

WYDARZENIA, POLEMIKI, RECENZJE

KAMILA DOBRENKO

Akademia Pedagogiki Specjalnej, Instytut Psychologii

JAK WSPIERAĆ ROZWÓJ MĄDREJ OSOBOWOŚCI W CAŁYM CYKLU ŻYCIA? RECENZJA KSIĄŻKI *MĄDROŚĆ OSOBOWOŚCI. WSPIERANIE OSOBOWOŚCI I ZAPOBIEGANIE JEJ ZABURZENIOM W CAŁYM CYKLU ŻYCIA* HELENY JANET GRZEGOŁOWSKIEJ-KLARKOWSKIEJ

Zadaniem tego tekstu jest przede wszystkim scharakteryzowanie wymienionej w tytule książki. Składa się ona z trzech części. Po krótkim wprowadzeniu (część I) relacjonuje najważniejsze, moim zdaniem, myśli zawarte w monografii, dodając do nich nieco własnych refleksji oraz odniesień do szerszego kontekstu zagadnień poruszanych w monografii (część II, najbardziej obszerna). Ostatnią, III część, stanowi zakończenie, gdzie zawarte są najważniejsze, o ile dobrze zrozumiałam, intencje Autorki, przesłania tej książki. Na końcu podsumuję również wrażenia, jakie zrobiła na mnie ta, według mnie, ważna książka.

CZĘŚĆ I WPROWADZENIE

Opisywana książka jest oryginalną kompozycją wiedzy psychologicznej, która łączy tradycyjne i współczesne teorie psychoanalityczne ze współczesnymi badaniami dotyczącymi funkcjonowania ludzkiego mózgu. W monografii tej można znaleźć wiele z tego, co dobre w psychologii osobowości w ciągu ostatnich 200 lat, tzn. od XIX do XXI w.

Poruszone przez Autorkę w publikacji zagadnienia koncentrują się na ważnej dla każdego człowieka tematyce, na tym co jest potrzebne, aby żyć mądrze, dojrzałe. Jakie mechanizmy stoją za rozwojem osoby zdolnej do autorefleksji i autokorekty, a więc mającej dobrze wyćwiczone mechanizmy samoregulacji, co prowadzi do skutecznego i mądrego funkcjonowania w świecie i wśród innych ludzi.

Dla osoby takiej jak ja, nasiąkającej tym nietuzinkowym klimatem przez kilka lat, jest to ciekawa esencja tego, co najistotniejsze w głoszonej i praktykowanej wizji jednej z moich Mentorek – Heleny Janet Grzegołowskiej-Klarkowskiej. W miejscu powstania tej monografii prezentowane podejście do psychologii osobowości jest już, w pewnym sensie, kanonem, na którym dojrzało kilka roczników studentów psycho-

logii Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej. Dzieje się to nadal za pośrednictwem cyklu zajęć w ramach specjalności Wspieranie Rozwoju i Kształcenia w Instytucie Psychologii APS.

Czerpanie ze źródeł interdyscyplinarnych jest ogromną wartością tej monografii. Ma ono, z założenia, pewne ograniczenia – można powiedzieć trochę o wielu zagadnieniach lub bardzo dużo o jednym. Autorce udało się znaleźć „złoty środek” między tymi dwiema skrajnościami.

Odniesienia w książce są bardzo szerokie, od starożytnej filozofii po współczesną fizykę. Równocześnie pogłębione są do istotnych szczegółów wybrane przez Autorkę wątki. Książka jest kwintesencją tego, co jak sądzę, Autorka chciała przekazać swoim czytelnikom jako najważniejsze tropy i wnioski z wieloletnich rozważań nad wspieraniem rozwoju „mądrych osobowości”.

Gdybym miała jednym, krótkim zdaniem określić tę monografię, to brzmiałoby ono: „Jest to mądra książka”. Co w mojej subiektywnej terminologii oznacza, że jest to książka:

- **oparta na rzetelnej, wszechstronnej wiedzy**, czerpanej z przeglądu badań i teorii wielu autorów. Liczba źródeł, do których odnosi się Autorka, jest imponująca i bliska stosowania się do wysoce wyśrubowanej zasady „na jedno napisane zdanie tysiąc przeczytanych”;
- **zawierająca konkretne wskazówki dotyczące praktyki**. Jest to szczególnie ważne dla osób, które wiedzę chcą przekładać na praktykę w swojej pracy nauczyciela, pedagoga, psychologa, pracownika socjalnego, a nawet po prostu czyjegokolwiek „szefa”. Uważam, że jest to lektura obowiązkowa dla każdej osoby kluczowej (tzn. znaczącej, patrz s. 232 tego tekstu) w jakiegokolwiek relacji, instytucji i grupie społecznej. Co istotne, skuteczność części z opisanych rozwiązań została już zweryfikowana jako rozwiązania systemowe i instytucjonalne w innych krajach zachodnich;
- **skłaniająca do refleksji nad rzeczywistością** – prezentowana wizja, poparta konkretnymi przykładami i praktycznymi rozwiązaniami, prosi się o skuteczne i szerokie rozpowszechnianie. Autorka wyraźnie zaznacza, że świat możemy zmieniać, zmieniając to, co jest dla nas możliwe do zmiany. Taka perspektywa widzenia zjawisk społecznych i psychologicznych mobilizuje do działania w skali mikro, dostępnej czytelnikowi.

Szerszym kontekstem, w którym powstało to dzieło, są przemyślenia i koncepcje mistrzów Autorki, którym swoją książkę zadedykowała. Streszczenie ich przemyśleń nie zmieściłoby się w jednym artykule, będą się odnosiła do wybranych myśli niektórych z tych Profesorów w dalszej części tekstu. Tutaj zaznaczę tylko, że Autorka jest wychowanką Szkoły Warszawskiej, a jej bezpośrednimi nauczycielami, którym dedykowała swoje dzieło są: Janusz Reykowski, Maria Jarymowicz, Jan Strelau i Teresa Szustrowa.

Autorka podejmuje się w tej monografii trudnego zadania – opisuje model wspierania osobowości w całym cyklu życia i zakorzenia go w kilku wybranych przez siebie koncepcjach dobrze rozpoznawanych na świecie. Najwyraźniej jest tu zaznaczona teoria rozwoju psychospołecznego Erika Eriksona, w wersji wzbogaconej przez Kalmana J. Kaplana i Nancy O'Connor, ale Autorka nawiązuje też do teorii z dziedziny fizyki, np. teorii systemów złożonych.

Przyznaję, że pisanie tej recenzji było dla mnie zmaganiem się z cieniem Mistrza. Jest to charakterystyka zdecydowanie „z dołu”, w której uczeń pisze o jednym z na-

uczycieli, podziwianym i cenionym, od którego nadal wiele chciałby się nauczyć. Autorka zdecydowanie sprawdziła się w roli osoby kluczowej (wspierającej rozwój, patrz s. 232 tego tekstu) dla mnie i jak sądzę przynajmniej kilku dobrze mi znanych osób, które również znalazły się w zasięgu jej wpływów. Tym bardziej polecam tę książkę, bo napisała ją osoba, która opanowała dobrze trudną rolę bycia osobą kluczową. Taki kontekst sprawił, że zadanie napisania tej recenzji, mimo pozoru łatwości, było dla mnie subiektywnie trudne. Tekst ten może być odebrany bardziej jak ukłon w stronę Autorki niż rzetelna weryfikacja opisywanego dzieła. Podjęłam się jednak tego zadania z radością i nadzieją, że moje słowa zachęcą szerszą rzeszę odbiorców do przeczytania tej niezwyklej książki. Aby zniwelować efekt pochwalny, skoncentrowałam się z jednej strony na aspekcie sprawozdawczym z tego tekstu, a z drugiej podkreśliłam te myśli i idee zawarte w monografii, które są najbliższe moim osobistym wartościom i współgrają z moimi przemyśleniami nad wspieraniem rozwoju.

