

TOMASZ LESZNIEWSKI*

Indywidualność osoby jako źródło radzenia sobie z niepewnością i ryzykiem. Refleksja nad koncepcją indywidualności Jana Szczepańskiego w nawiązaniu do współczesnych technik uważności

A person's individuality as the source of coping with uncertainty and risk. Reflection of Jan Szczepański's individuality conception in connection with current mindfulness techniques

Streszczenie

Tekst jest próbą odpowiedzi na pytanie, w jaki sposób indywidualność człowieka może stanowić zasób pozwalający na radzenie sobie z doświadczanym poczuciem niepewności i ryzyka w życiu codziennym. Wykorzystana w tym celu została koncepcja indywidualności Jana Szczepańskiego, która definiuje strukturę i funkcje tego wymiaru ludzkiej kondycji osobowej. Stara się wyjaśnić znaczenie świata wewnętrznego człowieka oraz jego refleksyjności w procesie zmagania się jednostki z negatywnymi konsekwencjami organizacji wspólnotowego życia. Analityczny ogląd indywidualności w przywołanej koncepcji pozwala także dostrzec emergentną naturę tożsamości osoby, będącą efektem prowadzonego dialogu między światem wewnętrznym i zinternalizowanym światem zewnętrznym człowieka. Możliwości poznawcze omawianej koncepcji pozwala poszerzyć próbą jej

* Instytut Socjologii, Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu, Polska, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0458-4934>, e-mail: tomaszl@umk.pl.

syntezy z kategorią uważności, czego efektem jest podkreślenie szczególnej roli samotności w indywidualnym rozwoju człowieka oraz uchwycenie moralnego charakteru indywidualności (*hipo-egoic phenomena*).

Słowa kluczowe:

indywidualność, tożsamość, uważność, refleksyjność

Abstract

The paper attempts to answer the question: how could human individuality be a resource making it possible to cope with the experience of feeling uncertainty and risk? Jan Szczepański's idea of individuality defines the structure and functions of that dimension of the human condition. It tries to explain the sense of man's inner world and their reflexivity in struggling with the negative consequences due to the social organisation of collective life. An analytic view of individuality included in this concept allows for revealing the emergency nature of personal identity affected by dialogue between the inner world and the internalised outside world. The discussed concept might increase the attempt to synthesise it with the vision of mindfulness. The effect of it is a unique underlining role of loneliness in the individual process of human development and captures the moral character of individuality (*hipo-egoic phenomena*).

Keywords:

individuality, identity, mindfulness, reflexivity

1. WSTĘP

Socjologiczna charakterystyka współczesności opiera się w zasadniczym stopniu na eksponowaniu dynamiki i zakresu dokonujących się przemian społeczno-kulturowych oraz konsekwencji tychże zmian na poziomie relacji społecznych oraz indywidualnych skutków pojawiających się w wymiarze tożsamościowym. Doświadczenie nieprzewidywalności i ryzyka opisujące specyfikę warunków życia jednostki stawia liczne i różnorodne wyzwania, które definiują zdolność radzenia sobie człowieka z oczekiwaniami stawianymi przez społeczeństwo na różnych poziomach ludzkiej egzystencji. W warunkach społeczeństwa późnej nowoczesności czy społeczeństwa ponowoczesnego uwagę przykuwają konsekwencje wynikające z indywidualizacji życia społecznego, a mianowicie silnie ugruntowana potrzeba ekspresji i autentyczności „ja” jednostki (Riesman 1996; Sennett 2009). Rzeczywistość, w ramach której dezintegracji ulega dotychczasowy, względnie stabilny

i przewidywalny porządek instytucjonalny oraz układ punktów odniesienia człowieka pozwalających na samookreślenie i poczucie orientacji, czyni ludzkie biografie refleksyjnym projektem (Beck, Giddens & Lash, 2009, s. 11–31]). Sytuacja ta wymaga świadomego zaangażowania w proces wytwarzania własnej tożsamości przez osobę oraz koncentracji na samej sobie, własnych emocjach i odnoszonych korzyściach wynikających z ekspresji własnej osobowości w życiu publicznym (Sennett, 2009). Jednostki podejmują zatem różne „techniki siebie”, „[...] których celem jest przekształcenie siebie tak, by osiągnąć pewien stan szczęścia, czystości, mądrości, doskonałości czy nieśmiertelności” (Foucault, 2000, s. 249). Celem tekstu będzie próba rewitalizacji koncepcji indywidualności Jana Szczepańskiego (Szczepański, 1988, 1990), poprzez jej ponowne odczytanie z użyciem koncepcji uważności oraz związanych z tym, coraz częściej stosowanych, technik wyrażających troskę dotyczącą osobistego rozwoju człowieka. Na ile bowiem wypracowana przez polskiego socjologa w latach 80. poprzedniego wieku perspektywa ukazująca ludzki potencjał pozwalający na walkę z cierpieniem i upływającym czasem stanowić może alternatywę bądź suplement dla oferowanych dziś technik mindfulness oraz przykład niedocenienia zarówno w wymiarze intelektualnym, jak i praktycznego wykorzystania zakorzenionej w naszym kręgu kulturowym wizji rozwoju osobowego człowieka. Istotnym elementem rozważań będzie także kwestia etycznego aspektu indywidualności, która w swej pełnej formie nie jest przejawem egoistycznych czy też egotycznych dążeń człowieka, zwłaszcza w kontekście relacji społecznych.

2. PRZYJĘTA PERSPEKTYWA ANALIZY PROBLEMU

Próbując zrekonstruować przyjęty w tym artykule punkt widzenia, definiując tym samym specyfikę analizy podjętego problemu, można określić go jako analizę ludzkich praktyk podejmowanych w relacji do otaczającej rzeczywistości oraz mających miejsce w jej ramach zdarzeń i interakcji. Nie jest to ujęcie systemowe, ale raczej próba zrekonstruowania fragmentu rzeczywistości, który w szerszej konfiguracji z innymi elementami społecznej „układanki” może uczestniczyć w procesie przemian społecznych. Z pewnością może to rodzić wiele pytań, których poniższe wprowadzenie pozwoli uniknąć.

Pierwszą kwestią, na którą należałoby zwrócić uwagę, jest problem indywidualizmu w koncepcji Jana Szczepańskiego. Otóż jego rozważania nad tematyką indywidualności człowieka nie wydają się osadzone w kontekście wyjątkowych przemian społecznych, powodujących wyłonienie się szczególnej potrzeby auto-

refleksji. Traktuje on ten element ludzkiej kondycji, jakim jest indywidualność, jako wyraz dość uniwersalnej postawy człowieka, który z pewnością w warunkach społeczeństwa nowoczesnego (a następnie późnej nowoczesności) nabiera na społeczno-kulturowym znaczeniu. W konsekwencji trudno znaleźć w rozważaniach omawianego autora pogłębioną refleksję na temat przemian społecznych kojarzonych z problematyką indywidualizmu, zarówno w wymiarze kulturowym, jak i społecznym. Nie świadczy to jednak o „małej” użyteczności poznawczej analizowanej koncepcji w warunkach późnej nowoczesności czy też ponowoczesności (o czym w dalszej części rozważań), zwłaszcza kiedy przedmiotem uwagi staje się praktyka działania jednostek, mierzących się z wyzwaniem stawianymi przez codzienność.

