



**Rafał Abramciów**

**EMOCJA JAKO  
ODPOWIEDŹ  
NA WARTOŚĆ**

**Psychologiczne aspekty  
teorii emocji  
Jeana Paula Sartre'a**

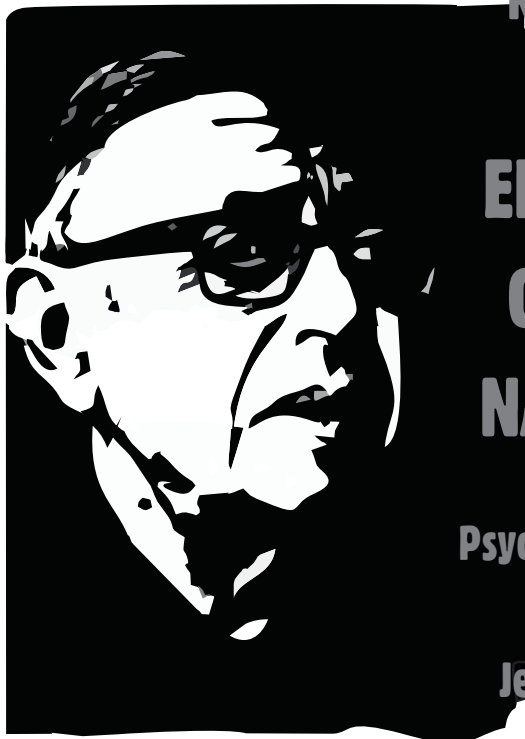


WYDAWNICTWO NAUKOWE  
UNIWERSYTETU PEDAGOGICZNEGO KRAKÓW



**EMOCJA JAKO  
ODPOWIEDŹ  
NA WARTOŚĆ**

Uniwersytet Pedagogiczny  
im. Komisji Edukacji Narodowej  
w Krakowie  
Prace Monograficzne 729



**Rafał Abramciów**

**EMOCJA JAKO  
ODPOWIEDŹ  
NA WARTOŚĆ**

**Psychologiczne aspekty  
teorii emocji  
Jeana Paula Sartre'a**



WYDAWNICTWO NAUKOWE  
UNIWERSYTETU PEDAGOGICZNEGO ■ KRAKÓW 2015

Recenzenci  
dr hab. Mariusz Sztuka

© Copyright by Rafał Abramciów & Wydawnictwo Naukowe UP,  
Kraków 2015

projekt okładki Janusz Schneider  
łamanie Jadwiga Czyżowska-Maślak

ISSN 0239-6025

ISBN 978-83-7271-931-7

Wydawnictwo Naukowe UP  
30-084 Kraków, ul. Podchorążych 2  
tel. / faks 12-662-63-83, tel. 12-662-67-56  
e-mail: [wydawnictwo@up.krakow.pl](mailto:wydawnictwo@up.krakow.pl)  
<http://www.wydawnictwoup.pl>

druk i oprawa Zespół Poligraficzny, zam. 37/15

## Wprowadzenie\*

Natura emocji jest jednym z najważniejszych i jednym z najpopularniejszych zagadnień psychologii emocji – psychologii, która od ponad dwudziestu lat rozwija się dynamicznie. Niektórzy psychologowie, jak Richard J. Davidson i Paul Ekman (1998) twierdzą, że odpowiedź na pytanie, czym jest emocja oraz zagadnienie natury emocji, będzie jednym z najważniejszych problemów psychologii XXI wieku. Brak jednak jasnej i wyraźnej odpowiedzi na pytania, czym jest emocja, i czym jest jej natura, jakie są jej pełne funkcje i w jakich relacjach pozostaje do innych władz psychicznych człowieka. Te pytania są powodem wielu sporów i dyskusji na terenie samej psychologii (i nie tylko psychologii) do dzisiaj. Poznanie natury emocji jest czymś tak ważnym i szczególnie dla człowieka, że nie sposób nie czynić prób jej poznawania, nawet jeśli: „Rozumienie zjawisk psychicznych wymaga zajęcia się regionami, które na pierwszy rzut oka nie wydają się psychiczne” (Angell 1992: 65).

Emocja jest psychologiczną realnością, bezpośrednio przeżywaną przez człowieka. To niezapośredniczenie emocji w procesie przeżywania stanowi rys charakterystyczny jej fenomenu i odróżnia ją wyraźnie od innych fenomenów naszego życia psychicznego. Jeśli tylko doświadczamy jakiejś emocji, to niemożliwe jest kwestionowanie jej istnienia. Bezpośredniość przeżycia

---

\* Fragmenty tego rozdziału były opublikowane w artykule: R. Abramciów, E.A. Bajcar, *Problem treści pojęcia emocji w ujęciu psychologicznym a nieprzystosowanie społeczne*, [w:] *Wybrane zagadnienia medycyny społecznej w pracy socjalnej*, red. nauk. I. Kowalewski, Kraków 2013, s. 207–219.

emocji oraz praktyczny jej wymiar są dla człowieka niezwykle istotne, stanowią dla niego jego własną egzystencję<sup>\*</sup>. Dlatego też psychologia i inne dziedziny nauki będą czyniły próby jej poznawania. W psychologii brakuje ogólnie akceptowanej definicji pojęcia emocji, a pojęcie to jest stosowane na wiele różnych sposobów, w licznych i zróżnicowanych kontekstach. W konsekwencji nieokreślona pozostaje natura emocji i jej charakterystyka.

Według Kristen Madsen terminy psychologiczne przynależące do określonej teorii psychologicznej wywodzą się z potocznego języka i tworzą trzy warstwy: opisową, wyjaśniającą i meta teoretyczną (Madsen 1980). Każda z tych warstw, wraz z właściwymi sobie terminami, spełnia w teorii psychologicznej określone funkcje i posiada swoistą charakterystykę. Trudności z definiowaniem terminów psychologicznych są związane szczególnie z warstwą wyjaśniającą. W tej warstwie znajdują się zwykle terminy, które są dla psychologii niespecyficzne i zapożyczone z innych dziedzin nauki. Ponadto, ta warstwa najczęściej zawiera twierdzenia dotyczące związków zachodzących między intersubiektywnie dostępnymi zjawiskami z różnych dziedzin życia. Ponieważ w niektórych przypadkach związków tych nie da się wytłumaczyć poprzez odwołanie do określonej psychologicznej zasady wyjaśniającej, psychologiczne teorie posiłkują się terminami i twierdzeniami z innych dziedzin nauki, postulując, na przykład istnienie zmiennych, które nie podlegają obserwacji i które trudno ująć tylko w terminach psychologicznych, jednak pośredniczą one między obserwowalnymi zjawiskami. Tak popularne terminy psychologiczne: jak popęd czy sprzężenie zwrotne, są zapożyczone z fizjologii i cybernetyki<sup>\*\*</sup>.

Zgodnie więc z teorią Madsen możemy stwierdzić, że spory wśród psychologów na temat emocji, i nie tylko, zaczynają

---

<sup>\*</sup> Szerzej: M. Buber (1993).

<sup>\*\*</sup> Niewykluczone, że jest ich o wiele więcej i że stanowią nieraz podstawowe pojęcia psychologicznych teorii. Jednak związane z nim trudności definicyjne są nie mniejsze niż w obrębie innych dyscyplin.

się już na poziomie języka i dotyczą sposobu jej definiowania i określania jej treści. Ważne okazuje się uświadomienie sobie mechanizmów formułowania twierdzeń psychologicznych, ponieważ mają one istotny wpływ na kierunek naszej działalności poznawczej.

Praca metateoretyczna wykonana na tym właśnie poziomie, w odróżnieniu od takiej działalności, która polega na gromadzeniu wiedzy empirycznej i uogólnianiu jej w postaci teorii naukowych, jest niezwykle pożyteczna, a nawet niezbędna dla rzetelnego badania przedmiotu poznania. (Oczywiście, pomiędzy tymi dwoma rodzajami pracy badawczej istnieją ściśle związki: z jednej strony przyjęcie określonych założeń metateoretycznych określa *praxis* działania naukowego w sposobie prowadzenia empirycznych badań, formułowania i weryfikacji teorii, z drugiej – określona praktyka empirycznej działalności badawczej zakłada jakiś zespół założeń metateoretycznych). Wprowadzenie na przykład zmiennych pośredniczących (por. Tolman 1995) do słownika terminów psychologicznych pozwala na formułowanie sensownych twierdzeń o związkach łączących intersubiektywnie dostępne zjawiska.

Pierwsza część niniejszej książki została poświęcona analizie pojęcia emocji i temu, jak ona jest rozumiana w środowisku psychologów. Nieporządek panujący w kwestii definicji emocji, znaczenia emocji i sposobów jej rozumienia wymaga pewnego „oczyszczenia” przedpola badań dla przedstawienia głównej części pracy, czyli rozumienia emocji w ujęciu psychologii fenomenologicznej Jeana-Paula Sartre’a. Zapewne pewien porządek i pewna jasność uzyskana już na poziomie języka przyczyni się do pełniejszego przedstawienia idei J.P. Sartre’a w kwestii emocji i uzmysłowi możliwość, a nawet konieczność, alternatywnych sposobów docierania do istoty i rozumienia emocji.

Wbrew stanowisku zaprezentowanemu najdobitniej przez pozytywizm i neopozytywizm, a znajdującemu wciąż – na przekór pewnej dezaprobacie ze strony profesjonalnych psychologów

– szeroką akceptację w kręgach przedstawicieli nauk przyrodniczych i humanistycznych, punktem wyjścia poznania (w naszym przypadku emocji) nie jest i nie może być wyłącznie jego przedmiot. Można wykazać, jak uczynił to Witold Marciszewski w rozprawie *Filozofia, przegląd koncepcji*, że nawet ostensywna procedura definiowania czy choćby tylko wprowadzania pierwotnych elementów tzw. języka empirycznego (tj. wyrażającego rzekomo wyłącznie bezpośrednio dane doświadczenie) musi zakładać pewną kategorię rozumienia znaczenia danego przedmiotu poznania, bo inaczej można popaść w błędne koło (Marciszewski 1987).

Niewątpliwie u źródeł każdej psychologicznej koncepcji emocji (i nie tylko emocji), leży pewna wizja człowieka i świata. Przyjęcie określonych założeń, szczególnie ontologicznych i epistemologicznych w kwestii danego przedmiotu poznania, wydaje się być współcześnie przez psychologów już niekwestionowane. Carl Rogers pisał, że: „Każdy prąd w psychologii ma swoje własne ukryte filozofie człowieka. Chociaż rzadko są one wyraźnie formułowane, to wywierają wpływ na wiele znaczących i subtelnych sposobów rozumienia człowieka” (Rogers 1996: s. 158).

Nie jest wstydem dla psychologa, by dla potrzeb badanego przedmiotu odwoływać się do tych założeń. Dawid G. Myers pisał we wstępie do swojego podręcznika *Psychologia*: „Nie ma niczego złego w apriorycznych założeniach (wszelkie poszukiwanie trzeba od czegoś zacząć) dopóki pozostajemy świadomi ich rzeczywistej natury. To zaś, które z założeń jest lepsze od pozostałych, zależy w ostatecznym rachunku od jego przydatności do wyjaśnienia zaobserwowanych faktów i stawianiu interesujących problemów” (Myers 2004: 56).

Istnieją jednak kierunki w psychologii, (np. behawioryzm), które w żadnym wypadku nie będą się przyznawały do założeń filozoficznych\*, przyjmują one jednak, tyle że milcząco, wie-

---

\* R. Stachowski pisał, że: „Wprawdzie «era wielkich teorii» w psychologii należy już do przeszłości, jednakże neopozytywistyczny ideał systemu teore-

le założeń natury filozoficznej\*. W dzisiejszych czasach nawet psychologii atomistycznej nie uważa się za bezzałożeniową filozoficznie. Jest już przyjęte w kręgach epistemologów i psychologów, że idea bezzałożeniowego i źródłowego poznania empirycznego została odrzucona, nie oznacza to jednak niemożliwości bezpośredniego kontaktu z przedmiotem poznania w świadomości. Zatem prezentacja ontologicznych i epistemologicznych założeń psychologii fenomenologicznej J.P. Sartre'a po rzetelnej analizie kategorii emocji dokonanej na poziomie języka, wydaje się być niezbędna w kwestii przedstawianego przez nas badanego przedmiotu. Nie można ukazać pełnego fenomenu emocji bez analizy na poziomie języka i bez uczciwego przedstawienia metateoretycznych założeń, nawet jeśli jest to tylko prezentacja czyichś poglądów. Uczciwość w przedstawianiu metateoretycznych założeń prowadzi, np. J.P. Sartre'a, do przyjęcia metody fenomenologicznej jako najwłaściwszej dla badania fenomenu emocji, a sens jej zastosowania ma uzmysłowić redukcjonizm w wyjaśnianiu specyficznie ludzkich, wyższych form funkcjonowania, stosowanych na przykład przy opisie zachowania zwierząt (behawioryzm) lub w terminach patologicznych form ludzkiego funkcjonowania (psychoanaliza), postulując badanie człowieka w ludzkich sytuacjach oraz badanie zdrowych i dojrzałych sposobów ludzkiego funkcjonowania w celu ujęcia potencjalności rozwojowych i twórczych (por. Uchnast 1976).

Można stwierdzić, że głównym celem ujęcia emocji z perspektywy psychologii fenomenologicznej ma być propozycja odejścia od scjentystycznie pojmowanego modelu nauki i sfor-

---

tycznego, konstruowanego metodą hipotetyczno-dedukcyjną, nadal przyświeca – choć już nie tak w radykalnej postaci [...] i to wbrew oczywistemu już dzisiaj – ale nie dla psychologów – faktowi, że radykalizm neopozytywizmu doprowadził do zatarcia granicy między nauką a metafizyką” (Stachowski 2004: 210).

\* Dla behawiorystów człowiek jest maszyną skomplikowaną, ale mimo to maszyną zrozumiałą, którą można nauczyć operowania coraz bardziej złożonymi umiejętnościami.

mułowanie właściwych dla psychologii fenomenologicznej kryteriów „obiektywności” badań oraz przeniesienie akcentu z pomiaru i ilościowej analizy na odkrywanie sensu danych fenomenologicznych i ich jakościową analizę. Wszystko to ma służyć przede wszystkim ukazaniu, czym jest emocja co do istotowej możliwości swojej funkcji, a nie tylko „wyodrębnianiu” jej jako pierwotnego bytu przyrodniczo-psychicznego.

Sensowność takiego ujęcia emocji wyraża się również w naszej chęci, aby poprzez przedstawienie teorii emocji J.P. Sartre’a, dążyć do przewyciężenia deterministycznej koncepcji człowieka i wyakcentowania pierwotnej zdolności człowieka do wartościowania, do świadomego wyboru własnego sposobu działania zgodnie z uznawanymi przez siebie wartościami, do poczucia odpowiedzialności za własne wybory\*.

Na przykładzie tej teorii można ukazać, że możliwe jest odejście od prezentowania tylko zewnętrznego punktu widzenia na przedmiot badań psychologicznych, który jest praktykowany przez niektóre kierunki psychologii zgodnie z założeniami pozytywistycznej koncepcji nauki i wypracowania wewnętrznego punktu widzenia zorientowanego na ujęcie subiektywnych aspektów ludzkiego doświadczenia i zachowania. Takie ujęcie emocji nie przekreśla wcale materiału badawczego gromadzonego na temat emocji, np. przez psychologię eksperymentalną, a stara się go jedynie efektywnie uzupełnić.

Istotną częścią niniejszej książki jest porównanie sartrowskiej teorii emocji z wybranymi psychologicznymi teoriami. Odnosząc się bowiem do współczesnych psychologicznych teorii emocji będziemy się starali przedstawić specyfikę jej fenomenologicznego ujęcia, jej charakterystykę i jej ustrukturyzowanie w relacji organizm–środowisko, w relacji Ja–świat. Opis i wyjaśnienie spe-

---

\* Jak pisał Rogers: „Z perspektywy fenomenologicznego punktu widzenia, człowiek jest osobą podlegającą procesowi kształtowania samego siebie, osobą nadającą życiu sens, osobą będącą podmiotem subiektywnej wolności” (Rogers 1996: 158).

cyfiki tej organizacji emocji, zarówno w jej przejawach na poziomie pierwotnym, przedrefleksyjnych form aktywności życiowej, jak również na poziomie bardziej zróżnicowanych form refleksyjnego doświadczenia i działania podmiotu będącego–świadomie–w–świecie ma dać dopiero jej pełny obraz. Zaakcentowanie zaś strukturalnego charakteru emocji powoduje również to, że pomija się (bierze w nawias) substancjalny charakter zarówno organizmu/ją, jak i środowiska/świata. Nie są one traktowane tutaj jako oddzielne bytowości oddziałujące na siebie podobnie jak przedmioty świata fizyki. Przyjmując natomiast stanowisko psychologa, bierze się pod uwagę organizację czynników podmiotowych i czynników środowiskowych.

Jak zaznaczał Ludwig Binswanger, znany psycholog egzystencjalny, psychologiczna analiza tej złożonej struktury doświadczenia ma być w sposób szczególny zorientowana na uwyrażnienie jej specyfiki w trzech podstawowych wymiarach ludzkiego doświadczenia: świata natury (*Umwelt*), świata międzyosobowych relacji (*Mitwelt*) i świata własnych doświadczeń i ustosunkowań się do samego siebie (*Eingenwelt*) (Binswanger 1974). W analizach sartowskiego ujęcia emocji będziemy również starali się szukać implikacji dla metateorii, dlatego będą sobie towarzyszyły dwa typy wywodów: dotyczące samego fenomenu emocji oraz jej ujęć, czyli tego, jak jest rozumiana w wybranych, współczesnych teoriach psychologicznych.

Najważniejsze cele niniejszej książki sprowadzają się więc do charakterystyki pojęcia emocji, przedstawienia natury emocji w ujęciu J.P. Sartre'a, określenia miejsca fenomenologicznego ujęcia emocji przez J.P. Sartre'a pośród wybranych, psychologicznych teorii emocji i do pokazania możliwych kierunków jej zastosowania. Praca ma charakter metateoretyczny i systematyczny, składa się z trzech części:

Część pierwsza poświęcona jest analizie pojęcia emocja, ze szczególnym uwzględnieniem etymologicznych związków łączących to pojęcie z terminami: afekt, uczucie i nastrój. Omawiane

są znaczenia przypisywane pojęciu emocja, jakie występują w języku psychologicznym. Analiza znaczeń pojęcia emocji wydaje się być konieczna ze względu na to, że pojęcie emocji nie jest specyficzne dla żadnej z nauk – niewykluczone, że badacze pracujący w ramach różnych dyscyplin, również psychologii, zapożyczają niektóre jego treści z języka codziennego.

