

## 50-lecie Zakładu Psychologii

Kazimierz Gelleta

### Jak się nie zmęczyć, wypoczywając?

Drwal raczej nie powinien wybierać wypoczynku w starożytnej puszczy, grabarz nawet na pięknym cmentarzu Pere-Lachaise w Paryżu.

Więcej na s. 2

Małgorzata Marmola

### Wspieranie rozwoju emocjonalnego dzieci i młodzieży

Jak wspierać rozwój emocjonalny dziecka w świetle wyzwań współczesności?

Więcej na s. 4

### Who is who w Zakładzie Psychologii?

W tym dziale przedstawiamy sylwetki pracowników Zakładu Psychologii. Dziś opowiada o sobie dr Małgorzata Marmola.

Więcej na s. 6

Andrzej Łukasik

### Neuronalne zwierciadło

O odkryciu neuronów lustrzanych, ich funkcji w umyśle i związanych z tym kontrowersjach.

Więcej na s. 7

#### W numerze:

Kazimierz Gelleta

Jak się nie zmęczyć, wypoczywając? \_\_\_\_\_ 2

Małgorzata Marmola

Wspieranie rozwoju emocjonalnego  
dzieci i młodzieży \_\_\_\_\_ 4

Who is who w Zakładzie Psychologii

Dr Małgorzata Marmola \_\_\_\_\_ 6

Andrzej Łukasik

Neuronalne zwierciadło \_\_\_\_\_ 7

Andrzej Łukasik

Wspólna pamięć \_\_\_\_\_ 10

Anna Lenart

Autyzm w obiektywie kamery \_\_\_\_\_ 14

Iga Jasiewicz

Umysł zniewolony, czyli język w chorobie  
alkoholowej \_\_\_\_\_ 16

Kawiarenka psychologiczna *Wiara* \_\_\_\_\_ 19

Z badań Zakładu Psychologii \_\_\_\_\_ 22

Wybrane publikacje Zakładu Psychologii \_\_\_\_\_ 22

Z badań psychologicznych na świecie \_\_\_\_\_ 23

Słow(n)ik psychologiczny \_\_\_\_\_ 23

Mistrzowie psychologii \_\_\_\_\_ 24

Czy wiesz, że...? \_\_\_\_\_ 25

Recenzje \_\_\_\_\_ 25

Eksperymenty psychologiczne \_\_\_\_\_ 26

Opowiadanie na z grubsza stronę

*Wróżka* \_\_\_\_\_ 27

Psychorysunek \_\_\_\_\_ 28

Kazimierz Gelleta

## Jak się nie zmęczyć, wypoczywając?

Urlop czy wakacje? Ja wolę wakacje. Słowo „wakacje” wywodzi się z łacińskiego *vacatio*, a oznacza uwolnienie, oswobodzenie. Urlop zaś pochodzi od niemieckiego *Urlaub* i oznacza ustawowo zagwarantowaną przerwę w wykonywaniu pracy z zachowaniem wynagrodzenia przez określoną liczbę dni w ciągu roku. Wakacje kojarzone są głównie z czasem wolnym od nauki w szkołach i uczelniach wyższych, przeznaczonym na wypoczynek, głównie letni lub zimowy (ferie). Urlop natomiast – z czasem wolnym od pracy i niekoniecznie łączonym z porami roku. Źródłościów w przypadku wakacji wyraźnie koresponduje z wolnością, urlop, choć w języku Goethego, to jednak z *Ordnungen*, czyli jednak z jakimś rodzajem zewnętrznej regulacji i formalnego rygoru. Wolę zatem zdecydowanie wakacje, bo umiłowałem wolność. Wolę wakacje, bo choć dawno już przestałem być uczniem, a studentem tylko nieco mniej dawno, to nie bez powodu kojarzę ten czas z radosną młodością i beztrąską. Nigdy też – choć wakacje są z definicji czasem wolnym od nauki – nie czułem się zwolniony od zbierania doświadczeń podczas wakacyjnych kolonii, obozów, wczasów, wycieczek czy peregrynacji po kraju i świecie, które modyfikowały moje spojrzenie na wiele kwestii w życiu. Innymi słowy, spełniają one w pełni psychologiczną definicję uczenia się. Tak więc na wakacjach czuję się młodszy, bardziej wolny, spontaniczny, a na urlopie starszy, bardziej zobligowany (choćby do odpoczynku), kontrolujący. Tak więc wolę wakacje, a nie urlop, i takie są w tym względzie moje preferencje, ale rozumiem, że mogą być inne. Jednak, jak pamiętam, na wakacjach zawsze

się mniej męczyłem niż na urlopie. Tak czy siak, chodzi o to, aby na jednych lub drugim odpocząć, a przede wszystkim się nie zmęczyć. O co zatem zadbać, na co zwrócić przede wszystkim uwagę?

Najważniejsza jest zasada płodozmianu. Drwal raczej nie powinien wybierać wypoczynku w starożytnej puszc-

roli. Od lat już nie przyznaję się publicznie na wakacjach, że jestem psychologiem, psychoterapeutą, a świetnie się bawię w rozmaitych fikcyjnych rolach: operatora walca drogowego, byłego seminarzysty konwiktu Jezuitów, który po V roku z miłości do swojej pierwszej żony zarzucił swoje powołanie, prezesem hurtowni



Photo by Holger Lin on Unsplash

czy, grabarz nawet na pięknym cmentarzu Pere-Lachaise w Paryżu, rolnik u ulubionego szwagra podczas żniw, a nauczyciel na kolonii z trudną młodzieżą. Pomyślmy zatem o odpoczynku od tego, co jest naszą codzienną rutyną. Odetnijmy się na ten czas nawet, oczywiście na ile to możliwe, od naszych spełnianych społecznych czy zawodowych ról. Nie podkreślajmy wagi swojej profesji, swojego prestiżu, możliwości. Bądźmy raczej anonimowi lub doświadczajmy siebie nawet w nieco innej

obuwia sportowego, logopeda czy pszczelarzem. Można także dodatkowo podkreślić sobie taką odmianę poprzez np. zarzucenie codziennego porannego golenia się lub poniechanie, skądinąd szkodliwego, palenia tytoniu. Ważne, żeby było inaczej niż zwykle i wesoło.

Przewrotnego cokolwiek tytułu niniejszego felietonu nie należy traktować, jeśli chodzi o zmęczenie, oczywiście zbyt literalnie. Przecież na wakacjach możemy realizować pewne kategorie wypoczynku, które wymagają niekiedy

bardzo dużego zaangażowania i wysiłku fizycznego, emocjonalnego i intelektualnego, jak to jest przy wielu formach tzw. turystyki kwalifikowanej: kajakarstwo, alpinizm, żeglarsstwo, turystyka rowerowa etc. Ważny dla relaksu i regeneracji naszych witalnych zasobów jest wskazany wyżej płodozmian aktywności. Zatem nawet spory wysiłek fizyczny i związane z nim zmęczenie stanowią może znakomite antidotum dla księgowej ślęczącej na co dzień nad stosami faktur i przed ekranem komputera, dla pracownika nauki pochylonego zwykle nad woluminami uczonych prac w bibliotekach i gabinetach czy też dla muzealnego kustosza. Ktoś natomiast, kto w ramach swej zawodowej aktywności pracuje ciężko fizycznie: stolarz, grabarz, murarz, tragarz itp., lepiej zapewne wypocznie zwiedzając zabytki architektury, parki krajobrazowe, galerie sztuki etc. lub wygrzewając się na słonecznych plażach, nurzając się w różnych akwenach: morze, jezioro, rzekę, basenów, rzekę i sadzawek, bądź też śpiewając, tańcząc przy ogniu pod niebem gwiazd lub na zabawie. Paleta możliwości do wyboru na współczesnym rynku usług turystycznych jest praktycznie nieograniczona. Spacer, koncerty, pielgrzymki, dożynki, grzyby, ryby i malinki. Dla koneserów może być też znane z włoska *dolce far niente*, czyli słodkie próżnowanie. Chodzi tylko o to, aby nie przesadzić, gdyż „nic nierobienie” szybko grozi nudą, a ta, jak wiadomo, jest uczuciem dość awersyjnym, które prokurować może nie najrozsądniejsze, a częstokroć doniosłe w skutkach poczynania osób nią owładniętych. Schlebając tu zapewne cokolwiek sobie, wiemy, że nam jako osobom inteligentnym taka sytuacja nie grozi, gdyż prawdziwie inteligentni ludzie przecież nigdy się nie nudzą.

W dobrym odpoczynku pomoże nam również po-

zostawienie w domu laptopa, a używanie telefonu ograniczone do absolutnego minimum. Nie zaszkodzi to także naszej inteligencji. Oderwanie się na jakiś czas od zalewu informacji, które wymagają od nas sporego wysiłku ich filtracji i porządkowania na co dzień, aby się w nich nie pogubić, na pewno dobrze nam zrobi. Ma szansę wręcz wysubtelnić naszą naturalną inteligencję, która zażyłnie w nowych odsłonach, kiedy przestanie ją formatować na jakiś czas nachalna narracja medialna.

Dobłą zasadą jest też niewybieieranie się na wakacje z osobami, z którymi na co dzień pracujemy, uczymy się czy spotykamy na tyle często, że warto od nich odpocząć, a niekiedy nawet się za nimi stęsknić. Tęsknota stanowić będzie

jazdem jakoś uporządkować, by nie plamiły obłokami trosk błękitu naszego emocjonalnego nieba. Warto zatem tuż przed wyjazdem rozprawić się z ewentualnymi urazami, nieporozumieniami wśród naszych bliskich, choćby przez krótki telefon ze słowem „przepraszam” czy „wszystkiego dobrego”, „dbaj o siebie i nie myśl o mnie źle”. To przymnoży spokoju, umożliwi pozytywne otwarcie na wakacyjną radość, chłonięcie piękna i uroków życia. Przed zamknięciem drzwi wskazane jest też wyłączenie komputera, żelazka, a już niekoniecznie lodówki. Można, a nawet trzeba podlać pozostawiane rośliny w doniczkach, a zwierzęta oddać pod troskliwą opiekę zaufanym osobom lub instytucjom. Wyjatek mogą tu stanowić mrów-

*Dobłą zasadą jest niewybieieranie się na wakacje z osobami, z którymi na co dzień pracujemy, uczymy się czy spotykamy na tyle często, że warto od nich odpocząć, a niekiedy nawet się za nimi stęsknić...*

wówczas istotny sygnał o ważności takich osób dla nas i relacji z nimi w naszym życiu, co stać się może ważną przesłanką do codziennej, już po powrocie, bardziej zaangażowanej pielęgnacji przez nas tychże relacji.

Przed wyjazdem na wakacje dobrze również jest zamknąć za sobą na klucz nie tylko drzwi domu czy mieszkania, ale też wszystkie ważne sprawy zawodowe i zdystansować się od codziennych życiowych trosk. Chodzi o to, by nie gnębiły nas w trakcie odpoczynku ruminalcje myśli lub koszmary senne z nimi związane. Także jakieś rodzinne czy towarzyskie niesnaski dobrze jest przed wy-

ki faraonki, jeśli ktoś posiada. Te z pozoru proste czynności na ogół umożliwiają ominięcie raf niechybnych wzajemnych oskarżeń już podczas lotu czy dojazdu na miejsce wypoczynku, które skutecznie mogą skrócić efektywny czas tegoż o kilka lub nawet kilkanaście godzin (zależy jak szybko powstała uraza odparuje u jednej lub u obu stron).

Zaopatrzeni w życzliwe przestrogi, uwagi i napomnienia, ruszajmy tedy z radością na wakacyjne szlaki. Niech „czas relaksu, relaksu” będzie to czas, jak śpiewał kiedyś zespół „Andrzej i Eliza”. Ahoj przygodo! Bądź z nami!

Małgorzata Marmola

## Wspieranie rozwoju emocjonalnego dzieci i młodzieży

Współczesne dziecko coraz częściej musi się mierzyć z oczekiwaniami swoich rodziców, którzy od wczesnych lat jego życia myślą o jego przyszłości i karierze. Żeby mały człowiek mógł w życiu osiągnąć sukces, musi także czymś wyróżniać się z otoczenia, stąd konieczność uczenia się języków obcych, gry na instrumentach czy wysiłku wkładanego w sport. Wszystko to stanowi wielkie wyzwanie dla dziecka, a ponadto może wyzwać stres, gdy obawia się ono, że nie spełni aspiracji otoczenia. Wyzwała również stres u rodziców, bo nie ma pewności, że ich dziecko rzeczywiście będzie najlepsze lub przynajmniej będzie

mogło konkurować z najlepszymi (Lantieri, Goleman, 2003).

Bardzo ważnym aspektem rozwoju współczesnego dziecka jest więc kształtowanie samoświadomości, adekwatnego poczucia własnej wartości, a także umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych i budowania pozytywnych relacji z innymi. Rozwój emocjonalny dziecka dotyczy głównie trzech aspektów: 1. świadomości własnych stanów emocjonalnych – zdolności do rozpoznawania sytuacji wywołujących różne stany emocjonalne, nazywania tych stanów, kojarzenia z określonymi doznaniem; 2. jawnych

oznak emocji – poznawania reguł dotyczących okazywania emocji; 3. emocji innych osób, czyli odczytywania wewnętrznych uczuć innych osób na podstawie ich zachowania, które jest ważnym elementem relacji społecznych (Schaffer, 2006).

Niestety, trudno dziecku znaleźć środowisko wspomagające rozwój takich kompetencji. W wielu przypadkach ani rodzice ani szkoła nie tworzą odpowiednich warunków, by dziecko mogło poznać swoje emocje, budować stabilne poczucie własnej wartości czy uczyć się w konstruktywny sposób radzić sobie ze stresem. Sami rodzice nie



Ambrose Andrews (1805-1859)

The Children of Nathan Starr, 1835, The MET, Nowy York  
Public domain

radzą sobie z licznymi obowiązkami, tempem współczesnego życia, niejednokrotnie spędzają zbyt mało czasu ze swoimi pociechami lub poświęcają ten czas na bierną rozrywkę, raczej obok dziecka, a nie z nim. W konsekwencji ich relacje stają się powierzchowne, a brakuje w nich optymalnych warunków dla rozwoju bliskości i wsparcia.