Godnym uwagi w prezentowanym podejściu jest również dostrzeżenie i próba analizy indywidualnego sposobu istnienia człowieka, która, jak pisze Jan Szczeptański „[...] nie zmierza do zastępowania jakiegokolwiek innej teorii, lecz tylko podejmuje badania nad aspektem egzystencji i działalności człowieka, dotychczas oczywiście znanym, ale nie opracowanym dostatecznie wyraźnie” (1988, s. 41–42). Jest to zatem typ refleksji, który stara się zgłębić jeden z analitycznie wyłonionych wymiarów ludzkiej egzystencji, a mianowicie jednostkowy sposób istnienia człowieka. Stanowi on wyłącznie jeden z elementów struktury osobowej jednostki, który w interakcji ze społeczno-kulturowymi treściami prowadzi do wyłonienia się nowej jakości działania osoby. Na dalszym etapie może to prowadzić do wykreowania nowych wzorców zbiorowej aktywności, generując tym samym zmiany w przestrzeni społecznej. Należy jednak pamiętać, iż próba teoretycznego opisu zaproponowana przez omawianego autora zamyka się w granicach zagadnienia indywidualności, trochę w oderwaniu od pozostałych elementów struktury osobowej człowieka, ale także refleksji nad emergentnym splotem indywidualności i świata zewnętrznego, i, jak pisze „[...] każdy wymiar życia społecznego ma swoje właściwe mu mechanizmy zmian, które mogą być rozwojem lub regresją” (1988, s. 214). Trudno uznać to za przejaw naiwności czy ignorancji ze strony autora, ale wynika to raczej z jego przekonania, iż zaproponowane stanowisko w sprawie indywidualności wykracza poza ramy ówczesnych mu (można to uznać za wciąż aktualne i nierozstrzygnięte) propozycji teoretycznych psychologii czy socjologii (1988, s. 54–65).

Drugą kwestią wymagającą wyjaśnienia jest przyjęta perspektywa dotycząca wykorzystanej w tekście kategorii uważności. Otóż z uwagi na możliwość wielowątkowej refleksji nad tym zagadnieniem należałoby na wstępie klarownie wskazać nie tylko sposób wykorzystania tej kategorii w poniższych rozważaniach, ale również, będąc świadomym faktu złożoności znaczenia i obecności w przestrzeni społeczno-kulturowej uważności, odniesienie się do kwestii istotnej, ale nieporuszonej w artykule. Chodzi bowiem o obecną w refleksji naukowej

krytykę ideologicznego uwikłania uważności. Dość często bowiem wkomponowana zostaje w działania korporacyjne (Wrenn, 2022), stanowiące narzuconą niejako z zewnątrz formę realizacji podstawowych zasad neoliberalnego rynku. W konsekwencji wskazuje się, iż ten typ działania służyć ma nie tyle autonomizacji i upodmiotowieniu jednostki, co raczej jeszcze dalej posuniętej zależności człowieka od systemowych uwarunkowań oraz neutralizowaniu wszelkich przejawów buntu czy oporu. Jednakże należy także pamiętać, iż dążenie człowieka do zmiany definiowanej jako rozwój własnych możliwości i zdolności do działania ma o wiele dłuższą historię, aniżeli neoliberalne idee. To samo dotyczy kategorii uważności, która swe źródła ma w buddyzmie (Kabat-Zinn, 2003), tym samym wykracza poza ramy ideologii neoliberalnej.

Mając świadomość złożonej i niejednoznacznej funkcji uważności w procesie tworzenia i podtrzymywania liberalnych form społecznego ładu, należy też zwrócić uwagę na jej wymiar praktyczny, czyli dotyczący konkretnych działań podejmowanych przez jednostkę, w celu rozwiązywania bieżących problemów życia codziennego. Chodzi zatem o analizę kwestii uważności w perspektywie mikro oraz w konstruktywistycznym ujęciu, pozwalającym dostrzec realny potencjał zmiany powiązany z refleksyjnością człowieka, a przede wszystkim z jej etycznym aspektem (Leggett, 2022). Zwłaszcza ten kontekst etyczny, stanowiący podstawę krytycznego postrzegania i analizowania przez jednostkę przeżywanej rzeczywistości, ale też samej siebie (własnych narzędzi poznawczych, doświadczanych emocji, nawyków itp.), będący formą obrony przed ideologicznym uwikłaniem i korporacyjnym wykorzystaniem uważności (Ng, 2016; Purser, 2019), zdaje się stanowić istotny łącznik z analizowaną w dalszej części, koncepcją indywidualności.

Wykorzystana zatem w artykule perspektywa pozwala dostrzec w kategorii uważności potencjał krytycznej refleksji, który czyni człowieka nie tylko świadomym, ale także niezależnym. Ten typ refleksyjności, wymagający swobodnego dystansu do rzeczywistości, daje także możliwość oporu wobec wszelkich form społecznej władzy nad jednostką. Stanowić to może krok w stronę demokratyzacji życia społecznego (Leggett, 2022).

3. KONCEPCJA INDYWIDUALNOŚCI JANA SZCZEPAŃSKIEGO A WYZWANIA WSPÓŁCZESNOŚCI

Uzasadnienie dokonanego wyboru inspiracji oraz zasadności podjętej próby zestawienia dwóch różnych perspektyw teoretycznych rodzi dwa kluczowe pytania. Po pierwsze, dlaczego warto odwołać się do koncepcji indywidualności Jana Szcze-

pańskiego, próbując zrozumieć współczesny problem niepewności i ryzyka doświadczany przez jednostki i społeczeństwa, i po drugie, dlaczego kategoria uważności może stanowić narzędzie zgłębiania problematyki indywidualności człowieka?

Odpowiadając na pytanie pierwsze, możemy przyjąć, iż socjologiczna refleksja nad indywidualnością poczyniona przez przywołanego powyżej autora koresponduje z wyłaniającymi się problemami współczesności, z którymi coraz trudniej mierzyć się człowiekowi. Owa trudność wynika bowiem z dynamiki i zakresu dokonujących się przemian społeczno-kulturowych, wnoszących coraz więcej niepewności i ryzyka w życie jednostki, dotyczących zarówno wymiaru systemowego, jak i codziennej ludzkiej egzystencji (Beck, 2002; Beck et al., 2009; Giddens, 2006; Marody, 2016, et al.). Niepewność i ryzyko wpisane w los współczesnego człowieka odsłaniają coraz większą nieprzewidywalność nachodzącej bliższej i dalszej przyszłości. Podejmowane decyzje, wybory życiowe obarczone są rosnącym ryzykiem nieadekwatności względem kształtujących się dynamicznie warunków życia oraz ludzkich potrzeb i aspiracji. Ogranicza to poczucie bezpieczeństwa człowieka oraz sensu własnej egzystencji, co skutkuje z kolei słabnącym zaangażowaniem w świat kolektywnych wartości. Znajduje to swe odbicie w podstawowych wartościach i normach życia zbiorowego realizowanych przez rozwinięte i rozwijające się społeczeństwa, kształtując tym samym trwałe wzorce kulturowe określane mianem indywidualizmu, realizowanego w różnych wymiarach i sferach życia społecznego (Barlow, 2013; Barnat, 2009; Bauman, 2008; Bellah, 2007; Elias, 2008; Jacyno, 2007). Kształtujący się w warunkach współczesności kontekst kulturowy uwodzący ofertą wolności i samowystarczalności jednostki niesie ze sobą poczucie słabnących więzi społecznych oraz rosnącą potrzebę bezpieczeństwa, stanowiącą podstawę ludzkiej egzystencji i osobowego rozwoju (Erikson & Erikson, 2012; Giddens, 2006).