Część druga stanowi prezentację fenomenologicznej teorii emocji J.P. Sartre'a. Podstawą tej prezentacji są rekonstrukcja i analiza jego teorii emocji. Ze szczególną starannością postaramy się przedstawić poglądy J.P. Sartre'a na różnice i podobieństwa pomiędzy psychologią jako nauką pozytywną a fenomenologią oraz to, czym jest dla niego psychologia fenomenologiczna (rozdział 3). Ponadto część ta dostarcza materiału niezbędnego do analizy emocji w ujęciu psychologii fenomenologicznej, charakteryzuje specyficzność fenomenologicznej koncepcji świadomości i jej relacji do świata. Rozdział *Emocje jako strukturalny składnik psychiki* uzasadnia sensowność porównywania jej z wybranymi, psychologicznymi teoriami emocji zawartymi w części trzeciej.

W trzeciej części, obok prezentacji psychologicznych teorii emocji i ich zestawienia z fenomenologiczną teorią J.P. Sartre'a, zostanie przedstawiony możliwy kierunek jej rozwinięcia oraz możliwość jej zastosowania w szeroko rozumianej psychoterapii. Każda bowiem teoria, a szczególnie teoria psychologiczna, służy temu, aby ją empirycznie weryfikować i praktycznie stosować w życiu.

Podjęcie niniejszych rozważań wydaje się być uzasadnione z kilku względów. Istnieje wiele danych wskazujących na ważność i szczególność psychologicznej realności emocji, równocześnie jednak trudno jest znaleźć w teoriach psychologicznych pełną i nieredukcjonistyczną próbę jej ujęcia. W psychologii funkcjonuje stosunkowo niewiele analiz pojęcia emocji oraz rekonstrukcji alternatywnych sposobów jej ujmowania. Jak pisał przywołany na wstępie J.R. Angell: „Nowe perspektywy badań

możemy uzyskać patrząc na naszą dobrze znaną nam dziedzinę z pól z nią sąsiadujących. Psychologią jest to, co my sami psychologią uczynimy” (Angell 1996: 76).

Niewątpliwie sartrowskie ujęcie emocji jest właśnie takim alternatywnym ujęciem, które może wyznaczać nowe perspektywy badań nie tylko dla psychologa. Emocja jest w takim ujęciu traktowana jako fenomen świadomości, czyli jako akt pełen znaczenia oraz jako przeżycie świadomości doświadczane w ciele. Holistyczny sposób ujęcia emocji przez J.P. Sartre’a może tylko poszerzyć i uzupełnić naszą wiedzę psychologiczną na temat emocji oraz pozytywnie ją rozbudować. Osiągnięcia współczesnej psychologii emocji opierają się przede wszystkim na badaniach przy użyciu metody eksperymentalnej. Na zasadzie schematu kauzalnego opisywane są najczęściej wszelkie emocje. Próba zatem poznania i opisu fenomenu emocji w oparciu o metodę fenomenologiczną zastosowaną przez J.P. Sartre’a wydaje się być niezwykle interesująca, jako że poszerza nasz sposób postrzegania emocji. Poza tym jest to metoda, która usiłuje dostosować się do swojego przedmiotu badania, a nie dostosować przedmiot badań do siebie samej. Dobitniej wyraził się w tej kwestii Carl Gustaw Jung: „Metoda naukowa musi służyć – błędzi, kiedy przywłaszcza sobie tron” (Jung 1990: 41). Wreszcie, jeśli Sartre się nie myli twierdząc, że: „Człowiek i emocja to jedno” (Sartre 2007: 102), to z pewnością psychologia powinna emocji poświęcić szczególną uwagę. Jakkolwiek definicja psychologii i jej przedmiotu zainteresowania jest sporna, to niewątpliwie jest ona nauką zajmującą się człowiekiem.

---

\* Wszystkie cytaty z dzieł Sartre’a i z literatury obcojęzycznej w niniejszej pracy podaję we własnym tłumaczeniu.

---

# JĘZYKOWE ZNACZENIE POJĘCIA EMOCJI

---

*Każdą nową rzecz wiąż z czymś, co już jest dostępne.*

William James

## Pojęcie emocji

Pojęcie emocji – podobnie jak większość teoretycznie ważnych pojęć w psychologii – jak już zaznaczyliśmy we wstępie, jest niejasne i wieloznaczne. Obciążone filozoficzną tradycją i obrastające od pewnego czasu skojarzeniami w języku potocznym, zdaje się nawet wyrażać wzajemnie wykluczające się treści. Philip George Zimbardo w swoim podręczniku psychologii pisał:

Gdy psychologia przekształciła się w formalną dyscyplinę odrębną od filozofii i fizjologii, wówczas jednym z wielu rozpatrywanych przez nią problemów stałby się problem emocji. Psychologowie starali się zdefiniować emocje w sposób bardziej ścisły, lecz szybko stwierdzili, że jest to bardzo trudne zadanie. (...) Ten brak zgody co do definicji jest jednym z czynników, które utrudniają badania w tej dziedzinie (Zimbardo 1998: 353).

Istnieje kilka sposobów wyjaśnienia, czym są emocje, i rozdział ten zawiera niektóre z nich, ukazując problem z różnych perspektyw. Zgodnie z teorią Edwarda E. Sampsona (1985), pojęcie emocji, a nawet samo słowo emocja analizowane na poziomie języka sugeruje, że może chodzić tu o nazwę cechy. Ponadto można wnosić, że jest to cecha wiążąca się z pewnym szczególnym stanem rzeczy ujmowanym globalnie, a mianowicie „z byciem podmiotem emocji”. Mówiąc inaczej, cechować się emocjonalnością jest równoznaczne z byciem emocjonalnym, z odczuwaniem i przeżywaniem emocji. Wydaje się również, iż

w przypadku pojęcia emocji mamy do czynienia nie tyle z nazwą własności „w ogóle”, lecz z wyróżnieniem kilku typów wchodzącej w grę własności. Zdaniem Sampsona, można wyróżnić następujące typy własności jako kategorii semantycznych:

1. Emocja jako własność aktualna i statyczna, trwale obecna w obiekcie, któremu przysługuje. Emocja byłaby w tym wypadku definicyjną cechą charakteryzowanego z jej pomocą obiektu (nośnika tej własności).
2. Emocja jako własność aktualna i dynamiczna, tj. bycie podmiotem emocji w określonym czasie i miejscu. Własność taka mogłaby być zdeterminowana sytuacyjnie w sensie genetycznym, czyli wyznaczona przez sytuację, bądź mogłaby być efektem zaktualizowania się określonej predyspozycji, ujawnionej, lecz niewyznaczonej przez sytuację.
3. Emocja jako własność potencjalna, dyspozycja, czyli zdolność do bycia podmiotem emocji. W tym wypadku podmiot jest nośnikiem własności i zachowań, wykonawcą działań, a czasem nawet i przedmiotem oddziaływań (Sampson 1985).

Przeprowadzona analiza pojęcia emocji ma służyć jedynie za wstęp do przedstawienia natury emocji w ujęciu psychologii fenomenologicznej J.P. Sartre’a, z konieczności więc będziemy analizować pewne kategorie semantyczne tego pojęcia, natomiast nie zamierzamy poruszać jakichkolwiek kwestii ontologicznych, tj. wypowiadać się na temat możliwego izomorfizmu języka i rzeczywistości. Przedstawione odmiany własności mogą stanowić, co najwyżej, pewne typy semantycznego (a nie literalnego) odniesienia przedmiotowego pojęcia emocji. Niewątpliwie, teoria emocji J.P. Sartre’a rozpatruje emocje właśnie w kontekście tych trzech jej własności, a trzecia własność jest szczególnie brana pod uwagę i analizowana przez J.P. Sartre’a. Poza tą formalno-semantyczną klasyfikacją typów własności opatrywanej mianem „emocja” można wskazać co najmniej trzy konteksty

posługiwania się tym pojęciem w psychologii. Pierwszy kontekst wskazuje na wspólny mianownik, czyli wspólną nazwę, dla określenia pewnego zespołu szczegółowych zagadnień, aspektu danej problematyki, czyli punktu widzenia, z jakiego ma być dokonana jej prezentacja, na przykład mówimy o emocjonalnych aspektach sytuacji uczenia się. W tym kontekście pojęcie emocji może też wiązać się z niektórymi znaczeniami pojęcia subiektywności.

Ogólnie rzecz biorąc, w omawianym przypadku pojęcie emocji pełni funkcję jednej z kategorii klasyfikujących, porządkujących i systematyzujących wiedzę z jakiegoś zakresu. Drugi kontekst wyznacza treści problematyki teoretyczno-badawczej, uzasadnienie sensowności jej podejmowania poprzez stanowienie pewnej wizji, sposobu patrzenia na człowieka jako przedmiot badań naukowych i uczestnika „życia codziennego”. Trzeci kontekst stanowi o bezpośrednim przedmiocie dociekań teoretycznych i badań empirycznych z zakresu nauk psychologicznych. Emocja jest tu traktowana jako pewien stan rzeczy, wymagający opisu swojej struktury i powiązań z innymi stanami rzeczy oraz ewentualnie wyjaśnienia. W tym wypadku można mieć do czynienia z teoriami emocji, w których kontekście emocja ujmowana jest jako pojęcie opisowe, zajmujące pozycję zarówno zmiennej zależnej, jak i niezależnej.

Można ponadto wskazać na pewne tendencje do ekspozowania określonych zakresów znaczeniowych pojęcia emocji w poszczególnych kontekstach posługiwania się nim. Tak na przykład w kontekście pierwszym szczególnie użyteczne wydaje się akcentowanie formalnego zakresu znaczeniowego „emocji”. W drugim przypadku preferowane zaś będzie rozumienie „emocji” jako nazwy własności aktualnej i statycznej bądź też potencjalnej (pierwotnej i złożonej). Wydaje się, że przedstawiona przez J.P. Sartre’a teoria emocji odnosi emocję również do tych trzech kontekstów. Dlatego też, teoria ta uznawana jest przez psychologów i badaczy emocji z różnych dziedzin nauki za najbardziej holistyczną i nieredukcjonistyczną teorię emocji.

Po uwagach dotyczących samej treści pojęcia emocji, konieczne jest odnotowanie jeszcze jednej uwagi terminologicznej dotyczącej całości rozprawy. Stosowane są w niej następujące pojęcia: *fenomenologiczna świadomość*, dookreślane czasami jako *świadomość emocjonalna*, *zachowanie emocjonalne*, oraz *doświadczenie emocjonalne*. Pojęcia te są używane bez dokonywania jednoznacznych definicyjnych rozstrzygnięć, to znaczy bez przesądzenia na przykład o tym, czym jest w ogóle świadomość i jakiego rodzaju procesy wchodzi w skład jej funkcjonowania, czy pojęcie doświadczenia emocjonalnego zawiera w sobie całe spektrum przeżyć emocjonalnych, czy też o tym, w jakim stopniu świadomość emocjonalna decyduje o samej możliwości doświadczenia emocjonalnego.

Rozstrzygnięcia tego typu wymagałyby m.in. zdefiniowania tego, czym jest świadomość, samo doświadczenie, w ogóle, czym jest sama rzeczywistość, a jak powszechnie wiadomo, spory na ten temat toczą się już od wieków pośród filozofów, a od powstania psychologii jako nauki, również w środowiskach psychologów i mają szerszy zasięg niż spory w kwestii samej natury emocji\*. Pojęcia te na potrzeby tej książki są przejmowane zgodnie z założeniami paradygmatu fenomenologiczno-poznawczego.

Najważniejsze jest to, że pojęcie fenomenologicznej świadomości ma zakres znaczeniowy o wiele szerszy od pozostałych pojęć. Jest ono w naszych rozważaniach rozumiane w sposób bardzo ogólny, jako pewna własność mogąca przysługiwać pewnemu systemowi Ja–świat. Wszystkie procesy psychiczne danej osoby, które zależnie od ich właściwości oraz odpowiednich terminologicznych dookreśleń można zaklasyfikować jako mieszczące się w jej doświadczeniu lub stanowiące składnik jej psychicznego funkcjonowania, mieszczą się również w tym systemie. W sensie

---

\* Niemniej, ze względu na ściśle powiązania w psychologii fenomenologicznej J.P. Sartre'a pojęcia świadomości z pojęciem emocji, samo rozumienie fenomenologicznej świadomości zostanie dokładniej przedstawione w drugiej części książki.

psychologicznym taka świadomość stanowiłaby własność systemu pewnej relacji do świata.

Należy podkreślić, że fenomenologia jako nauka o świadomości podważa dogmat pozytywistyczny o identyczności obszaru znaczeń z aktywnością myślową. Emocja jest również aktem świadomości pełnym przedmiotowych treści. Innymi słowy samo pojęcie emocji i wyżej wymienione pojęcia z nią integralnie związane nie są pojęciowo niezależne od interpretacji jakiegoś zdarzenia uznanego przez podmiot za zdarzenie emocjonalne. Gerald C. Clore artykule *Dlaczego przeżywamy emocje* ten właśnie aspekt emocji opisał, tyle że w języku psychologii poznawczej:

[...] Emocje są dwustronnie powiązane z przetwarzaniem informacji – z jednej strony są rezultatem przetwarzania danych, z drugiej zaś zwrotnie oddziałują na przebieg tego procesu. Rezultatem emocji są informacje wyrażane określonymi myślami, doznaniem, mimiką i pantomimiką. Ten ich rezultat stanowi wejściową informację decyzji i na bieżąco formułowanych sądów. [...] Emocje informują człowieka o rezultatach nieświadomej oceny istotnych w danym momencie zdarzeń. Stosownie do tych informacji człowiek może decydować o rozdziale środków pozostających w jego dyspozycji (Clore 1998: 78).

Te niosące pewne założenia metateoretyczne wyjaśnienia terminologiczne bywają poddawane krytyce. Niemniej, przyjęcie pewnych definicji pojęć sformułowanych w pewnym paradygmacie jest konieczne dla stworzenia przestrzeni poszukiwań sposobów opisu i badania potencjalnie istniejących psychologicznych charakterystyk poznawczych (por. Ingarden 1963).

## Etymologia pojęcia emocji

Pojęcie emocji posiada kilka źródłosłów, spośród których najczęściej wymieniany jest łaciński wyraz *emotio*. Po raz pierw-

szy jako *emotio* w średniowieczu nazywano silne wzruszenie, podniecenie ciała. Wcześniej, ale bardziej o uczuciach niż emocjach, pisał Arystoteles, który jako pierwszy rozróżnił fizjologiczne i psychiczne komponenty uczucia, które odpowiednio określił jako jej „substancję” i „formę”, czyli „ideę”.

Etymologia tego wyrazu jest przedmiotem pewnych sporów. Wyraz *emotio* pochodzi od czasownika łacińskiego *emovere* i oznacza: poruszać się, wzruszać, zmieniać miejsce. Niezależnie od kontrowersji związanych z etymologią wyrazu *emotio*, badacze są zgodni, że jest ono zasadniczym źródłosłowem pojęcia emocji, pierwotnie oznaczającym jakiś ruch, poruszenie w ciełe. W najogólniejszym sensie wyraz *emotio* wyraża doznanie na przykład, że ktoś lub coś odczuwa ból, cierpienie. Święty Tomasz z Akwinu, w dziesiątej *Sumie teologicznej* dotyczącej uczuć nie używa jeszcze tego słowa. Wszelkie poruszenia lub podniecenia ciała nazywa on wyrazem *patio*, czyli uczucie, uwypuklając tym samym pewną bierność doznawania tych wzruszeń przez ciało. Tak oto pisał o doznaniach ciała:

Tak więc w duszy może być uczucie w trojakim znaczeniu: jako samo tylko doznanie czegoś. Stąd wrażenia zmysłowe oraz myśli nazywa się niekiedy uczuciami, jako doznanie połączone z samą tylko przemianą cielesną. Dlatego uczucie w tym właściwym znaczeniu może zachodzić w duszy jedynie przypadłościowo, a mianowicie ze względu na to, że całość złożona z duszy i ciała czegoś doznaje (Tomasz z Akwinu 1967: 16).

W *Słowniku łacińsko-polskim* (Plezia 1974) są dwie definicje wyrazu „emocja”. Zgodnie z pierwszą z nich, *emotio* oznacza podniecenie, wzruszenie. Zgodnie z drugą, wskazuje na pewną skłonność do podniecenia lub wzruszeń, czyli może określać pewną cechę osobowości konkretnego człowieka. Można również mówić o emocjonalności jako skłonności do ulegania emocji lub skłonności do zaangażowania emocjonalnego. Z pojęciem

emocji łączą się w języku łacińskim również takie wyrazy, jak *appetitus*, *pathe*, które również oznaczają doznania i wzruszenia ciała (Plezia 1974). Pierwszy z nich oznacza dokładniej pewne poruszenie zmysłowe skierowane przez wyobraźnię ku dobru lub złu (Woroniecki 1976), drugi oznacza bierne wzruszenie. Czasami tłumaczy się ten wyraz poprzez namiętność, podniecenie. Definicji emocji jest dzisiaj o wiele więcej, niemniej źródełłów tego pojęcia pozostaje ten sam (por. Szewczuk 1979).

Paul Ekman i Richard Davidson (1998) w podręczniku *O naturze emocji*, prezentują w pierwszym rozdziale zestawienie wybranych definicji emocji, które funkcjonują w języku psychologii. Zagadnienie definicji nie jest głównym przedmiotem książki, dlatego wystarczy wspomnieć, że według Ekmana, liczne zastosowania pojęcia emocji i jego abstrakcyjność powodują, że budzi ono różne skojarzenia, jednak przedmiot, któremu odpowiada, pozostaje wciąż niedookreślony. Znaczenia przypisywane pojęciu emocji pod wieloma względami przystają do znaczeń łacińskiego *motio* (Ekman, Davidson 1998).

