ujęciu Jeana Piageta, dojrzałość psychoseksualna według Zygmunta Freuda, tzw. mądrość życiowa w teorii Erika Eriksona),
- c) przebieg faz wcześniejszych wpływa na fazy późniejsze,
- d) kolejność faz jest stała, natomiast granice wiekowe płynne (Trempeła 2000, s. 30-46)<sup>1</sup>.

Odwołamy się do tej grupy teorii, z dodatkowym założeniem szczególnej doniosłości zdarzeń w wczesnego dzieciństwa (do ok. 5. roku życia), które kształtują podstawowe zręby osobowości, natomiast w kolejnych fazach życia odbywa się jedynie tzw. cyzelowanie ogólnych schematów ukształtowanych wcześniej (Hall i Lindzey 2001, s. 54-59).

### Teoria przywiązania i style przywiązania

Za punkt wyjścia kształtowania optymalnego lub wadliwego potencjału przyszłych relacji interpersonalnych można przyjąć twierdzenia teorii przywiązania Mary Ainsworth i Johna Bowlby'ego (za: Żechowski i Namysłowska 2008, s. 53-74). Teoria ta akcentuje nie tylko psychologiczne, lecz również ewolucyjno-biologiczne mechanizmy ułatwiające przetrwanie dziecka. U podłoża przywiązania do opiekuna leżą mechanizmy neurobiologiczne – doświadczanie zależności (*experience dependant*) i doświadczenie oczekiwania (*experience expectant*). Interakcje opiekuna z noworodkiem doprowadzają do ukształtowania określonych schematów neuronalnych, czyli nastawień na powtarzalność bodźców.

Po narodzinach dziecko „[...] uruchamia atrakcyjny dla opiekuna system tzw. wyzwalaczy, który ma zwrócić uwagę na sygnalizowane potrzeby. Są to tzw. zachowania przywiązujące” (Plopa 2005, s. 91). W zależności od reakcji matki tworzy się określony styl przywiązania opisywany na poziomie psychospołecznym przez jakość relacji, dostępność obiektu i jego responsywność, na poziomie zaś neurobiologicznym jako określony poziom aktywacji systemu neurohormonalnego (Kobak 1993, s. 86-112).

M. Ainsworth i J. Bowlby (za: Żechowski i Namysłowska 2008, s. 67-68) wyróżnili trzy style przywiązania:

- bezpieczny, związany z dostępnością matki, łatwością uspokojenia po separacji i z optymalnym poziomem aktywacji neurobiologicznej,

---

<sup>1</sup> Oczywiście nie są to założenia przyjmowane bezwyjątkowo, np. teorie rozwoju wielokierunkowego i wielopłaszczyznowego (np. teoria kontekstualno-dialektyczna Lwa S. Wygotskiego, neofunkcjonalizm Paula Baltesa czy neokonstruktywizm Marii Tyszkowej) dystansują się od tak rozumianej fazowości.

- lękowo-ambiwalentny, z którym współwystępują silne reakcje stresowe w odseparowaniu i trudności uspokojenia dziecka po powrocie opiekuna, w związku z utrzymującą się hiperaktywacją neuronalną (jako konsekwencją wcześniejszych interakcji),
- lękowo-unikający, powodujący nieznaczące przejawy stresu w trakcie absencji matki i brak dążenia do bliskości po jej powrocie, wskutek powtarzających się nieskutecznych prób „przywoływania” w przeszłości (w tych przypadkach występuje dezaktywacja systemów powiązania).

Mary Main i Judith Solomon (1986, s. 95-124) opisały czwarty styl – zdeorganizowany (zdezorientowany) występujący w rodzinach dysfunkcyjnych, w których zachowania związane z bliskością wzbudzają lęk opiekuna, w konsekwencji czego unika jej okazywania.

Przy tym typie przywiązania „[...] to osoba opiekuna stanowi źródło zagrożenia, zwłaszcza że szczególnie często ten typ łączy się z maltretowaniem fizycznym lub wykorzystaniem seksualnym” (Żechowski i Namysłowska 2008, s. 69).

Jak wynika z wielu badań, m.in. Everett Waters (za: Wojciszke 2003, s. 294-297), u większości 21-latków styl przywiązania ukształtowany w dzieciństwie nie ulega zmianie. Ma on odpowiedniki w dorosłości, co z punktu widzenia uwarunkowań potencjału osobowego relacji ma doniosłe znaczenie interpretacyjne.

Największe utrudnienia w relacjach powiązane są ze stylem zdeorganizowanym, gdyż przy doświadczeniach godzących w podstawowe potrzeby emocjonalne i społeczne „[...] ludzie stają się jednostkami kontrolującymi, agresywnymi, niezdolnymi do znajdowania w sobie pociechy w chwilach napięcia emocjonalnego; cechuje je skłonność do dysocjacji emocji i niezdolność do wyzwalania się z relacji powodujących ból” (Żechowski i Namysłowska 2008, s. 70). Styl lękowo-ambiwalentny skutkuje w dorosłości skłonnością do lęku przed odrzuceniem, poczuciem bycia niedocenianym i obsesyjną kontrolą partnera, styl zaś unikający – nieufnością, zaprzeczaniem potrzeby więzi i unikaniem intymności (Wojciszke 2003, s. 296).