Koncepcja indywidualności Jana Szczepańskiego zdaje się wpisywać w problematykę życia społecznego powodowaną indywidualizacją systemu społecznego i kulturowego, próbując w refleksji nad dokonującymi się zmianami wykroczyć poza ideologiczny sens pojęcia indywidualizmu. Stara się tym samym dociec rzeczywistych źródeł autonomii jednostki oraz jej podmiotowej roli zarówno w kontekście wyzwań dotyczących życia osobistego, jak i zbiorowego. Jan Szczepański podejmuje problem radzenia sobie człowiekowi z wyzwaniami, które stawia przed nim współczesna rzeczywistość poprzez uruchomienie jednostkowego potencjału, jakim jest według niego indywidualność osoby. Analizuje bowiem problem radzenia sobie z cierpieniem, wpływającym czasem, samotnością i potrzebą sensu ludzkiej egzystencji, dostarczając tym samym perspektywę naukowego namysłu, w socjologii wciąż nie dość ugruntowaną.

Uzasadniając podjęty problem i przechodząc tym samym do pytania drugiego, w jaki sposób uważność jako kategoria może być pomocna w refleksji nad ludzką indywidualnością, można wskazać kilka wybranych selektywnie przez autora zagadnień, które rzucają nowe światło na problematykę indywidualności oraz pozwalają pogłębić refleksję w tym obszarze poprzez syntezę różnych podejść teoretycznych. Po pierwsze, należy zwrócić uwagę, iż koncepcja Jana Szczepańskiego wyrasta z filozoficznego namysłu nad trudnym i obciążonym licznymi doświadczeniami cierpienia i bólu losem człowieka, wynikającym ze wspólnotowego życia i systemowych niedoskonałości. Egzystencjalistyczne spojrzenie na problemy współczesnego człowieka obciążone jest tragizmem i pesymizmem, który zdaje się wyłączać z rozważań nad indywidualnością przywołanego autora, powodowanego osobistymi przeżyciami i przemyśleniami doświadczonego, dojrzałego człowieka. Analiza tego wymiaru ludzkiej osoby, jaką jest indywidualność, z wykorzystaniem kategorii uważności przynosi „ożywczy powiew”, nawiązując do idei dobrostanu, satysfakcji życiowej człowieka, jako istotnych wartości pozwalających na osiąganie osobowej równowagi i stabilności (McCullum, 2015, s. 21–27). Po drugie, można przyjąć, iż powiązanie koncepcji indywidualności z uważnością nada tej pierwszej praktycznego charakteru. Uważność bowiem stanowi podstawę zarówno badań naukowych, jak i praktycznego działania o charakterze terapeutycznym. Praktyczne użycie tego podejścia pozwala zmierzyć się z osobistymi trudnościami kojarzonym z lękiem, stresem, depresją itp., ale także jako narzędzie demistyfikacji podstaw społecznych nierówności, marginalizacji i dyskryminacji poprzez działania edukacyjne mające na celu rozbudzenie krytycznego potencjału wśród członków społeczeństwa (Berila, 2016). Synteza powyższych perspektyw, o ile okaże się możliwa, da szanse poszukiwania przestrzeni społecznej pozwalającej na praktyczne wykorzystanie tak skonstruowanej wiedzy na temat podmiotowej roli osoby ludzkiej nie tylko w osobistym życiu, ale także w procesach społecznych, których jest ona częścią. Chociaż Jan Szczepański wskazuje na swoistą odrębność świata wewnętrznego człowieka i zewnętrznego, będącego przestrzenią aktywności jednostki jako istoty społecznej, ich równoległość (Szczepański, 1988, s. 81–95), co może utrudniać komunikowalność między tymi wymiarami ludzkiej egzystencji, to jednak potencjał uważności zdaje się zwiększać szanse zwłaszcza na uobecnienie treści świata wewnętrznego w praktyce działania.

4. UWAGA W Koncepcji Indywidualności Jana Szczepańskiego

Celem podjętych w tym miejscu rozważań dotyczących koncepcji indywidualności nie jest jej systematyczna rekonstrukcja, co zostało przedstawione w innym miej-

scu (informacja poddana anonimizacji), ale zwrócenie uwagi na te kwestie, które w nawiązaniu do kategorii uważności nabierają „nowego” znaczenia. Szczególnego namysłu w tym kontekście zdaje się wymagać sama istota indywidualności oraz problem samotności człowieka, co w warunkach społeczeństwa niepewności i ryzyka może odegrać szczególną rolę w ludzkich zmaganiach o sens własnej egzystencji oraz kondycję psychiczną.

Indywidualność, zdaniem Jana Szczepańskiego, stanowi kluczowy element struktury osobowej człowieka, decydujący o sposobie istnienia jednostki w różnych wymiarach jej aktywności. „[...] [J]est ona »centralnym« mechanizmem życiowym, [...] czynnikiem konstytutywnym osoby, czyli składnikiem określającym jej strukturę i funkcjonowanie” (Szczepański, 1988, s. 58). Indywidualność odpowiedzialna jest za porządkowanie życia psychicznego oraz, jak wskazuje autor koncepcji, odpowiada za „»normalne« życie psychiczne”. (Szczepański, 1988, s. 172) Wnioskując, możemy uznać, iż ten element struktury osobowej jest ściśle związany z kondycją psychiczną jednostki oraz jej zdolnością radzenia sobie z różnego typu trudnościami życiowymi, które czyhają na nią w świecie społecznym. Konsekwentnie należy uznać, iż rozwój indywidualności jest nierozzerwalnie związany z rozwojem osobowym jednostki. „[...] [Z]aburzenia psychiczne i choroby umysłowe zaczynają się od dezintegracji indywidualności i zaburzeń w jej funkcjonowaniu w życiu osoby, a więc rozkład świata wewnętrznego, zaburzenia wartości, tożsamości są pierwszym zjawiskiem pociągającym za sobą dezorganizację odniesienia ze społeczeństwem (Szczepański, 1988, s. 172). Interpretując powyższą myśl autora, możemy przyjąć, iż indywidualność jednostki nie tylko nie stoi w sprzeczności z kolektywnymi interesami zbiorowości, ale wpływa również na jakość funkcjonowania społecznej wspólnoty. Oznacza to, że ten rodzaj rozumienia indywidualności nie wpisuje się w obecne w literaturze naukowej napięcie między indywidualizmem a kolektywizmem (Gawlikowski, 1999; Ralston et al., 2013; Urban, 2008), lecz nadaje jej moralnego charakteru, do czego powrócimy w dalszej części rozważań.

Posługując się analogią wykorzystania w refleksji naukowej kategorii uważności (Krägeloh, 2019, s. 17), moglibyśmy wskazać, iż indywidualność można analizować zarówno jako stan, cechę (właściwość) bądź jako określony rodzaj jednostkowej aktywności. W tak zdefiniowanym podejściu zawiera się zarówno zróżnicowanie form przejawiania się ludzkiej indywidualności w świecie zewnętrznym, jak i jej potencjał rozwojowy. Oznacza to bowiem możliwość, a może wręcz konieczność, praktykowania indywidualności w interakcjach społecznych, ale również stanowi ona wyraz osobistej troski człowieka dotyczącej jego świata wewnętrznego i wyznawanych wartości.