Jerzy Phares i William F. Chaplin definiują pojęcie emocji w sposób daleki od pierwotnego znaczenia słowa *emotio*; podobnie odległe są również niektóre współczesne definicje (Phares, Chaplin 1997; por. Krzyżewski 1990), jednak łaciński źródłółłów jest dla nich wspólny\*.

Analiza etymologiczna wskazuje, że również pojęcie odczuwania wywodzące się z greckiego *páthos* oznaczającego czynność związaną z jakimś czuciem, czyli z procesem fizjologicznym, którego w sobie doświadczamy (por. Plezia 1974), co łączy je treściowo z emocją. Pokrewieństwo to występuje również w przypadku terminów: afekt, uczucie, nastrój\*\*. Warto zwrócić uwagę, że wyraz „emocja” i jego semantyczne znaczenie funkcjonuje przede wszystkim w kulturze zachodniej. Richard Allan Schwe-

---

\* Więcej na ten temat można znaleźć w książce: P. Sollier (1969).

\*\* Dokładniejsza analiza tego pokrewieństwa zostanie przedstawiona w drugim rozdziale.

der kwestionuje nawet, że definicje emocji, i w ogóle – emocje, istnieją we wszystkich społeczeństwach i kulturach: „Nawet, jeżeli wszyscy ludzie «emocjolizowaliby» swoje odczucia cielesne i duchowe, nie wszyscy robić to będą w jednakowy sposób” (Shweder 1991: 78) i przyznaje, że wszyscy ludzie mają odczucia, choć nie wszyscy odczytują je jako emocje i jako emocje je definiują. Odczucia ciała, których niewątpliwie wszyscy ludzie niezależnie od kultury doznają, są jedynie w kulturze zachodniej odczytywane jako emocje; w innych kulturach mogą być one odczytywane na inne sposoby. Każda kultura ma wiele środków językowych do wyrażania doświadczeń somatycznych i afektywnych, zdolność bowiem do odczuć jest podstawową właściwością normalnego ludzkiego funkcjonowania.

## Charakterystyka treści pojęcia emocji

Zawarta w tym rozdziale analiza jest oparta przede wszystkim na materiale zaczerpniętym z wybranych opracowań naukowych, współczesnych podręczników psychologii. Dodatkowo wykorzystuje także dane pochodzące z innych źródeł, m.in. ze słowników i encyklopedii. Z konieczności charakterystyka ta odnosi się tylko do psychologicznych ujęć, choć jak sugerowaliśmy już wcześniej, niemniej interesujące psychologa treści tego pojęcia mogą znajdować się i w innych dyscyplinach naukowych.

Treść wyrazu emocja była i jest bardzo zróżnicowana. Niemniej, choćby pobieżny przegląd problematyki składającej się łącznie na treść pojęcia emocji musi zostać przedstawiony, by wprowadzić pewien ład w nasze rozważania na temat emocji. Przygotuje również grunt poznawczy dla przedstawienia natury emocji w ujęciu psychologii fenomenologicznej J.P. Sartre’a w części drugiej niniejszej książki.

Biorąc pod uwagę niektóre, współczesne, podręczniki i opracowania psychologiczne na temat emocji (por. Ekman, Davidson

1998, Myers 2004), można stwierdzić, że treść wyrazu emocja oznacza:

1. Cechę psychiczną
2. Zachowania pojedyncze lub ich zespół
3. Stan psychiczny
4. Proces psychiczny
5. Człowieka posiadającego określone właściwości bądź spełniającego pewne kryteria.

Niektórzy badacze emocji, jak Brian Parkinson czy Andrew M. Colman twierdzą, że treść terminu emocja można sprowadzić do wyższej kategorii i przypisać jej pewien porządek. Kategoria pierwsza emocji mogłaby się wtedy odnosić do najprostszych reakcji emotywnych, niemalże automatycznych i krótkotrwałych (jak wzdrygnięcie się, wstręt, różne rodzaje głodu). Druga kategoria odnosiłaby się do emocji mających u swego podłoża pobudzenie sensomotorycznych mechanizmów mózgowych, dzięki czemu stany te i ich konsekwencje trwają dłużej od wzbudzających je bodźców. Trzecią kategorię stanowiłyby stany subiektywne świadomości, które można badać tylko u ludzi. Wszelkie taksonomie i klasyfikacje mają charakter prowizoryczny i zmieniają się w zależności od przyjmowanych kryteriów. Emocje można definiować podając przykłady stanów psychicznych, które należą do tej kategorii, i tych, które zdecydowanie do niej nie należą. Można je definiować przez porównanie ich do innych funkcji psychicznych lub rozpatrzenie różnych aspektów i składników doświadczenia emocjonalnego człowieka. Jednak ważną charakterystyką wyrazu emocja jest to, że wskazuje on na formalną niejednorodność opisywanych nim przedmiotów (por. Parkinson, Colman 1994).

Wybitny znawca emocji Richard Lazarus zwraca przede wszystkim uwagę na rozumienie emocji właśnie jako cechy psychicznej, choć treść pojęcia emocji może być dla niego również

pewnym stanem organizmu (Lazarus 1991)\*. Emocja jako cecha zwykle odnosi się do pewnej skłonności do reagowania w pewien szczególnie sposób na pewien rodzaj warunków. Kategoria cechy implikuje powtarzalność stanu w różnych, choć dających się w określony sposób sprecyzować warunkach. Lazarus pisał:

Mówimy o osobach gniewnych (dumnych, skłonnych do poczucia winy), co nie oznacza, że osoba taka jest zawsze zagniewana, lecz że łatwiej czy częściej niż większość ludzi wpada w gniew, a kiedy już weń wpadnie, to doświadcza czy ujawnia tę emocję z większym natężeniem niż inni ludzie (Lazarus 1991: 75).

Natomiast pojęcie emocji jako stanu organizmu odnosi się zwykle do przemijającej reakcji na specyficzne rodzaje warunków. „Kiedy powiadamy, że ktoś przeżywa, czy ujawnia gniew w jakimś czasie i miejscu, mamy na myśli stan przemijający wraz ze zmianą tych konkretnych warunków” (Lazarus 1991: 75).

Klaus Scherer rozumie treści emocji jako proces psychiczny i definiuje emocję jako:

Sekwencję wzajemnie powiązanych i zsynchronizowanych zmian wszystkich subsystemów organizmu (przetwarzania informacji, poznania, pobudzenia fizjologicznego, motywacji, działania, subiektywnego odczuwania) w odpowiedzi na ocenę zewnętrznego lub wewnętrznego bodźca jako ważnego z punktu widzenia centralnych zadań organizmu (Scherer 1993).

Emocja nie jest przez Scherera rozważana jako niezmienny stan, jak u R. Lazarusa, wywołany przez jakieś typowe zdarzenie wyzwalamą go z natychmiastowym pobudzeniem całego organizmu, ale jako pewien epizod, w trakcie którego różne składniki

---

\* Dokładna analiza teorii emocji Lazarusa zostanie zaprezentowana w dalszej części książki.

ulegają synchronizacji i desynchronizacji w wysoce zróżnicowany sposób.

Jeszcze inaczej treść pojęcia emocji określają behawioryści i neobehawioryści, zwracając przede wszystkim uwagę tylko na zachowaniowy aspekt emocji, a nawet sprowadzają emocję jedynie do zachowania\*.

Zgodnie z innymi podręcznikami psychologii, np. *Człowiek i psychologia* (Salovey, Mayers, Caruso 2012) oraz *Psychologia. Podręcznik akademicki* (Strelau 2000b), wyraz emocja używany jest w psychologii w co najmniej trzech różnych znaczeniach i odnoszony jest do:

1. Syndromów emocjonalnych
2. Stanów emocjonalnych
3. Reakcji emocjonalnych

Syndromy emocjonalne mamy na myśli, kiedy mówimy o gniewie, strachu, miłości itd. „w ogóle”. Są to wyrazy pojęcia emocji pochodzące z teorii potocznych i mają aspekt opisowy i nakazowy, na przykład syndrom gniewu opisuje i nakazuje, co może lub powinna robić rozgniewana osoba. Stan emocjonalny natomiast to względnie krótkotrwała, odwracalna dyspozycja do reagowania w sposób typowy dla odpowiadającego jej syndromu. Reakcja emocjonalna to bieżący i bardzo zmienny zbiór reakcji ujawnianych przez człowieka znajdującego się w jakimś stanie emocjonalnym. Do reakcji emocjonalnych należą: wyraz twarzy, zmiany fizjologiczne, zewnętrzne zachowania i subiektywne doznania. Jeszcze inaczej klasyfikują i definiują treść emocji podręczniki i książki psychologiczne nieprzeznaczone dla studentów psychologii czy specjalistów w tej dziedzinie (por. Formański 2003).

W związku z różnorodnością ujęć treści pojęcia emocji, reprezentowanych w różnych podręcznikach i książkach z zakresu psychologii (podaliśmy przykłady tylko niektórych z nich), można

---

\* K. Krzyżewski (1990) proponuje odrzucenie kategorii emocji w wyjaśnianiu zachowania człowieka.

wnioskować, jak trudne i praktycznie niewykonalne jest sformułowanie jednej wyczerpującej definicji emocji, która obejmowałaby wszystkie zjawiska psychiczne, jakie psychologdy (i nie psychologdy) mogliby nazwać emocjami. Psychologdy badają różne aspekty definicji emocji, ale wieloznaczność i niedookreśloność tego pojęcia będzie dla nich zawsze przeszkodą w formułowaniu jednoznacznych sądów. Niemniej wydaje się, że zadowolający, chociaż w niewielkim stopniu, opis emocji i jej treści musi integrować w pewien sposób większość jej aspektów oraz, w większym lub mniejszym stopniu, określać jej cechy wspólne. Pomimo wieloznaczności terminu pojęcia emocji można ustalić względnie bezspornie treści jej pojęcia ogólnie przyjmowane przez środowisko psychologów. Istnieje mimo wszystko pewna zgoda w sposobie definiowania tak skomplikowanego zjawiska, jakim jest emocja: B. Parkinson, psycholog emocji, pisał: „Kiedy spojrzymy na rzeczy, które psychologowie, (ale także większość ludzi), pragnie nazwać emocjami, możemy zauważyć, że w większym lub mniejszym stopniu mają one cechy wspólne, a to z pewnością pozwala na pewną klasyfikację” (Parkinson, Colman 1994: 54).

Zgodnie z sugestiami Parkinsona i cytowanymi już Ekmanem i Davidsonem możemy stwierdzić, że współcześni badacze emocji zgadzają się przede wszystkim w tym, że:

1. Emocja wywołana jest przez przetwarzanie informacji i ocenę zdarzeń.
2. Emocjom towarzyszą zawsze pewne zmiany fizjologiczne i zmiany w ekspresji.
3. Emocje angażują subiektywne doświadczenia.
4. Emocje nie są fenomenami peryferyjnymi, lecz angażują cały organizm.
5. Emocjom towarzyszy wydobywanie istotnych wspomnień i oczekiwań ze świadomości.
6. Emocjom towarzyszą pewne próby i sposoby radzenia sobie ze zdarzeniami wywołującymi emocje (por. Ekman i Davidson 1996).

Robert W. Levenson i Louis L. Mades twierdzą, że nie ma większych sporów dotyczących treści pojęcia emocji, jeśli chodzi o spełniane przez nią funkcje:

1. Emocje mają własności motywujące o tyle, o ile ludzie dążą do maksymalizacji doświadczenia emocji pozytywnych i minimalizacji emocji negatywnych.
2. Emocje organizują behawioralne i fizjologiczne wzorce radzenia sobie z wywołującymi je zdarzeniami, przerywając mniej ważne, bieżące działania. Emocje, jeśli są bardzo intensywne, mogą dezorganizować zachowanie i planowanie.
3. Sygnały emocjonalne informują innych. Funkcja ta ma decydujące znaczenie nie tylko w dzieciństwie, lecz podczas całego życia toczącego się jako interakcje społeczne.
4. Emocjonalne doświadczenie każdej osoby oddziałuje na jej dobrostan i może mieć implikacje dla jej zdrowia psychicznego (por. Levenson, Mades 1980: 86).

Podsumowując powyższe cechy treści pojęcia emocji, co do których większość psychologów raczej się zgadza, można powiedzieć, że to, co wynika z etymologii pojęcia emocja, znajduje swoje potwierdzenie. Emocja zawsze przebiega przez ciało człowieka i zawsze jest jakimś doznaniem, wzruszeniem ciała, odnosi się bezpośrednio lub pośrednio do człowieka jako podmiotu emocji, choć powody jego doznań i wzruszeń mogą być różne i zależne od przyjętego paradygmatu. To paradygmat danego badacza decyduje o tym, jak te powody będą wyjaśniane i interpretowane.

Kolejną ważną cechą treści pojęcia emocji, a niewzględną zbyt często w klasycznych podręcznikach psychologii, są jego konotacje aksjologiczne. Ten właśnie aspekt emocji został szczególnie wyeksponowany w książce Magdy B. Arnold na temat związków łączących emocje z osobowością człowieka. M.B. Arnold podkreślała znaczenie wartościującego aspektu emocji w swojej koncepcji oceny poznawczej, odnoszącej się do

procesów, za pomocą których zostaje uchwycony osobisty związek z obiektem emocji: „By wywołać emocje, muszę ocenić, czy dany obiekt wpływa na mnie w jakiś sposób, wpływa na mnie osobiście, jako na osobę z moim konkretnym doświadczeniem i moimi konkretnymi celami” (Arnold 1960: 70).

O emocjach można więc powiedzieć, że zawsze są albo pozytywne, albo negatywne z punktu widzenia człowieka, do którego się odnoszą. Nie ma emocji neutralnych. Wydaje się, że najbardziej interesującą cechą właśnie tej treści emocji jest to, że zwraca uwagę na to, że emocja może stanowić jakąś odpowiedź na wartość czy to pozytywną, czy negatywną. Podkreślić jednak trzeba, że negatywne czy pozytywne aksjologiczne konotacje pojęcia „emocja” nie były zauważane od samego początku istnienia tego słowa. M.B. Arnold nie była jedynym, a bynajmniej nie pierwszym psychologiem, który zwrócił uwagę właśnie na ten aspekt emocji. Ta konotacja pojawiła się w psychologii już w XIX wieku i była przede wszystkim owocem odkryć fenomenologii. Niewątpliwie, ta treść pojęcia emocji jest szczególnie analizowana i brana pod uwagę przez J.P. Sartre’a w jego teorii emocji.

We współczesnej psychologii ogólnej obowiązują przede wszystkim dwa podejścia wobec emocji, dwie postawy, które wyznaczają kierunek jej badań oraz określają treść jej pojęcia. Jest to podejście poznawcze i fenomenologiczne. Podejście poznawcze ujmuje emocję i określa jej treść jako system ocen poznawczych, zbiór cech schematowych itp. Natomiast podejście fenomenologiczne w kwestii emocji odwołuje się do całościowych, fundamentalnych „poczuć” podmiotu (poczucia ciągłości, spójności, odrębności, niepowtarzalności własnej osoby).

W zależności więc od przyjętych paradygmatów, postaw wobec emocji, będzie się tworzyło treść tego pojęcia. Wydaje się również, że jeśli tematem integrującym psychologię były w latach siedemdziesiątych XX wieku badania dotyczące poznawczego funkcjonowania człowieka, to na początku XXI wieku tym tematem może być właśnie badanie emocji z różnych punk-

tów widzenia, szczególnie z punktu widzenia tych dwóch paradygmatów. Połączenie tych dwóch podejść może dać interesujące rezultaty poznawcze, tym bardziej że, jak staraliśmy się to wykazać w niniejszym rozdziale, fenomen emocji jest tak skomplikowanym fenomenem psychicznym, że jego badanie powinno integrować zainteresowania uczonych różnych gałęzi psychologii. P. Ekman i R. Davidson w zakończeniu swojej książki o naturze emocji napisali:

Pytania o naturę emocji na długo jeszcze pozostaną z nami, choć mamy nadzieję, że przyszła dekada badań przyniesie rozstrzygające odpowiedzi na niektóre z podstawowych pytań postawionych w naszej książce [...] Emocje to temat potencjalnie integrujący zainteresowania uczonych różnych subdyscyplin psychologii, co ma tym większe znaczenie, że współcześnie obserwuje się niepokojącą tendencję do postępującej izolacji różnych dziedzin psychologii (Ekman i Davidson 1998: 362).

Pozostaje nam więc jeszcze wyznaczenie treści pojęcia emocja poprzez przeciwstawienie jej znaczeniu wyrazów takich jak: uczucie, nastrój, afekt. Wyraźne dookreślenie treści wyrazu emocja poprzez przeciwstawienie go tym wyrazom przyczyni się do jeszcze pełniejszego jego rozumienia. Często bowiem, szczególnie w języku potocznym, utożsamia się emocje z uczuciem. W związku z tym ustalenie znaczenia pojęcia emocja poprzez porównanie i przeciwstawianie go takim wyrazom jak: afekt, uczucie, nastrój może zawierać istotną wskazówkę dotyczącą jego znaczenia\*: sugeruje możliwość jego bardzo szerokiego określenia.

---

\* Szerokie porównanie znaczeń tych wyrazów znajduje się w: C. Tavis, C. Wade (2004).

## Różnice pojęciowe pomiędzy emocją, afektem, uczuciem a nastrojem

Afekt, uczucie, nastrój to słowa używane zarówno w języku potocznym, jak i psychologicznym do oznaczenia pewnych aspektów zjawisk emocjonalnych. Emocja jako pojęcie wydaje się być więc pewną kategorią określania tych terminów. Prawie wszystkie definicje afektu, uczucia czy nastroju spotykane w słownikach psychologicznych bądź podręcznikach psychologii zawierają kategorię emocji w swoich definicjach. Afekt określa się, na przykład jako silną emocję (Szewczuk 1998), uczucie jako złożoną emocję (Szewczuk 1979), nastrój jako stan emocjonalny (Formański 2003).