Mimo stabilności wzorca przywiązania nie należy ujmować go mechanistycznie, na co kładzie nacisk Alan Sroufe (1997, s. 251-268). Autor twierdzi, że:

- na każdym etapie życia bieżąca jakość znaczących relacji modyfikuje biografia przywiązania (możliwa jest w pewnym stopniu kompensacja wczesnych niedoborów),
- na każdym etapie życia zdarzenia rodzinne również mają znaczenie,
- pojedynczy okres wadliwego przywiązania ma mniejsze znaczenie niż kumulacje w tym zakresie.

## Teorie relacji z obiektem

Rozwojowe uwarunkowania potencjału relacji można rozpatrywać w kategoriach teorii relacji z obiektem. Do najbardziej znaczących teorii z tego kręgu należą szkoły: brytyjska (Melanie Klein, William R.D. Fairbairn, Donald W. Winnicott) i węgierska

(Sandor Ferenci i Michael Balint), koncepcje self Heinza Kohuta i Otto Kernberga oraz teoria separacji – indywiduacji Margaret Mahler (za: Sokolik Z. 1995, s. 53-63; Cierpiałkowska 2006, s. 91-99).

Pojęcie obiekty wymaga dookreślenia, gdyż nie jest w pełni jednoznaczne. Z. Freud (teorie związku z obiektem są de facto post-psychoanalityczne) używał tego terminu w kilku znaczeniach, m.in.:

- to, dzięki czemu można osiągnąć cel (zrealizować popęd – libido),
- osoba lub rzecz przeciwstawna podmiotowi,
- psychologiczne wyobrażenie (reprezentacja) osoby (Moore i Fine 1996, s. 183-186).

Na użytek bieżący zdefiniujmy obiekt jako to (osoba, wyobrażenie osoby), co będąc zewnętrznym wyjściowo wobec podmiotu, a interioryzowanym w trakcie rozwoju, służy rozładowaniu napięcia emocjonalnego związanego z potrzebami, czyli tzw. kateksji.

Jak pisze Lidia Cierpiałkowska (2006, s. 92): „teorie te generalnie koncentrują się na opisanu istoty i warunków kształtowania się aparatu psychicznego i osobowości, wyjaśnieniu źródeł powstawania zaburzeń w okresie preedypalnym oraz na wypracowaniu efektywnego modelu leczenia tych zaburzeń”.

W odróżnieniu od Z. Freuda teorie te za popędowe uznają dążenie do nawiązania relacji, kładą nacisk na wzorce tych relacji, a w miejsce paternalizmu protoplasty opowiadają się za osobą matki jako najważniejszym obiektem (Oleś 2003, s. 60; Cierpiałkowska 2006, s. 91-93).

Warunkiem płynnego, niezakłóconego rozwoju jest tzw. optymalna frustracja potrzeb, która umożliwi kateksję wobec obiektów właściwych danej fazie rozwoju. Optymalna frustracja oznacza doświadczanie niezaspokojenia potrzeb, lecz w nasileniu i z częstotliwością niepowodującymi silnych reakcji emocjonalnych.

Oprócz kateksji możliwa jest też fiksacja („zatrzymanie się” na określonym etapie rozwoju, czyli zahamowanie dynamiki przemian obiektu) oraz regresja („cofnięcie się” do obiektu właściwego we wcześniejszej fazie rozwoju) (*ibidem*, s. 84-85).

Michael Balint wprowadził pojęcie deficytu podstawowego (*basic fault*), na który składają się pierwotne niezaspokojenie połączone z nieadekwatną reakcją, które „wcielają się” w osobowość, w konsekwencji czego wszystkie zachowania wychodzące poza schemat reagowania w momencie przeżywania deficytu wzbudzają lęk podmiotu (za: Sokolik Z. 1995, s. 53). Schemat ten to właśnie reagowanie fiksacyjne (czyli „zastój” libido w związku z silną frustracją potrzeb) lub regresywne, czyli „cofanie się” do wcześniejszych etapów rozwoju lub do etapu tego zastoju (Cierpiałkowska 2006, s. 85).

Ukazanie całokształtu problematyki relacji z obiektem przekracza ramy opracowania, stąd wskażemy jedynie wybrane, znaczące momenty rozwoju.

Problem statusu psychologicznego noworodka analizowała M. Mahler (i.in. 1975, s. 32-40). Autorka twierdzi, że odczuwa on głównie głód i napięcia organiczne, natomiast jego świadomość siebie i świata jest znikoma. Pierwszy miesiąc życia to tzw. au-

tyzm pierwotny (lub bezobiektny). Mimo braku relacji z obiektem – doświadczenia prenatalne, porodowe, związane z odrzuceniem – mogą ukształtować tzw. charakter schizoidalny<sup>2</sup> (problematyka zawarta w tzw. teorii charakterów jest mniej popularna niż inne teorie neopsychodynamiczne, dlatego omówimy ją bliżej na dwóch wybranych przykładach, pozostałe jedynie sygnalizując).

Jednostki schizoidalne cechuje m.in. niski poziom inteligencji emocjonalnej, nierozpoznawanie uczuć, tzw. słaba pamięć interpersonalna, skrajne niekiedy wyalienowanie i introwersja. Nie odczuwają potrzeby wchodzenia w relacje lub też nie są do nich zdolne z powodu tłumionych lęków i nieświadomianej wściekłości (Johnson 1993, s. 46-64; Lowen 2008, s. 32-47).