Z kolei szkoła jest środowiskiem bardzo rywalizacyjnym, w którym dziecko musi zmierzyć się z wymaganiami programu nauczania, licznymi testami czy oczekiwaniami rówieśników. Zbyt małą wagę przykładają tu do emocji dziecka, jego stanu psychicznego, poziomu motywacji czy nawet wysiłku wkładanego w przygotowanie do zajęć. W efekcie coraz częściej występują przypadki depresji u dzieci i młodzieży, a syndrom wypalenia dotyka wielu nastolatków. Praca szkoły z emocjami ogranicza się zwykle do pojedynczych lekcji na godzinach wychowawczych lub włączania dzieci do programów profilaktyczno-terapeutycznych. Podejmuje się problematykę emocji dopiero wtedy, gdy dochodzi do sytuacji trudnych, najczęściej związanych z agresją.

Istnieje więc potrzeba podejmowania wychowawczego wysiłku pracy nad kształtowaniem sfery emocjonalnej dzieci i młodzieży zarówno w rodzinie, jak i w przedszkolu czy szkole. W rozwoju dziecka potrzebne jest świadome rozwijanie emocji, które musi trwać od wczesnego dzieciństwa aż do dorosłości. Dotyczyć ono może kształtowania samoświadomości, zdolności do autoregulacji i umiejętności nawiązywania relacji z otoczeniem. Takie oddziaływania pozwolą dziecku najpierw poznać siebie i emocje jakich doświadcza. Mały człowiek uczy się wówczas nazywać to, co przeżywa, a także rozumieć uczucia innych. Ważnym aspektem jest przekazywanie wiedzy o różnych stanach emocjonalnych w pozytywnym kontekście – nie ma złych emocji, bo każda niesie ze sobą jakąś informację, a dziecko uczy się te informacje wykorzystywać w procesie autoregulacji i kształtowania pozytywnych relacji z innymi.

Ważnym aspektem rozwoju dziecka jest kształtowanie stabilnego poczucia własnej wartości, adekwatnej samooceny, świadomości swoich mocnych stron, co stanowi ogromny potencjał młodego człowieka i daje mu szansę na stawianie sobie ambitnych celów i ich systematyczną realizację. Przyczyną kształto-

wania się negatywnej samooceny może być stawianie dziecku nadmiernych wymagań lub niechęć rodziców do dziecka (Kulas, 1986).

Dzieci z niską samooceną wykazują wiele objawów nieprzystosowania społecznego. Często ich funkcjonowaniu towarzyszą lęki i zahamowanie społeczne. Obawiają się niepowodzeń, ośmieszenia, są szczególnie wrażliwi na pochwały, a także na krytykę, co prowadzi do zachowań unikających oraz wycofujących. Osoby z niską samooceną mają problemy z nawiązywaniem kontaktów interpersonalnych, obawiają się o to, jak inni ludzie ich odbierają, mają również tendencję do nadmiernej samoanalizy oraz poczucia winy, krzywdy i niższej wartości. Niejednokrotnie osoby te unikają sytuacji, w których znajdują się w centrum uwagi lub mogą

powanie dostosowuje do utrwalonego obrazu siebie. Jeżeli rodzice kochają, szanują i akceptują dziecko, mają stosowne oczekiwania, a także wierzą w kompetencje dziecka, to sprzyjają w ten sposób kształtowaniu się zdrowej samooceny u dziecka, opartej na pozytywnym stosunku do siebie. Jeżeli zaś rodzice odrzucają dziecko, okazują mu niezadowolenie z tego, jakie jest, to budzą w nim niepokój uczuciowy co do własnej osoby oraz obniżają akceptację siebie (Grabowiec, 2011).

Jednym z najbardziej istotnych elementów funkcjonowania młodego człowieka w świecie społecznym jest satysfakcjonująca komunikacja z innymi (dorosłymi i rówieśnikami), a więc umiejętność nawiązywania i podtrzymywania pozytywnych relacji, dających poczucie bliskości z innymi, doświad-

### *Przyczyną kształtowania się negatywnej samooceny może być stawianie dziecku nadmiernych wymagań lub niechęć rodziców do dziecka...*

być oceniane przez innych. Brakuje im stanowczości oraz pewności siebie, co sprawia, że mają problemy z bronią swoich praw, podejmowaniem decyzji, a także nieuleganiem wpływom innych osób (Wosik-Kawala, 2007). Natomiast osoby o zbyt wysokiej samoocenie często rezygnują z podjętych działań, cechują się mniejszą odpornością w sytuacjach zagrożenia, nadmierną samokontrolą i brakiem szczerości, a to z kolei powoduje trudności w społecznieniu. Ponadto dążą one do perfekcji, bycia doskonałym w każdej sferze życia, czemu towarzyszy przesadna ambicja oraz chęć bycia w centrum zainteresowania (Lewandowska-Kidoń, Wosik-Kawala, 2015).

Rodzice, stawiając dziecku wymagania i oceniając jego zachowanie, wytworzą w dziecku określony stosunek emocjonalny do własnej osoby. Dziecko na podstawie wypowiedzi i zachowania rodziców może oceniać siebie w kategoriach pozytywnych lub negatywnych. Jeśli oceny i opinie na temat dziecka powtarzają się często, to dziecko uznaje je za własne, a swoje postę-

czenie przyjaźni czy wsparcie w sytuacjach trudnych. Dzieci poznają emocje głównie w kontekście kontaktów z innymi ludźmi, gdy poprzez bliskie relacje tworzą więź emocjonalną pełną miłości lub nienawiści, smutku lub szczęścia, dumy lub wstydu. To właśnie w kontaktach interpersonalnych mogą zobaczyć, jak inni radzą sobie z emocjami, ale też jak przejawy ich emocji oddziałują na innych (Schaffer, 2006). Ważne jest więc, by dziecko miało szansę uczyć się pozytywnej i asertywnej komunikacji, dbania o własne granice, ale również szanowania praw drugiego człowieka i konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, które przecież są częścią międzyludzkich interakcji.

Wspieranie dzieci i młodzieży w rozwoju emocjonalnym i społecznym jawi się więc jako ważny cel oddziaływań wychowawczych, by jako osoby dorosłe mogły skutecznie radzić sobie w otaczającym świecie, stawiać sobie ambitne cele, ale na miarę własnych możliwości i wytrwale je realizować.

Cytowane prace u autorki tekstu.

## Who is who w Zakładzie Psychologii

### Dr Małgorzata Marmola



Urodziłam się 30 marca 1972 roku w Rzeszowie, jednakże swoje dzieciństwo spędziłam w Przeworsku, w pięknym domu z wielkim ogrodem nad rzeką Mleczką, gdzie rodzice zamieszkiwali wspólnie z dziadkami. Z tego okresu wspominam opowieści babci, która pochodziła z Żurawna (Kresy Wschodnie), o jej pracy w fabryce alabastru, katedrze we Lwowie i o tym, jak tam poznała dziadka – artystę rzeźbiarza. Wspominam go jako nietuzinkową postać, wyróżniającą się nie tylko awangardowym wyglądem, ale też szerokimi horyzontami. Zamiłowanie do muzyki, malarstwa i rysunku oraz pierwsze szlify w sztukach plastycznych zawdzięczałam jemu i ojcu, który pisał wiersze, śpiewał w chórze i niewątpliwie po dziadku odziedziczył talent plastyczny. Sielankowe dzieciństwo przerwała przedwczesna i nagła śmierć taty. Wówczas cały wysiłek wychowania mnie i młodszej siostry Izabelli spoczął na barkach mamy, która okazała się niezwykle silną i zaradną kobietą.

Ukończyłam I Liceum Ogólnokształcące w Rzeszowie, w klasie o profilu matematyczno-fizycznym. Wybrałam tę szkołę ze względu na jej historię i ducha renesansu, którego się w niej czuło. Im bliżej było matury, tym częściej pojawiał się w mojej głowie pomysł na studia humanistyczne. Zainteresowanie psychologią wynikało z chęci pomocy osobom z niepełnosprawnością, z którymi zetknęłam się pracując jako wolontariusz na wakacyjnych wyjazdach. Nieprzypadkowym wyborem były studia na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim, bowiem związana byłam z Ruchem Światło-Życie i innymi grupami religijnymi.

Napisałam i obroniłam tam pracę magisterską dotyczącą psychospołecznych problemów młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną, a praca doktorska była kontynuacją moich zainteresowań problematyką niepełnosprawności intelektualnej. Moim promotorem był niezapomniany śp. ks. prof. Tadeusz Witkowski, któremu bardzo wiele zawdzięczam. W czasie studiów zaczęłam się również interesować psychologią rodziny – niewątpliwie wpływ na to miała postać Pani Profesor



Marii Braun-Gałkowskiej. Po studiach ukończyłam Studium Życia Rodzinnego w Lublinie.

W 1996 roku podjęłam pracę w Zakładzie Psychologii, wtedy w Wyższej Szkole Pedagogicznej (obecnie Uniwersytet Rzeszowski) – najpierw jako asystent, później jako adiunkt, a obecnie jako starszy wykładowca. Moje zainteresowania badawcze wiążą się głównie z psychologią małżeństwa i rodziny, ale także z psychologią rozwoju i wychowania dzieci oraz psychologią społeczną. Dotyczą one relacji między małżonkami, ich oddziaływań wychowawczych

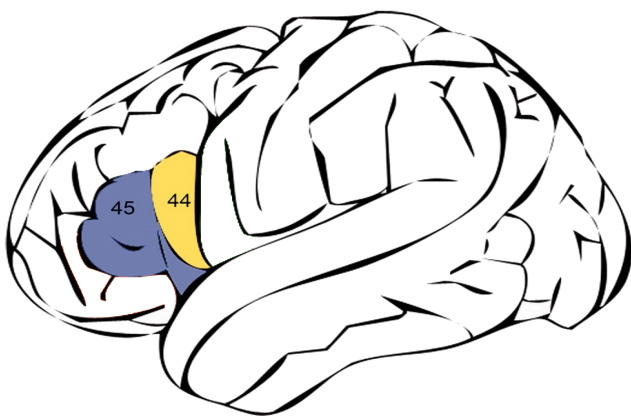
wobec dzieci, rozwojem zdolności u dzieci, a także uprzedzeń i stereotypów wobec grup mniejszościowych (uchodźców).

Prywatnie mam męża Grzegorza i dwie nastoletnie córki – Magdalenę i Karolinę. Naszą wspólną pasją jest muzyka. Karolina i ja gramy na fortepianie, Magda na flecie poprzecznym, a mąż na perkusji – niezły z nas band, ale rzadko gramy razem – najczęściej kolędy. Pięknym dopełnieniem naszej rodzinki jest piesek – maltańczyk Badi. Uwielbiamy wszyscy razem podróżować, kochamy Bieszczady.

Andrzej Łukasik

## Neuronalne zwierciadło

Neuron, komórka nerwowa, to podstawowy element funkcjonalny w układzie nerwowym. Funkcjonalny, to znaczy posiadający samodzielną zdolność do przesyłania impulsów nerwowych. W impulsach nerwowych zakodowana jest informacja o wszystkim co widzimy, słyszymy, o czym myślimy, co czujemy. Istnieje wiele typów neuronów, ale wyobraźnię badaczy i publikacje naukowe w ostatnich ponad dwudziestu latach zdominowały neurony lustrzane. Gdy wpisze się do wyszukiwarki internetowej anglojęzyczną nazwę *mirror neurons*, otrzymamy ponad 9 mln odnośników, a w wyszukiwarce PubMed blisko 1900 artykułów naukowych. Sprawa z neuronami lustrzanymi zaczęła się od badań zespołu neurobadaczy kierowanego przez Giacomo Rizzolattiego z Uniwersytetu w Parmie, opublikowanych w 1996 roku w prestiżowym czasopiśmie *Brain*. Artykuł opisywał aktywność neuronów u makaków z obszaru mózgu F5 (kory przedruchowej), które reagowały zarówno, gdy małpy chwyciły jakiś przedmiot i wykonywały nim jakieś działanie, jak i wtedy, gdy małpy obserwowały człowieka, który też chwycił ten przedmiot i wykonywał to samo działanie. To wtedy pojawił się termin „neurony lustrzane” na określenie tego szczególnego typu neuronów ruchowych (motorycznych). I lawina ruszyła... Kilka lat później neurony lustrzane znaleziono w okolicach ciemieniowych mózgu małp. W 2000 roku psycholog V.S. Ramachandran uznał, że neurony lustrzane są tym dla nauki o mózgu (neuronauki), czym dla biologii



Rys. 1. Okolica Broki

Source: Geranmayeh, F., Brownsett, S., Wise, R. (2014). Task-induced brain activity in aphasic stroke patients: what is driving recovery?, *Brain*, Volume 137, Issue 10, 2632–2648. (CC BY 3.0)



Flickr com.: Gerardo\_ruiz, Neuron  
(CC BY-NC-ND 2.0)

było odkrycie DNA. Skąd taka fundamentalna rola przypisywana tym neuronom?