Punktując **najważniejsze przesłania** zawarte w monografii, podkreśliłabym trzy. Pierwszym, dla mnie jako psychologa osobowości najciekawszym jest **postulat zmian o charakterze paradygmatycznym**. Zmiany w zakresie metod badania i rozumienia osobowości z obecnie dominującej koncentracji na zmiennych na koncentrację na osobie. Ponadto zaprzęgnięcia narzędzi analitycznych charakterystycznych dla badania systemów złożonych do badania osobowości w kontrze do dominujących analiz o charakterze liniowym.

Drugim jest zaznaczenie faktu, że **wspieranie rozwoju daje największe efekty w pierwszych etapach życia jednostki**, przez co kluczowe jest wspieranie przyszłych rodziców, aby mogli zapewnić dobry start w życie kolejnemu pokoleniu.

Trzecie z najważniejszych przesłań, którym nasiąknięta jest cała monografia, to myśl, że **trzeba dbać o wspieranie rozwoju osobowości jak największej grupy osób, w jak najdłuższym czasie** (w całym cyklu życia). Tutaj ilość połączona z jakością daje nadzieję, że inwestycja ta przełoży się na zysk w postaci zmiany jakościowej w funkcjonowaniu świata. Zdecyduje o tym, jaki będzie świat, w którym żyjemy i który zostawimy po sobie kolejnym pokoleniom. Autorka przekonująco argumentuje tę potrzebę. Jest to argumentacja tak celna i klarowna, że może zmotywować do szukania pomysłów na działanie nawet czytelnika bez przygotowania teoretycznego. Każdy, kto przeczyta tę monografię, może rozważyć, co może zrobić, choćby w swoich codziennych relacjach osobistych i zawodowych, aby przyłożyć się do postulowanej zmiany na dobre.

Jest to książka, którą określe mianem „wizjonerskiej”. Może to wynikać z faktu, że od kilku lat znam, na gruncie zawodowym, Autorkę i uważam Ją za Wizjonerkę. Myśl przewodnia, którą wielokrotnie słyszałam od Niej jako rodzaj motta Jej działań, to „zdrowa osobowość → zdrowe instytucje → zdrowy świat”. Pokazuje ono kolejne kroki potrzebne do zmian oraz systemowe i hierarchiczne zależności – bez zmian na jednym poziomie organizacji trudno liczyć na zmiany na pozostałych poziomach.

Moim zdaniem jest to udana próba zasiewania w odbiorcy konkretnych idei, które przekuwają się z czasem na jego konkretne wartości, wzorce jakby to nazwał Tadeusz Tomaszewski (1984). One natomiast z czasem prowadzić mają do konkretnych zmian w zachowaniach indywidualnych osób, a następnie całych społeczności. Można tu przytoczyć dynamiczną teorię wpływu społecznego, w której za pośrednictwem symulacji komputerowych obrazowane są zmiany zachodzące w grupach, od „bąbli nowego” do zmiany w całej grupie (Nowak, Szamrej, Latane, 1990). Jest to o tyle trafne odniesienie, że wspomniana teoria traktuje grupy społeczne jako system złożony i za

pomocą opracowanych algorytmów matematycznych umożliwiałaby w pewnym zakresie predykcję zjawisk społecznych. Mógłby to być przykład narzędzia analitycznego, które zgodnie z postulatami Autorki analizowanej książki (patrz niżej, s. 232 tego tekstu), byłoby użyteczne do charakteryzowania osobowości jako systemu złożonego.

CZĘŚĆ II NAJWAŻNIEJSZE TREŚCI I CYTATY

Zgodnie z zapowiedzią, w tej części chcę przedstawić skrót wybranych treści zawartych w opisywanej książce. Mam nadzieję, że ten rozszerzony spis treści, a właściwie streszczenie i wybrane cytaty zachęcą wiele osób do sięgnięcia po publikację, która jest ich źródłem.

We wprowadzeniu Autorka nakreśla obszar swoich poszukiwań teoretycznych jako zbieranie wskazówek w zakresie wspierania rozwoju osobowości, w całym cyklu życia, w kierunku mądrości. Zwraca uwagę (za Maslowem, 1990), że poziom samo-realizacji, który w ujęciu humanistycznym jest wyznacznikiem zdrowego i mądrego rozwoju osobowości, osiągają nieliczni.

Autorka podkreśla rolę procesów nieświadomych, poszerzając tradycje Freudowskie o współczesne badania nad funkcjonowaniem ludzkiego umysłu, powołując się m.in. na Timothy'ego Wilsona (2002) podsumowuje, że jest coraz więcej danych wskazujących na adaptacyjne funkcje nieświadomości, co jest optymistycznym wnioskiem w kontrze do klasycznej psychoanalizy. Zaznacza, że podstawową funkcją osobowości jest adaptacja polegająca na podejmowaniu dobrych dla danej osoby „decyzji”, które zapadają na wielu poziomach funkcjonowania, od fizjologicznego po filozoficzny. Wymaga to uwzględnienia informacji m.in. z wnętrza ciała, pamięci, świata społecznego, fizycznego otoczenia oraz wewnętrznych reprezentacji, np. systemu wartości. Większość tych informacji jest przetwarzana nieświadomie.

Warto tutaj rozwinąć wątek adaptacyjnej nieświadomości (Wilson, 2002) nieco poza to, co jest zawarte w monografii. W ostatnich latach coraz więcej pisze się o tym, że zasoby świadomości są bardzo ograniczone, a badaczy fascynują procesy dziejące się poza nią. Daniel Kahneman (2012) pisze o myśleniu szybkim i wolnym, charakteryzując dwa odrębne systemy. Przytacza wiele badań ilustrujących tezy dotyczące interakcji obu systemów i wynikające z nich dla ludzkiego funkcjonowania konsekwencje. Nieświadoma część umysłu skutecznie uczy się abstrakcyjnych reguł (Underwood, 2004). Ma dużo większe możliwości obliczeniowe w danej jednostce czasu, dzięki temu lepiej niż świadoma część umysłu radzi sobie z podejmowaniem złożonych decyzji (Gigerenzer, 2007; Gladwell, 2019). Wyraźnie widać to na przykładzie intuicji specjalistycznej, gdy ekspert jest w stanie błyskawicznie postawić trafną diagnozę, choć jej uzasadnienie może mu zająć zdecydowanie więcej czasu (Gigerenzer, 2007). Lata praktyki przekładają się na zasoby 'wewnętrznego archiwum' przypadków, które jest przeszukiwane w celu rozpoznania schematu pasującego do aktualnych informacji. Dzięki temu wskazówki z otoczenia prowadzą do błyskawicznego rozpoznania wzorca charakterystycznego dla sytuacji, np. usterki diagnozowanej przez mechanika. Szybkie myślenie (system1-szybkie myślenie), zwane też nieświadomym myśleniem, daje tak spektakularne efekty, ponieważ wiele analiz danych przebiega w nim równoległe (Kahneman, 2012). Nieświadoma część umysłu jest w stanie wielokrotnie szybciej przeanalizować ogromną liczbę informacji związanych z sytuacją podejmowania trudnej decyzji i dużo szybciej zna prawidłową odpowiedź, która z opcji jest korzystna.

Najczęściej przekazuje wynik kalkulacji do świadomości w formie gotowej odpowiedzi i/lub intuicyjnego odczucia. To co potocznie nazywane jest intuicją, a naukowo efektem nieświadomego myślenia może być sygnalizowane poprzez marker somatyczny (odczucie w ciele), metaforę pojawiającą się w świadomości, efekt „acha” opisywany w obszarze twórczego rozwiązywania problemów (Kolańczyk, Fila-Jankowska, Pawłowska-Fusiara, Sterczyński, 2004; LeDoux, 2000; Nęcka, 2002). Co istotne, za pośrednictwem świadomości (system2-wolne myślenie) jesteśmy w stanie wypracowywać standardy, np. wartości, które są respektowane w czasie nieświadomie przebiegających procesów decyzyjnych (Jarymowicz, 2008; Kolańczyk, 2014). Może to służyć m.in. skuteczniejszemu wykorzystywaniu zasobów nieświadomości oraz chronić nas w pewnym stopniu przed manipulacjami, które często wykorzystują sygnały kierowane do nieświadomej części umysłu właśnie.