W następnej fazie rozwoju (2-4 miesiąc życia), czyli w okresie preobiektności fazy normalnej symbiozy następuje otwarcie się na bodźce zmysłowe. W tym czasie „[...] dziecko uzyskuje poczucie mglistej egzystencji, choć nie jest to poczucie egzystencji jako jednostki odrębnej od reszty świata. Waga tej fazy polega na tym, że kształtują się w niej zaczątki poczucia tożsamości, a zaburzenia w tym okresie prowadzić mogą do fiksacji lub regresji uniemożliwiającej dalszy rozwój” (Sokolik Z. 1995, s. 17). Brak dbania o elementarne potrzeby dziecka (np. niedocenianie wagi kontaktu dotykowego, tzw. nerwowe karmienie, kierowanie się własnymi opiniami co do czasu karmienia, a nie sygnałami płynącymi od dziecka) może wpłynąć na ukształtowanie się charakteru oralnego, który w przyszłych wzorcach cechuje: niezdolność do identyfikacji potrzeb („niewiedza, czego chce”); postawa przesadnej manifestowanej niezależności z nieświadomą skłonnością do opierania się na innych; zależność od innych ze skłonnością do irytacji z tego powodu; podatność na nastroje ambiwalentne; powierzchowne relacje z innymi (Johnson 1993, s. 135-137).

Na dalszych etapach rozwoju również może dojść do ukształtowania określonych charakterów, jeżeli traumatyczne doświadczenia w związkach z obiektem spowodują trwałą frustrację znaczących potrzeb.

Wskazmy więc – za Stephenem Johnsonem (1993, s. 38-45) typowe odmiany charakterów, powiązanych z konsekwencjami dla relacji międzyludzkich:

- w 1. roku życia (potrzeby karmienia i opieki): charakter schizoidalny (dziecko zniechęcone)<sup>3</sup>, charakter oralny (dziecko porzucone), charakter symbiotyczny (dziecko zawłaszczone),

---

<sup>2</sup> Charakter w rozumieniu neopsychodynamiki i bioenergetyki to struktura afektywno-behawioralna (na późniejszych niż omawiany etapach rozwoju również z komponentem kognitywnym) ukształtowana przez doświadczenie, wyznaczająca poczucie co do siebie i świata. Innymi słowy: „[...] to typowy sposób rozwiązywania konfliktów wewnętrzpsychicznych. Jest silnie związany z pojęciem stylu obronnego jednostki” (Moore i Fine 1996, s. 34-35).

<sup>3</sup> Określenia w nawiasach ujmować należy metaforycznie.

- w 2. i 3. roku życia (wczesna socjalizacja): charakter psychopatyczny (dziecko zwycięskie), charakter masochistyczny (dziecko zwyciężone), charakter sztywny (dziecko zdyscyplinowane),
- w 4. i 5. roku życia (kontekst edypalny): charakter histrioniczny (dziecko uwiedzione), charakter narcystyczny (dziecko wykorzystane).

Z kolei psychologia *life-span* zakłada, że w trakcie życia jednostka na każdym etapie rozwoju zmaga się z określonymi zadaniami rozwojowymi (wymaganiami psychospołecznymi, konfliktami, kryzysami), pomyślne vs. niepomyślne rozwiązanie zaś skutkuje odmiennymi wzorcami funkcjonowania relacyjnego (m.in. teoria rozwoju psychospołecznego E. Eriksona (1997, s. 257-280), do której odwołujemy się w kolejnym fragmencie opracowania).

Jakie wnioski płyną z analiz powyższych teorii dla dziedziny relacji międzyludzkich?

Prawdopodobnie w pełni niezakłócony rozwój nie jest możliwy, zresztą opisany wcześniej optymalny poziom frustracji potrzeb jest wręcz niezbędny. Frustracje zbyt częste (lub zbyt silne), podobnie jak ich brak, deharmonizują rozwój, prowadząc do koncentracji na niepożądanych stanach rzeczy (obiektach lub ich cechach).

Stabilizacja właściwego rozwojowo stosunku do obiektu (czyli przekonanie o jego stałości, zinterioryzowanie oraz włączenie w jego pojęcie i obraz cech ambiwalentnych przeciwstawnych tak idealizacji, jak i deprecjacji) jest warunkiem ukształtowania adekwatnego własnego poczucia tożsamości i wartości, a te z kolei rzutują na zdolność „bycia w relacjach”; sprzyjają asertywnej, a zarazem uważnej i otwartej postawie wobec innych. Osiągnięcie takiego stanu w okresie dorastania poprzedzają wcześniejsze „zmagania się” z obiektem, doprowadzające finalnie do ukształtowania tzw. stałości obiektu i *self* (ok. 4. roku życia). Wówczas podmiot jako dorosły „śmiało realizuje swoje dążenia, nie obawiając się porzucenia czy odrzucenia oraz z ufnością nawiązuje bliskie, intymne relacje z innymi nie obawiając się pochłonięcia” (Cierpialkowska 2006, s. 98).

Analizowanie ścieżek optymalnego rozwoju przypomina nieco wysiłki genetyków, którzy jedynie poprzez stwierdzanie mutacji genów mogą wnioskować o niezakłóconym genomie, i to jedynie w wymiarze retrospektywnym. Niemniej próba ukazania psychologicznych warunków czyniących trudności rozwojowe mniej prawdopodobnymi jest możliwa, czemu przyjrzymy się w dalszej części opracowania.