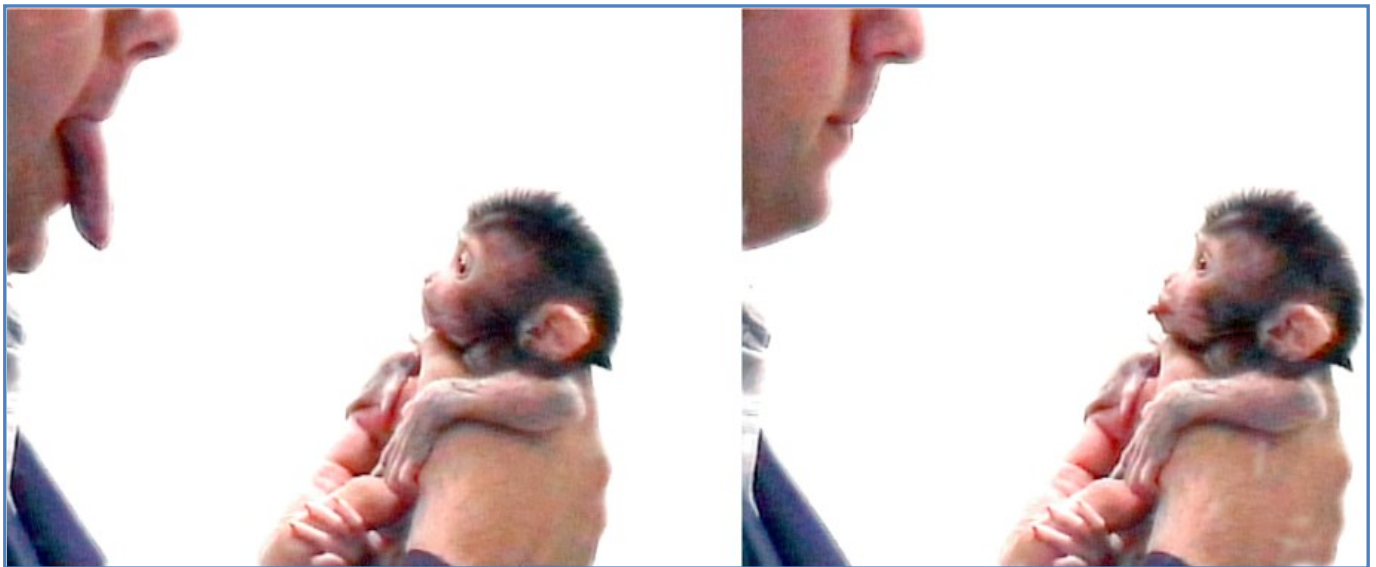
Po pierwsze, okolica F5 u makaków odpowiada okolicy Broki w ludzkim mózgu (rys. 1). Okolica Broki związana jest natomiast z nadawaniem mowy, z jej artykulacją. A zatem prowadziło to do hipotezy, że zdolność mówienia u człowieka: 1) jest zakorzeniona w neuronach lustrzanych, które – jak pamiętamy – są neuronami motorycznymi; 2) wyewoluowała z okolicy przedruchowej F5 u małp, a więc – idąc dalej – z ruchów, a konkretnie – gestów; 3) naśladownictwo ruchowe jest podstawą rozumienia tego, co i dlaczego ktoś coś robi.

Po drugie, i to jest najważniejsze – wielką rolę w procesie uczenia się przypisuje się zdolności do naśladowania (imitacji, rys. 2). Częściowo tak jest przyswajany język, gdy małe dzieci naśladują opiekunów w wymowie słów, ale tak też działa empatia: współodczuwanie, czyli odczuwanie tego, co ktoś aktualnie czuje (smutku, żalu radości, itp.). Empatia wymaga naśladowania emocji tej osoby w sobie. Również kognitywna odmiana empatii – teoria umysłu (ToM), a więc zdolność do odtworzenia we własnym umyśle czyichś intencji towarzyszących działaniu (np. dlaczego coś ukradł – bo był głodny), jak i stanu psychicznego, który temu towarzyszy (bo był zdesperowany), wymagają zbudowania we wła-

snym umyśle „modelu” stanu psychicznego tej osoby. Zwykle dzieje się to przez próbę postawienia się w sytuacji takiej osoby, spojrzenia na sytuację z jej perspektywy, przez odpowiedź, jak ja bym się zachowała/zachował w tej sytuacji, a więc przez wewnątrzumy-

sluś metod obrazowania aktywności mózgu sugerowały tylko, iż znajdują się one m.in. w dolnej części płata czołowego, górnej części płata ciemieniowego i dodatkowej korze motorycznej, SMA (Iacoboni i in., 1999; Jeon, Lee, 2018; Kilner, Lemon, 2013), tworząc tzw.

tią i „czytaniem umysłu” (Jeon, Lee, 2018), a także z odbiorczych dzieł artystycznych, gdy trzeba odczytać intencje twórcy (Piechowski-Jozwiak i in., 2017). Z klinicznego punktu widzenia niewłaściwą aktywność neuronów lustrzanych odnotowano w zaburzeniach



Rys. 2. Młody makak imitujący wyraz twarzy

Source - Evolution of Neonatal Imitation. Gross L, PLoS Biology Vol. 4/9/2006, e311 doi:10.1371/journal.pbio.0040311

(CC BY 4.0), (CC BY 2.5)

słowem imitację stanu czyjegoś umysłu w danym momencie. Czasem nawet, chcąc, aby ktoś nas zrozumiał, żądamy: „postaw się w mojej sytuacji”. Naśladujemy też czyjś uśmiech, zarażamy się strachem, oglądając z innymi horror. Kibice na stadionie „infekują się” gestami, śpiewem i zgodnie falują na trybunach. Udziela nam się ziewanie innych ludzi (czynność jak najbardziej motoryczna). W dodatku wykazano, że osoby bardziej empatyczne częściej ziewają, zarażając się tym od innych (np. Franzen i in., 2018), a osoby o dużym nasileniu psychopatii (a więc m.in. mało empatyczne) rzadziej zarażają się ziewaniem (Rundle i in., 2015). To by świadczyło o słuszności teorii neuronów lustrzanych.

Przez długi czas nie było potwierdzenia, że neurony lustrzane istnieją w ludzkim mózgu. Badania z użyciem

neuronalną sieć lustrzaną. Po raz pierwszy na drodze bezpośredniej zidentyfikowano te neurony w korze człowieka dopiero w 2010 roku (Mukamel i in., 2010). Aktywność neuronów lustrzanych łączy się m.in. z odczuwaniem wstrętu, gdy obserwuje się inne osoby,

schizofrenicznych (występuje m.in. brak empatii), psychopatii (Jeon, Lee, 2018). Przede wszystkim jednak dysfunkcją tych neuronów poczyniono odpowiedzialną za niezdolność do imitacji występującą w zaburzeniach ze spektrum autyzmu (ASD) i w konsekwencji

*Badania wskazują, że neurony lustrzane znajdują się m.in. w dolnej części płata czołowego, górnej części płata ciemieniowego i dodatkowej korze motorycznej, tworząc tzw. neuronalną sieć lustrzaną...*

które także odczuwają wstręt w reakcji na zapach (aktywizuje się wtedy struktura mózgu – wyspa), współodczuwaniem bólu, wspomnianą już empa-

trudności „w czytaniu umysłu” oraz rozumieniu znaczeń bodźców emocjonalnych (Ramahandran, 2012; przegląd zagadnień Jeon, Lee, 2018; Hamilton,



2012). Samą zaś teorię wiążącą ASD z zaburzeniami aktywności neuronów lustrzanych nazwano teorią „rozbitego lustra” (*the broken mirror theory of autism*; zob. Hamilton, 2012).

Po początkowym entuzjazmie związanym z odkryciem

dziania emocjami, szczególnie strachem. Kwestionuje się również paralele między F5 u makaków i okolicą Broki (Hickok, 2009), gdyż mogły powstać w trakcie ewolucji niezależnie, a nie jedna z drugiej, a więc nie można ich ze sobą porównywać

czyjegoś działania jest istotą działania neuronów lustrzanych), to nie chodzi tu o żadne lustrzane neurony, które pozwalają zrozumieć zamiar człowieka, tylko zwykłe, proste uczenie poprzez skojarzenie.

W nauce bardzo ważne jest



Flickr com.: Vittorio Cravino, braintrippin' (CC BY-NC-ND 2.0)

neuronów lustrzanych pojawił się jednak sceptycyzm i zaczęła narastać fala krytyki. Wskazywano m.in. na to, że u dzieci z ASD wcale nie jest regułą, iż zdolności naśladowcze (imitacyjne) są zaburzone (zob. Hamilton, 2012). Tak więc teoria „rozbitego lustra” wskazująca na zaburzenia w aktywności neuronów lustrzanych jako przyczynę trudności w imitacji też nie musi być prawdziwa. Poza tym trudności w rozpoznawaniu bodźców emocjonalnych występujące w ASD mogą wynikać nie z zaburzeń w „sieci lustrzanej”, tylko z dysfunkcji zupełnie innych struktur, np. ciała migdałowatego (zob. Hamilton, 2012), które jest swoistym centrum zarzą-

– to z kolei oczywiście podważa „gestową” teorię języka. Od lat najgorętszym krytykiem roli neuronów lustrzanych jest specjalista w dziedzinie neurologii Gregory Hickok, który poświęcił temu zagadnieniu książkę *Mit neuronów lustrzanych* (2016). Trudno tu przytoczyć wszystkie jego argumenty, ale przywołajmy jeden. Teoria neuronów lustrzanych zakłada, że naśladowanie działania kogoś jest podstawą zrozumienia tego kogoś. Ale jak zauważa Hickok, jego pies, który lubi aportować, po serii ćwiczeń nauczył się przewidywać kierunek lotu piłki na podstawie sposobu wykonania zamachu. A skoro pies sam nie potrafi rzucać (a odzwierciedlenie

weryfikowanie wyników badań i odkryć. W ten sposób sprawdza się, czy coś rzeczywiście istnieje i działa. W ten sposób przybliżamy się do prawdy. Teoria neuronów lustrzanych została poddana ogólnoświatowej weryfikacji i mocnej krytyce – i tak właśnie powinno się stać. Dyskusja na ten temat trwa, obie strony tego naukowego sporu dostarczają argumentów świadczących o słuszności ich stanowisk. Trudno teraz jednoznacznie wyrokować, jak się to skończy. W tym gorącym dla neuronów lustrzanych okresie trzeba jednak uważać, by nie wyłączyć dziecka z kąpielą.

Cytowane prace u autora tekstu.

Andrzej Łukasik

## Wspólna pamięć

Pamięć służy do przechowywania i odtwarzania zdarzeń, wiedzy. Pamięć każdego człowieka od strony zawartości – treści jest pod wieloma względami unikatowa, bo zapisane są w niej te zdarzenia, przeżycia, które są dla każdego człowieka niepowtarzalne, związane tylko z jego życiem. Oprócz tej pamięci indywidualnej, „osobistej”, istnieje także pamięć zbiorowa, kolektywna. Jest to pamięć przeszłości wspólna dla ludzi należących do określonej zbiorowości: rodziny, grupy społecznej, plemienia, państwa.

Istnienie takiej pamięci postulował już psychoanalityk Carl Jung, uczeń a później krytyk Zygmunta Freuda. Jung wyodrębnił obok pamięci indywidualnej pamięć kolektywną. Rozumiał przez nią zapis doświadczeń wielu ubiegłych pokoleń jako ogólnoludzkiej wspólnoty – powiedzielibyśmy dzisiaj: zapis ewolucyjnych doświadczeń naszego gatunku. Te wielopokoleniowe doświadczenia zapisane zostały w postaci tzw. archetypów, kulturowych „węzłów”, w których skumulowana jest absolutnie podstawowa, nieświadoma, ale uniwersalna wiedza na temat świata: np. archetyp cienia to uosobienie „zwierzęcej” natury człowieka, a archetyp matki odzwierciedla macierzyństwo i opiekę. Archetypy przejawiają się w snach, ale także są ukryte w symbolach występujących w baśniach, mitach, bajkach, religii. Później o tym rodzaju pamięci pisał badacz pamięci Frederic Bartlett (1932), podkreślając, że ma ona charakter społeczny. Uważał, że wspólne wspomnienia mogą powstawać poprzez wzajemne oddziaływanie na siebie osób,

ponieważ członkowie społeczności wychowywani są razem, uczęszczają do tej samej szkoły, czytają te same książki, i na ogół dzielą wiele innych doświadczeń społecznych.

Przełom w badaniach pamięci zbiorowej nastąpił jednak później, za sprawą prac Maurice'a Halbwachsa, francuskiego socjologa i kulturoznawcy. Halbwachsz zginął w 1945 roku w obozie koncentracyjnym w Buchenwaldzie, lecz jego prace stały się po wojnie inspiracją do badań prowadzonych przez psychologów, socjologów, polito-

która ma daleko idące konsekwencje społeczne, np. łatwiej prowokować konflikt między tak „ustawionymi” zbiorowościami czy też uruchomić uprzedzenia do „oni”. Pamięć każdej zbiorowości jest inna: Amerykanie mają własny wspólny obraz przeszłości i różnią się pod tym względem od Rosjan. Nacje mają odrębne rekonstrukcje tych samych zdarzeń historycznych co do ich doniosłości. Dla Amerykanów z historii II wojny światowej ważny będzie D-Day – lądowanie w Normandii, zaś dla Rosjan bitwa

*Pamięć zbiorowa tworzy tożsamość zbiorowości, a osobom do niej należącym daje poczucie przynależności do wspólnoty mającej wyrazisty charakter o klarownie zarysowanych granicach...*

logów. Według Halbwachsa pamięć zbiorowa nie jest wiernym, dokładnym odtworem przeszłości zbiorowości, ale jej rekonstrukcją (zob. też Kasztelan, 2012). Powiedzielibyśmy nie odtworem, lecz stworzeniem jej ze szczątków, fragmentów, tak aby była jednak spójna, lecz niekoniecznie odzwierciedlała „prawdę historyczną”. Niezwykle istotna jest rola pamięci zbiorowej. Tworzy tożsamość zbiorowości, a osobom do niej należącym pozwala mieć poczucie przynależności do wspólnoty mającej wyrazisty charakter o klarownie zarysowanych granicach. Służy zatem wyznaczeniu opozycji „my-oni”,

o Leningrad podczas trwającej 2,5 roku blokady miasta przez Niemców (Wertsch, 2002; Brown i in., 2012).

Gdzie jest zlokalizowana pamięć zbiorowa? William Hirst i David Manier (2008; zob. też Hirst i in., 2018), specjaliści od tego zagadnienia, wyodrębnili dwa „magazyny” pamięci zbiorowej: „w świecie” i „w człowieku”. Pamięć „w świecie” to wszelkie formy nadania zdarzeniom z przeszłości charakteru instytucjonalnego, co pozwala podtrzymywać tę pamięć. Są to więc pomniki, uroczystości „ku czci” i „chwale”, muzea, wystawy, określone instytucje imienia kogoś lub czegoś, a także kanon szkolnych lek-



Obraz Vinson Tan z Pixabay

tur. Są to także rytuały, jak np. coroczne odgrywanie bitwy pod Grunwaldem przez zapalonych rekonstruktorów. Dziś należy dołączyć do pamięci w „świecie” potężne medium, jakim jest internet. W sieci tworzone są wirtualne odpowiedniki materialnych pomników pamięci, „strona internetowa zastępuje pomnik, wirtualny cmentarz oferuje nawet możliwość zapalenia znicza” (Malicki, 2011, s. 257). Niewątpliwą zaletą tego medium jest szybkość, z jaką informacje rozchodzą się wśród użytkowników, co przyspiesza budowanie pamięci zbiorowej.