Są jednak psychologowie, którzy nie przywiązują większej wagi do ścisłego rozróżniania terminów tych zjawisk emocjonalnych. William James (1890), któremu często przypisuje się autorstwo pierwszej nowoczesnej psychologicznej teorii emocji, nie rozróżniał specjalnie wyrazów afekt i emocja. W swojej definicji emocji użył zamiennie tych dwóch wyrazów: „Nasz naturalny sposób myślenia [...] polega na tym, że percepcja umysłowa pewnych faktów wzbudza afekt zwany emocją, a ten ostatni stan umysłu wywołuje ekspresję cielesną” (James 1890: 156).

Czasami również termin afekt jest używany zamiennie z terminem emocja. Ekman i Davidson w książce *Natura emocji* (1998) stosują go zamiennie, ale wydaje się, że w ich przypadku zamiennosc ta wynika z różnic pomiędzy językami i przekładem tych terminów z języka angielskiego na język polski. Dla niektórych psychologów różnica pojęciowa pomiędzy, na przykład emocją a uczuciem jest na tyle niewyraźna, że te terminy stosują zamiennie. Dla innych psychologów terminy te oznaczają odmienne typy stanów umysłowych (por. Fridja 1998). Jeśli chodzi o pojęcie nastroju, to psychologowie nie mają większych problemów z odróżnieniem go od pojęcia emocji. Prosty kryterium ich rozróżnienia jest po prostu czas trwania. Zdecydowanie dłuższy w przypadku nastroju, niż w przypadku emocji.

Bez względu na formalny nieporządek występujący czasami w określaniu treści pojęciowych takich wyrazów jak: afekt, uczucie, nastrój, można stwierdzić, że istnieje zgodność w środowisku psychologów co do definiowania wyżej wymienionych terminów i wskazywania na ich podstawowe różnice.

Rozważania w tej części książki rozpoczniemy od wykazania różnicy pojęciowej pomiędzy afektem a emocją, następnie pomiędzy emocją i uczuciem a emocją i nastrojem. Wykazywanie tych różnic ma wprowadzić większy ład w rozumienie treści słowa emocja oraz pokazać, że pewne spory pomiędzy psychologami mogą powstawać już na poziomie językowym i tylko do tego poziomu się odnosić. Typowy przykład wynikającego z nieporozumień w kwestii definiowania afektu i emocji to spór Lazarusa i Zajonca. Lazarus zarzucał definicji emocji Zajonca (por. Zajonc 1980), że: „Nie wiadomo, czy mówi on o emocjach czy jedynie o afekcie” (Lazarus 1984: 34). Pomimo że niekiedy w literaturze psychologicznej terminy: afekt, uczucie czy nastrój są używane zamiennie i nieprecyzyjnie, to jednak ich bliższa analiza, nawet tylko na zasadzie przeciwstawienia, uświadamia wyraźniej samą treść pojęcia emocji.

W *Słowniku psychologicznym* można znaleźć następującą definicję afektu.: „Afekt to reakcja emocjonalna o silnym natężeniu. Pod wpływem afektu może dojść do ograniczeń kontroli nad zachowaniem [...] Tym silnym doznaniem emocjonalnym towarzyszą wyraźne objawy wegetatywne, m.in. przyśpieszenie pulsu, przyśpieszenie oddechu, zaczerwienienie skóry, potliwość” (Szewczuk 1979). W nowszych wydaniach słowników psychologicznych do wyrazu afekt dodany jest przymiotnik patologiczny: „Afekt patologiczny jest takim stanem organizmu człowieka, który charakteryzuje się silnym zaburzeniem świadomości, brakiem zdolności do prawidłowej oceny sytuacji, zniesieniem kontroli nad zachowaniem” (Szewczuk 1998). J. Strelau (2000b) natomiast definiuje afekt jako prymarne doznanie o pozytywnym lub negatywnym znaku. Potocznie o człowieku ogarniętym afek-

tem mówi się, że nie panuje nad sobą, że nie docierają do niego żadne wyjaśnienia czy napomnienia, jego ruchy są gwałtowne, najczęściej wybucha gniewem, a nawet posuwa się do przemocy fizycznej (Strelau 2000b). Można więc powiedzieć, że afekt jest bardzo silną emocją, o wysokim stopniu pobudzenia organizmu i gwałtownym przebiegu. Cechą wyrażającą ten aspekt siły emocji jest jej natężenie. Tak więc natężenie emocji jest łączną charakterystyką afektu jako siły emocji i poziomu pobudzenia emocjonalnego. Taka wydaje się być również zasadnicza różnica pomiędzy pojęciem afektu a pojęciem emocji, przynajmniej w języku polskim. Zakres pojęcia afektu zawiera się w zakresie pojęcia emocji. Definiując afekt odwołujemy się już do przyjętej przez nas definicji emocji.

W przypadku pojęcia uczuć, sytuacja terminologiczna przedstawia się nieco lepiej. *Słownik psychologiczny* definiuje uczucie jako: „Złożony stan emocjonalny, kombinacja mniej więcej stałych elementów emotywnych i wyobrażeniowych, trwający mimo ustania pobudzenia” (Szewczuk 1998).

Janusz Reykowski dodaje: „Uczucia są utrwaloną gotowością do reagowania emocjonalnego wobec określonych obiektów, przede wszystkim wobec pojedynczych osób, a także grup ludzi, instytucji, wartości uznanych w społeczeństwie” (Reykowski 1976: 605). Można do tej definicji dodać, że uczucia są gotowością do reagowania emocjonalnego również wobec własnej osoby. Wynika z tego wyraźnie, że uczucia są doznaniem specyficznie ludzkimi. Źródłem uczuć, zgodnie z definicją Reykowskiego, są bodźce emocjonalne i zmienne zestawieniowe. Niektórzy psychologowie rozróżniają jeszcze specjalny rodzaj uczuć, jakim są uczucie wyższe, definiując je jako procesy emocjonalne związane z istnieniem norm i ideałów (Gasiul 2006). Potocznie mówi się o uczuciach religijnych, estetycznych itp. Jedno jest pewne, pojęcie uczucia w polskim języku jest zakresowo szersze od pojęcia emocji, ale również dla swojego określenia używa kategorii emocji.

Innym wyróżnikiem pojęć uczuć i emocji mogłoby być to, że uczucia zawsze wydają się być świadome, podczas gdy emocje mogą być również nieświadome (Fridja 1998). Psychoanalicy współcześni jednak tego rozróżnienia nie przyjmują i wciąż mówią na przykład o nieświadomym uczuciu winy, agresji, niższości itd. Zapewne chodzi tu o nieświadome reakcje emocjonalne, którym jednostka nie pozwala się swobodnie wyrazić, a wtedy one objawiają się poprzez mechanizmy zastępcze, jak depresja czy inne symptomy nerwicowe. Jednak psychoanalicy w takim wypadku mówią o uczuciach.

Można by podawać i inne definicje pojęcia uczucia i próbować ustalać jego zakresy mniej lub bardziej precyzyjnie. Pewne jest to, że zarówno w przypadku pojęcia emocja, jak i w przypadku pojęcia uczucie panuje w literaturze psychologicznej pewna nieścisłość, z tym że pojęcie uczucia wydaje się być jeszcze bardziej niedookreślone od pojęcia emocji oraz że pojęcie uczucia jest zarezerwowane dla wyrażenia związku z głębokimi skłonnościami jednostki, z jej popędami, z zaspokojonymi i niezaspokojonymi potrzebami.

Jeśli chodzi o pojęcie nastroju, to dla wielu badaczy emocji podstawowa różnica pomiędzy emocją i nastrojem dotyczy czasu ich trwania; emocje są krótkotrwałe, nastrój zaś długotrwały. Dariusz Doliński w podręczniku *Psychologii* pod redakcją Strelaua podaje: „Nastrój to stan emocjonalny mający walencję (pozytywną lub negatywną) i intensywność (zwykle niewielką), który charakteryzuje się mniej lub bardziej wykrystalizowanymi oczekiwaniami stanów zgodnych ze swoją walencją w najbliższej przyszłości” (Doliński 2000: 321). Zgodnie więc z tą definicją nastrój często znajduje odzwierciedlenie w subiektywnym doświadczeniu człowieka i zależy od jego subiektywnej oceny doświadczenia. Tak określił go David Watson: „Nastrój można ogólnie zdefiniować jako przemijające uczucie lub afekt, co upodabnia nastrój do subiektywnego składnika emocji” (Watson D. 2000: 67). D. Watson uważał również, że główna różnica pomiędzy nastrojem a emocją polega na znacznie dłuższym czasie jej trwania.

P. Ekman i Jerome Kagan wskazują dodatkowe różnice między tymi pojęciami: pierwszy z nich podkreśla rolę wydarzeń poprzedzających przeżywanie emocji i nastroju, (zdarzenia poprzedzające emocje są z reguły lepiej uświadamiane, nastroje zaś mogą być następstwem autonomicznych zmian w przebiegu procesów neurochemicznych), drugi zaś – odmienność tkwiących u ich podłoża procesów biologicznych. J. Kagan dodatkowo zwraca uwagę, że to, co odróżnia jeszcze te dwa omawiane stany emocjonalne, to specyficzny wyraz mimiczny, który towarzyszy tylko emocji, a nie nastrojowi. Sugeruje, że nastrojowi towarzyszy zróżnicowana aktywność mięśni twarzy, której nie można dostrzec gołym okiem, ale można ją wykryć z pomocą pomiaru ich potencjałów elektrycznych (por. Ekman, Friesen, O'Sullivan 1988; Kagan 1991).

Na kolejną istotną różnicę pomiędzy tymi pojęciami wskazuje B. Parkinson. Nastrój definiuje on: „Jako stan emocjonalny nieskierowany na jakiś określony przedmiot” (Parkinson, Colman 1994: 34). Według niego, człowiek nie zawsze zdaje sobie sprawę z przyczyn nastroju, w jakim się znajduje, a emocja zawsze jest przedmiotowa, posiada swój przedmiot i jest zazwyczaj bardziej intensywna od nastroju. Emocje są więc dla niego zawsze intencjonalne i zawsze dotyczą jakiegoś obiektu. Trudno sobie wyobrazić czystą dumę, gniew czy miłość bez skierowania ich na określony obiekt. Jest się dumnym z sukcesów, złym na kogoś, ktoś cię obraził, zakochanym w kimś konkretnym, a nie czuje się po prostu dumy, gniewu czy zakochania samego w sobie (por. Averill 1980). Zatem emocje zakładają istnienie pewnego związku pomiędzy osobą a jakimś obiektem, osobą (także nią samą) lub wydarzeniem (rzeczywistym, zapamiętanym lub wyobrażonym), nastroje zaś takiego obiektu nie posiadają.

Można również, jak w przypadku afektu i uczucia, podawać inne definicje nastroju i próbować go bardziej dookreślać, ale wydaje się, że dla potrzeb tej pracy podstawowe różnice pojęciowe pomiędzy tymi terminami zostały zaprezentowane. W ję-

zyku potocznym różnica pomiędzy pojęciem nastroju a pojęciem emocji sprowadza się do określania nastroju jako pewnej cechy czy psychicznej dyspozycji człowieka jej doznającego, natomiast emocja ma charakter stanu psychicznego. Ponadto, nastrój ma pewne konsekwencje dla występujących po nim myśli i działań, na przykład nastrój irytacji predysponuje do wybuchu gniewu, nastrój szczęścia zaś do przeoczenia negatywnych zjawisk itd., podczas gdy emocja ma wpływ na bezpośrednie działanie człowieka w danej sytuacji.

Rozważania na temat różnic pojęciowych różnych stanów emocjonalnych podsumujemy cytatem:

Choć różnice pomiędzy różnymi stanami emocjonalnymi mogą, w świetle powyższych rozważań, wydawać się dość klarowne, trzeba sobie zdawać sprawę z ogromnego zamieszania terminologicznego, z jakim mamy do czynienia w psychologii emocji. Bardzo wielu badaczy używa zamiennie terminów: afekt, uczucie, nastrój, emocja. Szczególnie wiele nieporozumień wiąże się z tym ostatnim pojęciem, które używane jest w tak różnych znaczeniach, jak być może żaden inny termin psychologiczny (Doliński 2000: 347).

---

# EMOCJA W UJĘCIU PSYCHOLOGII FENOMENOLOGICZNEJ JEANA PAULA SARTRE'A

---

*Do prawdziwej, pełnej wiedzy, nie dochodzi się ani na drodze tylko samej obserwacji empirycznej (czy eksperymentalnej), ani na drodze samej analizy racjonalnej; dlatego psychologia i filozofia potrzebują siebie nawzajem.*

Wilhelm Wundt

## Fenomenologia, psychologia a psychologia fenomenologiczna

Fenomen emocji stanowił dla Jana Paula Sartre'a, od początku jego działalności filozoficzno-naukowej, niezwykle wyzwanie. Jego zdaniem współczesna mu psychologia miała (i wciąż ma) duże kłopoty ze zdefiniowaniem i określeniem natury emocji. Upływ czasu i istotny wzrost liczby badań empirycznych nad emocjami nie wskazywały na to, że natura emocji zostanie jednoznacznie określona. J.P. Sartre zawiedziony dotychczasowymi osiągnięciami psychologii, ale i filozofii, zapoczątkował badania nad naturą emocji w oparciu o fenomenologiczną metodę badań i opublikował je w podstawowym dziele *Byt i nicość* (Sartre 2007) oraz rozprawie psychologicznej *Szkic o teorii emocji* (Sartre 2006)\*. Poglądom zaprezentowanym w tej rozprawie poświęcimy więcej miejsca w tej części książki.

Mimo upływu lat od opublikowania prac Sartre'a na temat emocji, wciąż mogą one stanowić inspirację dla współczesnych badań psychologicznych. To, co wydaje się najbardziej aktualne w sartrowskiej teorii emocji dzisiaj, to przede wszystkim jej holistyczny, nieredukcjonistyczny i alternatywny sposób ujęcia natury emocji. Nowość sartrowskich analiz przedstawianych głów-

---

\* Rozważania Sartre'a na temat emocji pojawiają się również i w innych jego dziełach. Nie stanowią już jednak tam głównego tematu rozważań.

nie w jego psychologicznej rozprawie o emocjach zasadza się na specyficznej postawie wobec badania emocji, która zgodnie z fenomenologicznymi założeniami ustala kierunek przeżyć poznawczych człowieka. Jako zwolennik fenomenologii, Sartre wykazywał daleko posuniętą nieufność w stosunku do tzw. pewnych danych, stanowiących podstawę i materiał badawczy nauk empirycznych. Według niego, wiele zagadnień dotyczących natury człowieka i natury jego emocji nie zostanie nigdy rozstrzygniętych tylko na terenie nauk empirycznych, m.in. psychologii. To, co mogą nam ofiarować te nauki, może się tylko sprowadzać do ułamków, fragmentów mechanistycznie i schematycznie skompiłowanych faktów doświadczalnych – cokolwiek miałyby te fakty oznaczać. Sartre pisał: „Bo czyż to naprawdę «fakty», jakkolwiek by je psycholog określał, są w rzeczywistości pierwszą daną doświadczenia w porządku poznawczym? A może jest nią sens, znaczenie, istota, a nie sam fakt” (Sartre 2006: 45).

Sartre próbując poznać naturę człowieka i jego emocji, zwraca się o metodologiczne wsparcie do fenomenologii, proponując, po pierwsze, swoistą *epoché* obejmującą dotychczasowe ustalenia w kwestii natury emocji, po drugie, uzna za zasadnicze pytanie o *eidós* psychologii. Psychologia, w sensie ogólnym, była dla niego badaniem i opisywaniem zachowania się człowieka-w-świecie oraz nauką zajmującą się badaniem procesów psychicznych\*. Zgodnie ze swoimi fenomenologicznymi badaniami, Sartre traktuje zachowanie nie w kategoriach reakcji (fizjologicznych czy psychologicznych), lecz w kategoriach znaków (tego, co znaczące) odsyłających do sytuacji w świecie, do indywidualnych relacji i związków ze światem zewnętrznym. Natomiast same emocje traktuje jako świadomościowe intencje kierujące i odsyłające człowieka poza siebie.

---

\* Sartre psychologię rozumiał przede wszystkim jako naukę pozytywną, czyli taką, która stosuje pozytywne metody badawcze. Dzisiaj częściej mówi się o psychologii empirycznej w takim rozumieniu. Ze względu jednak, że przedstawiamy poglądy Sartre'a, będziemy również używać określenia psychologii jako nauki pozytywnej.

Jego zdaniem, poszukiwanie istoty emocji zakłada odrzucenie klasycznego podejścia eksperymentalnych nauk psychologicznych i konieczność fenomenologicznego zrewaloryzowania psychologii. Sartre często zwracał uwagę na to, że: „Jeśli psychologowie prześcigają się w gromadzeniu coraz to nowych faktów, to nawet nie wiadomo, jak liczna ich suma nie ukáže *eidos* zjawiska emocji. Dzieje się raczej na odwrót, to dopiero istota czegoś umożliwia wgląd w samą naturę faktów” (Sartre 2006: 23). Sartre próbuje fenomenologicznie zrewaloryzować psychologię i stawia pytanie nie tyle o to, czym jest emocja, ale jak w ogóle możliwa jest emocja. Stawia na wstępie swoich badań pytanie o strukturę emocji (jej istotę), a nie o emocję (jako fakt). Tak postawione pytanie nabiera innego sensu i specyficznie wytycza kierunek badań nad emocją. Fenomenologia była dla Sartre’a przede wszystkim samoświadomą dziedziną badań, która nie widzi owej, rzekomo pewnej, przekładalności pomiędzy faktami (danymi) uzyskanymi z doświadczeń a ich strukturami. Przekładalność tę uznają za coś oczywistego krytykowane przez niego nauki eksperymentalne. Według Sartre’a, w procesie obserwacji faktów decydującą rolę odgrywa abstrakcja i myślenie. Każde poznanie jest psychicznie uwarunkowane przez psychikę poznającego\*. We *Wprowadzeniu do psychologii* Françoise Parot i Marc Richelle piszą:

Każda nauka empiryczna wszystko rozpoczyna naturalnie poprzez obserwację rzeczywistości, która się przedstawia jako przedmiot badania. [...] obserwacja nie jest wcale uwolniona od założeń teoretycznych, nawet wtedy, gdy obserwator uważałby siebie za całkowicie bezstronnego. Ale zostawimy tę kwestię chwilowo na boku [...] Obserwator, którego ambicją byłoby opisać i odtworzyć rzeczywistość taką, jaką ona jest – lub wydaje się być – we wszystkich swoich aspektach i we wszystkich swoich szczegółach zdałby sobie szybko spr-

---

\* Liczne argumenty potwierdzające owo poznawcze założenie prezentuje również Edmund Husserl w *Badaniach logicznych* (1900–1901).

wę z szalonego charakteru tego przedsięwzięcia: nie tylko wyczerpałby szybko swoją energię działania, ale spostrzegłby w końcu, że znajduje się ponownie w punkcie wyjścia. Zrozumiałby więc, że obserwować znaczy abstrahować, to znaczy wydobywać pewne własności ignorując inne (Parot, Richelle 2005: 223).