## Tożsamość a relacje międzyludzkie

Omówione prawidłowości rozwojowe odnoszą się do wczesnego dzieciństwa, czyli do 5. roku życia. Opisane teorie rzadko wychodzą poza tę granicę czasową. Jest to m.in. konsekwencja oparcia się na założeniach freudowskich – okres od 6./7. do 11./12. roku życia Z. Freud uważał za fazę latentną. Inaczej jest w przypadku teorii

Erika Eriksona, która obejmując całokształt życia, zarazem szczególną wagę przypisuje bardzo ważnej z punktu widzenia relacji problematyce tożsamości.

### **Tożsamość indywidualna i jej rozwój**

Teoria cyklu życia E. Eriksona (1997, s. 257-280) należy do najbardziej wszechstronnych koncepcji obejmujących charakterystykę całego życia człowieka od najwcześniejszego dzieciństwa aż po starość. Ma źródła w nurcie psychoanalitycznym, obecnie zaś stanowi koncepcję klasyczną opisującą rozwój człowieka w perspektywie całego życia. Według tej koncepcji życie podzielić można na osiem odrębnych stadiów, występujących w ściśle określonej sekwencji. Każde stadium wiąże się z doświadczeniem kryzysu, którego rozwiązanie może mieć pozytywny lub negatywny wpływ na dalszy rozwój osobowości. Konstruktywne rozwiązanie kryzysu każdego ze stadiów wiąże się, zdaniem E. Eriksona, z osiągnięciem charakterystycznej dla każdego z etapów cnoty (odpowiednio: nadziei, woli, stanowczości, kompetencji, tożsamości, wierności, miłości, troski oraz mądrości).

Doświadczenia budowania relacji międzyludzkich i ich roli w rozwoju osobowości w szczególności koncentrują się w stadiach szóstym (intymność/izolacja, prowadzącym do cnoty miłości) oraz siódmym (generatywność/stagnacja, prowadzącym do cnoty troski). Nim jednak człowiek osiągnie te stadia, niezwykle ważne jest rozwiązanie kryzysu adolescencyjnego, zwanego przez E. Eriksona kryzysem tożsamości.

Pojęcie tożsamości nie jest w literaturze przedmiotu definiowane jednorodnie. Tożsamość jest ujmowana jako:

- poczucie własnej tożsamości i element systemu wiedzy o sobie,
- właściwość „czystego ego”,
- składnik pojęcia „ja”, czyli samowiedzy,
- właściwość czy przejaw „ja” (pojęcie „ja” jest podstawą poczucia własnej spójności),
- przeżywanie siebie jako niepowtarzalnej, wyjątkowej jednostki (Mandrosz-Wróblewska 1988, s. 12-14).

Elementy wspólne wielu definicji tożsamości obejmują ich cechy charakterystyczne, tj. poczucie odrębności od otoczenia, poczucie ciągłości własnego „ja”, poczucie wewnętrznej spójności i poczucie posiadania wewnętrznej treści (por. Sokolik M. 1995, s. 10-11). Są to cechy charakterystyczne dla tożsamości osobistej. Wyróżniamy także tożsamość społeczną, czyli sumę społecznych identyfikacji podmiotu. Są to te identyfikacje, które są centralne i mają szczególne znaczenie dla podmiotu. Wyróżniają się one subiektywnym poczuciem wspólnoty, odnajdywaniem podobieństw i różnic między grupami i wskazywaniem kategorii, które możemy nazwać „my”.

## Tożsamość osobista

W stadium piątym koncepcji E. Eriksona – orientacyjnie między 12. a 19. rokiem życia – zadaniem młodego człowieka jest stworzenie dojrzałej definicji siebie, spójnego poczucia tego, kim jest, ku czemu dąży i w jaki sposób pasuje do społeczeństwa (Schaffer i Kipp 2015, s. 483). Jest to stadium przejściowe między dzieciństwem a dorosłością, w którym młody człowiek kwestionuje dotychczasowe doświadczenia i aktywnie poszukuje nowych. Jeśli czyni to z zaangażowaniem, w sposób, który prowadzi do odnalezienia własnych celów i aspiracji w sferach osobistej, zawodowej i ideologicznej, prowadzi to wówczas do utworzenia dojrzałej osobistej tożsamości. Brak osobistego zaangażowania w tych poszukiwaniach może prowadzić do negatywnego rozwiązania kryzysu tożsamości – rozproszenia tożsamości.