Autorka charakteryzowanej tutaj książki wspomina również o badaniach dotyczących funkcjonowania mechanizmów obronnych Ego (działających też w nieświadomości podmiotu), wskazując je jako istotny element umożliwiający zachowanie równowagi psychicznej jednostki. Ilustruje tę tezę, wspominając o badaniach nad absolwentami Harwardu przeprowadzonych przez George'a Vaillanta (1993 za: Grzegołowska-Klarkowska, 2018), który analizował losy 300 osób przez kolejne 40 lat. Jednym z wniosków, do których doszedł, był ten, że mechanizmy obronne, chroniąc umożliwiają adaptację do rzeczywistości. Dojrzewają one z wiekiem, w miarę dojrzewania osobowości danego człowieka.

W podsumowaniu słowa wstępnego Autorka podaje główną myśl przewodnią swojej pracy: „Od poziomu dojrzałości ludzkiej osobowości (jej mądrości) zależy – i jest to **podstawowa teza tej książki** – nie tylko zdrowie psychiczne jednostek, ale po części ich zdrowie fizyczne oraz zdrowie tworzonych przez nie instytucji, społeczeństw, czy wreszcie ludzkości” (Grzegołowska-Klarkowska, 2018, s. 15). Następnie formułuje cel podjętego dzieła, którym ma być próba wypracowania ogólnego modelu wspierania osobowości jako punktu odniesienia dla programów oddziaływań zapobiegających zaburzeniom osobowości i wspierających jej rozwój w całym cyklu życia. Sprawozdawana książka jest skoncentrowana wokół podanej, jako przewodnia, myśli oraz systematycznie realizuje postawiony cel, wzbogacając go o wytyczne dotyczące konkretnych rozwiązań na poziomie teoretycznym i praktycznym.

Może być źródłem inspiracji dla badaczy i praktyków psychologii osobowości, bo wskazuje nowe, rzadko zauważane ścieżki i możliwości rozwoju tej dziedziny. Może być również cennym źródłem wskazówek dla wszystkich specjalistów pracujących z ludźmi, szczególnie osób, które wpisują się w definicję osób kluczowych (znaczących, patrz s. 232 tego tekstu).

Monografia będzie również dobrym przewodnikiem dla osób, którym, podobnie jak Autorce, bliskie są idee wspierania rozwoju mądrej osobowości w całym cyklu życia oraz dbających o rozwój kultury organizacji, a nawet całych społeczności (Magai, Haviland-Jones, 2002).

W pierwszym z ośmiu rozdziałów Autorka przygotowuje grunt pod rozważania, które zawarte są w dalszej części książki. Podana jest definicja osobowości, która brzmi następująco:

osobowość to naturalny, otwarty, złożony, samoorganizujący się system adaptacyjny w obrębie ludzkiego umysłu, osadzony w ciele, ale nieredukowalny do ciała (a konkretniej mózgu), którego zadaniem jest integracja osobistych

doświadczeń i regulacja zachowania. [...] W największym skrócie można ją nazwać **spersonalizowanym umysłem**. Spersonalizowanym, bo choć funkcjonuje wedle dających się potencjalnie zidentyfikować praw ogólnych, posiada własny, unikalny rys wynikający z niepowtarzalnych jednostkowych doświadczeń (Grze­gołowska-Klarkowska, 2018, s. 27).

Jest też uzasadnienie, dlaczego przytoczona definicja jest tak szeroka (wykraczają­ca poza ramy jednej dziedziny naukowej, jaką jest psychologia).

Streszczone są kluczowe dla sposobu rozumienia osobowości przez Autorkę mo­dele integrujące Kennona M. Sheldona, Dana McAdamsa i Freda Pine’a. Wspomnia­ny w tym kontekście jest również model jednego z nauczycieli Autorki – Janusza Rey­kowskiego.

Zaproponowana przez **Sheldona** perspektywa uwzględnia kilka obszarów psycho­logii od psychologii ewolucyjnej, przez psychologię osobowości, po psychologię kul­turową. Model ten nawiązuje m.in. do teorii **McAdamsa**, biorąc pod uwagę poziom cech/różnic indywidualnych; motywów/celów/intencji oraz self/historii życia, dodaj­ąc do nich poziom właściwości uniwersalnych. Autorka wskazuje, że brakuje w tym modelu nieświadomego aspektu funkcjonowania osobowości – istotnego, o czym już pisałam wcześniej. Zgodnie z tym modelem do optymalnego funkcjonowania ko­nieczna jest integracja pomiędzy wymienionymi poziomami funkcjonowania od neu­robiologicznego, przez poznawczy, aż do społeczno-kulturowego.

Model Pine’a łączy wiodące nurty współczesnej psychoanalizy psychologię: popę­dów; ego; relacji z obiektem; self. Oba modele podkreślają zasadność wielopoziomo­wego (wieloaspektowego) i holistycznego podejścia do osobowości. Autorka wspomi­na tutaj również teorię **Reykowskiego**, zwracając uwagę, że już w latach 70. XX w. pojawił się podobny pomysł – podejście systemowe i integrujące do osobowości – w regulacyjnej teorii osobowości Janusza Reykowskiego (1986). Reykowski i Kochań­ska (1980) już wtedy pisali, że osobowość można rozpatrywać jako system naturalny, do którego można przykładać postulaty ogólnej teorii systemów. Zgodnie z jednym z nich system jest elementem hierarchii, w której jest częścią większego systemu, rów­nocześnie sam składa się z subsystemów niższych w hierarchii. W ujęciu tym, w sys­temie osobowości wyróżnione są dwa poziomy. Pierwszy mechanizmów popędowo­-emocjonalnych i drugi poziom, który stanowi sieć poznawcza. Sieć poznawcza składa się z powiązanych subsystemów sieci operacyjnej, wartości i struktury Ja. Przytaczam ten pomysł za Reykowskim i Kochańską, bo wyraźnie wpisuje się w postulat Autor­ki dotyczący wspierającego środowiska, które jest systemem nadrzędnym wobec sys­temu, w którym dochodzi bezpośrednio do procesu wspierania rozwoju. Dobrze też odzwierciedla myślenie o osobowości jako złożonym wzorcu interakcji, jak też Autor­ka pisze o osobowości.

Autorka wymienia jeszcze istotne trendy w aktualnych badaniach z zakresu psy­chologii osobowości: akcentowanie podmiotowości; podkreślenie roli czynników or­ganizmicznych; perspektywa całego cyklu życia; duże różnice indywidualne w rozwo­ju osobowości (Mroczek, Little, 2006, za: Grze­gołowska-Klarkowska, 2018).