W tym kontekście szczególnego znaczenia nabiera perspektywa rozumienia i wyjaśniania kwestii związanych ze sposobem działania jednostki w świecie zewnętrznym oraz funkcjonowaniem ludzkiego umysłu. Stanowi ona istotny element dopełnienia koncepcji Szczepańskiego, który, jak się wydaje, w stopniu niewystarczającym wyjaśnia relację między światem wewnętrznym i zewnętrznym jednostki, zwłaszcza w odniesieniu do doświadczeń osoby, dla której ów podział może mieć raczej analityczny charakter. Doświadczenie to bowiem stanowi przestrzeń integracji różnych jakościowo treści wypełniających ludzki umysł. Niemniej jednak, posiłkując się psychologiczną teorią procesów dualnych dotyczącą przetwarzania informacji i podejmowania działania (Barsalou, 2017; Chaiken & Trope, 1999; Sherman et al., 2014; Smith & Collins, 2009), możemy wyróżnić dwa systemy odpowiedzialne za dwa odmienne sposoby funkcjonowania jednostki. Pierwszy to *Involuntary Initial Responses* (IRs), a drugi z kolei to *Optional Regulatory Responses* (RRs) (Barsalou, 2017), co moglibyśmy powiązać z impulsywnym reagowaniem na bodźce z zewnątrz, a w drugim przypadku z refleksyjnym i intencjonalnym podejmowaniem decyzji o potencjalnym działaniu. Możemy przyjąć, iż w nawiązaniu do indywidualności te dwa systemy mogą funkcjonować zarówno w odniesieniu do świata zewnętrznego, jak i wewnętrznego jednostki. Indywidualność bowiem odnajduje swój wyraz w spontanicznych działaniach osób, pozostając jednak poza ich świadomością oraz jako efekt refleksyjności niezależnych jednostek, które w sposób świadomy i intencjonalny przejawiają w swym działaniu potencjał własnej indywidualności. W tym miejscu dochodzimy do wspólnych wątków refleksji nad indywidualnością i uważnością. Dla Szczepańskiego punktem docelowym prowadzonych rozważań nad kondycją i funkcjonowaniem jednostki jest coś, co można określić mianem „indywidualności uświadomionej”, która zdaje się kojarzyć z postawą uważności przejawianą przez człowieka w ramach przeżywania doświadczanego świata. Tym samym możemy mówić o jednej z kluczowych funkcji indywidualności i uważności, jaką jest de-automatyzacja funkcjonowania jednostki w otaczającej ją rzeczywistości, tak w wymiarze materialnym, jak i społeczno-kulturowym. Powoduje to wzrost możliwości wyrażania w interakcjach wyznawanych przez siebie wartości i ekspresji świata wewnętrznego osoby oraz bardziej empatycznego traktowania innych jednostek, co ponownie przywołuje kontekst moralny tego wymiaru struktury osobowej człowieka (Berry & Brown, 2017).

Dodatkowo dokonana powyżej próba syntezy dwóch koncepcji pozwala na wypełnienie występujących luk w zakresie posiadanej wiedzy na temat istoty, ale przede wszystkim czynników rozwoju analizowanej indywidualności człowieka, co w przypadku Szczepańskiego jest zabiegiem celowym, a wynikającym

z koncentracji myśli na problemie funkcjonowania tego szczególnego elementu osobowości jednostki. W tym momencie jednak możemy przyjąć, iż jednym z głównych czynników mogących stymulować rozwój „uświadomionej indywidualności” jest świadome przeżywanie danego zdarzenia zamknięte w obecnej chwili (teraźniejszości), bez wcześniejszych założeń i osądu (Kabat-Zinn, 2003, s. 145), dające możliwość obserwowania pojawiających się impulsów do reakcji, bez konieczności odpowiadania na nie – „let it pass without reacting to it or acting on it” (Karremans & Papiés, 2017, s. 6). Praktykowanie uważności wspomaganie medytacją czy kontemplacją, czyli technikami pozwalającymi na większy kontakt człowieka z samym sobą oraz otaczającym światem, stanowi przestrzeń rozwoju indywidualności jednostki. Rozwija refleksyjność osoby oraz daje zdolność radzenia sobie z trudnymi sytuacjami życiowymi, lękiem, stresem czy poczuciem osamotnienia. Poprzez praktykowanie wszelkich form uważności jednostka zyskuje umiejętność neutralizacji przyswojonych we wcześniejszych fazach życia uwarunkowań dotyczących posługiwania się skojarzeniowymi schematami doświadczania rzeczywistości, generującymi lęk i wpływającymi negatywnie na poczucie własnej wartości osoby (Barsalou, 2017, s. 33).

5. SAMOTNOŚĆ A ROZWÓJ INDYWIDUALNOŚCI CZŁOWIEKA

Rozważając możliwość poszerzania zakresu ludzkiej indywidualności, należy zwrócić uwagę i zastanowić się nad funkcją samotności jednostki w tym procesie. Z jednej strony bowiem tworzenie i utrzymywanie wspólnotowych więzi jawi się jako wyzwanie stojące przed mającym sprawnie funkcjonować społeczeństwem (Putnam, 1995, 2008; Sztompka, 2007), z drugiej jednak, dostrzegamy ważną rolę zarówno w życiu jednostki, jak i funkcjonowaniu społeczeństwa, samotności, jako doświadczenia rozwijającego świat wewnętrzny osoby i zapewniającego dystans do spraw i trosk bieżących. Jan Szczepański wskazuje różnice między samotnością a osamotnieniem, podkreślając zasadniczą odmienną jakościową tych dwóch przypadków. Osamotnienie bowiem jest stanem wyobcowania jednostki narzuconym przez otoczenie bądź powodowanym osobistą decyzją, wynikającą z problemów komunikacyjnych między osobą a otoczeniem społecznym, ale również z samą sobą. Jest to stan alienacji, kiedy człowiek traci poczucie sensu własnego istnienia, a odcięcie się od środowiska społecznego jeszcze bardziej pogłębia problem znaczenia i motywacji własnej egzystencji. W skrajnych przypadkach możemy mówić o problemie anomii będącym źródłem cierpień psychicznych i fizycznych jednostki, prowadzących ją na skraj życia i śmierci (Durkheim, 2011).

Samotność natomiast jest momentem odwołania się do świata wewnętrznego, własnego systemu wartości, po to, by móc skutecznie działać w świecie zewnętrznym (Szczepański, 1988, s. 123). Autor koncepcji indywidualności zwraca uwagę, że doświadczenie samotności przez jednostkę ma okazjonalny charakter i powodowane jest sytuacjami kryzysowymi dotyczącymi człowieka. Wynikają one z bolesnego doświadczenia przez osobę utraty uznania, szacunku, posiadanej pozycji itd. ze strony innych ludzi, grup, instytucji, będących do tej pory ważnymi w jej życiu i stanowiącymi podstawę budowania poczucia własnej wartości w świecie społecznym (Szczepański, 1988, s. 126–127). Doświadczenie jakiegokolwiek formy społecznej awersji skłania jednostkę do odwołania się do własnej indywidualności.

W powyższym przypadku możemy mówić o zewnętrznej, środowiskowej stymulacji mogącej prowadzić do odosobnienia i podjęcia prób w celu rekonstrukcji utraconego sensu własnego istnienia. Koncepcja uważności natomiast czyni z doświadczenia samotności podstawę praktyki, treningu, dobrowolnie i intencjonalnie podejmowanego z myślą o poszerzeniu zakresu świadomości przeżywanej przez jednostkę codzienności, a tym samym własnej indywidualności. Można traktować to jako proces poszerzania samokontroli człowieka poprzez coraz częstsze kierowanie się nie impulsywnym, skojarzeniowym myśleniem i działaniem, ale refleksyjnym i skoncentrowanym na teraźniejszości, świadomym przeżywaniem interakcji społecznych oraz uwarunkowań świata materialnego (Barsalou, 2017; Elkins-Brown et al., 2017).