Tożsamość osiągnięta i tożsamość rozproszona stanowią dwa spolaryzowane, alternatywne rozwiązania kryzysu tożsamości opisywane przez E. Eriksona. Koncepcję reakcji na kryzys adolescencyjny rozwinął James Marcia (1966, s. 551-553), opisując dwie dodatkowe reakcje, jakie mogą się ujawnić w zachowaniu młodego człowieka doświadczającego kryzysu w tym stadium – nazywa je statusami tożsamości. Są to tożsamość przejęta (lub in. lustrzana) oraz moratorium. Zgodnie z przyjętymi przez J. Marcie założeniami, osoba o tożsamości **osiągniętej** w pełni doświadczyła kryzysu i dokonała wyboru swojej przyszłości w sferach ideologicznej czy zawodowej. Poważnie brała pod uwagę wiele różnych możliwości i samodzielnie podjęła ostateczną decyzję. Wybór ten może, choć nie musi, uwzględniać oczekiwania rodzicielskie. Posiadane przekonania dają jednostce swobodę działania i w ogólnym sensie osoba ta nie wydaje się przytłoczona przez zobowiązania, które podjęła. Osoba, której status tożsamości nazywamy **rozproszonym**, mogła doświadczyć lub nie doświadczyć kryzysu. Cechą charakterystyczną tego statusu jest brak jakiegokolwiek zaangażowania. Osoba ta nie tylko nie podjęła żadnych decyzji dotyczących przyszłych ról, ale w dodatku nie wykazuje zainteresowania tą problematyką. Choć może mieć jakieś pomysły na swoją przyszłość zawodową, sprawia wrażenie, że nie są one ostateczne. W kwestiach światopoglądowych może przyjmować postawę obojętną albo też łączyć ze sobą różne przekonania w sposób przypadkowy i niespójny. Status **moratorium** oznacza, że osoba właśnie w danej chwili doświadcza kryzysu. Jest to okres, kiedy poziom zaangażowania w określone wybory jest niski, jednak widoczne są aktywne próby podjęcia określonych zobowiązań. Kwestie przyszłości zawodowej, ról społecznych czy przekonań religijnych i politycznych nie są na tym etapie jednostce obojętne. Bywa, że oczekiwania rodziców są nadal ważne, więc młoda osoba zмага się z walką pomiędzy oczekiwaniami otoczenia a własnymi możliwościami i potrzebami. Osoba o tożsamości **przejętej** (lustrzanej) wykazuje zaangażowanie, choć nie doświadczyła kryzysu tożsamości. Niezwykle ciężko odróżnić przekonania, potrzeby i cele rodziców od jej własnych, wybory, jakich



dokonała, nie zostały poprzedzone osobistą refleksją. Osoba taka charakteryzuje się pewnym poziomem sztywności.

W obu opisanych koncepcjach duży nacisk kładzie się na znaczenie eksploracji siebie i budowanie obrazu siebie w kontekście ról społecznych i zawodowych. W badaniach, które wykorzystują te koncepcje, największy nacisk kładzie się na poszukiwania w obrębie zewnętrznych możliwości, takich jak wybory o charakterze religijnym, społeczno-politycznym czy zawodowym. Jak wskazuje Michael Berzonsky (2004, s. 304), poszukiwania te mogą także być zróżnicowane w wymiarze wewnętrznym – w aspekcie strukturalnym (teoria Ja) i procesualnym. Zdaniem M. Berzonsky'ego, teoria Ja to poznawcza struktura skomponowana z luźno zorganizowanego systemu konstruktów osobistych, przekonań itp., odnoszących się do Ja w interakcji ze światem. W celu opisu procesualnego aspektu tożsamości M. Berzonsky odwołuje się do kategorii strategii i stylu tożsamościowego przetwarzania informacji. Społeczno-poznawcze strategie przetwarzania tożsamościowego (*social-cognitive identity processing strategies*) to elementarne reakcje poznawcze i behawioralne, jakie jednostka wykorzystuje, przetwarzając informacje ważne dla Ja i radząc sobie z konfliktami odnoszonymi do tożsamości (Berzonsky i in. 2013, s. 894-895). Z kolei style przetwarzania tożsamościowego (*identity processing style*) rozumiemy jako relatywnie stabilne różnice między ludźmi w stosowanych strategiach społeczno-poznawczych (*ibidem*, s. 894-895). Identyfikuje on trzy style przetwarzania informacji: styl przetwarzania **informacyjnego**, styl przetwarzania **normatywnego** i styl przetwarzania **dyfuzyjno-unikowego** (za: Senejko i Łoś 2015, s. 92-93).

Osoby charakteryzujące się stylem przetwarzania informacyjnego aktywnie analizują informacje ważne dla Ja, pogłębiają wgląd i zdobywają ważne informacje na własny temat. Osoby te najczęściej wykazują status tożsamości osiągniętej lub moratorium wg nomenklatury J. Marcii. Osoby o stylu przetwarzania normatywnego radzą sobie z kwestiami dotyczącymi tożsamości przez automatyczną internalizację i podporządkowanie się zaleceniom i oczekiwaniom osób ważnych. Są zwykle sumienne, zorientowane na cel, mają silną potrzebę struktury i niską tolerancję na niejednoznaczność. Zwykle charakteryzują się stylem tożsamości przejętej (lustrzanej). Osoby o stylu przetwarzania dyfuzyjno-unikowego często charakteryzują się impulsywnością, strategiami radzenia sobie skoncentrowanymi na emocjach, intuicyjnym przetwarzaniu informacji i niskim poziomie zaangażowania. Najczęściej charakteryzuje je status tożsamości rozproszonej (Berzonsky i Luyckx 2008, s. 206).