Nie można więc czegoś obserwować nie abstrahując jednocześnie od czegoś innego. Nie dziwi zatem stwierdzenie Sartre'a, że postulowany już przez Husserla ogląd eidetyczny, doświadczenie struktury (umożliwione teorią redukcji), pozwoli na właściwe i rzetelne zrozumienie badanej emocji (por. Husserl 1965). Aby jednak przedstawić dokładnie analizę i rekonstrukcję poglądów Sartre'a na naturę emocji, konieczne jest zaprezentowanie podstaw i założeń fenomenologii, jako nauki filozoficznej, i psychologii, jako nauki pozytywnej. Psychologia fenomenologiczna, jako wypadkowa tych dwóch nauk, jest pewną propedeutyką psychologii i wymaga niejako od samej siebie prezentacji swoich własnych założeń. Dopiero po dokładnym przedstawieniu najpierw tego, czym jest fenomenologia, a następnie psychologia jako nauka pozytywna, będzie można zaprezentować fenomen emocji w ujęciu psychologii fenomenologicznej J.P. Sartre'a. Fenomenologia, będąc bowiem przede wszystkim teorią i metodą poznania, traktuje integralnie istotę poznawania przedmiotu z przedmiotem poznawania (Husserl 1965).

Akt poznawczy nie jest dla fenomenologii faktem przyrodniczym (jak to ma miejsce na przykład w psychologii poznawczej), ale przede wszystkim chodzi w nim o rozjaśnienie samego poznawania co do istotowej możliwości jego funkcji. Zatem hasło Husserla „iść ku samym badanym rzeczom” prowadziło Sartre'a do czynnika niepowątpiewalnego i niekwestiowanego. Do świadomości i relacji emocja–świadomość. Sartre przykładał ogromną wagę do rozumienia świadomości w terminach owej przeżyciowej intencjonalności: świadomość „działa” w określonej rzeczywistości i tylko poprzez opis jej intencji można przed-

stawić tę syntetyczną prawdę, i tylko poprzez analizę wszelkich możliwych fenomenów danych w różnych *modi* jej nastawień. Emocjonalną strukturę świadomości ujmuje Sartre jako fenomen transcendentálny, tym samym opis i analiza fenomenu emocji nie musi się zacieśniać do opisu i analizy tylko na przykład jednej emocji (strachu, smutku), ale umożliwia ujęcie struktury, istotę transcendentálną emocji, jako zorganizowany typ świadomości.

W dalszych rozważaniach po wprowadzeniu do fenomenologii jako nauki filozoficznej i wprowadzeniu do psychologii jako nauki pozytywnej wyłoni się obraz psychologii fenomenologicznej, która zakłada, iż emocja jest tak złożonym przedmiotem poznania, że wymaga specyficznej metody poznania, która różniłaby ją od tradycyjnych, indukcyjnych metod poznawczych, a jest nią właśnie metoda fenomenologiczna. Na tym gruncie można przedstawić fenomen emocji w rozumieniu J.P. Satre'a, porównać jego teorię emocji z wybranymi, psychologicznymi teoriami emocji i wyciągnąć wnioski. Niewątpliwie bowiem teorie psychologiczne stanowiły dla Sartre'a źródło inspiracji i miały duży wpływ na formułowanie się jego własnej teorii emocji.

### Co to jest fenomenologia?

Jean Paul Sartre przejmuje prawie całkowicie założenia i podstawy fenomenologii od jej twórcy Edmunda Husserla:

Fenomenologia ma być nauką o fenomenach poznania w dwójakim sensie, o poznaniach jako przejawach, przedstawieniach, aktach świadomości, w których te czy tamte przedmioty przedstawiają się, zostają uświadomione, w sposób bierny bądź czynny, z drugiej zaś strony o samych tych przedmiotach jako tak się przedstawiających (Husserl 1974: 34).

Słowo fenomenologia oznacza dosłownie naukę o fenomenach, czyli zjawiskach. A przez fenomen należy rozumieć: „To, co przejawia się samo w sobie [...] to, czego rzeczywistość jest

właśnie wyglądem” (Heidegger 1977: 35). Fenomenologia jako nauka filozoficzna, do której zostanie odniesiona psychologia fenomenologiczna, jak pisze Krzysztof Krzyżewski, może być potraktowana na dwa sposoby: „Jako metoda fenomenologiczna i jako filozofia fenomenologiczna, to znaczy ujęcie i rozwiązanie problematyki filozoficznej możliwe dzięki metodzie fenomenologicznej. Obydwa te sposoby potraktowania fenomenologii nawiązują do zapoczątkowanego tekstem E. Husserla, *Badania logiczne* (1900–1901), ruchu fenomenologicznego” (Krzyżewski 1998: 551).

Można zatem powiedzieć, że fenomenologia jest pewnym metapoznawczym badaniem, które zawsze integralnie traktuje istotę poznawanego przedmiotu z przedmiotem poznania, ponadto jest pewną refleksją nad istotą samego poznawania. Fenomenologia jako teoria poznania w sposób istotny różni się od psychologii poznawczej. Jakkolwiek, można pomyśleć, że przedmiot ich badań jest częściowo wspólny (akty poznawcze, zjawiska psychiczne), to jednak każda z tych nauk bada ten przedmiot z innego punktu widzenia. Psychologię poznawczą obchodzi faktyczny przebieg procesów poznawczych. Stara się ona je opisać, sklasyfikować i znaleźć prawa rządzące faktycznym jej przebiegiem. Fenomenologia pyta o coś zupełnie innego. Akty poznawcze, jak również rezultaty poznawcze, poddajemy ocenie. Oceniamy je z punktu widzenia ich prawdy lub fałszu, oceniamy je też z punktu widzenia ich uzasadnienia. Faktyczny przebieg procesów poznawczych, którym zajmuje się psychologia poznawcza, nie jest czymś najważniejszym dla fenomenologii. Fenomenologię interesuje przede wszystkim to, według czego poznanie bywa oceniane, a więc prawda i fałsz poznania, zasadność i bezzasadność poznania (por. Ajdukiewicz 2003)\*.

Punktem wyjścia fenomenologii, w odróżnieniu do wszelkich nauk eksperymentalnych, jest wyłączenie nastawienia naturalne-

---

\* Obszernie na temat różnicy pomiędzy fenomenologią a psychologią poznawczą pisze również E. Nęcka (1994).

go wobec świata i „Ja” psychicznego (dzięki redukcji fenomenologicznej), ale na zasadzie wolnej decyzji podmiotu. Decyzja ta ma pozwolić na uczynienie przedmiotem badania samą subiektywność człowieka, jego świadomość transcendentalną, jego „Ja” transcendentalne. To „wzięcie w nawias” świata zewnętrznego jest zabiegiem poznawczym, który ma na celu dotarcie do absolutnej bliskości badacza i badanego obiektu. W tym specyficznym aspekcie właśnie fenomenologia jest przede wszystkim postawą człowieka wobec siebie samego i świata oraz metodą postrzegania rzeczywistości, które decydują o warunkach możliwości poznania danego przedmiotu w ogóle. Alison Wadeley we *Wprowadzeniu do psychologii* pisała, że:

Nacisk na metody jakościowe jest charakterystyczny dla badań fenomenologicznych, które proponują pewną liczbę alternatyw dla tradycyjnego podejścia empirycznego. Ogólnie fenomenolodzy traktują badacza i badany obiekt jako jedność [...], preferują bardziej otwartą, szczegółową analizę tego, co ludzie mówią, piszą lub czynią, dowodząc, że aby ich zrozumieć, należy uwzględnić to, że konstruują własny świat, nadając mu sens oparty na ich zapleczu społecznym, kulturowym i historycznym (Wadeley, Birch, Malim 2002: 101).

Heidegger uważał, że wszelkie studia nad człowiekiem, odróżnia, na przykład, od zagadnień ścisłych właśnie ten wyjątkowy fakt, że: „Rzeczywistość ludzka to my sami: Bycie, którego analizy mamy dokonać, to my sami, byt tego bycia jest mój” (Heidegger 1977: 41). Z tej bliskości, badacza i badanego obiektu, która możliwa jest dzięki redukcji fenomenologicznej, wynika jeszcze jedna niezwykle istotna sprawa, którą zauważył Sartre:

Otóż nie jest to obojętne, czy ta rzeczywistość ludzka jest mną, ponieważ właśnie dla tej rzeczywistości ludzkiej istnieć znaczy brać na siebie swój byt, to znaczy być za niego odpowiedzialnym [...] To znaczy, że w istocie zrozumienie nie jest jakąś jakością, przychodzącą z zewnątrz do rzeczywistości

ludzkiej, to jej własny sposób istnienia. W ten sposób rzeczywistość ludzka, która jest mną, bierze na siebie swój własny byt i pojmuje go poprzez jego zrozumienie. To rozumienie jest moim rozumieniem. Jestem zatem najpierw bytem, który mniej lub bardziej rozumie swoją ludzką rzeczywistość, a to znaczy, że staję się człowiekiem poprzez rozumienie siebie jako takim (Sartre 2006: 14).

Innymi słowy ambicją fenomenologii, jako teorii poznawczej, jest przede wszystkim próba zrozumienia przyczyn rozumienia tego, jak człowiek rozumie swoje własne rozumienie i siebie samego. Rozumienie bycia jest sposobem bycia człowieka, które przede wszystkim decyduje o jego egzystencji\*.

Ponadto, fenomenologia określa tę prawdę, że nie tylko przypadki jednostkowe, ale również ogólne stany rzeczy można doprowadzić do absolutnej samoprezentacji. Dany przedmiot indywidualny nie jest tylko właśnie indywidualny, jest nie tylko tym, który jest, jednorazowy, ale ma „sam w sobie” jako tak a tak stworzony, pewną strukturę, która niejako „z istoty” do niego przynależy. Struktura oznacza coś, co we właściwym bycie danego indywiduum znajdujemy jako to, czym on jest, czyli jego właściwe *eidós*.

Według fenomenologii, człowiek jest w stanie wypatrzyć bezpośrednio tę zależność struktury i przedmiotu indywidualnego w postrzeżeniu indywidualnym danego przedmiotu, dzięki redukcji ejdetycznej. Husserl pisał: „Ogląd dający doświadczenie, czyli indywidualny, może przejść w ideację, czyli ogląd struktury [...] Struktura jest przedmiotem nowego gatunku. Tak jak tym, co dane jest w oglądzie indywidualnym, czyli «doświadczającym» jest przedmiot jednostkowy, tak tym, co dane jest we wglądzie w strukturę jest czysta struktura” (Husserl 1990: 10).

Wpatrzenie się w strukturę jest zatem oglądem i jest wpatrzeniem się w specjalnym znaczeniu, jest to pierwotny ogląd,

---

\* Głębokie analizy tej zależności sposobu bycia w świecie od rozumienia bycia znajdują się w dziele Heideggera *Bycie i czas* (por. Heidegger 2004).

który ujmuje strukturę w właściwości jej formy. Struktura może występować w danych doświadczalnych, takich jak postrzeżenie, wspomnienie itd., ale równie dobrze i w czystych danych wyobraźni. Żeby ująć więc strukturę taką, jaka ona jest samą i pierwotną, możemy wyjść od odpowiednich oglądów (spostrzeżeń), które tworzą doświadczenie, ale możemy również wyjść od oglądów (spostrzeżeń), które nie doświadczają, nie ujmują istnienia, ale raczej kształtują je wyobrazeniowo. Rozpoznanie tej prawdy ma decydujące znaczenie dla fenomenologii. Jej szczególny charakter polega bowiem na tym, że jest analizą strukturalną i strukturalnym badaniem, w ramach badania czy-sto oglądowego\*.

Fenomenologia więc jako nauka o fenomenach przyjmuje inne pojęcie doświadczenia niż, na przykład, psychologia pozytywna rozpoczyna swoje badanie nie od faktów empirycznych, ale właśnie od fenomenów świadomości, dopuszcza możliwość oglądowego doświadczenia istot ogólnych rzeczy w swej intuicji fenomenologicznej. Tym sposobem chce zyskać wyraźne pierwszeństwo i znaczną przewagę w stosunku do wszelkich badań empirycznych. Tą drogą, zakłada fenomenologia, uda się dojść do prawd bezwzględnych, które nie tylko posiadają powszechną ważność i wewnętrzną konieczność myślową, ale zarazem powinny dawać podstawy i normy dla wszelkiego myślenia oparte-go na doświadczeniu.

Z takich założeń wynika, że w poznaniu występuje również niewspółmierność faktów i fenomenów. Ten, kto zaczyna swoje badanie od faktów, nigdy nie dojdzie do wyjaśnienia fenomenów. Dlatego też Sartre usiłował opisywać i ustalać za pomocą pojęć naturę emocji i badać ją jako fenomen transcendentálny, i to nie tylko poprzez odwoływanie się do szczególnych emocji,

---

\* W psychologii poznawczej ogląd (wgląd) definiuje się jako „Formę uczenia się polegającą na rozwiązaniu problemu dzięki często nagłemu zrozumieniu, jak powiązane są elementy sytuacji lub jak można je przeorganizować, aby dojść do rozwiązania” (Tavris, Wade 2004: 542).

choć z pewnością też, ale poprzez próbę dotarcia do transcendentnej istoty emocji i wyjaśnienia jej jako zorganizowanego typu świadomości. Sartre pisał:

Psycholodzy nie zdają sobie tak naprawdę sprawy, że równie niemożliwe jest dotarcie do istoty zjawiska psychicznego poprzez gromadzenie przypadków, co osiągnięcie jedności poprzez dodawanie w nieskończoność cyfr po przecinku do 0,99. [...] Ponadto psychologia, pojmowana jako nauka o pewnych faktach ludzkich, nie mogłaby być początkiem nauk, ponieważ fakty psychiczne, z którymi się spotykamy, nie są nigdy faktami pierwszymi. Są one, w swej istotnej strukturze, pewnymi reakcjami człowieka na świat. Zakładają zatem człowieka i świat, i mogą nabrać prawdziwego sensu dopiero wtedy, gdy wpierw naświetlimy te dwa pojęcia (Sartre 2006: 13).

Leszek Kołakowski (1965) napisał kiedyś o naukach empirycznych, że:

Kierują się mylącą nadzieją [...], że mogą gromadzić fakty z powierzonego sobie obszaru świata, mogą je klasyfikować, uogólniać i zagęszczać w teoriach wyjaśniających, a przecież ta nieskończenie spiętrzająca się masa faktów i teorii, dzięki którym człowiek coraz skuteczniej poddaje materię swojej kontroli, pozostawia ciągle przygnębiające poczucie niezrozumienia bytu, mnożąc swoje środki władzy technicznej człowiek powiększa nieustannie dystans pomiędzy własną umiejętnością operowania rzeczami, a zdolnością ich rozumienia (Kołakowski 1965: 234).

Zatem źródłowość fenomenologii polega na bezpośrednim kontakcie z przedmiotem poznania w świadomości oraz zasadniczym punktem wyjścia jej badań jest najpierw struktura świadomości, struktura faktu, jego sens i znaczenie, a nie sam fakt czy fakty wyodrębnione jako poszczególne byty istniejące w świecie.

Fenomenologia rozpoczyna badanie nie od indukcji klasycznej, która jest podstawą nauk empirycznych, ale od redukcji fenomenologicznej i analizy własnej świadomości i danego przedmiotu poznania. Jej metoda postrzegania rzeczywistości i jej poznawania jest specyficzna i różni się wyraźnie od innych metod poznania stosowanych w naukach empirycznych.

Istotnym założeniem fenomenologii jest również to, iż uznawała, że do istoty aktów poznawczych przynależy to, że posiadają one pewne *intentio* (Brentano 1999), że zawsze w jakiś sposób odnoszą się do czegoś o charakterze jakiegoś przedmiotu. Odnoszenie się do przedmiotów przysługuje aktom poznawczym nawet wówczas, gdy sam przedmiot poznania realnie nie występuje w poznaniu. W przypadku, emocji jako przedmiotu poznania, można napisać, że emocja „ma” zawsze przedmiot intencjonalny, jest emocjonalną świadomością czegoś, a z tego wynika, że jej wszelkie akty i „wytwory intencjonalne” muszą być czymś znaczącym. Sartre twierdzi: „Gdy chce się adekwatnie zbadać i opisać emocje, należy wyjść od tych ściśle skorelowanych tez: intencjonalność, bycie-w-świecie, bycie znaczącym, czyli odsyłania poza siebie” (Sartre 2006: 10).

Intencjonalność jest zatem podstawową własnością życia psychicznego dla każdego fenomenologa. Intencjonalność ta jest również podstawowym kryterium odróżnienia rozumienia doświadczenia, jakie przyjmują nauki empiryczne, od tego, jakie przyjmuje fenomenologia. Doświadczenie dla fizyka, biologa czy psychologa eksperymentalnego jest tym, co ujawnia się poprzez doświadczenie, samo nie będąc bezpośrednio doświadczanym. Fenomenologia interesuje doświadczenie jako doświadczanie, bardziej refleksyjnie odnosi się on do rozumienia doświadczenia.

Pomijając wszelkie wątpliwości krytyczne, jakie nasuwają się w związku z założeniami, które przyjmuje fenomenologia, oraz ze stosowaną przez nią metodą poznawczą, można stwierdzić, że najważniejszym jej osiągnięciem dla psychologii było i jest to, że pokazała, iż nie ma wiedzy wolnej od podmiotowości, że psy-

chologia jest nie tylko zbiorem informacji, ale przede wszystkim sposobem stawiania pytań i odpowiadania na nie.