Łącząc powyższe wątki, możemy dostrzec pewien zakres podobieństwa dotyczącego funkcji indywidualnego odosobnienia, jak i jego charakteru. Szczepański zakłada, że konstruktywnemu przeżywaniu samotności winna towarzyszyć postawa obojętności. Jest ona mechanizmem „[...] niwelującym i neutralizującym te natarcia fal podnieć wzrokowych, słuchowych, dotykowych i docierających do naszych organów receptywnych i przez nie przyjmowanych. Jest ona jakby hamulcem założonym ciekawości, zainteresowaniom, wrażliwości społecznej, moralnej, estetycznej i intelektualnej, i pozwala przechodzić przez życie w świecie zewnętrznym przy ekonomii sił koncentrowanych na sprawach ważnych” (Szczepański, 1988, s. 125). Oznacza to pewną formę kontroli nad impulsami docierającymi do nas z otaczającego świata i uruchamiającymi nasze zmysły. Wielość i dynamiczność tych impulsów ogranicza ludzkie możliwości uważnego doświadczenia zdarzeń, których jesteśmy uczestnikami. W ramach praktyk uważności próbuje się dać osobie właśnie taką zdolność neutralizowania poprzez ową obojętność czynników zakłócających i rozpraszających funkcjonowanie ludzkiego umysłu (McCollum, 2015).

Podsumowując podjęty w tej części wątek, należy przyjąć, iż zarówno w koncepcji indywidualności, jak i uważności, okresowe przeżywanie samotności nie jest przejawem eskapizmu jednostki względem nieprzychylnego świata, ale formą rozwijania kompetencji pozwalających z tą niepewną i ryzykowną rzeczywistością się zmierzyć. Obserwujemy także znaczącą rolę tego rodzaju doświadczenia – samotności – na drodze rozwijania zarówno ludzkiej autonomii działania oraz autarkii, jak wydaje się, stanów ze sobą powiązanych. „Samotność jest warunkiem koniecznym rozwoju tych sił wewnętrznych i świadomego rozwoju indywidualności” (Szczepański, 1988, s. 127). Znaczenie doświadczenia samotności Jan Szczepański stara się ukazać w sposób metaforyczny, nawiązując do mitu Anteusza, porównując tym samym powrót jednostki do świata wewnętrznego z Anteuszowym dotknięciem stopą ziemi, które dawało mu siłę fizyczną wykorzystywaną w walce (Szczepański, 1988, s. 125).

6. MORALNY ASPEKT INDYWIDUALNOŚCI I UWAŻNOŚCI

Rozwijanie własnej indywidualności oraz praktykowanie uważności nierozdzielnie związane jest z koncentracją jednostki na samej sobie. Sięganie do zasobów świata wewnętrznego oraz świadome przeżywanie bieżących zdarzeń wymaga od człowieka refleksyjności, uwagi i samokontroli. Rodzić to może realne obawy dotyczące moralnej orientacji osoby, a mianowicie czy powyższe praktyki nie będą stanowić źródła egoizmu jednostki, zamiast prowadzić do decentracji podmiotu, procesu tak oczekiwanego w ramach teorii rozwoju moralnego człowieka, w wyniku którego pojawia się orientacja moralna pozwalająca na uniwersalizację wartości i norm społecznych, a tym samym dająca podstawę wspólnotowego ładu.

W tym miejscu rozważań, podobnie jak powyżej, możemy przyjąć, że syntetyczne podejście do problemu moralności ludzkiej indywidualności pozwala na szerszą analizę, wykraczającą poza propozycje Jana Szczepańskiego, które miejscami mają normatywno-życzeniowy charakter. Otóż rozwój samoświadomości oraz jej praktykowanie w różnego typu sytuacjach życiowych wiąże się, zdaniem zwolenników uważności, z pojawieniem się u jednostki orientacji hipoeogoistycznej (Leary et al., 2006), która przejawia się większą troską i empatią w stosunku do innego człowieka, redukując równocześnie nadmierne skupienie na samej sobie i własnych interesach. Jedną z istotnych przyczyn pojawienia się hipoeogoistycznej orientacji jest umiejętność temporalnego zawieszenia przeżywanych zdarzeń i sytuacji, a także interakcji społecznych, w wymiarze

teraźniejszości – tu i teraz. Oznacza to niejako wyłączenie w obrębie refleksyjności wszelkich wcześniejszych uwarunkowań i zależności (przeszłość) oraz potencjalnych konsekwencji i sytuacji, stanowiących przejaw ludzkiego myślenia w kategoriach silnie zinternalizowanych ról społecznych. Owo zawieszenie daje jednostce możliwość wykroczenia poza sytuacyjne oczekiwania społeczne wpisane w przebieg międzyludzkich interakcji i wykorzystanie zasobów w postaci świata wewnętrznego, pozwalających na realizację wyznawanych wartości (Brown & Leary, 2017; Leary et al., 2006).

Konieczność pojawienia się fazy stanowiącej moment zatrzymania działania przed jego realizacją jako niezbędnej w procesie rozwoju ludzkiej jaźni odnajdujemy także w koncepcji George’a Herberta Meada. Ten moment zawieszenia pojawiający się między bodźcem a reakcją jednostki stanowi właśnie zdaniem Meada źródło samoświadomości człowieka oraz stymuluje rozwój inteligencji (Mead, 1975, s. 328). Można również przyjąć, iż samoświadomość i refleksyjność jednostki dają także podstawę rozwoju moralnego osoby. Zatem dostrzegamy w tym miejscu szczególną rolę, jaką odgrywa zdolność człowieka do pozatemporalnego przeżywania zdarzeń i interakcji, która redukuje poczucie niepewności i ryzyka wynikające ze zinternalizowanego przekonania o konieczności sprostania wszelkim oczekiwaniom wynikającym z pełnienia ról społecznych. Wątek ten doskonale obrazuje badanie dotyczące wpływu czynników sytuacyjnych na zaangażowanie człowieka w udzielanie pomocy innym (Darley & Batson, 1973), którego autorzy zwracają szczególną uwagę na znaczenie w tym procesie działania takich okoliczności jak pośpiech i konflikt oczekiwań wynikający z odgrywanych ról społecznych.

Postawa uważności i wykorzystanie zasobów świata wewnętrznego jednostki pozwalają na pozasytuacyjne i zdystansowane formy działania, co daje człowiekowi możliwość myślenia o sobie w sposób bardziej konkretny, a nie abstrakcyjny i ogólny. Innymi słowy, osoba poprzez własną aktywność nie tyle potwierdza nieustannie koncepcję siebie i poszukuje własnej wartości, co zmierza do realizacji konkretnych celów. Można ten typ aktywności skojarzyć z orientacją zadaniową, pozbawioną wszelkich uprzedzeń, zarówno negatywnych, jak i pozytywnych, oraz potrzeby dokonywania osądu przeżywanej rzeczywistości i innych osób. Skupienie uwagi na bieżących zdarzeniach, na tym, co dzieje się tu i teraz, powoduje stan świadomości, który uruchamia ludzki potencjał empatii i wrażliwości na potrzeby i troski innych ludzi. Czyni tym samym ten sposób przeżywania bardziej moralnym i dającym realne podstawy do podejmowania przez jednostkę działań służących nawiązywaniu więzi społecznych i wzajemnego zaufania.

7. FUNKCJA INDYWIDUALNOŚCI W RADZENIU SOBIE Z CZASEM

Próbując odnaleźć źródła przeżywanej współcześnie niepewności, możemy wskazać kilka odpowiedzialnych za ten stan rzeczy czynników oraz przestrzeni społecznych, w których się ona lokuje. Jednym z kluczowych jest dynamika zmian dokonujących się w otoczeniu społecznym. Powodowane to jest tempem przepływu informacji oraz krzyżowania się społeczno-kulturowych regulacji, które dotychczas działały w większym odseparowaniu, a tym samym nie stanowiły nieustannego źródła napięć i konfliktów, obserwowanych zarówno na poziomie systemu społecznego, jak i jednostkowych doświadczeń. W perspektywie indywidualności ten drugi wymiar zdaje się przede wszystkim przedmiotem refleksji.