Każda z powyższych koncepcji tożsamości może być rozpatrywana z perspektywy jakości relacji interpersonalnych, jakie towarzyszą poszczególnym statusom czy stylom przetwarzania informacji. Osoby o stylu przetwarzania informacyjnego będą otwarte na nowe informacje, autorefleksyjne, szanujące informacje odnoszące się do Ja, tym samym są otwarte na różne punkty widzenia i wartości, charakteryzują się dużą toleran-

cją rozbieżności. W perspektywie relacji międzyludzkich taka postawa będzie sprzyjać otwartości na dyskusję, tolerancji na odmienne poglądy czy zmniejszać skłonność do stosowania mechanizmów obronnych w świetle informacji zagrażających aktualnemu obrazowi własnej osoby. Osoby, które charakteryzuje styl przetwarzania normatywnego, cechują się silną potrzebą akceptacji społecznej, a zatem i wysokim poziomem koncentracji na zachowaniu (w celu monitorowania zbieżności własnych zachowań z oczekiwaniami, normami itp.), a także wysoką potrzebą domknięcia poznawczego, niską potrzebą autorefleksji i niską ciekawością poznawczą (za: Senejko i Łoś 2015, s. 93). Te potrzeby będą rzutować na relacje interpersonalne przede wszystkim w formie obniżonego poziomu spontaniczności i zmniejszonej otwartości. Jednocześnie osoby te nie będą zainteresowane pogłębianiem własnego wglądu. Sytuacje, w których otrzymywać będą informacje zwrotne na własny temat (w szczególności zaś niezgodne z obrazem Ja lub niepochlebne), mogą być dla nich trudne – powodujące pojawienie się konfliktów i/lub mechanizmów obronnych. Wreszcie osoby o stylu przetwarzania dyfuzyjno-unikowego charakteryzuje brak gotowości do konfrontowania się z trudnościami, konfliktami i podejmowania decyzji, czy wreszcie podejmowanie decyzji z uwzględnieniem bezpośrednich doznań, w sposób hedonistyczny i egocentryczny (za: Senejko i Łoś 2015, s. 93). Osoba taka może sprawiać wrażenie niestabilnej czy nieprzewidywalnej. Napięcia i trudności w relacjach interpersonalnych, które mogłyby prowadzić do pogłębienia samowiedzy, będą źródłem osłabienia więzi. Kontakty interpersonalne tych osób najczęściej oparte będą na wspólnocie realizacji bieżących celów i będą satysfakcjonujące dla obu stron o tyle, o ile będą harmonijne.

### **Tożsamość społeczna a rozwój ku relacjom**

Tożsamość społeczna uznawana jest za jeden z ważniejszych elementów tożsamości, odwołuje się bowiem do przynależności do określonej grupy społecznej (lub grup społecznych). Wpływa ona na „postrzeganie siebie samego jako członka tej, a nie innej grupy, kategorii czy społeczności” (Melchior 1990, s. 23). Możemy ją rozumieć jako definiowanie siebie w kategoriach wyznaczanych przez grupę, do której się przynależy. To dzięki budowaniu relacji międzyludzkich i funkcjonowaniu w różnorodnych rolach nabywamy tożsamość społeczną. Pełni ona istotne funkcje zarówno dla definiowania siebie, jak i z perspektywy budowania poczucia własnej wartości. Znaczenie tożsamości społecznej wyjaśnia teoria tożsamości społecznej Henri Tajfela i Johna Turnera (1986, s. 7-24). Jej podstawowe założenia są następujące. Po pierwsze: napotykanne osoby dzielimy na kategorie. Po drugie: istnienie tych kategorii prowadzi nieuchronnie do zidentyfikowania tzw. własnej kategorii podmiotu (my) oraz kategorii pozostałych (oni). Po trzecie: przynależność do cenionych grup społecznych jest ważnym źródłem

pozytywnej samooceny (Wojciszke 2003, s. 72-73). Wiąże się z tym skłonność do przekonania, że własna grupa jest lepsza od pozostałych. Teoria tożsamości społecznej wiąże się z teorią kategoryzacji społecznej, która wyjaśnia genezę stereotypów. W jej świetle są one skutkiem ubocznym normalnego funkcjonowania ludzkiego umysłu – dzielenia napotykaných osób na kategorie i gromadzenia o nich wiedzy.

Znaczenie omówionych powyżej koncepcji z perspektywy relacji międzyludzkich można by ująć w następujący sposób: ludzie są motywowani zarówno do tego, aby realizować własne osobiste cele, jak i tworzyć konstruktywne relacje z innymi ludźmi, potrzebują stabilnej tożsamości osobistej i samooceny, jak i tożsamości grupowej, która jest wynikiem życia społecznego. Aby było to możliwe, nasz system reprezentacji poznawczych, czyli zarówno wiedza o otaczającym nas świecie, świecie społecznym, jak i o nas samych musi być adekwatna, ale także łatwo dostępna. Z tego powodu reprezentacje poznawcze często mają charakter uproszczony, przetwarzanie zaś informacji odbywa się przy wykorzystaniu heurystyk przetwarzania informacji. Reprezentacje poznawcze dotyczące świata społecznego obejmują stereotypy, schematy cech czy ukryte teorie osobowości. Kiedy wchodzimy w interakcje z innymi ludźmi, zwłaszcza z osobami, których nie znamy, mamy skłonność do przyporządkowywania ich do kategorii, którymi się posługujemy. Następnie kierujemy się wiedzą o przedstawicielach danej kategorii, kontaktując się z tą nieznaną nam osobą. Konsekwencją jest skłonność do uproszczonego postrzegania świata społecznego, a w szczególności do podziału świata społecznego na kategorię „my” i „oni”. Z badań H. Tajfela wynika, że do takiego rozróżnienia między grupami dochodzi w wyniku nawet najmniej znaczących podziałów (np. kolor koszulki czy preferencje estetyczne). Gdy dojdzie do takiego podziału, ludzie mają skłonność przede wszystkim do tego, aby faworyzować członków grupy własnej kosztem członków grupy obcej. Ponadto, w wyniku procesu kategoryzacji, różnice wewnątrzgrupowe postrzegane są jako mniejsze, różnice zaś międzygrupowe są wyolbrzymione (Tajfel 1982, s. 20-22). Ponieważ dążenie do pozytywnej samooceny należy do podstawowych motywów, jego przejawy obecne są także w obszarze tożsamości społecznej. H. Tajfel zakłada, że jednostki dążą do tego, aby ich społeczna tożsamość była pozytywna – mają tendencję do podtrzymywania i podnoszenia jej wartości. Ta pozytywna tożsamość społeczna w dużej mierze bazuje na pozytywnych porównaniach międzygrupowych, a zatem własna grupa postrzegana musi być jako różniąca się od grup obcych i jednocześnie wyróżniająca się w sposób pozytywny. Ponadto, gdy społeczna tożsamość jednostki jest dla niej niesatysfakcjonująca, będzie przejawiała skłonność do zmiany wizerunku grupy własnej lub do opuszczenia tej grupy na rzecz innej, zapewniającej tożsamość społeczną sprzyjającą postrzeganiu siebie w sposób podtrzymujący lub podwyższający poziom samooceny.