Zwraca uwagę na pokutującą od dawna w badaniach nad psychologią osobowo­ści tendencję do koncentracji na zmiennych oraz ograniczenie do modeli linearnych. Autorka postuluje zmianę obu aspektów. Po pierwsze, większą koncentrację na osobie. Podaje tu jako przykład badania psychologów skandynawskich na gruncie teorii roz­woju Davida Magnussona (1999, za: Grze­gołowska-Klarkowska, 2018), której kluczo-

we cechy to: koncentracja na złożonej konfiguracji właściwości, a nie na pojedynczej właściwości; koncentracja na jednostce; koncentracja na procesie (Bergman, Lundh, 2015, za: Grzegołowska-Klarkowska, 2018). Po drugie, zaznacza potrzebę zmiany metodologii na adekwatną do złożoności badanego konstruktów, a więc charakterystyczną dla badania systemów złożonych. Podkreślenie potrzeby poszukiwań bardziej wyrafinowanych metod badania osobowości jako systemu o charakterze złożonym, zmiennym oraz sieciowym w dwojaki sposób (sieć wewnętrzna, połączona z siecią zewnętrznymi systemów) **uznają za jedną z najbardziej innowacyjnych i ważnych myśli zawartych w tej książce.**

Trudno szukać w tej monografii odniesień do teorii czynnikowych (cechowych) osobowości. Modele zakładających, że osobowość składa się kilku-kilkunastu wymiarów, za pomocą których można ją badać i opisywać. Większość z tych modeli zakłada hierarchiczną strukturę cech osobowości. Pomysł ten ma swoje źródła w pracy wielu badaczy nad analizami leksykalnymi oraz z użyciem m.in. analizy czynnikowej. Najważniejszymi z nich są Hans Eysenck, Donald Fiske, Raymond Cattell, Lewis Goldberg i Gordon Allport (Hall, Lindzey, Campbell, 2010; Morf, Ayduk 2005; Oleś, 2008). Najbardziej rozpowszechniony z modeli to Wielka Piątka – w jednej z najpopularniejszych baz czasopism i ich wyszukiwarek EBSCO na hasła „BIG FIVE PERSONALITY” liczba wyszukanych rekordów wynosi ponad 30 tysięcy. Tak dużą popularność Wielka Piątka zawdzięcza w dużej mierze kwestionariuszowi stworzonemu przez Roberta R. McCrae i Paula T. Costa – NEO-PI-R. Narzędzie to składa się z pięciu skal, gdzie w zrewidowanej wersji narzędzia każda z nich jest podzielona hierarchicznie na sześć podskal (Siuta, 2006). Brak odniesień w opisywanej książce do tego najszerzej współcześnie zbadanego sposobu widzenia osobowości człowieka prawdopodobnie jest spowodowany tym, że koncepcja Wielkiej Piątki zdecydowanie reprezentuje podejście liniowe do analizowania osobowości oraz koncentruje się na zmiennych, a nie na osobie. W dwóch wymienionych aspektach ten jeden z najbardziej rozpowszechnionych aktualnie modeli osobowości jest wyraźną antytezą propozycji Autorki. Wejście w dyskusję z „popstar” psychologii osobowości mogłoby być dobrą taktyką do zwrócenia uwagi psychologów osobowości na odmienne jej rozumienie proponowane w książce. Autorka jednak pomija teorię Wielkiej Piątki dyplomatycznym wręcz milczeniem.

Podobnie niewiele jest odniesień do znanych integracyjnych modeli osobowości, w których można znaleźć motywy systemowego rozumienia osobowości jako konstruktów wchodzącego w interakcje z innymi i środowiskiem (Epstein, 1994; Mischel, Shoda, 1995; Oleś, 2008). Autorzy (McCrae i in., 2000) poszerzonej koncepcji Wielkiej Piątki argumentują ograniczenia teoretyczne modelu kwestiami praktycznymi i szkicują szerszy kontekst rozumienia osobowości, w którym główne wymiary osobowości są tylko jednym z jej aspektów. Szkicują też obszary dla dalszych badań nad osobowością. Innym ważnym przykładem integracyjnej teorii osobowości jest CAPS (Cognitive Affective Personality System) (Mischel, Shoda, 1995). Modele te są nieco bliższe proponowanemu w monografii ujęciu, bo biorą pod uwagę szerszy kontekst, w którym funkcjonuje osoba, np. poważnie traktują wpływ środowiska na zachowanie osoby. Autorka wyraźnie zaznacza, w całej monografii, swoje preferencje co do nurtów psychoanalitycznych i Jej rozeznanie w tym obszarze jest ogromne. Preferencję swoją argumentuje m.in. chronologią powstawania teorii psychologicznych – nurt psychoanalityczny ma najdłuższe w psychologii osobowości tradycje.

Następnie Autorka wraca na swój ulubiony grunt teoretyczny – psychoanalityczne teorie rozwoju osobowości – szukając tam wskazówek dla wspierania rozwoju osobowości. Warto tutaj wspomnieć o innej wartościowej w tym kontekście książce *Psychoanalityczne teorie rozwoju. Niezbędnik* (2015 i 2018). Książka ta jest przystępnym przeglądem współczesnych koncepcji rozwoju w ujęciu psychoanalitycznym, a jej redaktorką jest Autorka recenzowanej tutaj monografii. „Niezbędnik” może być dobrym uzupełnieniem wątku psychoanalitycznych teorii rozwoju dla zainteresowanych czytelników. Źródłem ciekawych ćwiczeń, które rozwijają umiejętności praktycznego zastosowania wiedzy z zakresu psychologii rozwoju, w szerszym niż psychoanalityczne ujęcie, jest natomiast podręcznik, którego redaktorką jest Barbara Weigl (2012).

Wracając do recenzowanej książki – streszczenie wybranych teorii rozwoju osobowości Autorka, zaczyna od znaczącego stwierdzenia, że „dla psychologa osobowości idea rozwoju osobowości jest podejrzana, bo pojęcie osobowości zakłada pewną stałość, rozwój zaś – zmianę” (Grzegołowska-Klarkowska, 2018, s. 28). Zwraca też uwagę na potrzebę oddzielenia obszaru wspierania rozwoju od klasycznych teorii rozwojowych.

Co ciekawe, sygnalizuje próbę integracji teorii psychoanalitycznych ze współczesnymi modelami fizycznymi, przytaczając m.in. ogólną teorię systemów Ludwiga von Bertalanffy’ego i argumentując, że zarówno osobowość, jak i umysł można traktować jako złożone systemy interakcji. Systemy te składają się z podsystemów znajdujących się w dynamicznej równowadze. Interakcje systemów i podsystemów prowadzą m.in. do tego, że gdy następuje jakaś forma w rozwoju w jednym z nich, to wywołuje to zmiany w pozostałych. Autorka wspomina też o teorii złożoności/chaosu (dokładniej omówionej w rozdziale trzecim) jako paradygmacie, który mógłby być użyteczny przy badaniu tak złożonego zjawiska, jakim jest osobowość. Oba wątki są pogłębione w dalszej części książki.

Model rozwoju psychospołecznego Erika Eriksona połączony z modelem TILT (*Teaching Individuals to Live Together*) autorstwa Kalmana J. Kaplana i Nancy O’Connor (1993) Autorka określa jako model pasujący do założeń wspomnianych paradygmatów (teorii systemów i teorii złożoności/chaosu), co również wnikliwie uzasadnia w dalszych rozdziałach monografii. Zwraca uwagę na specyfikę modelu, w którym rozwój jest charakteryzowany jako regresja prorozwojowa (krok do tyłu, dwa kroki do przodu). Charakterystyczne dla modelu TILT jest to, że każdy kryzys rozwojowy jest rozpisany na ścieżki prowadzące do pozytywnego rozwiązania („syntoniczne”) oraz takie, które prowadzą do niepowodzenia w rozwiązaniu danego kryzysu („dystoniczne”). Zaznacza tutaj też polski wątek, przywołując teorię dezintegracji pozytywnej Kazimierza Dąbrowskiego (1979, za: Grzegołowska-Klarkowska, 2018).

Pod koniec rozdziału Autorka zaznacza potrzebę wyodrębnienia obszaru wspierania rozwoju od oddziaływań związanych z kształceniem i wychowaniem.

Podsumowując, pierwszy rozdział jest streszczeniem najważniejszych myśli zawartych w całej książce. Kolejne rozdziały po prostu pogłębiają opisane w nim przemyslenia Autorki.

W **rozdziale drugim** Autorka omawia podstawowe założenia, które stanowią fundament proponowanego przez nią modelu wspierania rozwoju osobowości w całym cyklu życia.