Opisując rzecz modelowo, możemy przyjąć, iż względna stabilność bądź dynamiczna zmienność otoczenia społecznego, w ramach którego funkcjonuje jednostka, wpływa na sposób przeżywania doświadczeń biograficznych oraz różnego typu sytuacji życiowych. Jeżeli zatem analitycznie odniesiemy się do aktywnej obecności jednostki w świecie społecznym, czyli zwrócimy uwagę na jej działanie (składające się z motywujących wartości, w wyniku których podejmowane są konkretne czynności oraz ich efekty), wówczas jesteśmy w stanie uchwycić specyfikę przeżywanej niepewności przez człowieka w warunkach współczesnego społeczeństwa. Możemy zatem mówić o dwóch przykładowych sytuacjach. W pierwszej mamy do czynienia ze stabilnością otoczenia, w którym przebiega ludzka aktywność, wówczas problem niepewności dotyczy wyłącznie wyboru form aktywności, które mają prowadzić do ustalonego celu. W drugiej sytuacji natomiast zmienność społeczno-kulturowych warunków działania powoduje, że niepewność dotyczy nie tylko wyboru form ludzkiej aktywności, ale także samych wartości, a ostatecznie i celów osiągniętych. Fakt ten decyduje o wzmożonym stopniu przeżywania przez współczesnego człowieka stanu niepewności oraz ryzyka. Adekwatnym odzwierciedleniem tej sytuacji jest diagnoza Erika Eriksona zawarta stwierdzeniu, że „[...] dzisiejszy pacjent cierpi najbardziej na skutek niepewności, w co powinien wierzyć i kim powinien – a w gruncie rzeczy kim mógłby – być lub się stać; natomiast pacjent psychoanalizy cierpiał najbardziej na skutek hamulców, które uniemożliwiały mu bycie tym, kim sądził, iż wie, że jest” (Erikson, 1997, s. 293).

Obok dynamiki zmian dokonujących się w otoczeniu społecznym człowieka, które mają wpływ na doświadczanie niepewności, zmianie ulega także doświadczanie tempa upływającego czasu, w którym wraz z przestrzenią jednostka jest osadzona. Dla podkreślenia specyfiki tego doświadczenia Jan Szczepański używa kategorii „czasu pustego” i „czasu pełnego” (Szczepański, 1988, s. 145), w których

różnica wynika z posiadania lub braku społecznego znaczenia podejmowanych czynności oraz zdarzeń, w których uczestniczy osoba. Dlatego wycofująca się bądź wycofana jednostka do sfery prywatności (niebędącej tożsamą ze światem wewnętrznym) przeżywa przemijanie czasu zdecydowanie dotkliwiej niż osoba aktywnie uczestnicząca w sferze publicznej, „[...] gdzie aktywność nadawała sens przemijaniu” (Szczepański, 1988, s. 145). W doświadczeniu człowieka jest to zatem „[...] czas skutecznego działania, rozwiązywania problemów noszących znamiona doniosłości” (Szczepański, 1988, s. 145).

W powyższych okolicznościach pojawia się pytanie, w jaki sposób jednostka jest w stanie poradzić sobie z nasilającym się poczuciem niepewności oraz upływającym czasem, który trudno zdefiniować jako „czas pełny”, z uwagi na wątpliwości dotyczące jego użytecznego charakteru (a dokładniej czynności w jego trakcie podejmowanych)? Jan Szczepański wskazuje, że w sytuacji wycofania się człowieka ze świata zewnętrznego, a można by również dodać, doświadczającego alienacji, co z przeżywaniem niepewności jest związane, mamy do czynienia z faktem, iż „[...] więzi łączące z ludźmi nadające życiu poczucie wspólnoty ulegają rozluźnieniu, możliwość rozprawienia się z przemijaniem zostaje przeniesiona w indywidualny sposób istnienia” (Szczepański, 1988, s. 144). Odsyła on tym samym do świata wewnętrznego człowieka jako ludzkiego potencjału pozwalającego na przywrócenie znaczenia podejmowanych aktywności oraz na uchronienie się przed poczuciem przemijania („czasu pustego”). Proces ten zasada się na kilku elementach kondycji indywidualności, które jednostka jest w stanie wykorzystać. Są to zdaniem przywołanego autora: indywidualna definicja czasu powstała w ramach świata wewnętrznego jednostki, poczucie kontroli i autonomii istnienia, poczucie własnej identyczności oraz zdolności twórcze, które człowiek jest w stanie przełożyć na życiową aktywność (Szczepański, 1988, s. 148–149). Z uwagi na znaczenie i rolę ludzkiej indywidualności w walce z przemijaniem i tempem życia codziennego, należałoby się nad tym wnikliwiej zastanowić.

Jeżeli chodzi o kwestie dotyczące indywidualnej definicji czasu, która najczęściej jest nieuświadomiona i niezwerbalizowana, jak podaje Jan Szczepański (Szczepański, 1988, s. 148–149), to trudno ją zaklasyfikować do jakiegokolwiek formy definicji. Może ona stanowić rodzaj sposobu przeżywania, stosunku względem upływającego czasu, które posiada człowiek, kiedy myśli o różnych sytuacjach codziennych. Jest to pewien stan, który można lepiej zrozumieć, przywołując praktyki uważności, a mianowicie koncentrację na osobistym i bieżącym przeżywaniu zdarzeń, która prowadzi do zintensyfikowania doświadczanej wewnątrznie terażniejszości oraz braku odniesień względem tego, co przeszłe – stanowiących podstawę osądu, i tego, co przyszłe – wyrażonych w postaci oczekiwań związanych

z konsekwencjami aktualnych zdarzeń (Kabat-Zinn, 2003, s. 145). Wzmocniona koncentracja na mającym miejsce tu i teraz zdarzeniu odwraca uwagę jednostki od upływającego obiektywnie czasu (przemijania), wypełniając go tym samym treścią w postaci licznych bodźców napierających na ludzką świadomość, co czyni w doświadczeniu osoby ten czas „czasem pełnym”, obdarzonym znaczeniem. Zatem w nawiązaniu do koncepcji Jana Szczepańskiego walka z przemijaniem i niepewnością wyrażałaby się w świadomym kontrolowaniu własnej uwagi i wykorzystywaniu jej do doświadczania rzeczywistości przeżywanej w duchu wartości własnego świata wewnętrznego jednostki.

Znaczenie w zmaganiu się człowieka z przemijaniem ma również poczucie kontroli i autonomii jednostki. Oznacza to bowiem, iż wyrażona w tej formie indywidualność osoby ogranicza poczucie niepewności i stresu związanego z upływem czasu i nawarstwiającymi się oczekiwaniami społecznymi. Przekonanie jednostki oparte na wewnętrznych przesłankach (dotyczących świata wewnętrznego osoby), nawet gdyby było ono iluzoryczne, pozwala na obniżenie poziomu stresu wywołanego nieoczekiwanymi zdarzeniami oraz na zachowanie motywacji do działania pomimo chwilowych trudności czy porażek (Bhanji et al., 2016). Osoba świadoma własnego wpływu na sytuację, wynikającego z poczucia sprawstwa, stanowiącego zarazem istotny zasób indywidualności jednostki, jest w stanie radzić sobie z upływającym czasem oraz niepewnością generowaną dynamicznymi przemianami własnego środowiska. Odwołując się w tym wątku do koncepcji Margaret Archer (2013) – znamienne jest, że w jej refleksji problem sprawstwa związany jest z kategorią człowieczeństwa, a tym samym z podmiotowością jednostki. Jak dalej wskazuje, „[p]ozbawieni bogatego życia wewnętrznego, opartego na refleksji nad rzeczywistością, która jest mechanizmem generatywnym najważniejszych z naszych emergentnych własności osobistych (*personal emergent property*), naszej unikatowej tożsamości i sposobu bycia w świecie, skazani jesteśmy na zubożoną egzystencję »człowieka nowoczesnego«

lub »istoty społecznej«, z których żaden nie odgrywa ważnej roli w kształtowaniu siebie” (Archer, 2013, s. 14).