## Zakończenie

Psychologia rozwoju człowieka nie tylko opisuje czynniki ten rozwój ograniczające, pozwala też sformułować określone postulaty, których realizacja optymalizuje procesy prowadzące do właściwej socjalizacji. Trzymając się przyjętej konwencji terminologicznej, można wskazać na następujące warunki:

- odzwierciedlanie przez opiekuna Ja dziecka, rozpoznawanie jego potrzeb i pragnień,
- radzenie sobie z separacją i autonomią dziecka, gdyż nie są one dla rodzica zagrażające,
- pozwalanie na ekspresję naturalnych uczuć i emocji (zazdrość, złość, seksualność dziecięca, bunt),
- dostosowywanie się do tempa rozwoju dziecka,
- wspieranie dziecka w sytuacjach trudnych z uwzględnieniem jego uczuć,
- pozwalanie na wyrażanie ambiwalentnych uczuć wobec siebie (pozwala to dziecku na budowanie nie „czarno-białej” reprezentacji poznawczej świata),
- neutralizowanie agresji dziecięcej poprzez reakcje ani lękowe, ani odwetowe, lecz stanowcze i konsekwentne.
- traktowanie dziecka autentycznie podmiotowo,
- tworzenie klimatu „miłości matczynej”, czyli bezwarunkowej akceptacji dziecka niezależnie od zachowania (dziecko odczuwa, że jest szanowane i cenione), co nie oznacza godzenia się na wszelkie zachowania (oprac. na podst.: Skrzypek 1987; Miller 1996).

Taki styl relacji opiekuna z dzieckiem sprzyja gotowości do poszukiwań na etapie kryzysu tożsamości. Doświadczenia sięgające procesu separacji-indywiduacji mogą decydować, jak dalece lękowe będą reakcje młodego człowieka na poszukiwania tożsamościowe. Podobnie styl przywiązania, poprzez sposób doświadczania i budowania relacji, będzie wpływać na skuteczność realizacji zadań rozwojowych. Im głębsza refleksja i dokładniejsza eksploracja – zarówno w zakresie możliwości, jakie niesie świat zewnętrzny, jak i w zakresie wglądu we własne możliwości – tym stabilniejszy obraz siebie i mniejsze skłonności jednostki do umacniania poczucia własnej wartości w przebiegu relacji międzyludzkich kosztem innych uczestników interakcji.

## Bibliografia

- Baron R.M., Kenny D.A. (1986), *The moderator – mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical consideration*, „Journal of Personality and Social Psychology” 52 (6), s. 1173-1182.