Dalej przytaczam wybrane, z czternastu opisanych wytycznych:

Założenie 1 Człowiek jest bytem bio-psycho-społeczno-duchowym i jego pełne zrozumienie wymaga analizy każdego z tych czterech poziomów oraz relacji zachodzących między nimi. [...]

Założenie 4 Większość procesów psychicznych przebiega poza świadomością. [...]

Założenie 7 Człowiek jest z natury istotą społeczną, zatem wszelkie rozważania na temat wspierania rozwoju osobowości i zapobiegania jej zaburzeniom muszą uwzględnić rolę, jaką w tych procesach odgrywa drugi człowiek. [...]

Założenie 10 Osobowość rozwija się przez całe życie [...]

Założenie 12 Model wspierania rozwoju osobowości w całym cyklu życia i zapobiegania jej zaburzeniom powinien być weryfikowany w oparciu o podejście skoncentrowane na osobie (*person-oriented approach*), a nie na zmiennej (*variable-oriented approach*) (Grzeżołowska-Klarkowska, 2018, s. 62–72).

Widać tu wyraźnie interdyscyplinarność proponowanego modelu (założenie 1). Podkreślony jest fakt, że większość tego, co decyduje o osobowości, dzieje się poza świadomością podmiotu (założenie 4), o czym wielu autorów teorii osobowości zapomina. Uwydatniony jest motyw interakcji systemowych (założenie 7). Przebiegają one pomiędzy osobowością (rozumianą jako system) a systemami, z którymi wchodzi ona w interakcję, m.in. innymi osobowościami; grupami ludzi; instytucjami; kontekstem kulturowym. Podkreśla to, że osobowość jest tu traktowana jako złożony i dynamiczny system, co wiąże się z konkretnymi konsekwencjami, m.in. potrzebą wspierającego dla osób kluczowych środowiska (patrz s. 233–235 tego tekstu).

Powtórzony jest w tym rozdziale postulat koncentracji na osobie (założenie 12) jako alternatywy do koncentracji na zmiennej. Widać też postulat maksymalizacji czasu oddziaływań, zgodnie z postulatami wspierania rozwoju w całym cyklu życia.

Dalej Autorka wymienia, jej zdaniem, najbardziej adekwatne perspektywy dla budowania szkicowanego modelu: teorię dynamiczno-systemową (*nonlinear dynamic systems approach*), inaczej zwane teorią złożoności (*complexity theory*) albo teorią chaosu (*chaos theory*) oraz geometrię fraktalną (*fractal geometry*). Uzasadnione jest to tym, że wymienione teorie uwzględniają podstawowe atrybuty osobowości wynikające z zaproponowanej przez Autorkę definicji. Upatruje ona w tych teoriach szansy na mierzenie się z wyzwaniem współczesnego świata, jakimi są złożoność i niepewność. Przytacza za Edwardem O. Wilsonem (1998, za: Grzeżołowska-Klarkowska, 2018) zasadę konsyliencji, a więc integracji wiedzy z różnych dziedzin. Najważniejsze różnice pomiędzy klasycznym, aktualnie dominującym paradygmatem a paradygmatem dynamiczno-systemowym podsumowuje w tabelce na stronie 71 monografii. Dodaje też, że mimo rozwijających się metod statystycznych, w psychologii najczęściej używa się tych, które zakładają liniowy charakter badanych zjawisk. Prezentowane rozumienie osobowości wymaga więcej, bo założona jest tutaj definicyjnie możliwość zmian o charakterze nieliniowym.

Trudno powiedzieć, czy te ambitne postulaty uda się w najbliższym czasie spełnić badaczom osobowości człowieka reprezentującym dziedzinę, jaką jest psychologia. Neurocybernetyka teoretyczna natomiast, jako dość nowa dziedzina nauki, wydaje się doskonale wpisywać w realizację przytoczonych postulatów (Tadeusiewicz, 2009). Definicyjnie jest to dyscyplina zajmująca się głównie procesami informacyjnymi zachodzącymi w układzie nerwowym. Co istotne, używa do budowania modeli i analiz złożonych narzędzi wykorzystujących założenia systemowe. Jednak mimo ambitnych celów, takich jak projekt modelowania funkcji całego mózgu *blue brain project* podjęty przez szwajcarski Instytut Mózgu i Świadomości Federalnej Szkoły Politechnicznej w Lozannie, w który są zaangażowane ogromne moce obliczeniowe komputerów IBM *blue gene* daleka jeszcze droga do charakteryzowania tak złożonych procesów jak

te charakterystyczne dla osobowości człowieka. Sztuczne sieci neuronowe dobrze radzą sobie za to z symulowaniem innych złożonych zjawisk – używa się ich do budowania modeli biologicznych, technicznych, ekonomicznych, społecznych (Tadeusiewicz, 2009).

W **rozdziale trzecim**, dla mnie zdecydowanie najbardziej fascynującym, Autorka zaprzęga jako narzędzia pomagające w rozumieniu osobowości, współczesne teorie z obszaru fizyki. Postuluje, tak jak wcześniej sygnalizowała, wykorzystywanie bardziej zaawansowanych metod matematycznych do analizowania mechanizmów osobowości, ponieważ podejście linearne jest zdecydowanie niesatysfakcjonujące ze względu na złożoność badanego zjawiska. Zwraca uwagę, że aby ten postulat mógł zostać zrealizowany, może być potrzebna zmiana dotychczasowego paradygmatu w badaniach psychologicznych.

Przedstawia podstawowe pojęcia i tezy charakteryzujące teorię chaosu/złożoności:

- właściwością systemów złożonych jest zarówno zmiana, jak i stabilność (oscylują one między jednym a drugim stanem);
- systemy takie działają w następujących stanach: zachwianie równowagi – rozgałęzienie możliwości (np. bi-tri-furkacja) – samoorganizacja;
- chaos jest procesem, który może doprowadzić do rezultatów, które sprawiają wrażenie przypadkowych;
- samoorganizacja jest tu rozumiana jako wyłanianie się nowego, bardziej złożonego i lepiej przystosowanego, porządku.

Podsumowuje stwierdzeniem, że chaos może być koniecznym stanem przejściowym dla zaistnienia procesu rozwoju.

Autorka streszcza najważniejsze założenia rozbudowanej przez Kaplana i O'Connor (1993) oraz zintegrowanej z modelem Kaplana (1988, za: Grzegołowska-Klarkowska, 2018) TILT, wersji modelu rozwoju psychospołecznego w całym cyklu życia Eriksona. Następnie opisuje, jak wspomniane teorie systemów złożonych, opisywane głównie w dziedzinie fizyki, pasują do modelu rozwoju osobowości.

Zwraca uwagę, że w przytoczonym modelu psychologicznym każdy kolejny kryzys rozwojowy jest scharakteryzowany jako składający się z kilku punktów. Jego początkiem jest punkt destabilizacji (chaosu), w którym system znajduje się na rozstaju ścieżek, z których jedna prowadzi do punktu oznaczającego zdrowe rozwiązanie konfliktu, a inne prowadzą do punktów symbolizujących niezdrowe rozwiązanie konfliktu. Każdy z tych punktów w pewnym stopniu przyciąga osobę, bo tylko w nich system może się znowu ustabilizować (pełnią one funkcję atraktorów). Tu pojawia się **pojęcie osoby kluczowej**. Zadaniem jej, w trakcie wspierania rozwoju osobowości, jest uważne towarzyszenie osobie, będącej w trakcie kryzysu rozwojowego tak, aby pomóc jej w przejściu przez fazę destabilizacji do stabilizacji w nowym punkcie – w biegunie syntonicznym (zdrowym) oraz uniknięciu stabilizacji w biegunie dystonicznym (niezdrowym). Podkreśla, że aby zadania rozwojowe mogły zostać wykonane, to osoba kluczowa potrzebuje nawiązać bezpieczną więź z osobą wspieraną. Prezentowany model wspierania rozwoju zakłada, że taka osoba jest konieczna w każdym stadium rozwoju. Ma ona, mądrze towarzysząc i aktywnie monitorując system, minimalizować ryzyko porażki i maksymalizować szanse sukcesu. Ma pomagać tolerować silne i nieprzyjemne emocje naturalnie pojawiające się w czasie destabilizacji systemu, w fazie chaosu, który jest konieczny do samoorganizacji na wyższym poziomie złożoności.