Pamięć „w człowieku” to z kolei pamięć zdarzeń istniejąca w umysłach poszczególnych osób: świadków, sprawców i ofiar zdarzeń, przeszłość zapisana w osobistych archiwach przechowywanych w rodzinach z ogromną pieczołowitością i przekazywanych z pokolenia

na pokolenie (o roli transferu międzypokoleniowego pisała Danuta Ochojska w 2 numerze „Wglądu”). To także ciągłe rozmowy o przeszłych zdarzeniach, np. przy okazji spotkań rodzinnych czy w gronie przyjaciół.

Pamięć zbiorowa nie jest taka sama dla uczestników tego samego zdarzenia. Bardzo ważne jest odróżnienie w obrębie pamięci zbiorowej pamięci pokonanych od pamięci zwycięzców oraz pamięci ofiar od pamięci sprawców (Assmann, 2007; zob. też Kasztelan, 2012). Podział ten w szczególności jest przydatny, gdy zastanawiamy się nad ogromnym cierpieniem zadany ludzom przez innych ludzi, np. w Holokauście czy łagrach. Dla pamięci sprawców największą rolę odgrywa usunięcie, wyparcie wspomnień, dla ofiar – ich gloryfikacja. W obrębie pamięci ofiar wyróżnić można pamięć heroiczną i traumatyczną. Pa-

mięć heroiczną nadaje cierpieniu sens, znaczenie, wyższy walor moralny i uzasadnienie (w imię narodu, Boga). Ten moralny sens daje przepustkę do pamięci zbiorowej. Pamięć traumatyczna to zapis przeżycia osobistego bez umocowania w wartościach. Takim przeżyciem jest np. stanie się przypadkową ofiarą w zamachu terrorystycznym. Cierpienie jest tu nieme w sensie społecznym, bo trauma nie niesie wartości społecznie pozytywnej – heroizmu czy intencjonalnego męczeństwa. Jest jedynie cierpieniem intymnym, często wielkim, lecz „bezużytecznym” jako przejaw bohaterstwa. Dlatego nie stanowi wkładu do pamięci zbiorowej.

Wiedza o przeszłości zawarta w pamięci zbiorowej podlega zapominaniu. W ciekawym badaniu opublikowanym w renomowanym *Science* (Roediger III, DeSoto, 2014) udowodniono na



Flickr com.: begemot\_dn, Memory  
(CC BY-NC 2.0)

populacji amerykańskiej, że pamięć o kolejności prezydentów USA podlega prawom pierwszeństwa i świeżości, a więc graficznie rzecz ujmując, kształt litery U. Poprawnie jest przypomniany porządek pierwszych prezydentur (Washington, Adams) i ostatnich (Clinton, G.W. Bush, Obama), natomiast najgorzej środkowych (wyjątek stanowił Lincoln, prawdopodobnie za sprawą wojny secesyjnej, która odegrała niezwykle ważną rolę w historii USA). Najlepiej też przypomina jest kolejność prezydentur sprawowanych w trakcie życia badanego lub tuż przed, gorzej wszystkie inne. Wskazuje to więc na pewien związek pamięci osobistej i zbiorowej.

Istnieje szereg niebezpieczeństw związanych z pamięcią zbiorową. Pierwszym jest wybiórcze przypomnianie in-

formacji w trakcie interakcji między ludźmi poprzez indukcję wspomnień (zob. eksperyment psychologiczny w 2 numerze „Wglądu”). Interakcje między ludźmi służą budowaniu pamięci zbiorowej poprzez rozmowę o zdarzeniach czy faktach historycznych (Coman i in., 2009). Wykazano, że gdy dwie osoby rozmawiają na ten sam temat, to jeśli w przypomnieniu tej sytuacji następuje pominięcie jednego jej elementu przez jedną z osób, to powoduje to pominięcie innej informacji w przypomnieniu drugiej z tych osób. Na przykład dowiedziano (Cuc i in., 2007), że jeśli mówiący o wypadku samochodowym przypominał sobie działania zespołu karetki pogotowia, a nie pamiętał o tym, że pomocy udzielali współpasażerowie, to słuchacz miał tendencję odwrotną.

Ten sam efekt odkryto w odniesieniu do ataku terrorystycznego 11 września 2001 w Nowym Jorku (zob. Coman i in., 2009).

Drugim niebezpieczeństwem jest wykorzystanie pamięci zbiorowej w polityce historycznej. Polityka historyczna to wpływanie przez rządzących poprzez podległe im instytucje na sposób interpretacji faktów historycznych w celu osiągnięcia konkretnych celów politycznych. Polityka historyczna skierowana jest także na pamięć zbiorową. Temu służy wymazywanie niektórych zdarzeń lub postaci z historii, nowa interpretacja przeszłych zdarzeń, przeniesienie akcentów, wprowadzanie nowych postaci i epizodów historycznych do historii. W ten sposób można stworzyć alternatywną tożsamość dla grupy sympatyków

i zwolenników politycznych.

Trzecim niebezpieczeństwem jest pozytywne nachylenie. Jest to tendencja do tego, aby w pamięć zbiorową włączać tylko te epizody, które gloryfikują określoną nację, np. zwycięstwa militarne, akty altruizmu i poświęcenia. Dokonuje się zatem selekcja historii, pomijanie zdarzeń, czynów czy postaci, które stawiają zbiorowość w niekorzystnym świetle. Funkcją pozytywnego nachylenia jest budowanie złudzenia o własnej wyjątkowości, co stanowi rodzaj spoiwa łączącego ludzi. Ludzie wolą identyfikować się z grupami, które mają wyższą wartość niż inne, bo w ten sposób podbudowują swoją samoocенę. Gdy grupa im to umożliwia, czują z nią silną więź. I choć w wielu sytuacjach identyfikacja jest niezbędna, to tkwi w tym zagrożenie – nieuzasadnione poczucie wyższości, które łatwo może uruchamiać stereotypy i uprzedzenia. Jeden z polskich polityków stwierdził kiedyś, że Gabon to „niezbyt wielkie państwo afrykańskie, gdzie poważną rolę odgrywają orzeszki ziemne”. Seletywne nachylenie widoczne jest w powiedzeniu: „takiej historii jak nasza, nie miał nikt”. Choć to prawda, to jednocześnie nie jest to prawda. Każda nacja ma swoją wyjątkową historię, a więc ta wyjątkowość nie jest uzasadnieniem dla poczucia wyższości.

Czwartym niebezpieczeństwem jest zastępowanie wiedzy konfabulacją (zmyśleniem), mitem lub nawet teorią spiskową. W szczególności na to niebezpieczeństwo podatne są zdarzenia nieodległe w czasie. Między zaistnieniem zdarzenia a jego przyswojeniem w pamięci zbiorowej mija pewien czas. Temu przyswojeniu ma służyć obiektywizacja zdarzenia, czyli opracowanie, wyjaśnienie go przez autorytety naukowe, instytucje historyczne, dyskusje, publikacje itd.,

lecz nie dzieje się to od razu (a w niektórych przypadkach nigdy ze względu na drastycznie odmienne stanowiska). Ta luka czasowa między jednym a drugim powoduje, że pustka jest wypełniana przez tworzone doraźnie „teorie”. Dlaczego? Podstawową zasadą ludzkiego umysłu jest znalezienie sensu w tym, co człowieka otacza, i widzenie go jako kompletnego. Wtedy świat staje się bardziej zrozumiały. Gdy patrzymy na chmurę, to często dostrzegamy w niej jakiś kształt: kota,

*Dziadek nie był nazistą* (za Saryusz-Wolska, 2009; Tyszecka 2011). Okazało się, że rodzinne wspomnienia różnią się od oficjalnych przekazów szkolnych, filmów lub książek. Autorzy udowodnili, że w niemieckich rodzinach mało mówi się o przeszłości, ukrywa się niegodziwe karty historii i wyolbrzymia udział w bohaterских epizodach, zaś wstydlive luki w historiach opowiadanych przez pokolenie rodziców i dziadków często są uzupełniane przez przekazy medialne. Tylko 6%

*Podstawową zasadą ludzkiego umysłu jest znalezienie sensu w tym, co człowieka otacza, i widzenie go jako kompletnego. Wtedy świat staje się bardziej zrozumiały. Doraźne „teorie” wypełniające pamięć wspólną są projekcjami, które pozwalają człowiekowi podtrzymać komfortowe poczucie, że wie „co to jest”, dlaczego „coś się stało”...*

górze czy czyjaś twarz. Tego typu projekcja, choć w tym przypadku niewinna, istnieje także w innych – poważniejszych wymiarach ludzkiego funkcjonowania, także społecznego. Doraźne „teorie” wypełniające wspólną pamięć są projekcjami, które pozwalają człowiekowi podtrzymać komfortowe poczucie, że wie, „co to jest”, dlaczego „coś się stało”. Rozwiewają bardzo przykrą niepewność poznawczą, uzupełniają niekompletny dotąd świat, dają poczucie kontroli nad wydarzeniem, choć w tym przypadku jedynie *ex post*.

W 2002 roku Harald Welzer badał przemiany pamięci przekazywanej z pokolenia na pokolenie w obrębie niemieckich rodzin i wraz z innymi autorami napisał książkę

badanych rodzin przyznało, że wśród bliskich byli naziści. W pamięci zbiorowej rodzinna lojalność i wstyd wygrywają z wiedzą.

Korzystałem m.in. z: Anna Tyszecka, *Dziadkowie z Wehrmachtu*, 12.10.2011 <https://www.polityka.pl/>

Inne cytowane prace u autora tekstu.

Warto przeczytać: William Hirst, Jeremy K. Yamashiro, Alin Coman, (2018). Collective Memory from a Psychological Perspective. *Trends in Cognitive Sciences*, 22(8), <https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.02.010>

Anna Lenart \*

## Autyzm w obiektywie kamery

Za nami 2 kwietnia – Światowy Dzień Świadomości Autyzmu. Jak co roku, zapoczątkował różne wydarzenia mające na celu przybliżenie społeczeństwu specyfiki funkcjonowania osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (ASD). Terapeuci, rodzice, specjaliści mogli uczestniczyć w licznych warsztatach, konferencjach, szkoleniach dotyczących różnych aspektów wspierania osób z ASD. Część z tych wydarzeń stanowiły pokazy filmowe, które organizowane są od kilku lat m.in.: w Warszawie (ARTYZM, AUTYZM, AUTENTYZM), Krakowie (kino Mikro, Przegląd Filmów o Autyzmie i Zespole Aspergera), czy Poznaniu (Filmoterapia z Sensem). Coraz częściej osoby z ASD są bohaterami popularnych seriali i filmów. Jaki obraz osób z autyzmem przedstawiany jest w tego typu produkcjach? Czy jest on adekwatny do aktualnego stanu wiedzy? Prawdopodobnie najpopularniejszym filmowym przedstawicielem autyzmu pozostaje Raymond Babbit, bohater filmu *Rain Man* z 1988 r., który zapoczątkował i zakorzenił w społeczeństwie obraz osoby z autyzmem jako geniusza (w tym przypadku o wyjątkowych zdolnościach m.in.: w zakresie dokonywania w pamięci skomplikowanych obliczeń). Historia ta wzorowana jest na sawancie Kim Peeku (więcej informacji w 3 numerze „Wglądu”). Warto przypomnieć, że powstał też film dokumentalny: *Kim Peek: The Real Rain Man* z 2006 r. oraz że sam Kim



Unsplash.com.: Ondeksyt  
(CC BY-NC-ND 2.0)

Peek nie cierpiał na zaburzenia ze spektrum autyzmu. Różne źródła podają, że stan zwany syndromem sawanta dotyczy ok. 10–35% osób z autyzmem (por. Bor i in., 2008; Finocchiaro i in., 2015; Quirici, 2015; Goldstein i in., 2017; Hughes i in., 2018). Trudno więc o stwierdzenie, że wybitne zdolności w jakiejś dziedzinie są typowe dla tej grupy zaburzeń, tym bardziej, iż nie jest to zjawisko obserwowane tylko u osób z autyzmem (Treffert, 2014), chociaż rzeczywiście występuje u nich częściej. Być może utożsamianie autyzmu z geniuszem jest powodem formułowania „pośmiertnych diagnoz” ASD u osób powszechnie uważanych za takie, jak np.: Einstein, Edison, Darwin, Michał Anioł. Wskazuje to na tendencję do przypisywania osobom

zdolnym, trochę niedopasowanym do norm społecznych, zaburzeń ze spektrum autyzmu, co miałyby tłumaczyć ich nietypowe zdolności lub osiągnięcia. Można zauważyć, że wiele fabularnych produkcji skupia się właśnie na tego typu niezwykłych, wyjątkowych zdolnościach osób z ASD, czyniąc z autyzmu tajemniczą, niezwykłą przypadłość. Należy pamiętać, iż media rządzą się swoimi prawami. Przedstawiane w nich sytuacje mają być dla odbiorców ciekawe, poruszające. Wymagają więc ukazania czegoś wyjątkowego, niepowtarzalnego, nowego dla widza. Muszą też pewne rzeczy upraszczać lub uwykuć, aby uczynić film/serial atrakcyjnym. Przykładem tego typu produkcji mogą być seriale *Touch* (2012), *The Good Doctor*