- Berzonsky M.D. (2004), *Identity processing style, self-construction, and personal epistemic assumptions: A social-cognitive perspective*, „European Journal of Developmental Psychology” 1, s. 303-315.
- Berzonsky M.D., Luyckx K. (2008), *Identity Styles, Self-Reflective Cognition, and Identity Processes: A Study of Adaptive and Maladaptive Dimensions of Self-Analysis*, „An International Journal of Theory and Research” 8, s. 205-219.
- Berzonsky M.D., Soenens B., Luyckx K., Smits I., Papini D.R., Goossens L. (2013), *Development and validation of the revised Identity Style Inventory (ISI-5): Factor structure, reliability, and validity*, „Psychological Assessment” 25, 3, s. 893-904.
- Cierpiakowska L. (2006), *Współczesna psychoanaliza i jej znaczenie dla psychologii klinicznej*, [w:] H. Sękowa (red.), *Psychologia kliniczna*, t. 1, PWN, Warszawa, s. 82-104.
- Erikson E.H. (1997), *Dzieciństwo i społeczeństwo*, Rebis, Poznań.
- Hall C.S., Lindzey G. (2001), *Teorie osobowości*, PWN, Warszawa.
- Johnson S.M. (1993), *Przemiana charakterologiczna: cud ciężkiej pracy*, J. Santorski i s-ka, Warszawa.
- Kobak K.R. (1993), *Attachment and Emotion Regulation During Mother – Teen Problem – solving: A Control Theory Analogizes*, „Child Development” 64, s. 86-112.
- Lowen A. (2008), *Bioenergetik*, Rowohlt TB, Berlin.
- Mahler M., Pine F., Bergman A. (1975), *The Psychological Birth of Human Infant*, Wiley, New York.
- Main M., Hesse E. (1990), *Parent’s unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism?*, [in:] T. Greenberg, D. Cicchetti, E.M. Cummings (eds.), *Attachment during the preschool years: Theory, research and intervention*, University of Chicago Press, Chicago, s. 161-182.
- Main M., Solomon J. (1986), *Discovery of an insecure – disorganized disoriented attachment pattern*, [in:] T.B. Brazelton, M.W. Yogman (eds.), *Affective Development in Infancy*, Ablex, Norwood, s. 95-124.
- Mandrosz-Wróblewska J. (1988), *Tożsamość i niespójność ja a poszukiwanie własnej odrębności*, Ossolineum-PAN, Wrocław-Warszawa-Kraków-Gdańsk-Łódź.
- Marcia J. (1966), *Development and validation of ego identity status*, „Journal of Personality and Social Psychology” Vol. 3(5), s. 551-558.
- Melchior M. (1990), *Społeczna tożsamość jednostki (w świetle wywiadów z Polakami pochodzenia żydowskiego urodzonym w latach 1944-1955)*, Wyd. ISNS UW, Warszawa.
- Miller A. (1996), *Dramat udanego dziecka*, J. Santorski i s-ka, Warszawa.
- Moore D.E., Fine B.D. (1996), *Słownik psychoanalizy*, J. Santorski i s-ka, Warszawa.
- Oleś P.K. (2003), *Wprowadzenie do psychologii osobowości*, Scholar, Warszawa.
- Płopa M. (2005), *Psychologia rodziny. Teoria i badania*, Impuls, Kraków.
- Radziwiłowicz W. (2011), *Depresja dzieci i młodzieży*, Impuls, Kraków.
- Schaffer D.R., Kipp K. (2015), *Psychologia rozwoju człowieka. Od dziecka do dorosłości*, Wydawnictwo Harmonia Universalis, Gdańsk.
- Senejko A., Łoś Z. (2015), *Właściwości polskiej adaptacji Inwentarza Stylów Tożsamości (ISI-5) Michaela Berzonsky’ego i współautorów*, „Psychologia Rozwojowa” (20) 4, s. 91-104.

- Skrzypek K. (1987), *Pustka rodzinna*, „Nowiny Psychologiczne” 5-6, s. 31-47.
- Sokolik M. (1995), *Psychoanaliza i Ja*, J. Santorski i s-ka, Warszawa.
- Sokolik Z. (1995), *Michael Balint, czyli węgierska teoria relacji z obiektem*, „Nowiny Psychologiczne” 3, s. 53-64.
- Sroufe L.A. (1997), *Psychopatology as an outcome of development*, „Development and Psychopatology” 9, s. 251-268.
- Tajfel H. (1982), *Social psychology of intergroup relations*, „Annual Review of Psychology” 33, s. 1-39.
- Tajfel H., Turner J.C. (1986), *The social identity theory of intergroup behavior*, [in:] N. Worchel, W.G. Austin (eds.), *Psychology of Intergroup Relations*, Nelson Hall, Chicago, s. 7-24.
- Trempała J. (2000), *Modele rozwoju psychicznego*, Wyd. UKW, Bydgoszcz.
- Wojciszke B. (2003), *Człowiek wśród ludzi*, Scholar, Warszawa.
- Żechowski C., Namysłowska I. (2008), *Teoria przywiązania a rozwój zaburzeń psychicznych*, [w:] B. Józefik i G. Iniewicz (red.), *Koncepcja przywiązania. Od teorii do praktyki*, wyd. UJ, Kraków, s. 53-74.

### **Relacje interpersonalne z perspektywy psychologii rozwoju człowieka**

**Streszczenie:** Artykuł jest przeglądem teorii neopsychoanalitycznych i tzw. *life-span psychology* pod kątem warunków, które umożliwiają lub ograniczają poprawność przyszłych relacji człowieka z otoczeniem. Jest on skierowany głównie do socjologów i pedagogów, stąd jego celem jest ukazanie tych konstatacji, które pozwalają dogłębniej rozumieć trudności w relacjach międzyludzkich i ich uwarunkowania.

Autorzy prezentują problemy wczesnego dzieciństwa i adolescencji, jako przykłady ujawniania się warunków i prawidłowości rozwojowych, znajdujących wyraz w ukształtowaniu właściwej i zakłóconej tożsamości. Opisują zarówno tzw. błędy rozwojowe, jak i psychologiczne warunki niezakłóconego rozwoju.

**Słowa kluczowe:** relacje, związki międzyludzkie, rozwój i jego warunki

### **Interpersonal relations from the point of view of developmental psychology**

**Abstract:** The article is a review based on the analyses of chosen theories of psychological development (mainly postpsychoanalytic and life span psychology). Its primary purpose is to introduce a deeper understanding of how the course of life can influence the functioning of an individual in interpersonal connections. It is mainly addressed to sociologists and educators (teachers).

The authors focus on the early infancy and adolescence, as examples of the emergence of conditions manifesting in the shaping of a proper or disturbed identity. The authors describe both the so-called developmental disorders and psychological conditions of undisturbed development.

**Keywords:** relations, interpersonal connections, development and its conditions