W **rozdziale czwartym** Autorka definiuje osoby kluczowe (znaczące) i ich rolę. Zaczyna również omawiać podstawowe narzędzia, którymi osoby kluczowe mogą się

posługiwać. Rozwinięcie wątku narzędzi wspierania rozwoju można znaleźć w rozdziale szóstym (patrz niżej s. 234 tego tekstu).

Autorka podaje przykłady z praktyki instytucjonalnego przydzielania osób kluczowych w brytyjskim systemie edukacji przedszkolnej i szkolnej. Zwraca uwagę na potrzebę właściwego przygotowania takich osób do pełnionej funkcji oraz potrzebę ich obecności na różnych etapach życia – wspieranie rozwoju w ciągu całego cyklu życia. Tym samym podkreśla, że przygotowanie (wyszkolenie) do pełnienia roli osoby kluczowej w procesie wspierania rozwoju osobowości powinno otrzymać jak najwięcej osób, również tych, które po prostu pełnią funkcje kierownicze, w jakichkolwiek organizacjach. Im wyższe stanowisko, tym większa psychologiczna odpowiedzialność za podwładnych, a co za tym idzie potrzeba kompetencji (również tych, o których tutaj mowa) umożliwiających im mądre zarządzanie.

Zgodnie ze zmodyfikowanym modelem TILT Autorka dookreśla zadania osoby kluczowej jako stworzenie bezpiecznej więzi, a następnie towarzyszenie w procesie rozwiązywania kryzysu rozwojowego. Towarzyszenie to ma polegać na utrzymywaniu systemu osobowości osoby wspieranej na krawędzi chaosu, chronieniu jej przed nieadaptacyjnym rozwiązaniem kryzysu i pomocy w ustabilizowaniu systemu na nowym poziomie rozwoju. Następnie osoba kluczowa powinna się wycofać do czasu uruchomienia się kolejnego kryzysu rozwojowego.

Rozdział piąty zatytułowany *Rodzicielstwo* zawiera m.in. skrót oryginalnej teorii, której teza głosi, że czynnikiem odpowiedzialnym za przemiany historyczne, technologiczne i gospodarcze jest jakość interakcji między rodzicami i dziećmi zmieniająca się w ciągu wieków. Opisanych jest chronologicznie sześć stylów, które dominowały w poszczególnych okresach historycznych: dzieciobójczy; porzucający; ambiwalentny; natrętny; socjalizujący; pomocny. Jako kolejne style, występujące współcześnie, scharakteryzowane zostały: wspierające rodzicielstwo oraz rodzicielstwo bliskości.

Autorka zwraca uwagę, że poza pojęciem „wystarczająco dobrej matki” należy też podkreślać rolę „**wystarczająco dobrego środowiska**”, pisząc, że nawet matka, która jest w stanie zapewnić dziecku dobrą opiekę, sama potrzebuje być otoczona opieką przez wspierające środowisko.

Omówione są w tym rozdziale również warunki sprzyjające tworzeniu bezpiecznej więzi, która jest konieczna dla prawidłowego rozwoju, zarówno fizycznego jak i psychicznego, a dziecko dzięki niej przejawia:

sprawną samoregulacją somatyczną i emocjonalną, jest samodzielne, odporne, kompetentne społecznie, empatyczne, dobrze rozwinięte intelektualnie, zdolne do symbolicznej zabawy, potrafi rozwiązywać problemy, komunikować się z innymi, dobrze się posługuje językiem, jest wewnętrznie zintegrowane i ma poczucie własnej wartości (Grzegówska-Klarkowska, 2018, s. 102).

Ponadto Autorka przytacza wyniki badań, z których wynika, że styl przywiązania rodziców jest najlepszym predyktorem stylu przywiązania dziecka. Podkreśla, że kryzys, którym jest dla przyszłych rodziców fakt, że będą mieli dziecko (nawet gdy jest ono zdecydowanie wyczekiwane), jest ważną szansą rozwojową. Jest to czas, gdy rodzice *in spe* mają możliwość rozwinięcia swojej osobowości poprzez zrozumienie i przepracowanie trudnych sytuacji z własnego dzieciństwa, po to aby zatrzymać międzypokoleniową transmisję traum. Tak aby kolejne pokolenie dostało więcej dobrego od poprzedniego i miało szansę na stworzenie bezpiecznych więzi, jest to o tyle ważne, że optymalizuje rozwój kompetencji emocjonalnych, refleksyjności, akceptacji i ciekawości.

Autorka charakteryzuje tutaj też kilka zasad rodzicielstwa bliskości. Jedną z nich jest refleksyjność. Motyw ten zwrócił moją szczególną uwagę. Jest to zasada mówiąca o konieczności refleksji i wskazująca, że warto jej rozwój wspierać od dzieciństwa. Jej brak prowadzi do impulsywności, sztywności i nieprzewidywalności zachowań. Taka osoba powtarza wielokrotnie te same błędy, bo słabo uczy się na poprzednich swoich doświadczeniach. Wyciąganie wniosków wymaga refleksyjności.

Badania z zakresu psychologii osobowości, które biorą pod uwagę miary refleksyjności (Jarymowicz, 2008), ilustrują, że osoby o wyższych jej wskaźnikach lepiej radzą sobie z adekwatną percepcją otoczenia, np. skuteczniej rozwiązują zadania wymagające wykorzystywania wskazówek z otoczenia. Innymi badaniami, które warto tu przytoczyć, są badania Anny Firkowskiej-Mankiewicz (1999), które ilustrują, że rozwój intelektualny dzieci jest pozytywnie związany, m.in. ze stymulowaniem samostereowności, demokratycznym sposobem traktowania i postrzegania dziecka. Czynniki skoncentrowane wokół interakcji dziecko–rodzice najsilniej wpływały na rozwój intelektualny dziecka, mimo rozpatrywania szerokiego spektrum zmiennych biologicznych i społeczno-kulturowych. Podsumowując i mam nadzieję, że nie przesadnie uogólniając, jakość rodzicielstwa zdecydowanie przekłada się na jakość funkcjonowania dzieci, również w ich życiu dorosłym.

Rozdział szósty koncentruje się na narzędziach wspierania rozwoju osobowości. Jak wspominałam wcześniej, zostało założone, że warunkiem koniecznym procesu wspierania jest udział w nim osoby kluczowej (wspierającej), stąd narzędzia wspierania w wielu miejscach są równoważne z kompetencjami osób kluczowych. Opisane w tym rozdziale **narzędzia wspierania rozwoju osobowości** to: dostrojenie afektywne (*affective attunement*); empatia (*empathy*); interpretowanie (*interpretation*); kontenerowanie (*containing*); mentalizacja (*mentalization*); odzwierciedlanie (*mirroring*); rezonans (*resonance*); trzymanie (*holding*); wzajemność (*reciprocity*).

Dwa ostatnie **rozdziały książki siódmy i ósmy** w pierwszym wrażeniu wyglądają na niezależny fragment książki. Zastanawiałam się dlaczego, czy jest to początek kolejnej części monografii, która została napisana tylko do pewnego momentu, czy może wprowadzenie do następnej książki. Przy kolejnym powrocie do tego materiału wreszcie zrozumiałam skąd i po co znalazły się w tej monografii te dwa ostatnie rozdziały, mam nadzieję zgodnie z intencją Autorki.