(2017). Ten ostatni skupia się na wyjątkowych zdolnościach intelektualnych, analitycznych głównego bohatera. Natomiast typowa dla osób z autyzmem sztywność myślenia i trudność w nawiązywaniu relacji z innymi są ukazane jako mocne strony pozwalające na obiektywny osąd dorosłego już lekarza. Produkcje te mają swoje zalety, o ile nie wypaczają rzeczywistego obrazu tego zaburzenia. Jak sama nazwa wskazuje, zaburzenia ze spektrum autyzmu są pewnym continuum, co oznacza, że nasilenie typowych objawów autyzmu jest różne u każdej z tych osób. Znajdują się na nim osoby bardzo dobrze funkcjonujące intelektualnie, samodzielne życiowo, mające trudności głównie w sferze kontaktów międzyludzkich. Ale są też osoby niekomunikujące się werbalnie, z nasilonymi zachowaniami niepokojącymi ich opiekunów, wymagające stałej pomocy drugiej osoby, które pomimo wdrożonej terapii nie osiągnęły samodzielności w wielu obszarach życia. Mało jest filmów, które ukazywałyby właśnie ten drugi biegun spektrum. Przykładem takiej produkcji może być film dokumentalny *Życie animowane* (2016), obrazujący dorastanie osoby z ASD i pokazujący, jak specyficzne zainteresowania głównego bohatera posłużyły mu do komunikowania się z bliskimi. Kolejnym, polskim przykładem jest dokument *Komunia* (2016) przedstawiający losy rodziny, a właściwie nastoletniej dziewczynki opiekującej się bratem z autyzmem (choć słowo autyzm w jego kontekście nie pojawia się w filmie ani raz). Należy szerzyć wiedzę o tym zaburzeniu, tym bardziej iż jest to niepełnosprawność ukryta, tzn. nie ma żadnych objawów w wyglądzie fi-

zycznym, które odróżniałyby osoby z ASD od reszty społeczeństwa. Dopiero ich zachowania, nietypowe, często dziwne, powodują zwrócenie uwagi społeczeństwa na trudności tych osób. Ważne, aby w filmach/serialach robiono to w sposób interesujący a zarazem prawdziwy - ukazując różne obszary funkcjonowania osoby z ASD, a nie skupiając się tylko na wybranym aspekcie. Niewątpliwie zaletą tych produkcji jest to, iż poruszają tę tematykę, prowadząc do szerzenia wiedzy o autyzmie w społeczeństwie w formie przystępnej

wobec wszystkich osób z autyzmem. W wielu przypadkach nie należy traktować bohaterów filmów fabularnych jako wyznacznika lub „typowego” przedstawiciela tego rodzaju zaburzeń i trzeba pamiętać, że autyzm to nie tylko *Rain Man*. Często też w polskich opisach filmów/seriali lub napisach do nich pojawia się określenie, że autyzm jest chorobą, co jest ewidentnym błędem i pokazuje, jak wiele jeszcze jest do zrobienia w tematyce zwiększania świadomości społeczeństwa na temat tego zaburzenia rozwoju. Osobom zainteresowanym tą

*Zachowania, często nietypowe, dziwne, powodują zwrócenie uwagi społeczeństwa na trudności osób z ASD. Ważne, aby w filmach/serialach robiono to w sposób interesujący a zarazem prawdziwy...*

dla osób bez specjalistycznej wiedzy naukowej (np. serial *Atypical* z 2017 r.), i stwarzają obszar do dyskusji. Być może osoba oglądająca tego typu film czy serial sięgnie po dodatkowe materiały, aby dowiedzieć się czegoś więcej o autyzmie. Z drugiej strony niesie ze sobą także ryzyko nadmiernych uproszczeń, zafałszowania obrazu i trudności, z jakim zmagają się osoby z autyzmem oraz jej rodzina. Natomiast tendencyjne skupianie się na niezwykłych zdolnościach niektórych osób z ASD może prowadzić do nadmiernych uogólnień i formułowania nieadekwatnych wymagań

tematyką proponowałabym sięganie raczej po filmy/seriele dokumentalne lub biograficzne, których w ostatnim czasie powstaje coraz więcej, np.: *Normalny autystyczny film* (2016), *Autyzm i miłość* (2015), *Temple Grandin* (2010), *Maria i ja* (2010). Udanego seansu!

Cytowane prace u autorki tekstu.

\* mgr Anna Lenart, doktorantka Uniwersytetu SWPS w Warszawie, psycholog w poradni psychologiczno-pedagogicznej, gdzie zajmuje się diagnozą dzieci, zwłaszcza z ASD

Iga Jasiewicz\*

## Umysł zniewolony, czyli język w chorobie alkoholowej

Zespół uzależnienia od alkoholu jest złożonym problemem wpływającym w sposób destrukcyjny na wszystkie aspekty życia uzależnionego. Jednym z takich aspektów są przeobrażenia w języku. Analiza języka osób uzależnionych nie dotyczy jedynie warstwy leksykalnej (tj. poszukiwania żargonu czy socjolektu alkoholików jako grupy społecznej), ale służyć ma bardziej jako potencjalne narzędzie analizy stanu chorego czy stopnia uzależnienia. Biegłość w rozpoznawaniu patologii mowy i umiejętność językowej analizy materiału werbalnego pacjenta może okazać się narzędziem wspomagającym szybszą i głębszą diagnostykę pacjenta, a tym samym zwiększyć szanse na skuteczne leczenie. Należy podkreślić, że propozycja ta ma na razie charakter wstępny i eksploracyjny. Poniższe zestawienia pochodzą z analizy rozmów i nagrań zebranych przez autorkę w trakcie przygotowywania materiału do badań na grupie bezdomnych mężczyzn z wykształceniem zawodowym lub średnim w schyłkowej fazie alkoholizmu, w wieku od 42 do 67 lat.

### Warstwa językowa

- Rodzaj i stopień skomplikowania zdań – przewaga zdań pojedynczych prostych, dominują czasowniki

proste o wąskim zakresie znaczeniowym do opisu relacji, unikanie bardziej skomplikowanych konstrukcji, niektóre wypowiedzi niemal hasłowe.

- Związki między wyrazami – w dłuższych frazach przewaga złożzeń dwuelementowych typu rzeczownik i przymiotnik lub zaimek wskazujący i przymiotnik (wariantem kombinacja dwóch zaimków wskazujących) zamiast nazw własnych lub pospolitych. Użycie tylko zaimków wzrasta wraz z przekonaniem chorego, iż dzieli tę samą wiedzę z rozmówcą. Zasób słów wąski.

- Występowanie wyrażen dźwiękonaśladowczych dopełnianych gestem – częste, szczególnie w kontekście opisu akcji. Gesty towarzyszące niepowodzeniom językowym, czasem zastępujące albo jedno słowo albo krótką frazę, np. zamiast werbalnego opisu kilkukrotny ruch dłonią; zamiast konkretnego słowa – zamiennik w formie gestu obiema rękami; zamiast opisu dynamicznej sytuacji – odgrywanie jej całym ciałem.

- Składnia i morfologia – nadużywanie zaimków wskazujących i osobowych w miejscu podmiotu, np. ten tamten; ta taka; ten no (zamiast imion lub opisów); rzeczowniki proste, złożenia nie występują.

- Warstwa fonologiczna – liczne jęki namysłu (np. [um], [em], [e],

[y]). Płynność mowy zaburzona, mowa impulsywna (słowotok) lub wręcz przeciwnie – powolna i flegmatyczna. Problemy z wypowiedzeniem wyrazów wielosylabowych, błędy gramatyczne.

- Spójność wypowiedzi – zaburzona, skróty myślowe, chaotyczne przeskoki z tematu na temat.

- Występowanie persewencji, czyli ciągłego, uporczywego powtarzania słów lub wyrażen – szczególnie po długich monologach, po utracie wątku, niezwiązanych z tematem.

### Warstwa poznawcza - pamięć i uwaga

Pamięć epizodyczna i semantyczna – w większości zachowana, aczkolwiek charakterystyczne są: kompulsywnie powtarzane anegdoty, historie, zawsze w tej samej formie (czasem nawet słowo w słowo), błędy atrybucji (przyjmowanie czyichś wspomnień lub historii jako doświadczeń własnych), błędy wiązania (np. łączenie dwóch wspomnień w jedno). Trudności w utrzymaniu uwagi – wielowątkowość, wieloznaczne wypowiedzi, trudność w podążaniu za wypowiedzią rozmówcy lub za własnym tokiem wypowiedzi, urywanie wątków. Konfabulacje – ubarwianie historii, zwiększanie dramaturgii lub dynamiki wydarzeń,



przecenianie negatywnych emocji.

### **Warstwa poznawcza – zaburzenia procesu myślowego**

Należy zaznaczyć, iż zaburzenia te nie muszą być bezpośrednio związane z samym uzależnieniem, mogą być konsekwencją problemów psychicznych chorego lub objawem związanym z inną chorobą sprzężoną z alkoholizmem. Osoby uzależnione mogą charakteryzować się labilnością myślenia, tj. w czasie rozmowy mogą wprowadzać skojarzenia, dodatkowe wątki, anegdoty sprawiające, iż przebieg wypowiedzi nie jest wewnętrznie spójny. Takie zjawisko może występować pod postacią wieloznacznego, często wielowątkowego wypowiedzenia się, w trakcie którego utracony zostaje cel aktu komunikacyjnego – chory mówi dla samego mówienia. Ponadto osoba uzależniona może wykazywać w toku mowy tendencję do produkcji wszelkiego rodzaju persewencji (powtarzanie pewnych wyrażeń), stereotypii (powtarzanie przemyśleń, wyrażeń) czy iteracji (powracanie do głosek, fraz). Osoba uzależniona może mieć problem z alogiami (zubożeniem wypowiedzi i myślenia), rozkojarzeniem, myśleniem nieskładnym (agramatycznym) lub inkoherencją (splątaniem). Ponadto może występować myślenie paralogiczne – szczególnie widoczne w rozmowach między dwoma alkoholikami: rozmowy te przypominają dwa monologi,

chory przyjmuje często postawę egocentryczną i interpretuje wypowiedzi rozmówcy nie na podstawie wspólnie dzielonej wiedzy językowej (wspólnego kodu), a na podstawie własnego systemu pojęć.

### **Warstwa emocjonalna: rozpoznawanie emocji oraz intencji**

- Błędna interpretacja stanów emocjonalnych – ignorowanie emocji lub interpretowanie emocji neutralnych jako negatywnych, problemy z rozumieniem żartu lub ironii.

- Błędna interpretacja wydarzeń – wnioskowanie na podstawie jedynie części danego wydarzenia, nieumiejętność łączenia sekwencji wydarzeń w spójną całość.

- Wnioskowanie o konkretnych wydarzeniach na podstawie twierdzeń ogólnych – odnoszenie się do wiedzy ze świata rzeczywistego nawet wtedy, gdy wiedza ta nie jest adekwatna w konkretnej sytuacji, problemy z analizą wydarzeń w danym kontekście, np. kobieta złości się na mężczyznę z konkretnego powodu = złości się, bo takie są kobiety; bohater filmu (kot) próbuje złapać innego bohatera (kanarka), gdyż ten go sprowokował = robi to, gdyż koty jedzą ptaki.

- Trudności z identyfikacją przyczyn danego wydarzenia – zaburzona umiejętność rozpoznawania poprawnych ciągów przyczynowo-skutkowych, jeśli przyczyna i skutek nie są w bezpośrednim sąsiedztwie chronologicznym, np. dwie osoby kłócą się, jedna ucieka,

po jakimś czasie dochodzi między nimi do bójki = biją się bez powodu

- Problemy z identyfikacją celu zachowania i intencji osób trzecich – trudności w ocenie i rozpoznaniu sensu lub celu danego działania.

### **Co dalej?**

W warstwie językowej można badać różnice frekwencyjne (w częstości) między uzależnionymi a zdrowymi w kontekście błędów składniowych, neologizmów, również stopnia skomplikowania oraz poprawności struktur zdaniowych czy dłuższych ciągów wyrażeń. Z kolei w kontekście dyskursu istotne mogą okazać się różnice w kompetencji komunikacyjnej, tj. przerywanie rozmówcy, zbyt długie przerwy po czyjejś wypowiedzi, brak umiejętności wyznaczenia początku i końca czyjejś wypowiedzi. Powiązanie konkretnych zaburzeń językowych u osób uzależnionych z uszkodzeniami struktur mózgowych, analogicznie do badań nad afazją, mogłoby pozwolić na konkretniejszą ocenę stopnia uzależnienia chorego, a tym samym ułatwić prognozowanie skuteczności terapii.

Prace wykorzystane w trakcie pisania artykułu u autorki tekstu.

\*mgr Iga Jasiewicz, absolwentka Etnolingwistyki na Wydziale Neofilologii UAM w Poznaniu, zajmuje się wykorzystaniem wiedzy językoznawczej w diagnostyce psychiatrycznej.



Johannes Vermeer (1632–1675)  
Allegory of the Catholic Faith, ok. 1670–1672  
The Metropolitan Museum of Art, Nowy Jork  
Public domain

## Kawiarenka psychologiczna *Wiara*



Szanowni Państwo, od tego numeru rozpoczynamy nowy dział *Kawiarenka psychologiczna*. Będziemy w nim prezentować różne poglądy na tematy związane z fundamentalnymi dla zrozumienia człowieka zagadnieniami, dotyczącymi jego psychiki i zachowań. Dziś tematem jest wiara. Swoje stanowiska prezentują: **dr Kazimierz Gellea**, psycholog, psychoterapeuta (Zakład Psychologii, Wydział Pedagogiczny UR), **dr Maria Kocór**, pedagog (Zakład Pedagogiki Ogólnej i Metodologii Badań Edukacyjnych, Wydział Pedagogiczny UR), **Sylwia Ślemp**, studentka I roku Pedagogiki Opiekuńczo-Wychowawczej, **ks. dr hab. Janusz Miąso**, prof. UR, teolog, pedagog (Wydział Pedagogiczny).