W sytuacji doświadczanej przez jednostkę dynamicznej zmienności własnego otoczenia społecznego, zarówno w jego materialnym, jak i symbolicznym wymiarze, tym co „łagodzi” ten fakt, jest względnie trwałe poczucie własnej tożsamości. Pomimo zaniku trwałych punktów orientacyjnych (Giddens, 2006, s. 51–59), pozwalających człowiekowi na zachowanie ontologicznego bezpieczeństwa, to tożsamościowe poczucie ciągłości i spójności własnej osoby daje możliwość zmierzenia się z upływającym czasem oraz niepewnością otaczającego świata. Potwierdzenia tego poczucia identyczności opartego na nieustannych próbach

poznania samego siebie wymagają od jednostki refleksyjności, a może przede wszystkim autorefleksyjności. Odwołując się jednakże do założeń wpisanych w techniki uważności, możemy dostrzec czytelny podział funkcji realizowanych przez ludzką świadomość. Mianowicie jedna odpowiada za monitorowanie i związana jest z obserwacją, a druga za kontrolę i dotyczy działań nakierowanych na cel. Ten rodzaj uważności powiązany z nieoceniającą obserwacją generuje stan określany mianem decentracji czy deidentyfikacji, czyli dotyczy to sytuacji, kiedy pojawia się mentalna luka między uwagą a jej obiektem. Przypadek ten odnosi się jednak do wewnętrznego stanu świadomości, a nie autorefleksyjności jednostki. Dodatkowo to ten pierwszy aspekt funkcjonowania ludzkiej świadomości, stając się podstawą samoregulacji jednostki, ma pozytywny wpływ na funkcjonowanie osoby w wielu wymiarach (fizycznym, psychologicznym, motywacyjnym, interpersonalnym) (Brown et al., 2007, s. 216). Stanowi on łącznik między światem wewnętrznym i indywidualnością jednostki a światem zewnętrznym z jego uwarunkowaniami, ale także z systemowymi ograniczeniami, które stają się źródłem ludzkiego cierpienia. Pozwala także lepiej zrozumieć proces neutralizacji problemów społecznych poprzez przeniesienie ich i włączenie „[...] w autonomiczny porządek tego świata [świata wewnętrznego – uzupełnienie autora tekstu], w którym znajdują rozwiązania niemożliwe w świecie zewnętrznym [...]” (Szczepański, 1988, s. 286).

8. ZAKOŃCZENIE

Celem powyższych rozważań była próba ożywienia socjologicznej refleksji w zakresie indywidualnego potencjału jednostki niezbędnego do inicjowania, czy też angażowania się, w proces zmiany społecznej oraz radzenia sobie z niepewnością otaczającego świata. Tym, co skłania do ponownego namysłu nad problematyką roli jednostki w procesie zmian, jest syntetyczne ujęcie indywidualności człowieka zaproponowane przez Jana Szczepańskiego oraz koncepcji uważności Jona Kabat-Zinna, co pozwala na spojrzenie z innej perspektywy na funkcje i znaczenie samotności jednostki czy temporalności przeżywanych zdarzeń. W konsekwencji bowiem obserwować możemy wyłaniające się psychologiczne mechanizmy de-automatyzacji ludzkich działań oraz de-identyfikacji, które stanowią mogą katalizator postaw prospołecznych człowieka (Berry & Brown, 2017, s. 159–162), a będące efektem praktykowania uważności oraz rozwoju indywidualności jednostki. Wewnętrzny świat osoby umożliwia zachowanie emocjonalnego dystansu, zwłaszcza w odniesieniu do bodźców zewnętrznych, które mogłyby stanowić zagrożenie dla

jej tożsamości. Stan ten skutkuje większą akceptacją i zrozumieniem dla różnic społecznych oraz redukcją stereotypowych schematów myślenia i oceny prowadzących do uprzedzeń i dyskryminacji. Doświadczenie, za sprawą indywidualności, efemerycznego, czy też iluzorycznego charakteru podstaw społecznych identyfikacji, które prowadzą do grupowych podziałów uruchamiających ze zróżnicowaną siłą mechanizm wykluczania, daje jednostce możliwość wykraczania poza tak ustalone granice społecznych podziałów oraz uniwersalizację wyznawanych wartości (Berry & Brown, 2017; J. Turner, 1999; J.C. Turner, 1975). Ten fakt można zdefiniować w kategoriach procesu rozwojowego tożsamości jednostki, który prowadzi do poszerzania granic społecznego świata oraz społecznych identyfikacji, dającego tym samym coraz większe możliwości realizowania w świecie zewnętrznym wartości świata wewnętrznego człowieka.

Indywidualność zatem nie jest przykładem postawy, która miałaby wyrażać jakąkolwiek formę społecznego eskapizmu. Stanowi natomiast potencjał, który umożliwia jednostce radzenie sobie z licznymi problemami, które ją dotyczą, a są konsekwencją uczestnictwa w życiu zbiorowym. Jak pisze Jan Szczepański, wszelkie „[...] postaci zła upowszechnionego, jak wojna, nędza, wyzysk, nierówności, niewola, mają swoje źródła w interesach zbiorowych. [...] [Są – uzupełnienie autora tekstu] wynikiem działań nie indywidualnych, ale zinstytucjonalizowanych działań dokonywanych impersonalnie z upoważnienia grupy, w sposób przez grupę określony. Zło upowszechnione jest wynikiem mechanizmów życia zbiorowego” (Szczepański, 1988, s. 247–248). Natomiast normatywny i intelektualny dystans osoby względem dynamicznie zmieniającej się rzeczywistości daje szansę na wykroczenie zarówno poza egoizm jednostkowy, jak i zbiorowy.

Powyższe rozważania wpisują się w próby poszukiwania różnych źródeł, inspiracji pozwalających na ukazanie znaczenia szerszej roli jednostki w procesach społecznych, poprzez uwzględnienie perspektywy indywidualności zaproponowanej przez Jana Szczepańskiego. Koncentruje się ona na jednym z elementów emergentnej struktury osobowej człowieka, który w ramach interakcji, najpierw na poziomie samej osoby (wewnętrznego dialogu), a później wyrażony w działaniach, może mieć wpływ na jakość wspólnotowych relacji. Propozycja przywołanego autora pozwala dostrzec różnorodność tradycji intelektualnych oraz bieżących stanowisk podejmujących problem indywidualności, indywidualizacji czy też indywidualizmu, oferując równocześnie własną propozycję koncepcyjną, która mierzy się z kluczowymi założeniami paradygmatycznymi funkcjonującymi w naukach społecznych, ze skutkiem, który wciąż wymaga namysłu i oceny.