Ponadto, fenomenologia była impulsem dla powstania „trzeciej siły w psychologii”, czyli przyczyniła się do rozwoju psychologii humanistycznej. Dzięki niej w latach sześćdziesiątych (por. Myers 2004) psychologia zaczęła powracać do swoich pierwotnych zainteresowań procesami psychicznymi, zajmując się badaniem przetwarzania i zachowywania informacji w umyśle.

### Sartre’a krytyczna ocena statusu psychologii pozytywnej

Psychologia pozytywna była dla Sartre’a przede wszystkim nauką, która przyjmuje dwa określone typy doświadczenia: doświadczenie, które ogranicza się do percepcji przestrzenno-czasowej ciał zorganizowanych i do introspekcji. Zaobserwowane fakty oraz własne stany psychiczne muszą być poddane analizie i na tej analizie ma polegać, zdaniem Sartre’a, główne zadanie psychologii pozytywnej lub empirycznej (dzisiaj terminy „pozytywna” i „empiryczna” stosuje się zamiennie).

W literaturze psychologicznej są jednak i inne ogólne rozróżnienia samej psychologii. Według Carla Rogersa:

Istnieją trzy główne nurty w amerykańskiej psychologii, mieszające się bez wyraźnej linii podziału, a jednak zupełnie różne. Z pierwszym nurtem związane są takie słowa jak „behawioryzm”, „obiektywny”, „eksperymentalny”, „bezosobowy”, „logiczno-pozytywistyczny”, „operacyjny” i „laboratoryjny”. Z drugim kojarzą się takie terminy, jak „freudowski”, „neofreudowski”, „psychoanalityczny”, „psychologia nieświadomości”, „instynktowny”, „psychologia ego”, „psychologia id” i „psychologia dynamiczna”. Z trzecim nurtem natomiast związane są takie słowa, jak „fenomenologiczny”, „egzystencjalny”, „teoria «ja»”, „samoaktualizacja”, psychologia zdrowia i rozwoju”, „bycie i stawanie się” oraz „nauka o doświadczeniach wewnętrznych (Rogers 1996: 134).

Amadeo Giorgi z kolei twierdzi, że psychologia winna być oparta na trzech założeniach wstępnych: „Wierności fenomenowi ludzi jako osób, specjalnemu zainteresowaniu niepowtarzalnie ludzkimi fenomenami i uznaniu prymatu ludzkiego życia jako relacji” (Giorgi 2002: 11).

J. Strelau dzieli psychologię: na psychologię naukową, która jest zbiorem twierdzeń dotyczących regularności i zależności, zawierającym opis i wyjaśnienie faktów należących do sfery psychiki i stanowiących podstawę do przewidywania nowych zjawisk, psychologię humanistyczną obejmującą ujęcia aksjologiczne, a więc określającą, co jest dla człowieka dobre, co słuszne itp. oraz psychologię potoczną, która odnosi się do mniej lub bardziej powszechnego przekonania dotyczącego natury ludzkiej, mechanizmów ludzkiego zachowania itp. (Strelau 2000b).

Jakkolwiek byśmy nie rozróżniali psychologii jako nauki i precyzowali jej przedmiot i metodę poznawania, to ostrze sartrowskiej krytyki psychologii było i jest skierowane przeciwko pojęciu faktu i doświadczenia, które ona przyjmuje jako swoją podstawę i fundament. Obecnie ostrze tej krytyki jest nieco stępione dzięki wprowadzanym rozróżnieniom w łonie samej psychologii. Wskazane jest nawet, aby różne psychologie obok siebie istniały i aby zgodnie ze sobą współpracowały. Być może najbardziej płodnym i wartościowym rozwiązaniem kwestii statusu psychologii jako nauki byłaby właśnie mieszanka tego, co najlepsze w odmiennych paradygmatach, i przyjęcie pluralistycznego podejścia do rozumienia psychologii jako nauki o zachowaniu i procesach psychicznych człowieka.

Jak wszystkim naukom empirycznym, tak i psychologii pozytywnej chodzi przede wszystkim o możliwie obfite nagromadzenie faktów na temat natury człowieka. Najwłaściwszą metodą ich gromadzenia jest postrzeganie zachodzących wydarzeń zewnętrznych wobec świadomości oraz wewnątrz świadomości. Można stwierdzić, że metodą poznawania psychologii pozytywnej faktów zewnętrznych wobec świadomości jest przede

wszystkim obserwacja i eksperyment, metodą zaś poznawania faktów wewnątrz świadomości jest introspekcja.

Zjawiska psychiczne nie mogą być jednak postrzegane tylko tak jak wydarzenia w przyrodzie, za pomocą zmysłów. Mogą być również przeżywane bezpośrednio, w sposób znany każdemu z nas, ale niedający się bliżej opisać. Aby więc zebrać fakty, musimy postrzegać i poddawać sądowi to, co wewnętrznym przeżywamy lub zewnętrznym zaobserwujemy. Wszystkie zjawiska psychiczne, które przeżywamy, przy bliższym badaniu jawią się jako złożone, więc chodzi o to, aby odkryć zjawiska pierwotne, z których obserwowane zjawiska składają się i powstają. Jedno jest jednak pewne, psychologia pozytywna oczekuje w swoich badaniach przede wszystkim faktów. Sartre pisał: „Psychologia z definicji oczekuje czegoś wyizolowanego, preferując, ze względu na pozytywizm, przypadek nad istotę, przypadkowość nad konieczność, a nawet jej na tej przypadkowości najbardziej zależy” (Sartre 2006: 19).

Samo doświadczenie, pojęcie doświadczenia, jest dla psychologii czymś tak oczywistym i „rzeczywistym”, że nie ma potrzeby badania samej istoty doświadczenia i doświadczania w ogóle – doświadczenie, jakie jest, przedstawia się samo w sobie. Aby lepiej i sprawniej kolekcjonować owo doświadczenie, owe fakty, psychologia pozytywna opracowała metodę działania, zwaną eksperymentalną, która polega na zestawianiu warunków powstawania zjawisk psychicznych zgodnie z pewnym zamiarem i planem, ale tak, aby można je było dowolnie zmieniać ilościowo i jakościowo. Metoda introspekcji ma tylko dodatkowo uzupełniać materiał badawczy gromadzony metodą eksperymentalną. Ambicją psychologów pozytywnych jest, aby tak właśnie postępować we wszelkich badaniach psychologicznych i tylko tak, bo to, co przynosi w naukach przyrodniczych najlepsze efekty, musi również przynosić takie korzyści i psychologii. W ostatnich latach metoda eksperymentalna bardzo się rozwinęła i wynalazła bardziej precyzyjne narzędzia, które ułatwiają badania i czy-

nią ich wyniki dokładniejszymi. Dobre wyniki metoda ta osiąga szczególnie w analizach spostrzeżeń zmysłowych. Dzięki jej zastosowaniu poznaje się wiele zagadnień dotyczących natury człowieka i jego funkcji psychicznych (pamięć, kojarzenie, myślenie itp.). Metoda empiryczna nie określa *a priori* przedmiotu badań i jego granic, ale, jak zauważa Sartre, jeśli psychologia ma być nauką, która dotyczy człowieka, a na pewno jest to jej powołaniem, to nie może poznawać człowieka tylko tak, jak to czynią nauki przyrodnicze, ponieważ:

Nauki przyrodnicze nie zmierzają do poznania świata, ale warunków pojawienia się pewnych zjawisk ogólnych. Już dawno owo pojęcie świata zniekształciło się pod ogniem krytyki metodologów i to właśnie, dlatego że nie sposób stosować zarazem metod nauk pozytywnych i jednocześnie mieć nadzieję, że pewnego dnia doprowadzą one do odkrycia sensu tej syntetycznej całości nazywanej światem. Otóż człowiek jest bytem tego samego rodzaju, co świat, i jest nawet możliwe, jak sądził Heidegger, że pojęcie świata i rzeczywistości ludzkiej (*Dasein*) są nierozłączne. Dlatego właśnie psychologia musi się pogodzić z tym, że mija się z rzeczywistością ludzką, o ile tylko ta rzeczywistość ludzka istnieje (Sartre 2006: 10).

Z tych względów m.in. będzie postulował Sartre istnienie psychologii fenomenologicznej jako tej, która ma zająć się tą rzeczywistością ludzką, czyli człowiekiem, w sposób adekwatny do swojego przedmiotu poznania.

Obok krytyki metody eksperymentalnej, jako tej, która bada tylko naturę zjawisk psychicznych, Sartre przeprowadza również krytykę metody introspekcyjnej, jako tej, która ma tylko poznawać fakty wewnątrz świadomości. Zdaniem Sartre'a, źródłem „prawdziwego” doświadczenia jest sama świadomość, czyli jej spostrzeżenie wewnętrzne, i polega ona najpierw na bezpośrednim kontakcie z przedmiotem doświadczenia w świadomości, a nie tylko na samoobserwacji. Bezpośredni kontakt z przedmiotem doświadczenia świadomości jest możliwy dzięki

wprowadzeniu, dzięki fenomenologii, rozróżnienia na immanencję efektywną i intencjonalną (Husserl 1965), żadne bowiem doświadczenie nie jest pozbawione znaczenia nadanego mu przez świadomość i zawsze odsyła do tego, co znaczy.

Znaczenie doświadczenia jest więc przez Sartre'a rozumiane jako całość wszelkich stosunków człowieka do świata i musi być z konieczności pierwszą „daną” doświadczenia. Racją uzasadniającą m.in. wybór metody fenomenologicznej w badaniu emocji jest dla Sartre'a właśnie to doświadczenie refleksyjne, czyli analiza podmiotowego wnętrza traktowanego jako *datum* niepodważalne i niekwestionowane. Introspekcja sięga jedynie immanencji efektywnej. Nie obserwuje i nie analizuje tego, co się przedstawia w immanencji intencjonalnej, a przecież jest różnica w początkach poznania, jeśli wychodzi się od „spostrzeżenia wewnętrznego” a nie tylko od spostrzeżenia wewnętrznego. Franz Brentano w *Psychologii z empirycznego punktu widzenia* tak o tej różnicy postrzegania pisał: „To dostarcza nam między innymi, nowego wręcz niezbitego argumentu przeciw tym, którzy przeczą, aby naszemu spostrzeżeniu zewnętrznemu towarzyszyło zawsze spostrzeżenie wewnętrzne. Gdyby było inaczej, pojawienie się zewnętrznych fenomenów jako minionych nie byłoby możliwe” (Brentano 1999: 485).

Robert B. MacLeod bezpośrednio odniósł się do tej różnicy pomiędzy introspekcją psychologiczną a spostrzeżeniem fenomenologicznym:

Oczywiście introspekcja nie jest zbyt odległa od fenomenologicznego oglądu i opisu. Zarówno fenomenologia, jak i introspekcja kierują się na doświadczenie (*Erlebnis*). Ale są dwie istotne różnice. Po pierwsze, introspekcjonista wprowadza wstępne założenie, że doświadczenie daje się zredukować do określonej liczby świadomych elementów i cech; jest to uprzednie nastawienie, które fenomenolog stara się wziąć w nawias. Po drugie, i być może jest to punkt ważniejszy, nie ma miejsca w introspekcyjnej analizie dla sensu, chyba

że sensory dają się zredukować do elementów i ich atrybutów. Dla fenomenologa sens jest czymś centralnym, nie do uniknięcia. Próba wyabstrahowania lub wydobywania sensu ze świata fenomenalnego jest daremna; jedynie, co możemy uzyskać, to zmiana sensu (MacLeod 2002: 70).

W ostatnich kilkudziesięciu latach poglądy na introspekcję, utożsamianą z możliwością bezpośredniego i niemalże niczym nieograniczonego wglądu przez podmiot w treść oraz przebieg własnych procesów psychicznych, uległy wyraźnemu odidealizowaniu przez psychologię poznawczą i społeczną.

W teorii autopercepcji Daryl J. Bem twierdzi, że część poglądów dotyczących własnych przeżyć nie pochodzi z bezpośrednioj obserwacji przez bliżej nieokreślony podmiot, lecz jest wtórnym efektem złożonego procesu wnioskowania z uogólnionych obserwacji własnego zachowania w odpowiednio zinterpretowanych sytuacjach oraz z reakcji otoczenia na te zachowania (Bem 1971).

Daleko sięgająca zależność zjawisk psychicznych od metod ich poznawania skłoniła Sartre'a do zastanowienia się nad jeszcze jedną istotną sprawą dotyczącą statusu psychologii pozytywnej jako nauki. Według niego, psychologia pozytywna ze względu na przyjęte bezrefleksyjne pojęcie doświadczenia oraz ze względu na metody poznawcze ma pewne problemy ze swoimi podstawami, fundamentami. Uznając za fundament swojej wiedzy fakty i doświadczenie, pomija oczywistą prawdę epistemologiczną, że każde poznanie jest zawsze uwarunkowane przez psychikę poznającego.

W. James w *Principles of Psychology* pisał, że czysty fakt jest abstrakcją, a więc zgodnie z jego zasadami psychologii, fakt, czy szerzej, doświadczenie może być nie tylko faktem przyrodniczym, ale i fenomenem danej świadomości, a doświadczenie nie tylko zbiorem wrażeń, lecz spostrzeżeń, a dokładniej, zbiorem przeżyć, spostrzeżeń wewnętrznych (James 1890). Dla Sar-

tre'a refleksja nad istotą faktów i nad istotą doświadczenia ma zasadnicze znaczenie. Będąc przekonanym, że pierwsze założenia i zasady poznawcze choćby jak najbardziej oczywiste, wymagają jednak krytycznego spojrzenia\*. Ze względu na podstawową uczciwość poznawczą stara się intuicyjnie i w sposób ejdetyczny analizować warunki możliwości poznania przede wszelkim możliwym doświadczeniem. Nie neguje jednak dotychczasowych osiągnięć psychologii pozytywnej, stara się jedynie rozszerzyć jeszcze jej pojęcie doświadczenia o warstwę i rozumienie fenomenologiczne, co nie tylko rozszerza nasze pojęcie doświadczenia, ale i zwraca uwagę na to, że fakty czy doświadczenie mogą nie być pierwotne w porządku genetycznym poznania, że najpierw mogą nimi być fenomeny, sensory, znaczenia faktów, znaczenie doświadczenia.

Krzysztof Mudyń w książce *O granicach poznania* przywiązuje duże znaczenie do refleksji nad podstawowymi i najbardziej oczywistymi założeniami każdej psychologii:

Często bardziej ogranicza nas, nie to, że czegoś jeszcze nie wiemy, lecz raczej to, co już wiemy oraz w jaki sposób to wiemy. Najbardziej jednak niekorzystna poznawczo i zagrażająca dalszej egzystencji danego systemu nauki jest sytuacja, gdy – krótko mówiąc – „wiemy” dużo, tyle, że źle – a nie wiedząc o tym, że „wiemy” źle, nie odczuwamy tej potrzeby, aby w ogóle się czegoś dowiadywać. Innymi słowy, bywają sytuacje, gdy trudności adaptacyjne są konsekwencją „defektów” poznawczych na tyle zasadniczych, iż dany system naukowy nie jest w stanie powiązać meta-poznawczo źródeł tych trudności z nieadekwatnością posiadanej wiedzy lub z deficytem, potencjalnie dostępnych, informacji (Mudyń 1998: 69).

---

\* S. Koch pisał: „Psychologia znalazła się zatem w sytuacji nie do pozazdrosczenia, opierała się bowiem na założeniach filozoficznych, od których filozofia nieomal w tym samym czasie, kiedy psychologia je zapożyczyła, zaczęła się odwracać. Paradoks jest więc złożony: filozofia i bardziej ogólnie metodologia nauk opiera się na fundamencie, za którego solidność miała ręczyć tylko psychologia” (Koch 2002: 16).

Immanuel Kant w *Krytyce czystego rozumu* przestrzegał wszystkich, którzy chcą wywodzić poznanie i doświadczenie tylko i wyłącznie z naocznosci i oczywistości samego doświadczenia i pisał ku przestrodze: „Wiele rzeczy doświadcza się, ale wciąż nie rozumie” (Kant 1986: 145).

Połączenie więc badań psychologii pozytywnej z epistemologią fenomenologiczną wydaje się Sartrowi najrozsądniejszym przedsięwzięciem. Takie połączenie zwiększa i uzupełnia skuteczność badań złożonych fenomenów psychicznych a nawet jest dla osiągnięcia tej skuteczności konieczne. Samo zbieranie doświadczenia, sumowanie faktów doświadczenia, układanie w stosy przypadków doświadczenia jest zadaniem niezwykle pożytecznym, ale na nic się zda bez zrozumienia istoty doświadczenia.

Badaniem więc tak złożonego fenomenu psychicznego, jakim jest emocja, musi się zająć psychologia fenomenologiczna. Alternatywne i holistyczne podejście do fenomenu emocji może przynieść interesujące wyniki poznawcze dla szeroko pojętej psychologii jako nauki.

### **Status psychologii fenomenologicznej według J.P. Sartre’a**

Dla J.P. Sartre’a jako fenomenologa i egzystencjalisty status psychologii fenomenologicznej był dokładnie określony przede wszystkim przyjętą metodą badań złożonych zjawisk psychicznych i jako taki był dla niego oczywisty. Pytanie o status, które stawiane może być w stosunku do każdej dyscypliny bądź subdyscypliny wiedzy naukowej, analizowane tutaj w odniesieniu do psychologii fenomenologicznej, wydaje się być konieczne ze względu na jej kontrowersyjny i specyficzny charakter szczególnie w obecnych czasach. Wiele kontrowersji wśród psychologów (szczególnie eksperymentalnych) wzbudza metoda poznania, jaką się posługuje psychologia fenomenologiczna. Zarzuca się jej przede wszystkim zbyt dużą subiektywność badań i trudności z weryfikacją, podobnie jak i w przypadku introspekcji.

Termin „psychologia fenomenologiczna” został wprowadzony w 1934 roku przez Edmunda Husserla w *Badaniach logicznych*. Zaproponowana tam przez niego nazwa „psychologia fenomenologiczna” miała oznaczać przede wszystkim dziedzinę empirycznej praktyki – szeroko rozumianej jako czynności i wytworu – dla prowadzonych badań dotyczących zagadnienia wzajemnych relacji pomiędzy świadomością a światem. Badania te, interdyscyplinarne w swej jakości, miały dotyczyć również szeroko rozumianej problematyki fenomenologiczno-psychologicznej świadomości i sprowadzać się do uchwycenia szczególnie psychologicznej problematyki ludzkiego świata (por. Husserl 1996).