**Kazimierz Gellea**  
Duński filozof Soren Kierkegaard (1813-1855) mawiał, że „wiara tam się zaczyna, gdzie myślenie się kończy”. Podzielam ten pogląd ojca egzystencjalizmu, od siebie wszakże dodaję, iż nie oznacza to bezmyślności. Świat bez Boga jest oczywiście do pomyślenia, ale mnie jawi się wówczas jako świat pozbawiony sensu. Wiara zatem w Boga pozwala mi nadać jakiś kierunek i porządek w moich życiowych zmaganiach, tak

aby mimo rozmaitych niepokojów, zagubień i wątpliwości, nim dojdę do kresu swej doczesnej drogi, nie wpaść w szaleństwo lub obezwładniający lęk. Z biegiem lat i zbieranych życiowych doświadczeń przesuwam się raczej w kierunku spokojnej refleksji ontologicznej i swoistej, niespiesznej oczywiście, ciekawości związanej z przejściem od realnej rzeczywistości do eschatologicznej. Ale wiarę posiłkuję się nie tylko na tym nadrzędnym filozoficznie aspekcie nadającym sens egzystencjalny mojemu życiu. Odwołuję się przecież w codziennym życiu do rozmaitych form swoich wiar (jak pewnie większość z nas prawie automatycznie i wręcz bez koniecznej refleksji) częściej, niż można byłoby przypuszczać. Oto, np. dojeżdżając do skrzyżowania na drodze, wierzę, że kierowcy, widząc czerwone światło semaforów, znają przepisy ruchu drogowego nie są szaleńcami i pozwolą mi bezpiecznie bez kolizji przejechać przez skrzyżowanie. Wierzę także głęboko, że lekarz, ordynując mi określone leki w przypadku kłopotów ze zdrowiem, chce mi pomóc, a nie zaszkodzić, a kelner serwujący posiłek w restauracji ma na celu schlebić memu podniebieniu, nie zaś mnie otruć. Nie opuszcza mnie również wiara w miłość moich bliskich, przyjaźń przyjaciół,

życzliwość większości bliźnich. Tu moja wiara spotyka się z zaufaniem, bez którego trudno byłoby mi się przeżywać bezpiecznie i szczęśliwie. Czy nigdy nie wątpię i moja wiara w rozmaitych sytuacjach się nie chwieje? Oczywiście, że tak. Wszak jestem człowiekiem ułomnym i małej wiary, ale bez niej nie umiałbym żyć.

### **Maria Kocór**

Czym była i jest wiara w moim życiu? Przede wszystkim była i jest dla mnie siłą napędzającą moje codzienne czynności i zadania, moje życie osobiste i zawodowe. Jest to wiara w to, co dla mnie ważne i cenne jako Człowieka będącego w relacji ze światem. Wiara to podstawa wszystkiego, ale też z nią wiąże się nadzieja i zaufanie, którym obdarzam innych ludzi. Wiara daje mi moc podejmowania nowych wyzwań i codziennych obowiązków oraz pojawiających się problemów, czy jest to wiara we własne siły, w przekonania, dobre intencje innych, czy wiara ludziom, których w życiu spotkałam – ich słowom, gestom, działalności pożytecznej, czy wiara w Boga i jego moc. Wiara to zatem bardziej trwałe przekonanie o czymś, o wartości i zasadności naszych zachowań, ale to również

przekonanie o istnieniu i działaniu Boga za pomocą różnych zdarzeń i osób w konkretnych warunkach. To przekonanie o boskiej sile, miłości i sprawiedliwości, które pozwala z podniesioną głową cierpliwie na nie czekać. Wiara czyni mnie bardziej skuteczną i spełnioną wtedy, gdy mam WGLĄD w swoje **wnętrze**, gdy bardziej je poznaję, kontroluję oraz wzbogacam dla **dobra Drugiego Człowieka**. Budować i wzmacniać więc wiarę we własne siły oraz intencje, ale też rozwijać i ugruntowywać wiarę w innych i u innych ludzi, a także wiarę w Boga i jego opiekę oraz pomoc, kiedy ludzkie siły zawodzą, to dziś w trudnych dla wychowania czasach niezmiernie istotne, często lekceważone, zadanie pedagogiki i psychologii zorientowanej praktycznie na Dobro drugiego Człowieka, czy będzie to Uczeń czy Nauczyciel, Student czy Wykładowca, Kierowca czy Pasażer, Pracodawca czy Pracownik, Przechodzień czy Osoba Bezdomna etc. Jak więc nie zamknąć się w *wierze* skierowanej tylko na siebie, własne dobro i wygodę, jak odkrywać, kontrolować i wzbogacać wiarę skierowaną na Innych? Poszukując odpowiedzi na to pytanie, warto zadać sobie kolejne: czym dla nas była i jest wiara? Czy potrafimy ją kontrolować i harmonijnie rozwijać – dla własnego i cudzego Dobra? Czy potrafimy dostrzec i wzbogacać wiarę drugiego Człowieka? Czy liczymy się z nią w swoim życiu? Wiara w Boga jest bo-

wiem fundamentem (kameniem węgielnym) wiary we własne i cudze siły, ich dobre intencje i skuteczność. Wiara w Boga czyni nas zaangażowanymi w rozwijanie i wzbogacanie wiary Drugiego Człowieka. Jak na to zapatrują się nauki społeczne, do których należy psychologia i pedagogika? Jak rozwijają wiarę w odniesieniu do świata wewnętrznego i zewnętrznego człowieka? Żywię nadzieję, że te skromne wywody staną się zaczynem dyskusji i badań dotyczących związku *wiary w siebie, w innych ludzi i w Boga – ich uwarunkowań, granic i harmonijnych porcji*.

### Sylwia Ślemp

Wiara... kiedyś ktoś zapytał małą dziewczynkę: – „Dziecko, czym dla Ciebie jest wiara?” – Spojrzała na przechodnia swoimi ogromnymi, mądrymi, niebieskimi oczami i szepnęła: – „Wiara to całe moje życie” – po czym pobiegła do mamy, która siedziała na wózku inwalidzkim nieopodal.

Każdy postrze- ga ją inaczej. Dla jednych jest to tylko Bóg, dla innych walka o lepsze jutro, niespełnione marzenia, pragnienia bądź cele. Może być silnikiem, który napędza życie, światłem w ciemnej otchłani. Może być nadzieją, gdy wokół wiele burz. Trzymamy się jej kurczowo i brniemy naprzód w całym tym kołowrotku trudności, a kiedy uda się je w końcu przezwyciężyć, ogarnia nas ogromne szczęście i poczucie spełnienia, ulgi. Każdy

jest inny, każdy inaczej ją interpretuje. A dla mnie? Dla mnie wiara to coś naturalnego, nieodłącznego, coś, co siedzi głęboko w środku mego serca i nie odejdzie, dopóki ja tego nie zapragnę. Czasem bywa tak, że pomimo dowodów na jej irracjonalność, dalej chcemy, żeby trwała. I trwa, często raniąc nas głęboko, sprawiając, że nasze życie obraca się o 180°. Jest nie tylko naszym motywatorem, ale i stresorem w jednym.

Na świecie żyje ogrom ludzi, którzy dzięki niej wyszli z wielu życiowych kryzysów, przebrnęli przez wszystkie przeciwności losu, przeskoczyli kłody rzucone im pod nogi. Po to, by móc być szczęśliwymi, by nikt nie zarzucał im, że są beznadziejni, nie obrażał ani nie poniżał. Ileż to osób wygrało z rakiem, ileż to osób po ciężkim wypadku i trudnej rehabilitacji wróciło do zdrowia, ileż to stanęło z wózka inwalidzkiego na nogi, a ileż znowu siłą swojej wiary potrafiło wyleczyć innych z kompleksów, depresji i myśli samobójczych? I tak jak dla tej małej dziewczynki, wiara była dla nich całym życiem. Z drugiej strony balustrady znajdują się Ci wszyscy, dla których własne życie było niczym w porównaniu z wiarą. Podjęli decyzję walki za nią z tymi, którzy bezczęścili jej dobre imię. I pomimo iż wiedzieli, że mogą nie wrócić z pola bitwy, nie zobaczyć swoich dzieci, żony, rodziców czy przyjaciół, zdobyli się na ten trud; dla innych, dla świata, a przede wszystkim dla samych siebie i według własnego sumienia.

Walczyli o lepsze jutro, o religię, przekonania, tradycję i kulturę, a nie rzadko i o innych. Zdarsza się przecież tak, że to nie nasza wiara, lecz właśnie osób postronnych jest dla nas kołem ratunkowy.

I cóż by było, gdyby jej zabrakło? Myślę, że każdy człowiek żyłby w takiej wewnętrznej pustce, szedłby przez życie, nie patrząc na to, co go otacza, nie próbowałby rozwiązywać problemów. Byłby jak zmechanizowany robot, który godzi się ze wszystkim, co przynosi mu każdy kolejny dzień. Otaczałaby nas rutyna, brak tożsamości, różnorodności. Bylibyśmy bezsilni wobec samych siebie. Wiara to siła, która drzemie w każdym z nas, kształtuje osobowość, charakter i nasze postawy. To nastawienie do otaczającej nas rzeczywistości. To nadzieja, a nadzieja to promień słońca w ponury, szary, deszczowy dzień. Moment, w którym w człowieku umarła wiara, to moment, kiedy umarł i on. Mimo iż fizycznie wciąż jeszcze żyje tu na ziemi, oddycha, funkcjonuje, to jedyne, na co czeka, to śmierć. Śmierć ciała, gdyż dusza zgasła razem z ostatnim płomykiem nadziei.

### Janusz Miąso

*Fides et ratio*, wiara i rozum, są jak dwa skrzydła, na których duch ludzki unosi się ku kontemplacji prawdy. To słowa Jana Pawła II, które były zawsze jakimś moim osobistym mottem życiowym, człowieka wiary, ale równocześnie człowieka nauki,

bo taki był mój rodzinny dom, pełen książek, z zakresu literatury pięknej i nauk ścisłych, technicznych, bo Mama humanistka, a Tato inżynier. Ciągle mam przed oczyma naszą dużą rodzinną bibliotekę, która miała swojego ducha, a więc coś z innego magicznego świata i tak pewnie kształtowała się także moja wiara w inną piękną rzeczywistość. Oczywiście szczególną rolę w kształtowaniu tej równowagi, tych dwóch skrzydeł, tej wewnętrznej syntezy odegrali Rodzice, bardzo mądrzy Ludzie, pełni naturalnej życzliwości, bardzo religijni, ale rozważnie, ostrożnie, spokojnie, kształtujący naszą religijność, Brata, Siostry i moją. Dlatego zawsze będę wdzięczny Najwyższemu i Kochanym Rodzicom i Rodzeństwu za tę bardzo mądrą szkołę wiary i nauki. Te niesamowite wymiary życia człowieka były u mnie w domu szczególną wartością.

W życiu miałem szczęście poznania wielu pięknych Ludzi – Nauczycieli, Przyjaciół, przypadkowo spotkanych ludzi, którzy wzmacniali moją wiarę, pokazując spokojnie, jak jest być bardzo bardzo radosnym, dodającym optymizmu, zbliżającym ludzi do Boga i do siebie nawzajem. Książdz profesor Heller, mój ulubiony Profesor powiedział, że chciał w życiu robić wielkie rzeczy, a wydawało mu się, że religia i nauka to dwie największe, dlatego tą drogą podążył, i sam osobiście także pragnę, najlepiej jak mogę, tą właśnie drogą mojego osobistego Mistrza podążać.

W życiu, Bogu dziękować, udało mi się wiele zobaczyć, dużo czasu mogłem spędzić za granicą, głównie w Niemczech, Austrii i widziałem też dramat i pustkę braku wiary, pustkę w oczach ludzi starszych, zbliżających się do kresu życia, którzy nie mieli wiary w życie po życiu, proszę uwierzyć, że to była pustka i smutek straszny, którego nikomu nie życzę.

Wielkim skarbem mojego życia jest bycie w środowisku akademickim, to właśnie wiara wielu pięknych Ludzi, nauczycieli akademickich i studentów, wiara dojrzała, ale ciągle walcząca i poszukująca, szczególnie u nauczycieli; wiara walcząca, buntująca się, ale równocześnie niesamowicie stymulująca, to wiara młodych – studentów, wiara przebijająca się przez serdeczny uśmiech studentów i wiele radości, myślenia i konstruowania siebie.

Wielka nauka, która jak pisał Pascal, zbliża do Boga, także dziś wzmacnia moją wiarę, tak jak choćby książka Ebena Aleksandra, profesora medycyny, jednego z najwybitniejszych neurochirurgów, „Dowód”, o życiu po życiu, którego sam doświadczył, lub badania Jeffrey Longa, onkologa o życiu po życiu i wielu innych.

Życzę gorąco Drogim Czytelnikom mądrej syntezy – mocnej wiary i mocnego rozumu, tych dwóch skrzydeł, które wznoszą człowieka w Górę i takiego właśnie wznoszenia, które daje pokój, miłość i szczęście.

## Z badań Zakładu Psychologii



### **Czy kompetencje społeczne i poczucie własnej skuteczności mają związek z poziomem szczęścia nauczycieli?**

#### *Grupa badana i zastosowane narzędzia badawcze*

W badaniu uczestniczyło 129 nauczycieli podkarpackich szkół między 20. a 63. rokiem życia, w tym 87 kobiet (68,5% badanych). Wykorzystano w nim następujące narzędzia: Oksfordzki Kwestionariusz Szczęścia Argyle'a i Hillsa (jest narzędziem mierzącym zarówno szczęście w perspektywie hedonistycznej, jak i eudajmonistycznej), PROKOS Matczak i Martowskiej (przeznaczony jest do wyznaczania poziomu kompetencji społecznych) oraz Skalę GSES Schwarzera i Jerusalema mierzącą poczucie własnej skuteczności.

#### *Wyniki badań i wnioski*

Wyniki wskazują, że badani nauczyciele odznaczają się przeciętnym poziomem poczucia własnej skuteczności, poczucia szczęścia oraz kompetencji społecznych, a w zakresie zaradności społecznej rozumianej jako umiejętność realizowania zadań wymagających wyjednywania czegoś od innych osób badani oceniają swoje kompetencje na poziomie niskim. Analiza różnic międzypłciowych wykazała istotne różnice w zakresie kompetencji towarzyskich i poczucia własnej skuteczności – mężczyźni generalnie oceniają na wyższym poziomie swoje umiejętności towarzyskie i mają nie-

znacznie wyższe przekonanie o tym, że będą skuteczni w trudnej sytuacji. Zarówno poczucie własnej skuteczności, jak i kompetencje społeczne okazały się predyktorami poczucia szczęścia u nauczycieli. Rozwinięte kompetencje z obszaru relacji społecznych są ważnym zasobem w kształtowaniu poczucia własnej skuteczności i w konsekwencji – poczucia szeroko rozumianego dobrostanu. Kompetencje wzbogacają zakres posiadanych wyznaczników szczęścia. Jednocześnie same kompetencje okazują się niewystarczającym warunkiem szczęścia – o tym, jak oceniamy swoje umiejętności społeczne, decyduje nie tylko ich poziom, ale przekonanie o tym, w jakim stopniu jesteśmy skuteczni w ich zastosowaniu. Może być bowiem tak, że osoba, posiadając odpowiednie kompetencje, wcale nie jest przekonana o tym, iż potrafi je skutecznie wykorzystać, czego konsekwencją może być niższe poczucie szczęścia i zadowolenia z życia.