Po pierwsze, ilustrują one, na konkretnym, szczegółowym, przykładzie, jak przebiega i czego wymaga wcześniej opisany teoretycznie (z górnego lotu) proces wspierania rozwoju osobowości. Aby spotęgować efekt, pokazano dwie perspektywy: wspieranego (tu dziecka) i osoby kluczowej (tu rodzica). Widać wyraźnie, jak te dwa „systemy” oddziałują na siebie i zająłoby się z innymi systemami z szerszego kontekstu społecznego. Wspierający (tu rodzic) sam potrzebuje osób kluczowych, które aktywnie go wspierają – wspierającego środowiska. Wspierany (tu dziecko) potrzebuje więcej niż jednej osoby kluczowej, czyli tu również istotne jest wspierające środowisko. Autorka po raz kolejny nawiązuje do teorii złożoności, która, jej zdaniem, jest dobrym kluczem do opisu zjawisk systemowych.

Po drugie, ta część książki jest podkreśleniem tego, co Autorka napisała w zakończeniu monografii, że najważniejsze jest wspieranie rozwoju w pierwszych latach życia, kiedy kształtuje się podstawowy styl przywiązania. W rozdziale siódmym Autorka podsumowuje **konsekwencje** tego procesu następująco:

Dzieci (i osoby dorosłe) bezpiecznie przywiązane adaptują się w sposób optymalny.
Dzieci (i osoby dorosłe) o lękowym lub zdeorganizowanym stylu przywiązania

adaptują się w sposób suboptymalny, przy czym u dzieci (i dorosłych) mających lękowo-ambiwalentny styl przywiązania system regulacji afektu jest stale nadmierne pobudzony, natomiast u dzieci (i dorosłych) mających lękowo-unikający styl przywiązania system regulacji afektu jest stale niedostatecznie pobudzony. U dzieci (i dorosłych) mających zdeorganizowane style przywiązania występuje dysocjacja stanów Ja, charakterystyczna dla dysocjacyjnych zaburzeń osobowości i PTSD (Grzegołowska-Klarkowska, 2018, s. 123).

Pojawia się tutaj wyraźne nawiązanie do teorii regulacji afektu m.in. Allana Shore'a (2012). Ważnym w tym temacie opracowaniem, zaznaczonym przez Autorkę, jest synteza Daniela Hilla (2015), która w przystępnej formie przybliży zarówno teorię regulacji afektu, Allana Shore'a, jak i koncepcję regulacji afektu Petera Fonagy'ego (inaczej teoria mentalizacji).

Za Shorem (2012) Autorka parafrazuje, że u podstaw zaburzeń psychicznego rozwoju i osobowości najczęściej stoją braki w prawidłowej regulacji afektu. Dalej jest pogłębiony wątek **dalekosiężnych konsekwencji** zaniedbań na wczesnych etapach rozwoju, w dużym stopniu determinujących jakość dalszego życia i trudnych do zneutralizowania. Autorka parafrazuje, że coraz więcej badań wskazuje na to, że stan kobiety ciężarnej wpływa na kształtowanie się układu nerwowego jej dziecka. Mowa tu nie tylko o stanie fizycznym przyszłej matki, lecz także o stanie psychicznym, który ma duży wpływ za pośrednictwem m.in. układu hormonalnego na stan płodu, a nawet na ekspresję genów. Co istotne, są to konsekwencje, które towarzyszą człowiekowi przez większość jego życia, choćby w postaci równowagi bądź braku równowagi, pomiędzy nerwowym układem współczulnym a układem przywspółczulnym. Równowaga ta prowadzi do afektywnej rezyliencji, tolerancji i stabilności afektu. Brak takiej równowagi natomiast wiąże się z konsekwencjami somatycznymi, psychologicznymi i społecznymi.

W obu rozdziałach pojawia się dużo specjalistycznych pojęć i badań z zakresu neuropsychologii, co ilustruje, jak złożonym procesem jest rozwój mózgu i więzi między dzieckiem i jego opiekunami.

To, co warto tutaj sparafrazować, to fakt, że psychoterapia zmienia z neuropsychologicznego punktu widzenia mózg (Cozzolino, 2004). Jest to o tyle ważna myśl, że czytając szczegółowy opis wyrafinowanego procesu fizjologicznego można się zmartwić, że jeżeli coś pójdzie nie tak, to później nie da się z tym nic zrobić. Niwelowanie konsekwencji niepomyślnego procesu rozwoju jest trudne, ale przynajmniej w pewnym stopniu możliwe.

Z **zakończenia** przytoczę jeszcze za Autorką jedną z puent, mam nadzieję, że celnie wybraną z pośród wielu ważnych i mądrych myśli zawartych w tej książce:

Zamiast przeznaczać gros środków, których zawsze jest za mało, na usuwanie skutków suboptymalnego rodzicielstwa w postaci chorób somatycznych i psychicznych, zaburzeń osobowości, uzależnień, przestępczości, konfliktów społecznych, wojen i innych plag gnębiących rodzaj ludzki i zagrażających naszej planecie i jej poza ludzkim mieszkańcom, należy przede wszystkim inwestować we wczesną interwencję psychologiczną skierowaną do osób wchodzących dopiero w wiek rodzący, rodziców spodziewających się dziecka, rodziców i opiekunów dzieci najmłodszych (Grzegołowska-Klarkowska, 2018, s. 148).

PODSUMOWANIE

Mądrość osobowości pozostawia duży niedosyt. Osobiście miałam wrażenie, że jest to szkic ogromnej wiedzy posiadanej przez Autorkę, skrócony maksymalnie, aby ułatwić czytelnikowi przeczytanie tej dość szczupłej książki. Równocześnie budzi ona oczekiwanie, że jest to pozycja wprowadzająca w cykl publikacji pogłębiających zasygnalizowaną tematykę (szczególnie w zakresie praktyki).

Dwa ostatnie rozdziały stanowią niezależną całość, a jednocześnie dają wrażenie zatrzymania ciągu myśli w pewnym punkcie, jak zatrzymanie fabuły w dobrym filmie, którego zakończenie otwiera przestrzeń na dokręcenie kolejnych części (sequeli) w miarę tego, na ile pierwsza spotka się z entuzjazmem.

Godny uwagi w koncepcji zaproponowanej przez Autorkę jest fakt, że zdecydowanie podkreśla ona złożoność osobowości. Większość koncepcji osobowości koncentruje się na maksymalnym uproszczeniu modeli, co zrozumiałe w kontekście prób pomiaru i charakterystyki skończonej liczby wymiarów. Tutaj natomiast mamy do czynienia z podejściem, które odważnie zaznacza jej złożoność oraz – co jeszcze ważniejsze – dynamiczne wzajemne oddziaływania poszczególnych właściwości osobowości człowieka. Dzięki takiemu podejściu rzeczywiście mamy do czynienia ze zindywidualizowanym systemem, który dynamicznie adaptuje się do środowiska na podstawie jednostkowego doświadczenia danej osoby. Nie jest to już tylko jedna z licznych możliwych kombinacji poszczególnych kilku wymiarów w poszczególnych ich wartościach. Tutaj otwiera się pole dla nieskończonej dużej liczby możliwości, co jest odzwierciedleniem różnorodności ludzkich osobowości. Mamy tutaj do czynienia z podejściem zdecydowanie bardziej idiograficznym, mimo zaznaczenia przez Autorkę, że podejście monotetyczne jest również elementem opisywanej koncepcji. Większość pomiarów i charakterystyk osobowości to ogromne uproszczenia. Zasada, o której warto tutaj pamiętać, jest prosta: 'Im więcej danych, tym większe możliwości predykcji' pod warunkiem, że dysponujemy odpowiednimi narzędziami analitycznymi. Tutaj też otwierają się ogromne możliwości, dostępne dopiero współcześnie i już wykorzystywane w różnych dziedzinach. Przykładem takich narzędzi mogą być samouczące się algorytmy, analizujące bazy z kategorii Big Data. Jeżeli osobowość danej jednostki ograniczamy do kilku–kilkunastu wymiarów, z których każdy szacujemy trój stopniowo (niskie, średnie, wysokie), uzyskujemy pewien szkic, natomiast jest on ekstremalnie uproszczony – przy obecnych możliwościach analitycznych Wielka Piątka zaczyna nieco przypominać horoskop zodiakalny, gdzie według prostego kryterium wrzuca się badanych do najwyższej kilkuset szufladek. Oczywiście wystandaryzowany kwestionariusz, powstały w wyniku wytężonych badań i rzetelnej analizy psychometrycznej, psychologowi powie więcej o charakterystyce danej osoby niż jego data urodzenia. Jednak wystarczy tylko uruchomić nieco wyobraźnię, żeby zrozumieć, że setki milionów ludzi, którzy na tej podstawie znaleźli się w jednej, wybranej 'szufladce' różnią się od siebie pod wieloma względami, nawet jeżeli pod kilkoma wybranymi są do siebie podobni.