Bibliografia

- Archer, M.S. (2013). *Człowieczeństwo: Problem sprawstwa*. Zakład Wydawniczy „Nomos”.
- Barlow, A. (2013). *The cult of individualism: A history of an enduring American myth*. Praeger, An Imprint of ABC-CLIO, LLC.
- Barnat, D. (2009). Individualism in Charles Taylor’s social philosophy. *Diametros*, 20, 1–36. <https://doi.org/10.13153/diam.20.2009.342>.
- Barsalou, L.W. (2017). Understanding contemplative practices from the perspective of dual-process theories. W: J.C. Karremans & E.K. Papies (red.), *Mindfulness in Social Psychology*. Routledge, Taylor & Francis Group.
- Bauman, Z. (2008). *Zindywidualizowane społeczeństwo*. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Beck, U. (2002). *Spółeczeństwo ryzyka: W drodze do innej nowoczesności*. Wydaw. Naukowe Scholar.
- Beck, U., Giddens, A., & Lash, S. (2009). *Modernizacja refleksyjna: Polityka, tradycja i estetyka w porządku społecznym nowoczesności*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Bellah, R.N. (2007). *Skłonności serca: Indywidualizm i zaangażowanie po amerykańsku*. Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Berila, B. (2016). *Integrating mindfulness into anti-oppression pedagogy: Social justice in higher education*. Routledge, is an imprint of the Taylor & Francis Group, an Informa business.
- Berry, D.R., Brown, K.W. (2017). Reducing Separateness with Presence. W: J.C. Karremans & E.K. Papies (red.), *Mindfulness in Social Psychology* (1. wyd., s. 153–166). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315627700-11>.
- Bhanji, J.P., Kim, E.S., & Delgado, M.R. (2016). Perceived control alters the effect of acute stress on persistence. *Journal of Experimental Psychology: General*, 145(3), 356–365. <https://doi.org/10.1037/xge0000137>.
- Brown, K.W., & Leary, M.R. (red.). (2017). *The Oxford handbook of hypo-egoic phenomena*. Oxford University Press.
- Brown, K.W., Ryan, R.M., & Creswell, J.D. (2007). Mindfulness: Theoretical Foundations and Evidence for its Salutary Effects. *Psychological Inquiry*, 18(4), 211–237. <https://doi.org/10.1080/10478400701598298>.
- Chaiken, S., & Trope, Y. (red.). (1999). *Dual-process theories in social psychology*. Guilford Press.
- Cofałka, J., Kulpińska, J. (red.). (2005). *Jan Szczepański: Humanista, uczyony, państwo-wiec ; księga wspomnień*. Wyd. Sejmowe.
- Darley, J.M., Batson, C.D. (1973). „From Jerusalem to Jericho”: A study of situational and dispositional variables in helping behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 27(1), 100–108. <https://doi.org/10.1037/h0034449>.
- Durkheim, É. (2011). *Samobójstwo*. Oficyna Naukowa.
- Elias, N. (2008). *Spółeczeństwo jednostek*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Elkins-Brown, N., Teper, R., & Inzlicht, M. (2017). How Mindfulness Enhances Self-Control. W: J.C. Karremans & E.K. Papies (red.), *Mindfulness in Social Psychology* (1. wyd., s. 65–78). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315627700-5>.

- Erikson, E.H. (1997). *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Tłum. P. Hejmej. Wyd. 1 (dodr.). Rebis.
- Erikson, E.H., & Erikson, J.M. (2012). *Dopełniony cykl życia wersja rozszerzona o nowe rozdziały autorstwa Joan M. Erikson poświęcone dziewiętemu etapowi rozwoju osobowości człowieka*. Wydawnictwo Helion.
- Gawlikowski, K. (red.). (1999). *Indywidualizm a kolektywizm* (Wyd. 1). Wydawn. IFiS PAN.
- Giddens, A. (2006). *Nowoczesność i tożsamość: „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Jacyno, M. (2007). *Kultura indywidualizmu*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144–156. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpg016>.
- Karremans, J.C., Papiés, E.K. (red.). (2017). *Mindfulness in social psychology*. Routledge.
- Krätzeloh, C.U. (2019). *Mindfulness-based intervention research: Characteristics, approaches, and developments*. Routledge, Taylor and Francis Group.
- Leary, M.R., Adams, C.E., & Tate, E.B. (2006). Hypo-Egoic Self-Regulation: Exercising Self-Control by Diminishing the Influence of the Self. *Journal of Personality*, 74(6), 1803–1832. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00429.x>.
- Leggett, W. (2022). Can Mindfulness really change the world? The political character of meditative practices. *Critical Policy Studies*, 16(3), 261–278. <https://doi.org/10.1080/19460171.2021.1932541>.
- Leszniewski, T. (2017). *Od indywidualizmu do indywidualności? Teoretyczna analiza zjawiska*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika.
- Marody, M. (2016). *Jednostka po nowoczesności: Perspektywa socjologiczna*. Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- McCullum, E.E. (2015). *Mindfulness for therapists: Practice for the heart*. Routledge.
- Mead, G.H. (1975). *Umysł, osobowość, społeczeństwo*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Ng, E. (2016). The Critique of Mindfulness and the Mindfulness of Critique: Paying Attention to the Politics of Our Selves with Foucault’s Analytic of Governmentality. W: R.E. Purser, D. Forbes & A. Burke (red.), *Handbook of Mindfulness* (p. 135–152). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-44019-4_10.
- Purser, R.E. (2019). *McMindfulness: How mindfulness became the new capitalist spirituality*. Repeater.
- Putnam, R.D. (1995). *Demokracja w działaniu: Tradycje obywatelskie we współczesnych Włoszech*. Znak richtig.
- Putnam, R.D. (2008). *Samotna gra w kręgle: Upadek i odrodzenie wspólnot lokalnych w Stanach Zjednoczonych*. Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Ralston, D.A., Egri, C.P., Furrer, O. et al. (2013). Societal-Level Versus Individual-Level Predictions of Ethical Behavior: A 48-Society Study of Collectivism and Individualism. *Journal of Business Ethics*. <https://doi.org/10.1007/s10551-013-1744-9>.
- Sherman, J.W., Gawronski, B., & Trope, Y. (red.). (2014). *Dual-process theories of the social mind*. The Guilford Press.
- Smith, E.R., Collins, E.C. (2009). Dual-process models: A social psychological perspective. W: J. Evans & K. Frankish (red.), *In two minds: Dual processes and beyond* (1.

wyd., p. 197–216). Oxford University Press Oxford. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199230167.003.0009>.

Szczepański, J. (1971). *Odmiany czasu teraźniejszego*. Książka i Wiedza.

Szczepański, J. (1988). *O indywidualności* (Wyd. 1). Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych.

Sztompka, P. (2007). *Zaufanie: Fundament społeczeństwa*. Wydawnictwo Znak.

Theiss, W. (2013). Stary człowiek – autobiograficzna perspektywa Jana Szczepańskiego. *Pedagogika Społeczna*, 3(49), 37–50.

Turner, J. (1999). Ku poznawczej redefinicji pojęcia „grupy społecznej”. W: I. Machaj, *Małe struktury społeczne* (s. 149–172). UMCS.

Turner, J.C. (1975). Social comparison and social identity: Some prospects for intergroup behaviour. *European Journal of Social Psychology*, 5(1), 1–34. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2420050102>.

Urban, M. (2008). *Indywidualizm i kolektywizm w świadomości młodzieży: Studium psychologiczno-politologiczne*. Dom Wydawniczy Elipsa.

Wrenn, M.V. (2022). Corporate Mindfulness Culture and Neoliberalism. *Review of Radical Political Economics*, 54(2), 153–170. <https://doi.org/10.1177/04866134211063521>.