Rozwijanie umiejętności towarzyskich, asertywności u nauczycieli daje im zasoby w postaci poczucia skuteczności, prowadząc tym samym do wyższego poziomu zadowolenia i dobrostanu. Zapobiega się w ten sposób wypaleniu zawodowemu tak powszechnemu w tej grupie zawodowej.

Wołpiuk-Ochocińska, A. (2018). Kompetencje społeczne i poczucie własnej skuteczności jako predyktory poczucia szczęścia u nauczycieli. *Edukacja – Technika – Informatyka*, 4(26), 372–378.

## Wybrane publikacje Zakładu Psychologii



Gosztyła, T., Prokopiak, A., Pasternak, J. *Rozwój potraumatyczny u matek dzieci ze spektrum autyzmu. Referat – Międzynarodowa Konferencja Naukowa „Autyzm. Pedagogika i medycyna ręka w rękę”*, 5 kwietnia 2019 r. Kraków, Uniwersytet Pedagogiczny.

Lubas, M., Gosztyła, T. (2018). Funkcjonowanie dzieci ze spektrum autyzmu w segregacyjnym oraz niesegregacyjnym systemie kształcenia w opiniach rodziców, *Acta Scientifica Academiae Ostroviensis. Sectio A*, 11(1), 256–286.

Łukasik, A. Borawski, D., Wołpiuk-Ochocińska, A. *Obraz własnego ciała jako mediator między strategiami reprodukcyj-*

*nymi a intuicjami moralnymi. Referat – II Ogólnopolska Konferencja Psychologii Kobiecości i Męskości i Bliskich Związków Interpersonalnych*, 18–19 października 2018 r., Uniwersytet Śląski, Katowice.

Ochojska, D. (2018). Radzenie sobie ze stresem uczniów w okresie dorastania. *Edukacja – Technika – Informatyka*, 4(26), 467–474, doi: 10.15584/eti.2018.4.67

Wontorczyk, A., Englert-Bator, A. (2018). Prokrastynacja i nieuczciwość akademicka jako współczesne formy transformacji życia społecznego, *Transformacje*, 1–2 (96–97), 253–270.

## Z badań psychologicznych na świecie



### Twarze ludzi uczciwych zapamiętujemy lepiej

Fizyczna powierzchowność człowieka, w tym twarz, dostarcza ważnych informacji istotnych z punktu widzenia kształtowania relacji społecznych, np. o czyichś intencjach (Chce mnie oszukać?). W badaniu starano się odpowiedzieć na pytanie, czy uczciwość osoby wpływa na to, jak zapamiętywana jest jej twarz. W eksperymencie wykorzystano grę ekonomiczną tzw. Ultimatum, w której pewna suma pieniędzy mogła być dzielona sprawiedliwie (po równo) lub niesprawiedliwie. Po grze uczestnicy zostali poproszeni o zidentyfikowanie twarzy osób, które złożyły różne oferty. Okazało się, że pamięć twarzy grających uczciwie była lepsza niż grających nieuczciwie. Jednak u osób, u których występował wysoki poziom lęku jako stałej cechy osobowości, stwierdzono gorsze zapamiętywanie twarzy „uczciwych”. Pierwszy wynik badacze wyjaśniają tym, że ludzie mają potrzebę wiary w to, że świat, w którym żyją, jest sprawiedliwy i uczciwy. Potrzeba wiary w sprawiedliwy świat jest tak mocno zakorzeniona, że są głęboko zaniepokojeni dowodami, które sugerują, że jest inaczej, i podejmują kompensacyjne działania w celu przywrócenia poczucia sprawiedliwości oraz uczciwości świata. Z kolei drugi wynik wyjaśniany jest tym, że osoby o wysokim poziomie lęku unikają nieprzyjemności związanych z ewentualną koniecznością ukarania sprawcy oszustwa, bowiem koszty emocjonalne tego jeszcze bardziej pogłębiają lęk. Ich umysł „woli” więc nie pamiętać osób oszukujących, by nie być postawionym w takiej sytuacji.

Park, G., Marsh, B. U., Johnson, E. J. (2019). Enhanced memory for fair-related faces and the role of trait anxiety. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00760>

### Zachowania trenerskie w sporcie

Większość sportowców podlega intensywnej presji psychicznej i fizycznej nie tylko podczas zawodów, ale także podczas treningów. Ważną zmienną, która może wpływać na wyniki sportowców, jest zachowanie trenerskie (*coaching*). Badanie miało na celu określenie, czy zachowania trenerskie są zróżnicowane w zależności od płci sportowców, typu sportu, doświadczeń w rywalizacji i cotygodniowego treningu. Próba składała się ze sportowców płci męskiej i żeńskiej, którzy brali udział zarówno w sportach indywidualnych, jak i zespołowych. Wyniki wskazały, że zachowania coachingowe faktycznie są zróżnicowane. Na przykład sportowcy indywidualni są bardziej pobudzani przez trenera, ponieważ otrzymują od niego więcej uwagi i więcej trenują – znajdują się w centrum relacji interpersonalnej. Kobiety wykazują większe „przywiązanie” do emocjonalnych aspektów coachingu niż mężczyźni.

Bebetsos, B., Filippou, F., Bebetos, G. (2017). Athletes' criticism of coaching behavior: Differences among gender, and type of sport. *Polish Psychological Bulletin*, vol. 48(1) 66–7. DOI - 10.1515/ppb-2017-0008

(a1)

## Słow(n)ik psychologiczny



**DYSOCJACJA** – najkrócej i najprościej, to przeciwieństwo asocjacji. Oba terminy pochodzą z łac., gdzie *asociatio* oznacza połączenie, związek, zaś *dissociatio* – rozdzielenie, zerwanie związku. Asocjacja to skojarzenie, a dysocjacja rozkojarzenie. W teorii psychodynamicznej dysocjacja zaliczana jest do tzw. neurotycznych mechanizmów obronnych, a sprowadza się do czasowego, na ogół nieświadomego, rozszczepienia ogólnej aktywności danej osoby w celu uniknięcia wewnętrznego konfliktu powodowanego sprzecznymi impulsami, które prokurować mogą np. lęk, wstyd, poczucie winy, bądź inne trudne do skontenerowania przez podmiot emocje. Rozszczepienie to manifestować się może różnym stopniem nasilenia, od niekiedy ledwie subtelnie zaznaczonych objawów – jak rytualne, bezwiednie wykonywane ruchy, gesty czy tiki – po czasami dosyć drastyczne formy modyfikacji charakteru lub poczucia tożsamości własnej osobowości. Przykładowo dla pierwszej grupy objawów mruganie oczami może oznaczać konflikt: patrzeć nie patrzeć na coś, co ekscytuje, podnie-

ca, a co jednocześnie sankcjonuje zinterioryzowana norma lub kulturowy kontekst wymagań dla zachowania w określonej sytuacji. Te bardziej wyraziste zaś, to np. rozmaite postaci konwersji histerycznych czy fug psychogennych, po jeszcze bardziej drastyczne, jak dzieje się w depersonalizacji, czy zwielokrotnienia jaźni, jak w przypadku podwójnej osobowości znanego doktora Jekyll i pana Hyde z noweli szkockiego autora Roberta Luisa Stevensona, aż niekiedy po ich zadziwiające multiplikacje, jak w przypadku osobowości wielorakiej. Wtedy poszczególne edycje osobowości jednej osoby posiadają nie tylko różne wzorce zachowań, ale niekiedy nawet płeć, wiek, iloraz inteligencji, a nawet niektóre parametry fizjologiczne, takie jak rytm serca, ciśnienie krwi, reakcje na alergeny itp.

Kg

## Mistrzowie psychologii



**Jacob Levi MORENO** ur. 18 maja 1889 roku (podobno na statku płynącym przez Morze Czarne), a jak podają biografie – w Bukareszcie w rodzinie sefardyjskich Żydów (pochodzących z Półwyspu Iberyjskiego). W 1895 roku rodzina przeprowadziła się do Wiednia, w którym Jacob spędził burzliwe trzydzieści kolejnych lat swojego życia. Studiował matematykę i filozofię na Uniwersytecie Wiedeńskim oraz medycynę (w 1912 uczył m.in. na wykłady Zygmunta Freuda), wieńcząc ją doktoratem w zakresie psychiatrii uzyskanym w 1917 roku. Jeszcze w czasie studiów jego zamiłowanie do teatru sprawiło, że

w wiedeńskim parku zgromadził wokół siebie dzieci i podsuwał im tematy, które one grały, improwizując. W tych swoistych happeningach – czy jak dziś moglibyśmy je określić, działaniach performatywnych – dzieci znajdowały zabawę, a Moreno prócz początkowo prokurowanych efektów artystycznych cenne walory terapeutyczne. To skłoniło go do rozszerzenia swoich eksperymentów na środowisko wiedeńskich prostytutek, a podczas I wojny światowej również na jej ofiary i emigrantów. W 1922 roku jako młody lekarz otworzył w Wiedniu nie gabinet lekarski, lecz teatr. Stegreif-theater, w którym grało

się role bez przygotowania, gdzie także widzowie włączani byli do gry, która umożliwiała im własną kreatywność i spontaniczną ekspresję przeżywanych emocji. Dostrzegając efekty katartyczne takich działań, Moreno podjął się bardziej systematycznych prac nad wykorzystaniem terapeutycznym tej metody. W 1925 roku wyemigrował do Stanów Zjednoczonych, gdzie w Beacon w stanie Nowy Jork założył własny instytut i opracował metodę psychodramy oraz opartą na niej psychoterapię grupową. Stale rozwijając badania nad relacjami międzyludzkimi i bazując na swojej niewątpliwiej kreatywności, opracował i sformułował podstawy tak szeroko dziś wykorzystywanej do diagnoz relacji grupowych socjometrii, a także psychokorektywnej socjodramy. Wprowadził terapię grupową m.in. do więzień, wykazując jej przydatność resocjalizacyjną. Przez całe twórcze i bogate w kreatywne fantazje życie, towarzyszyła mu wiernie, dzielnie pomagała w wielu przedsięwzięciach i inspirowała żona Zerka (1917–2016), która po śmierci męża rozwijała jeszcze przez długie lata własnej pracy terapeutycznej jego techniki psychodramatyczne. Ten bardziej reżyser życia i pierwszoplanowy w nim aktor niż wyważony i chłodny naukowiec zmarł w Nowym Jorku 14 maja 1974 roku po długiej chorobie, podobno pisząc sam scenariusz dla swej śmierci, którą dopełnił przez postrzymanie się od jakiegokolwiek pokarmu i wody. Na jego życzenie, na nagrobku umieszczono epitafium: „Człowiek, który wniósł śmiech do psychiatrii”.

Kg



## Czy wiesz, że...?

**Czy wiesz, że...** Anna Freud rozpoczęła swoją karierę pod wpływem teorii ojca. Wniosła jednak swój własny wkład do psychologii. Założyła dziecięcą psychoanalizę i opisywała mechanizmy obronne ego w książce „Ego i mechanizmy obrony” (1936).

**Czy wiesz, że...** aż 95 procent wszystkich snów jest zapomnianych wkrótce po przebudzeniu.

**Czy wiesz, że...** naukowcy odkryli różnice między mężczyznami i kobietami, jeśli chodzi o treść marzeń sennych. W kilku badaniach mężczyźni donosili o marzeniach o broni znacznie częściej niż kobiety, podczas gdy

kobiety marzyły o odzieży częściej niż mężczyźni.

**Czy wiesz, że...** w ciągu ponad 40 lat naukowiec Calvin S. Hall zebrał ponad 50 000 raportów sennych od studentów. Raporty snów ujawniły, jak wiele emocji jest doświadczanych podczas snów. Najczęstszą emocją doświadczaną w snach jest lęk, negatywne emocje są znacznie bardziej powszechne niż pozytywne.

**Czy wiesz, że...** pamięć sensoryczna jest krótkotrwałą pamięcią, która pozwala ludziom zachować wrażenia informacji sensorycznej tuż po ustaniu pierwotnego bodźca. Badania wskazują, że wspo-



mnienia te trwają trzy sekundy lub krócej – zależnie od pewnych dodatkowych warunków.

**Czy wiesz, że...** pocałunki między partnerami seksualnymi lub/i romantycznymi stwierdzono w ponad 90% ludzkich społeczności.

**Czy wiesz, że...** depresja dotyka szacunkowo jedną na 15 osób dorosłych w danym roku, a jedna na sześć osób doświadczy depresji w pewnym momencie swojego życia. (a)

## Recenzje

Katarzyna Ryrych, *Łopianowe pole*, ilustracje i projekt okładki Grażyna Rigall, Wydawnictwo Adamada, Gdańsk 2017, 126 s., oprawa twarda, ISBN 978-83-742-0838-3, wiek: 8+.