Ważnymi postulatami tej monografii, wartymi ponownego przypomnienia w podsumowaniu są:

- **szukanie narzędzi analitycznych**, dających większe możliwości badania osobowości jako systemu złożonego;
- **fachowe wspieranie osób kluczowych**, tak aby mogły one jak najlepiej wspierać swoich podopiecznych;

– zwiększanie kontekstów, w których **w całym ciągu życia** osoba może liczyć na **wsparcie** ze strony osoby dla siebie kluczowej.

Książkę tę można czytać fragmentami, co jest o tyle istotne, że niektóre z nich są napisane trudnym, nasyconym neurobiologiczną terminologią słownictwem. Spora część monografii jest napisana na tyle przystępnym językiem, że szeroki odbiorca (nie tylko psycholog) znajdzie w niej wiele ciekawych i wnoszących myśli.

Dodam jeszcze osobistą myśl, że optymalizacja dostosowania do środowiska zewnętrznego jest bezpośrednio związana z adekwatnym symbolizowaniem rzeczywistości. Tym, co to umożliwi, jest m.in. refleksyjność (patrz s. 234 tego tekstu). Dzięki niej możliwe są zwielokrotnione porównania reprezentacji rzeczywistości ze wskaźnikami z zewnątrz. Maksymalizuje to adekwatność podobieństwa wewnętrznej reprezentacji rzeczywistości do świata, który ona odzwierciedla. Dzięki temu osoba może się dobrze orientować w świecie i skutecznie w nim działać (Damasio, 2010). Jednym z procesów stymulujących rozwój refleksyjności, a co za tym idzie często również osobowości, jest psychoterapia. Tak jak wspominałam już wcześniej, współczesne badania ilustrują konkretne zmiany w mózgu zachodzące w trakcie tego procesu (Cozzolino, 2004).

Mnie monografia ta pozostawiła z entuzjazmem do przeczytania kolejnych książek Autorki, na które czekam już z niecierpliwością.

BIBLIOGRAFIA

- Cozzolino, L.J. (2004). *Neuronauka w psychoterapii. Budowa i przebudowa ludzkiego mózgu*. Poznań: Zysk i S-ka.
- McCrae, R.R., Costa, P.T., Ostendorf J.F., Angleitner, A., Hrebickova, Avia, M.M.D., Sanz, J., Sanchez-Bernardos, M.L. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and life span development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(1), 173–186.
- Damasio, A. (2010). *Self Comes to Mind. Constructing the Conscious Brain*. London: Vintage Books.
- Epstein, S. (1994). Integration of the cognitive and the psychodynamic unconscious. *American Psychologist*, 49, 709–724.
- Firkowska-Mankiewicz, A. (1999). *Zdolnym być... Kariery i sukces życiowy warszawskich trzydziestolatków*. Warszawa: Wydawnictwo IFiS PAN.
- Gigerenzer, G. (2007). *Intuicja. Inteligencja nieświadomości*. Warszawa: Prószyński i S-ka.
- Gladwell, G. (2019). *Błysk. Potęga przeczucia*. Kraków: Znak. Literatura nowa.
- Grzeżołowska-Klarkowska, H. (red.). (2015 i 2018). *Psychoanalityczne teorie rozwoju – niezbędnik*. Warszawa: Wydawnictwo APS.
- Grzeżołowska-Klarkowska, H.J. (2018). *Mądrość osobowości*. Warszawa: Me-Comp.
- Hall, C.S., Lindzey, G. Campbell, J.B. (2010). *Teorie osobowości*. Warszawa: WN PWN.
- Hill, D. (2015). *Affect Regulation Theory. A clinical model*. New York–London: W.W. Norton & Company.
- Jarymowicz, M. (2008). *Psychologiczne podstawy podmiotowości*. Warszawa: WN PWN.
- Kahneman, D. (2012). *Pułapki myślenia. O myśleniu szybkim i wolnym*. Poznań: Media Rodzina.
- Kaplan, K.J., O’Conor, N.A. (1993). From mistrust to trust: Through a stage vertically. W: G.H. Pollock, S.I. Greenspan, (red.) (1993). *The course of life. Vol. VI: Late adulthood*. Madison CT: International Universities Press, INC.
- LeDoux, J. (2000). *Mózg emocjonalny. Tajemnicze podstawy życia emocjonalnego*. Poznań: Media Rodzina.
- Kolańczyk, A. (2014). *Samo się nie myśli. Afekt w procesach poznawczych*. Sopot: Smak Słowa.

- Kolańczyk, A., Fila-Jankowska, A., Pawłowska-Fusiara, M., Sterczyński, R. (red.) (2004). *Serce w rozumie. Afektywne podstawy orientacji w otoczeniu*. Gdańsk: GWP.
- Magai, C., Haviland-Jones, J. (2002). *The hidden genius of emotion. Lifespan transformations of personality*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Maslow, A. (1990). *Motywacja i osobowość*. Warszawa: WN PWN.
- Mischel, W., Shoda, Y. (1995). *A Cognitive-Affective System Theory of Personality: Reconceptualizing situations, dispositions, dynamics, and invariance in personality structure*. *Psychological Review*, 102(2), 246–268.
- Morf, C.C., Ayduk, O. (2005). *Current directions in personality psychology*. New Jersey: Pearson Education.
- Nęcka, E. (2002). *Psychologia twórczości*. Gdańsk: GWP.
- Nowak, A., Szamrej, J., Latane, B. (1990). From private attitude to public opinion: A dynamic theory of social impact. *Psychological Review*, 97, 362–376.
- Oleś, P. (2008). *Wprowadzenie do psychologii osobowości*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Reykowski, J. (1986). *Eksperymentalna psychologia emocji*. Warszawa: Książka i Wiedza.
- Reykowski, J., Kochańska, G. (1980). *Szki-ce z teorii osobowości*. Warszawa: Wiedza Powszechna.
- Schore, A.N. (2012). *The science of the art of psychotherapy*. New York London: W.W. Norton & Company.
- Siuta, J. (2006). P.T. Costa Jr, R.R. McCrae. *Inwentarz Osobowości NEO-PI-R. Podręcznik*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Tadeusiewicz, R. (red.) (2009). *Neurocybernetyka teoretyczna*. Warszawa: Wydawnictwa UW.
- Tomaszewski, T. (1984). *Ślady i wzorce*. Warszawa: WSiP.
- Underwood, G. (2004). *Utajone poznanie*. Gdańsk: GWP.
- Villant, G.E. (1993). *Ego Mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington DC, London: American Psychiatric Press, Inc.
- Weigl, B. (red.) (2012). *Psychologia rozwoju i podstawy pomagania*. Warszawa: Wydawnictwo APS.
- Wilson, T.D. (2002). *Strangers to Ourselves. Discovering the adaptive unconscious*. London: The Belknap Press of Harvard University Press.