Na poziomie metateoretycznej działalności badawczej racją wprowadzenia przez E. Husserla tej nowej nazwy (nominalnej klasyfikacji) „psychologia fenomenologiczna” była konstatacja określonych przez niego błędów psychologów pozytywnych na poziomie teoretycznej i empirycznej praktyki badawczej. Polegały one m.in. na tym, że badacze ci odwołując się do psychologicznych wyjaśnień, w których występowało pojęcie „świadomość”, ujmowali je w taki sposób, że stało się nieodróżnialne od innych podstawowych pojęć psychologicznych, czy nawet od kulturowych wzorców zachowań (Koch 2002). Husserl tak określał zadania tej dyscypliny naukowej:

W niej chodzi o odsłonięcie i uchwycenie pierwotnych struktur (nie funkcji) świadomości bez uwzględniania obiektywnego kontekstu psychofizycznego organizmu. Jest ona nauką ejdetyczną, czyli zaczyna od analizy struktury rzeczy a nie samej rzeczy i jako taka jest fundamentem psychologii empirycznej, nie stosuje oczywiście redukcji fenomenologicznej w odróżnieniu od fenomenologii (Husserl 1990: 56).

K. Krzyżewski proponuje rozróżnić jeszcze psychologię fenomenologiczną na dwa sposoby jej rozumienia i pisze:

W pierwszym rozumieniu – jest psychologią ujętą jako czynność, posługującą się fenomenologią potraktowaną jako me-

toda; w drugim rozumieniu jest psychologią ujętą jako wiedza poznawcza, rezultatem posłużenia się, niekoniecznie wyłącznie, fenomenologią jako metodą [...] Sama fenomenologia – do, której na rozmaite sposoby została powyżej odniesiona psychologia fenomenologiczna – traktowana jest, generalnie rzecz biorąc, w dwojaki sposób: jako metoda fenomenologiczna, jako filozofia fenomenologiczna, to znaczy ujęcie i rozwiązanie problematyki filozoficznej możliwe dzięki metodzie fenomenologicznej (Krzyżewski 1998: 551).

Psychologia fenomenologiczna jest więc dyscypliną naukową uprawianą obok fenomenologii, ale wspólnie z psychologią pozytywną. Nie stosując redukcji fenomenologicznej jest w pewien sposób zależna od fenomenologii, nie jest nauką absolutnego początku, charakteryzuje się nastawieniem naturalnym wobec świata i ma za zadanie badać konkretne, indywidualne, realne byty ludzkie w konkretnych sytuacjach. Dlatego też można stwierdzić, że jest ona propedeutyką psychologii, w której występuje ścisła korelacja nauki jako teorii poznawania, a rozważaniem samej istoty poznawania i która przede wszystkim „oczyszcza” sobie teoretyczne przedpole badań dla poznawania złożonych zjawisk psychologicznych.

Roman Ingarden zwraca uwagę na to, czym jest psychologia fenomenologiczna poprzez porównanie ze sobą fenomenologii jako nauki filozoficznej z psychologią jako nauką pozytywną:

Fenomenologia nie ma nic wspólnego z psychologią pozytywną. Psychologia pozytywna jest nauką wewnątrz-światową, empiryczną, o pewnych szczególnych przedmiotach w świecie, tj. o ludziach. Fenomenologia zaś nie dotyczy świata, jest czystym badaniem transcendentnym, w którym ma być ukazane, w jaki sposób konstytuuje się świat realny jako korelat czystej świadomości [...] Psychologia fenomenologiczna natomiast ma zajmować się badaniem idei realnych indywidualów psychicznych, nie zaś badaniem czystej świadomości czystego „Ja” (Ingarden 1974: 58).

J.P. Sartre przejmując bez większych zastrzeżeń takie rozumienie psychologii fenomenologicznej od E. Husserla, ale jeszcze wyraźniej uwypukla istotę i zadanie tej nowej dyscypliny naukowej, która ma w specyficzny nowy sposób zająć się złożonymi psychologicznymi zjawiskami.

Zdaniem Sartre'a, przedmiotem zainteresowania i badania psychologii fenomenologicznej muszą być również ekspresje aktywności życiowej, ujmowane w terminach pierwotnej struktury organizm-środowisko, struktury Ja-świat. Akcentując strukturalny charakter przedmiotu psychologicznego zainteresowania, zwraca uwagę, iż w tym wypadku powinno się przede wszystkim pomijać substancjalny charakter zarówno organizmu – Ja jak i środowiska – świata i przyjmując stanowisko psychologa fenomenologicznego, brać pod uwagę przede wszystkim organizację czynników podmiotowych oraz czynników środowiskowych.

Zadaniem psychologa fenomenologicznego jest więc opis i wyjaśnienie specyfiki tej organizacji, zarówno w jej przejawach na poziomie pierwotnych, przedrefleksyjnych form aktywności życiowej, jak również na poziomie bardziej zróżnicowanych form refleksyjnego doświadczenia i działania podmiotu będącego świadomie w świecie.

Przedmiotem formalnym psychologii fenomenologicznej jest więc człowiek – jako podmiot poznania – ujęty w swojej jedności i całościowości, przedmiotem materialnym jest po prostu człowiek jako byt przyrodniczo-psychiczny.

Celem psychologii fenomenologicznej jest zbudowanie i zaprezentowanie holistycznej koncepcji człowieka jako „obiektywnej” prawdy o człowieku. Psychologia fenomenologiczna uwzględnia empiryczne dokonania psychologii pozytywnej, ale przyjmuje swoistą – fenomenologiczną – metodę poznawania zjawisk empirycznych. W przypadku konkretnego badania emocji celem psychologii fenomenologicznej jest badanie tego, jak konstytuują się emocje w świadomości i analiza przeżywania emocji w różnych sytuacjach.

Ponadto, punktem wyjścia psychologii fenomenologicznej jest bezpośrednio doświadczenie przeżywane w świadomości syntetycznej, jaką jest człowiek i jego sfera *cogitatio*. Obok obserwacji faktów, tych na zewnątrz i wewnątrz świadomości, psycholog fenomenologiczny skupia się na samej strukturze doświadczenia. Samo zbieranie doświadczenia, sumowanie faktów doświadczenia nie jest dla niego wystarczające, zwraca on uwagę na konieczność analizy samej struktury doświadczenia przed wszelkim możliwym doświadczeniem, sugeruje, że doświadczenie w sensie pozytywnym może być już uwarunkowane przez jakieś znaczenie, akt świadomości.

Psychologia fenomenologiczna będąc nauką ejdetyczną nie traktuje i nie wyjaśnia poznania jako tylko faktu przyrodniczego (por. Ajdukiewicz 2003), nie ustala tylko faktycznych związków pomiędzy faktami, ale poszukuje związków strukturalnych, tzn. stara się wykryć, jakie własności z konieczności należą do istoty danego przedmiotu bez względu na doświadczenie aktualne. (Innymi słowy punktem jej wyjścia nie jest tylko fakt, ale znaczenie faktu, nie tylko rzecz, ale struktura rzeczy).

Zgodnie, więc z przedstawionym rozumieniem psychologii fenomenologicznej, jak pisze K. Krzyżewski:

Jej statusu należy szukać, z jednej strony, w tekstach samych fenomenologów, z tym, że o psychologiczności tego statusu decydowałyby w tym przypadku nie tyle ich filozoficzne autorstwo czy oficjalna deklaracja, co praktyczna psychologiczna problematyka. Z drugiej zaś strony statusu psychologii fenomenologicznej nie da się dookreślić przez podanie tylko przedmiotu jej badania (ten może być zmienny). Ostatecznie o statusie psychologii fenomenologicznej decyduje więc metoda (Krzyżewski 1998: 528).

## Metoda fenomenologiczna

K. Krzyżewski widzi możliwość rozumienia metody fenomenologicznej na dwa sposoby i pisze:

Metoda fenomenologiczna to – w najszerszym rozumieniu – nie uprzedzone, przez wcześniej przyjętą teorię, doświadczeniowe poznanie przedmiotu badania [...] W węższym rozumieniu metoda fenomenologiczna to szczególne zabiegi czy procedury badawcze zwane odpowiednio: redukcją eidetyczną i redukcją w sensie *epoche* – zawieszenia tezy naturalnego nastawienia. Pierwszy z tych zabiegów umożliwia bezpośrednie poznanie aprioryczne przedmiotów idealnych i stosunków między nimi, i odpowiednio istoty przedmiotu; poznanie różniące się od bezpośredniego doświadczeniowego poznawania tak swym, co dopiero ukazany przedmiotem, jak i aktem, treścią i wartością poznawczą (z tym wiąże się jeszcze jeden szczególny zabieg w analizie zawartości idei zwany uzmiennianiem). Druga postać redukcji – zawieszenie tezy naturalnego nastawienia – umożliwia przyjęcie postawy fenomenologicznej oraz badania czystej świadomości i konstytuowania się w niej sensów różnego typu przedmiotów. Efekt tego badania to właśnie fenomenologia jako szczególna filozofia (Krzyżewski 1998: 552).

Konkretniej rzecz ujmując możemy stwierdzić, że w pewnym porządku poznawczym metoda fenomenologiczna wyprzedza tradycyjne sposoby poznawania, jakimi są indukcja, dedukcja czy nawet eksperyment naukowy i posiada cztery składniki umożliwiające jej bezpośrednie dotarcie do wybranego, danego zjawiska psychologicznego. Zgodnie z samą teorią fenomenologiczną Husserla (por. Husserl 1974) możemy wymienić owe cztery składniki:

1. Intuicja fenomenologiczna, czyli zdolność umysłu do syntetycznego ujmowania dużych zespołów danych, związana ściśle ze spostrzeganiem postaciowym. (Ten składnik

metody został szczególnie przyjęty przez psychologię postaci).

2. Analiza fenomenologiczna i intencjonalna, która jest konstrukcją własnej siatki pojęć odpowiadających przedmiotowi poznawanemu, a nie jak na przykład w psychologii poznawczej „zapożyczaniu” pojęć z innych nauk dla wyjaśnienia danego zjawiska psychologicznego i która się stara odkryć przede wszystkim potencjalności przedmiotów poznania.
3. Redukcja egzystencjalna jako sposób przejścia od faktów do struktury faktów. (Oczywiście redukcji fenomenologicznej psychologia fenomenologiczna nie stosuje, bo chodzi jej zawsze o badanie tylko empirycznego podmiotu poznania, a nie jak ma to miejsce w przypadku fenomenologii – transcendentalnego podmiotu).
4. Konstytuowanie fenomenologiczne jako sposób, który ma ukazać, jak konstytuują się przedmioty w świadomości, zanim pojawią się w empirycznym doświadczeniu.

J.P. Sartre zwracał szczególną uwagę na czwarty składnik tej metody. W przypadku badania emocji, widział bezwzględną konieczność jego stosowania. Nie wystarczy, na przykład, wyjaśnianie fenomenu emocji tylko według praw związku przyczynowo-skutkowego, ponieważ jeśli emocja jest świadomością swojego przedmiotu (a tak właśnie uważa Sartre), to musi być ona również wyjaśniana według praw samej świadomości. A jak wiadomo, u podstaw praw świadomości obok związku przyczynowo-skutkowego istnieje również związek intencjonalno-celowościowy\*. Metoda fenomenologiczna może więc wnieść cenne spostrzeżenia wzbogacające ogólne poznanie emocji i dzięki odmiennemu pojmowaniu doświadczenia umożliwić badanie i dотarcie do intencjonalno-celowościowych aspektów emocji.

---

\* O związku intencjonalno-celowościowym jako podstawowym prawie świadomości, oraz o różnicy pomiędzy związkiem intencjonalno-celowościowym a związkiem przyczynowo-skutkowym pisze obszernie R. May (1970).

Podkreślić należy, że ta metoda badawcza, ten sposób poznania, lub, ogólniej mówiąc, to podejście do badania psychologicznych przedmiotów poznania nie jest sprzeczne z metodą, sposobem czy podejściem, na przykład psychologii eksperymentalnej, sugeruje tylko, że metody psychologii pozytywnej mogą być niewystarczające w poznawaniu złożonych zjawisk psychologicznych.

Zdaniem J.P. Sartre'a, stosowanie metody fenomenologicznej ma zmierzać jeszcze do innego ważnego celu, o którym wspomnieliśmy już we wstępie, mianowicie do przewyciężenia zewnętrznego punktu widzenia na przedmiot badań psychologicznych, który był i, możemy stwierdzić, że wciąż jest praktykowany zgodnie z założeniami pozytywistycznej koncepcji nauki i wypracowania wewnętrznego punktu widzenia zorientowanego na ujęcie subiektywnych aspektów ludzkiego doświadczenia i zachowania.

J.P. Sartre uważa, że behawioryzm traktuje zachowania tak, jakby były jedynym wiarygodnym źródłem poznania człowieka, tymczasem poznanie to musi uwzględniać wewnętrzną rzeczywistość poszczególnych osób, zazwyczaj niebędącą bezpośrednim przedmiotem ich świadomości i niemożliwą do obserwowania z perspektywy zewnętrznej. Tak więc stosowanie metody fenomenologicznej może również uświadomić pewien redukcjonizm w wyjaśnianiu specyficznie ludzkich wyższych form funkcjonowania człowieka w świecie.

Status psychologii fenomenologicznej pomimo swojej kontrowersyjności wydaje się być dokładnie określony i sprecyzowany. Metoda fenomenologiczna, którą psychologia fenomenologiczna przyjmuje jako swoją podstawę poznawania wszelakich zjawisk psychologicznych wyznacza w pewnym sensie granice tego statusu. Psychologia fenomenologiczna rozszerzając swoje badania o warstwę fenomenologicznych analiz stara się wykazać, że w samym poznawaniu złożonych zjawisk psychicznych może nie chodzić o ustalanie faktycznych związków pomiędzy faktami, ale o badanie strukturalne świadomości i struktury faktów.

Ujęcie przez J.P. Sartre'a tak złożonego fenomenu, jakim jest emocja, z perspektywy tej dyscypliny naukowej, wydaje się być uzasadnione. Wykazanie przez niego, że sama postawa wobec emocji wyznacza granice możliwości jej poznania, przyczynia się w dużym stopniu do rozwinięcia badań nad naturą emocji.

## **Emocja jako strukturalny składnik psychiki**

Przyglądając się psychologii emocji w perspektywie historycznej można zauważyć, że jest wiele sposobów opisywania relacji emocja–świadomość i to nie tylko w oparciu o model fenomenologiczny. Obecnie strukturalne opisy są dokonywane za pomocą charakterystyk różnicowych, takich jak cechy (por. Strelau 1998), poznawczych, takich jak schematy, przekonania i atrybucje (por. Trzebińska 1998, Pervin 2002), motywacyjnych, takich jak osobiste dążenia lub projekty (Emmons 1986, Little 1989), czy funkcjonalnych, związanych np. ze stosowaniem wyjaśnień ewolucyjnych (por. Buss 2001). Niemniej, wydaje się nawet i dzisiaj, że relacja emocja–świadomość opisywana w modelu fenomenologicznym przez J.P. Sartre'a jest jednym z najbardziej holistycznych jej opisów i najmniej redukcjonistycznym. Nikt z fenomenologów, tak jak J.P. Sartre, nie przychylił się do tego, aby fenomen tej relacji rozumieć tak szeroko i tak nieredukcjonistycznie.

J.P. Sartre wzorem swych fenomenologicznych badań ustalił precyzyjnie cele i zadania psychologii fenomenologicznej, co staraliśmy się wykazać w poprzednich rozdziałach. Uznając wszelkie badania eksperymentalne emocji za niewystarczające dla zrozumienia samego fenomenu natury emocji i wykazując daleko posuniętą nieufność w stosunku do tzw. pewnych danych, stanowiących podstawę i materiał badawczy nauk empirycznych, proponuje uznać zachowania człowieka nie w kategoriach czy też terminach reakcji (bądź to fizjologicznych, bądź to psychologicz-

nych), lecz w kategoriach znaków (tego, co znaczące) odsyłających do sytuacji w świecie, do relacji i związków ze światem zewnętrznym.

Ta sartowska propozycja wyznacza w zasadzie nowy kierunek poznawania natury emocji i ma decydujące znaczenie w konstruowaniu przez niego samego jego własnej teorii emocji. Według J.P. Sartre'a (por. Sartre 2006) poszukiwanie natury emocji nie może ograniczać się do klasycznego podejścia nauk eksperymentalnych i nie może stosować w jej poszukiwaniu tylko metody indukcyjnej.

W psychologii pozytywnej – twierdzi, Sartre – każde zjawisko psychiczne jest bowiem traktowane jako określony fakt, określony byt, zjawiska psychiczne po prostu są i nie posiadają cechy/jakości bycia znaczącymi. Niektórym psychologom, np., behawiorystom, najbardziej zależy na tym, aby odizolować i odgraniczyć od samej świadomości owe fakty. Mają one być badane „takimi, jakimi są”. Jeśli wystąpi czynnik B (bodziec), to nieuniknienie pod jego wpływem musi wystąpić skutek R (reakcja) (Sartre 2007). Jedynie neobehawiorysty, m.in. Edward Tolman, dopuszczali możliwość wystąpienia w tym łańcuchu przyczynowo-skutkowym jakiegoś innego czynnika C. Ciąg bodziec–reakcja, czyli zachowanie, ma posiadać status czegoś nienaruszonego, a oba te komponenty mają być ze sobą na stałe zespolone\*. W przypadku badania natury emocji sam zespół bodźców wywołujący emocje i wywołane przez nie reakcje emocjonalne muszą ujawniać się w związku przyczynowo-skutkowym, a ich interakcja musi być całkowicie pozbawiona selektywno-znaczącego stosunku podmiotu do otoczenia, ponieważ utraciłoby się wtedy pewną „obiektowość” badania (por. Tolman 1995).