Książka Katarzyny Ryrych reprezentuje gatunek nowoczesnej baśni literackiej dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym. Atutem utworu jest odświeżenie przestrzeni podwórka i funkcji, jaką może ono pełnić podczas dziecięcych zabaw. We współczesnym świecie, w którym przestrzeń dziecka często zagarnięta została przez nowoczesne media i technikę, podwórko z bawiącymi się na nim, niekontrolowanymi przez dorosłych dziećmi staje się archaizmem. A jednak... W powieści Ryrych dzięki zastosowanemu przez autorkę realizmowi magicznemu codzienność nabiera cech niezwykłości. Czarownica, mówiący kot, uosobione przedmioty, dr A. Kula, dzieci, które uczestniczą w magicznych zdarzeniach wypełniają obszar podwórka i tworzą jego niespotykany klimat. Tak pokazane podwórko staje się metaforą dawnego, trochę już zapomnianego podwórka, gdzie można było wspinać się na drzewa, grać w klasy, a kwiaty łopianu przyklejały się do dziecięcych ubrań. W lekturze ożywa więc duch prawdziwej dziecięcej zabawy i czar, jaki niesie dziecięca wiara w magię i marzenia. Myśl tę wypowiedział jeden z bohaterów: „– A ja chciałbym abyśmy dorosli i nie zapomnieli o baśniach... Żeby kiedyś nasze dzieci wróciły na Łopianowe Pole!”. Opowieść ta pokazuje, że *Łopianowe pole* jest dla wszystkich, i będzie też dla wszystkich nawet za wiele lat, tak jak zabawa dziecka. Książka ma twardą oprawę, artystycznie przygotowaną wyklejkę i ilustracje utrzymane w prostej, z założenia nieco prymitywnej estetyce, która będzie podobać się dziecku.

Publikacja otrzymała nagrodę literacką w konkursie Książka Roku Polskiej Sekcji IBBY za książkę dla dzieci z 2017, znalazła się też wśród 10. nominacji do Nagrody Literackiej im. Kornela Makuszyńskiego.





## Eksperymenty psychologiczne

### Kontakt z dzieckiem - perspektywa kulturowa

- Matki z kręgu kultury zachodniej utrzymują z dzieckiem bardzo intensywny wzajemny kontakt emocjonalny i fizyczny: tulą je, uśmiechają się do niego, rozmawiają z nim, utrzymują bezpośredni kontakt wzrokowy i cały czas upewniają się, czy są w centrum uwagi dziecka.
- Matki ze społeczności Kaluli (zamieszkują lasy tropikalne Papui Nowej Gwinei) trzymają dzieci tak, aby patrzyły one na zewnątrz. Same nie utrzymują kontaktu wzrokowego z dzieckiem. Ponadto matki rzadko mówią bezpośrednio do swoich dzieci, za to inni rozmawiają z dzieckiem, a następnie matka odpowiada wysokim tonem „w imieniu” dziecka.
- Matki ludu Gusii w Kenii również mają niewiele kontaktów twarzą w twarz z dzieckiem. Wszystkie ich działania wobec dziecka są powolne i pozbawione emocji. Najczęstszą reakcją matki na spojrzenie lub głos dziecka jest odwrócenie wzroku. Spory nacisk kładzie się natomiast na kontakt fizyczny – dzieci są trzymane w ramionach, nawet podczas snu. Gdy zapłaczą matka od razu tuli je, przystawia do piersi, kołysze, głaszcze. Wszystkie te czynności podejmowane są po to, by dziecko unikało jakiegokolwiek pobudzenia. Kontakty dziecka z matką mają go uspokajać, a nie rozbawiać.

### Ciekawe?

Psychologia rozwojowa zajmuje się zmianami zachodzącymi u każdego człowieka od poczęcia do śmierci. Jednym z obszarów badań tego działu psychologii są procesy przywiązania się niemowlęcia do matki. Ogromną rolę odgrywa tu sposób opieki matki nad dzieckiem i praktyka wychowawcza stosowana przez opiekunów w pierwszych latach życia.

aww, (aeb)

Cytowane prace u Auterek tekstu.

### „KOJĄCY DOTYK”

W psychologii znane są klasyczne badania psychologa rozwojowego Harry’ego Harlowa na temat kształtowania się więzi we wczesnym dzieciństwie. W jednym ze swych badań autor wraz ze współpracownikami zaprojektowali eksperymentalne matki dla małych małpek.

Pierwsza zastępcza małpia matka była miękka i przyjemna w dotyku, miała pierś dającą mleko i dostarczała ciepła (dzięki zarówno umieszczonej wewnątrz manekina). Drugą wykonano z drucianej siatki, również miała pierś i była ciepła. Obie matki były podobne, z wyjątkiem tego, że drucziana nie zapewniała „kojącego dotyku”, jak to nazwał Harlow. Tak zbudowane matki umieszczono w dwóch oddzielnym kabinach razem z małpimi niemowlętami i przez pięć miesięcy rejestrowano czas, jaki małpki spędziły, stykając się bezpośrednio z każdą z matek. Dodatkowo, aby sprawdzić, jak zachowują się młode małpki wobec druczianej i miękkiej matki, Harlow umieszczał w klatkach różne przedmioty wywołujące lęk, na przykład dużego nakręcanego misia grającego na bębnie. Wreszcie, gdy małpki skończyły sześć miesięcy i przyjmowały już stałe pokarmy, rozdzielono je na krótki okres z matką. Wyniki okazały się spektakularne. Eksperyment Harlowa wykazał, że zaspokajanie biologicznych potrzeb, takich jak głód i pragnienie, nie ma wpływu na wybór matki przez małpki. Wszystkie małpki spędzały niemal cały czas z miękką matką, przyczepione do niej. Robiły tak również małpki karmione druczianą matką. Opuszczały kojące towarzystwo miękkiej matki tylko po to, żeby szybko się najeść i natychmiast powracały do miękkiej zastępczej matki. Podobnie postępowały w sytuacjach wzbudzących strach: wszystkie zwierzęta szukały poczucia bezpieczeństwa u miękkiej matki i nie miało znaczenia, czy matka dostarczała mleko. Zdaniem Harlowa najwyraźniej potrzeba kojącego dotyku była większa niż naturalna ciekawość świata.

Badania Harlowa udowodniły, że kluczem do udanego rodzicielstwa jest kojący dotyk, a nie zdolność kobiety do karmienia. W związku z tym w powstawaniu przywiązania i wychowywaniu małych dzieci w równym stopniu jak kobieta może brać udział mężczyzna. Dziś ten pogląd jest powszechnie akceptowany, ale w 1958 roku, kiedy Harlow opublikował wnioski z badań, był rewolucyjny.

Opowiadanie na z grubsza stronę



## Wróżka



Rys. Justyna Rymarowicz

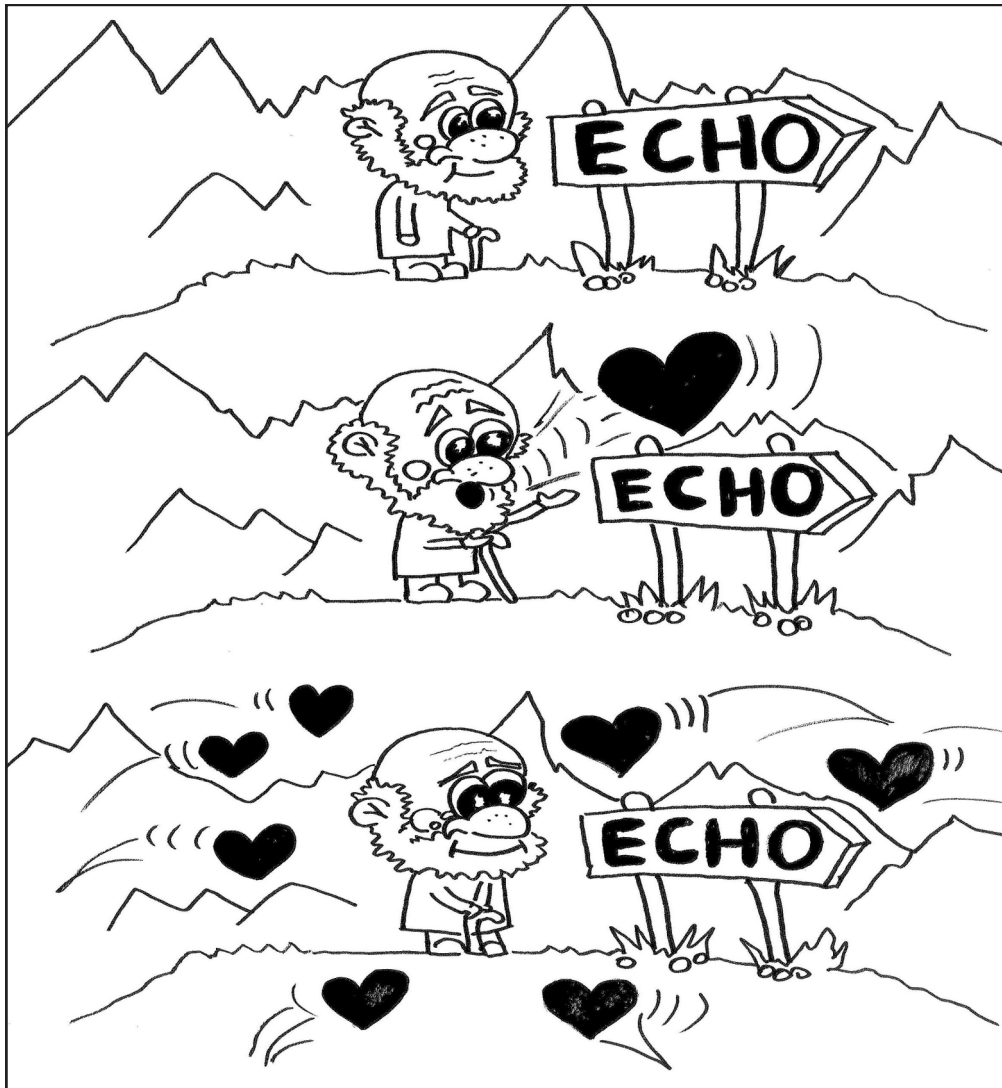
Zatwierdzony przed końcem marca termin urlopu przez niezmiernie pryncypialnego szefa oddziału banku, w którym pracowała Mariola, rozpoczął się pojutrze. Ona zaś, jak zwykle od kilku lat, nie myślała z entuzjazmem o żadnym wyjeździe. Jako nastolatka i studentka schodziła już wszystkie pasma górskie w kraju, dwukrotnie była nad morzem. Zagranicą ją nie ekscytowała. Pamięta jeszcze swoje rozczarowanie Lazurowym Wybrzeżem, które chyba po drugiej klasie liceum zaliczyła z rodzicami i młodszym bratem, jakiś wyjazd na Węgry z basenami, no i męczącą autokarową pielgrzymkę do Włoch z okresu jej zbliżenia do parafialnej „Oazy”. Od kiedy podjęła pracę, właściwie każdy urlop spędzała tylko z laptopem albo książką, z wyjątkiem urlopu sprzed dwóch lat, kiedy to przeżyła go w liczniejszym gronie uczestników intensywnego kursu języka esperanto. Nie ekscytowały jej opowieści znajomych z pracy o roztańczonej Ibizie, morskich żółwiach i piramidach faraonów Egiptu, czy..., no może czasem Maroko, a to jedynie przez naj-

wiekszy port Maghrebu, jakim jest tytułowa *Casablanca* z filmu z Humphreym Bogartem, który uruchamiał zawsze w niej romantyczny mit miłości, w który zresztą z upływem lat przestała stopniowo wierzyć. Tegorocznej wiosny Mariola ukończyła 36 lat, a dwanaście lat wcześniej Uniwersytet Ekonomiczny. Nie miała nałogów i narzucającej się urody, miała zaś ujmujący wdzięk i dokładnie 173 cm wzrostu, jak kultowy Humphrey B. Krył się w niej jakiś niedookreślony rodzaj smutku czy tajemnicy, kontrastujący jednocześnie z pełną odsłoną jej delikatnego uczuciowego ciepła, jakim emanowała w kontaktach z innymi. Justyna – jej najbliższa przyjaciółka – jednak w tym roku jej zadekretowała, że musi gdzieś koniecznie wyjechać na urlop. „Jedziesz na Mazury! Nie zamierzam patrzeć na ciebie, jak się marnujesz dziewczyno. Wiele razy byłam tam z Wojtkiem i dziećmiakami, wierz mi, są cudowne. Ty nigdy nie byłaś w krainie polskich jezior, a przecież lubisz wodę, świetnie pływasz” – powiedziała stanowczo. Po czym dodała z serdecznym uśmiechem:

„Zobaczysz – zakochasz się w Mazurach”. Mariola nie potrafiła, jak zwykle zresztą, odmówić przyjaciółce. Wieczorem bez entuzjazmu zabukowała niedrogi nawet jak na tę porę sezonu pokój w pensjonacie nad jeziorem Dąbrówno, zatankowała swoje w kolorze „piasku pustyni” auto, wrzuciła jeszcze do walizki kilka książek, dwie mapy regionu i trochę życzliwych sobie ciuchów oraz kilka naprawdę jedynie niezbędnych kosmetyków. W rześki poranek wyjechała.

Wróciła po dwóch tygodniach. Przyjaciółka miała do niej trochę żalu, że przez ten czas nie pisała i nie dzwoniła, ale nie zdołała go nawet okazać, bo Mariola, z radością rzuciwszy się w jej objęcia, całowała ją rozedrgana, mówiąc: „Justyś kochana, jesteś nie tylko przyjaciółką, ale i cudowną wróżką. Miałaś rację. Rzeczywiście zakochałam się w Mazurach. Jeden jest z Węgorzowa, a drugi z Ostródy”. „– No to masz kłopot, ale damy radę. Skoro jestem wróżką” – z radosną dumą powiedziała Justyna.

## Psychorysunek



Rys. Justyna Rymarowicz

Skład redakcji:

**Dr Kazimierz Gellea – redaktor naczelny**

Dr hab. Andrzej Łukasik, prof. UR

Dr Małgorzata Marmola

Dr Anna Wańczyk-Welc – redaktor techniczny

Adres redakcji

ul. ks. Jałowego 24

35-010 Rzeszów

zakladpsychologii@ur.edu.pl

<http://www.ur.edu.pl/wydzialy/pedagogiczny>

Redakcja zastrzega sobie prawo skracania tekstów

*Pani mgr Monice Drzymale z Wydziału Pedagogicznego serdecznie dziękujemy za opracowanie nowych ikon, które od tego numeru będą zdobić Wgląd.*

Zakład Psychologii UR

Jesteśmy na



*Biuletyn wydawany jest przy wsparciu finansowym i organizacyjnym  
Dziekana Wydziału Pedagogicznego*