J.P. Sartre uważa więc, że wszelkie teorie psychologii deterministycznej (wszelkie formy reprezentacjonizmu i asocjacionizmu, behawioryzmu), pozbawiając świadomość jej inherent-

---

\* O ukrytych założeniach filozoficznych teorii behawiorystycznej pisze obszernie i wyczerpująco E. Paszkiewicz (1983).

nej aktywności i spontaniczności, sprowadzając ją do swoistego rodzaju ściśle zdeterminowanego mechanizmu pomijają to, co w samej strukturze emocji jest najistotniejsze, czyli jej intencjonalnego charakteru odsyłania do tego, co znaczy, czyli w rezultacie odsyłania do całości stosunków człowieka i świata. Otóż Sartre nie godzi się na takie wyjaśnianie tak złożonego zjawiska psychicznego, jakim jest emocja. Świadomość bowiem człowieka zostaje wtedy sprowadzona do jakiegoś epifenomenu i przekształcona w bierny receptor reakcji, podległy sztywnym, nienaruszalnym prawom przyczynowo-skutkowym. A emocja jako struktura tej świadomości zostaje całkowicie pominięta i sprowadzona jedynie do jakiegoś zakłócenia psychofizjologicznego (Sartre 2007). Dla Sartre'a emocja jest nierozłącznie związana ze strukturą świadomości i nie może być niezależnie od niej badana. Mówiąc nieco metaforycznie, ona nie tylko „jest” w świecie, ale również w nim „działa” (Sartre 2006).

W psychologii współczesnej rozróżnia się wiele rodzajów świadomości. Przede wszystkim wyróżnia się jej formę najbardziej elementarną, tzw. stan czuwania, czyli przytomności człowieka, następnie, stosunkowo elementarnym rodzajem świadomości jest świadomość percepcyjna, którą często określa się również jako wrażliwość zmysłową, w końcu najwyższym rodzajem świadomości jest samoświadomość, która jest pewnego rodzaju zdolnością metapoznawczą własnych procesów psychicznych.

Fenomenologiczny model świadomości, który przyjmuje Sartre, ujmujący psychikę jako złożoną ze strukturalnych składników pozostających w określonych relacjach wobec siebie, narzuca niejako nowy sposób rozumienia i badania natury emocji. Ten model jest o wiele bardziej złożony od tego, który przyjmują klasyczne nauki eksperymentalne. Zgodnie z fenomenologiczno-poznawczym paradygmatem J.P. Sartre wyróżnia świadomość jako samo zjawisko (*conscience reflet*), na świadomość jako coś, co można zaklasyfikować jako szeroko pojęte przeżycie (*conscience reflectant*) oraz na świadomość nierefleksyjną (jako świadomość–

–w–świecie, świadomość działającą spontanicznie) i świadomość refleksyjną (jako nakierowaną na samą siebie). Odpowiednie jej struktury „odpowiadają” reakcjami fizjologicznymi lub stanami świadomości, gdy chcą zaznaczyć swoją obecność w świecie. Takie fenomenologiczne rozszerzenie rozumienia świadomości człowieka oraz „rozwarstwienie” jej struktury jest warunkiem niezbędnym dla pełnej analizy samego fenomenu emocji. Odkrycie przez Sartre’a istnienia świadomości nierefleksyjnej ma duże znaczenie w poznaniu natury emocji (Sartre 2006). Gdybyśmy nie mieli odpowiedniej teorii świadomości, nie moglibyśmy uchwycić istoty jej fenomenu. J.P. Sartre odrzucając więc tradycyjne, psychologiczne, koncepcje emocji traktujące emocję jako tylko rzecz, fakt badany niby to w obiektywny sposób uznaje emocję za strukturę świadomości i to strukturę ciągle tworzącą się, która zawsze odsyła do tego, co znaczy. Emocja w rozumieniu Sartre’a, nie jest tylko faktem oddzielnym od świadomości w sensie czegoś pierwotnie bytującego, czegoś, co należałoby tylko zidentyfikować i opisać. Nie jest również tylko stanem psychicznym lub tylko „zawartością” świadomości, ponieważ emocja jako stan psychiczny odnosi się zwykle do przemijającej reakcji na specyficzne rodzaje uwarunkowań. Nie jest również jakąś cechą psychiczną, ponieważ cecha psychiczna odnosi się do pewnej skłonności do reagowania w pewien szczególny sposób na pewien rodzaj warunków. Natomiast w przypadku emocji wydaje się, że przekracza ona swój własny schemat reagowania. W końcu nie jest tylko doznaniem fizjologicznym, ani tylko zachowaniem podmiotu, ale szeroko rozumianym fenomenem stanowiącym rezultat twórczych aktów świadomości, jest po prostu pełnym znaczenia aktem świadomości.

Możemy zapytać, skąd wiadomo, że struktura świadomości człowieka jest taka, jak przedstawia ją fenomenologiczny model oraz skąd wiadomo, że jest ona fenomenem znaczącym? Sartre na to pytanie daje jednoznaczną odpowiedź: „Żeby się upewnić, co do tego jest tylko jeden sposób, ten zresztą, który zaleca

fenomenolog, «iść do rzeczy samych», [...] do czynnika niepowątpiewalnego i niekwestionowalnego... do świadomości i relacji emocja–świadomość [...]» (Sartre 2006: 19).

### Fenomenologiczna koncepcja świadomości nierefleksyjnej

Istotnym motywem dociekań Sartre'a jest ciągle zwracanie uwagi na to, iż pewien błąd teorii pre-fenomenologicznych emocji polegał na ślepej wierze w potęgę faktów. Gromadzenie danych, dodawanie „starych” faktów do „nowo” uzyskanych nieuniknienie prowadzi do ignorowania tego, co istotne, do preferowania tego, co przypadkowe kosztem tego, co istotne. Takie badania są niezwykle pożyteczne, ale trzeba sobie zdawać sprawę, że na ich podstawie możliwy jest tylko jeden typ wyjaśnień psychologicznych, który zadowala się jedynie – charakterystyczną dla nauk doświadczalnych – kauzalnością. Opieranie wyjaśnień psychologicznych tylko o związek przyczynowo-skutkowy nieuniknienie musi prowadzić do pominięcia intencjonalno-celowościowych aspektów struktury emocji, które w modelu fenomenologicznej świadomości odgrywają zasadniczą rolę. Gdy staramy się „ogarnąć” fakt emocji naszej matki – twierdzi Sartre (1960), to potrafimy stwierdzić jedynie, iż matka jest smutna, ponieważ płacze. To stwierdzenie jednak pomija całkowicie istotę emocji, koncentruje się jedynie na wiązaniu faktów, w danym obserwowalnym doświadczeniu. Jeśli ktoś chce uzyskać liczbę 1 – podaje drugi przykład Sartre, to nie może dodawać do liczby 0,99 w nieskończoność cyfr po przecinku, ponieważ i tak jej nie uzyska. Musi on zrozumieć najpierw istotę liczby (Sartre 2006).

Tak więc zredukowanie badań do badania tylko procesów emocjonalnych w oddzieleniu od świadomości traci z pola widzenia całe bogactwo intencjonalnych nakierowań świadomości, które próbują nadawać sens samemu doświadczeniu emocji. Jest więc dla Sartre'a jasne, że jeśli będzie się tylko gromadzić coraz

to nowe fakty, to i tak nawet ich wielka suma, nie ukaze *eidos* zjawiska emocji. Dzieje się raczej na odwrót – to dopiero struktura czegoś umożliwia wgląd w samą naturę faktów.

Współczesna metodologia nauki nie ma już dzisiaj żadnych wątpliwości, w jak dużym stopniu znaczenie może zmieniać percepcję danego przedmiotu poznania. Wybitny, amerykański psycholog fenomenologiczny MacLeod podawał prosty przykład na to, jak znaczenie może wpływać na sam proces postrzegania danego przedmiotu: „Nie będę kłopotać was nieprzyjemnymi szczegółami, ale wszyscy znamy przecież wstrętną woń, która zmienia swoje znaczenie, jak tylko okaże się, że jest to woń wykwentnego sera. Oto nieco fenomenologii, nawet niezbyt zaawansowanej, która odkrywa subtelne wymiary doświadczenia wstrętu, stanowiące wyzwanie nie tylko dla psychofizjologa, lecz także dla psychologa społecznego” (MacLeod 2002: 73).

Natomiast C. Rogers był przekonany, że w decydującym stopniu znaczenie wpływa nie tylko na nasze postrzeganie przedmiotów, ale i na nasze zachowanie:

Rozważmy na początek niektóre problemy związane ze znaczeniem. Chcielibyśmy zbadać taką tezę, że kiedy struktura znaczenia w naszym fenomenologicznym świecie zmienia się, to zmienia się także nasze zachowanie. Jest prawdopodobne, że np. znaczenie słowa „Chiny” uległo zasadniczym zmianom w umysłach mieszkańców Indii, od kiedy wojska chińskie przekroczyły góry i wkroczyły na terytorium Indii (Rogers 1996: 148).

Ponadto, większość podręczników współczesnej psychologii ogólnej uznaje za zasadne, że nasze postrzeganie czy obserwowanie jest zawsze w jakiś sposób uwarunkowane naszymi wcześniejszymi doświadczeniami, oczekiwaniami czy przewidywaniami\*.

---

\* Na potwierdzenie tych słów wystarczy wspomnieć o słynnym eksperymencie Roberta Rosenthala, który dobitnie pokazał, w jaki sposób nasze

Racją uzasadniającą wybór metody fenomenologicznej w badaniu emocji jest więc konstatacja Sartre'a, że musi istnieć pierwotny poziom świadomości, w którym to świadomość nierefleksyjna nakierowuje się na świat i stanowi podstawę wszelkich badań, opisów i analiz fenomenu emocji właśnie na tym poziomie. Największe znaczenie dla określenia natury emocji, według Sartre'a, odgrywa właśnie świadomość nierefleksyjna. To właśnie dzięki istnieniu przedrefleksyjnej świadomości emocja może się tworzyć i konstytuować. Z tego też powodu – emocje jako zjawiska psychofizyczne – są traktowane przez Sartre'a jako niepozycyjne, tj. przede wszystkim jako odnoszące się do człowieka jako źródła jedności: świadomości – emocji i przedmiotu, który emocję wzbudził (Sartre 1963).

Analiza podmiotowego wymiaru emocji, traktowanego jako niepodważalne i niekwestionowane źródło poznania, wskazuje na to, że np., świadomość strachu jest wtórna i ściśle zależna od działającej bezpośrednio i spontanicznie w świecie świadomości nierefleksyjnej: „Bojąc się nie mam jeszcze świadomości strachu” (Sartre 2006: 38). Sens nierefleksyjnego wymiaru świadomości dookreśla Sartre następująco:

Ale strach nie jest pierwotnie świadomością tego, że się boimy, nie bardziej niż postrzeganie tej oto książki jest świadomością tego, że postrzegamy książkę. Świadomość emocjonalna jest najpierw nierefleksyjna i na tym planie może być świadomością samej siebie tylko w sposób niepozycyjny. Świadomość emocjonalna jest przede wszystkim świadomością świata. Nie jest nawet konieczne przedstawianie sobie całej teorii świadomości, żeby zrozumieć jasno tę zasadę [...] Oczywiście jest w istocie, że człowiek, który się boi, boi się czegoś. Nawet, jeśli chodzi o jeden z tych nieokreślonych lęków, jakich doświadczamy w ciemności, w ciemnym i pustym przejściu itp., to nadal odczuwamy strach właśnie przed pewnymi aspektami

---

oczekiwania warunkują nasze postrzeganie i ocenę danego zdarzenia psychologicznego.

nocy, świata. I bez wątpienia wszyscy psycholodzy zauważyli, że emocję wyzwała percepcja, jakaś reprezentacja sygnałowa itp. Ale wydaje się, że na kolejnym etapie emocja, według nich oddala się od przedmiotu, by się pogrążyć w samej sobie. Nie trzeba się długo zastanawiać, aby zrozumieć coś przeciwnego, że emocja powraca w każdej chwili do przedmiotu i żywi się nim (...) Jednym słowem, podmiot wzruszony i przedmiot wzruszający łączą się w nierozzerwalnej syntezie. Emocja jest pewnym sposobem pojmowania świata (Sartre 2006: 39).

J.P. Sartre zarzuca klasycznym teoriom psychologicznym błędne ujęcie emocji, bądź jako stałych, biernych i statycznych rzeczy, bądź jako stanów świadomości. Według niego, aby poznać to, czym jest emocja, konieczna jest analiza człowieka–w–świecie–emocji, analiza jego struktury świadomości, a nie tylko emocji jako faktu zewnętrznego w stosunku do samej świadomości (Sartre 1963). Intencjonalność jako zasadnicza cecha struktury świadomości, na poziomie nierefleksyjnym odsyła samą świadomość poza siebie, czyli do całości stosunków człowieka i świata. Zdaniem Sartre’a występuje więc ścisła odpowiedniość między emocją a sposobem jej pojmowania. Opis emocji powinien więc zaczynać się od opisu człowieka, a nie od uprzedniego opisu jego emocjonalności jako tej, która konstytuuje byt człowieka.

Jednym z najważniejszych „odkryć” teorii emocji J.P. Sartre’a jest więc świadomość nierefleksyjna. Jako niepozycyjna, działa ona bez odniesień do refleksji i bez pomocy refleksji. Jest po prostu świadomością–w–świecie – jak określa ją sam Sartre – „działa”, „intenduje” w świecie. To „odkrycie” ma zasadnicze znaczenie dla jego fenomenologicznej teorii emocji. „Ja” świadome, psychiczne „Ja”, osławiona kartezjańska myśl refleksyjna, która rządziła całością życia psychicznego człowieka, lub „Ja” transcendentalne Husserla, zdaniem Sartre’a nie występuje na nierefleksyjnym poziomie świadomości. Nie jest więc konieczne dla świadomości emocjonalnej występowanie świadomego „Ja” w jej działaniu. Świadomość emocjonalna jest niejako „wrzucona

w świat” i organizuje siebie samą na swój własny sposób. W przypadku doświadczenia emocji, ale tylko emocji – podkreśla Sartre, moje „Ja” świadome może być nieobecne (Sartre 2006).

Tak więc emocja nie będąc tylko stanem świadomości nadającym się do opisu i analizy, nie będąc również tożsama tylko z zachowaniem i objawami fizjologicznymi występującymi w organizmie, zdaniem Sartre’a, podobnie jak percepcja, myśl, wyobrażenie, jest specyficznym, właściwym sobie sposobem pojmowania świata. Tym samym, nie tylko „Ja” świadome może organizować życie psychiczne człowieka, może to również robić i świadomość emocjonalna niebędąca tetycznie świadoma swego „Ja”. Sartre pokazuje w ten sposób, iż czynność jako spontaniczna świadomość nierefleksyjna ustanawia pewną egzystencjalną warstwę w świecie. Aby działać, nie trzeba być świadomym siebie samego jako działającego:

    Za bardzo jesteśmy skłonni sądzić, że działanie jest stałym przejściem z nierefleksyjności w refleksyjność, ze świata do nas samych. W ten sposób będziemy pojmować problem (brak refleksji – świadomość świata), potem siebie samych jako mających problem do rozwiązania (refleksja); począwszy od tej refleksji, będziemy pojmować czyn w taki sposób, że musi być podejmowany przez nas (refleksja), a następnie z powrotem zejdziemy do świata, żeby wykonać działanie (nierefleksyjne), mając na uwadze już tylko przedmiot działania [...] Otóż jest pewne, że możemy się zastanawiać nad naszą czynnością. Lecz działanie na świat dokonuje się najczęściej bez opuszczania przez podmiot planu nierefleksyjnego, np. w tej chwili piszę, ale nie mam świadomości pisania. Ktoś powie, że to nawyk uczynił mnie nieświadomym ruchów, jakiego wykonuje moja ręka, kiedy kreśli litery. Byłoby to absurdem. Może i mam nawyk pisania, ale nie nawyk pisania takich słów w takim porządku [...] W rzeczywistości akt pisania nie jest w żadnym wypadku nieświadomy; to aktualna struktura mojej świadomości. Tylko nie jest świadomy samego siebie (Sartre 2006: 40).

Trzeba wspomnieć jeszcze w tym kontekście analiz nad emocją o istocie zachowanie emocjonalnego. Świadomość nierefleksyjna wyraża się w zachowaniu emocjonalnym i tworzy świat przeżycia w pewnym *modi* jakościowym, ale bardzo specyficznym. Sartre (1960) widzi wyraźnie granice możliwości oddziaływania świadomości emocjonalnej na świat zewnętrzny. Przyznając emocjom zdolność transcendowania poza subiektywność i kierowania się na przedmioty zewnętrzne w stosunku do samego aktu świadomości, ogranicza jednocześnie zasięg emocjonalnego zachowania się człowieka. Opis fenomenologiczny pewnego konkretnego przykładu, który podaje sam Sartre, pozwoli lepiej zrozumieć istotę rozważanego problemu:

Szukanie twarzy, ukrytej w zagadce obrazkowej *Gdzie jest strzelba?* Polega na percepcyjnym zachowywaniu się przed obrazkiem w nowy sposób, na zachowywaniu się wobec obrazu gałęzi drzewa, słupów telegraficznych, wizerunku w taki sposób, jak w obliczu strzelby, polega na wykonywaniu takich ruchów oczami, jakie wykonywalibyśmy wobec jej obrazu. Ale nie uchwycimy tych ruchów jako takich. Poprzez nie jakąś przekraczającą je intencja, której całość tworzą owe ruchy, kieruje się na drzewa i słupy, ujmowane jako „możliwe strzelby”, aż do momentu, gdy nagle percepcja skryształizuje się i pojawi się strzelba. W ten sposób poprzez zmianę intencji, podobnie jak w zmianie zachowania, ujmujemy jakiś nowy przedmiot, bądź też stary w nowy sposób. Nie musimy zajmować pozycji najpierw na planie refleksyjnym. Legenda do obrazka służy bezpośrednio jako motywacja. Szukamy strzelby, nie opuszczając planu nierefleksyjnego. To znaczy, że potencjalna strzelba pojawia się niewyraźnie zlokalizowana w obrazku. Trzeba zrozumieć zmianę intencji i zachowania, która charakteryzuje emocję w ten sam sposób. Niemożność znalezienia rozwiązania problemu ujmowanego obiektywnie jako jakość świata służy jako motywacja do nowej świadomości nierefleksyjnej, która ujmuje teraz świat inaczej, i to w odmiennym aspekcie (Sartre 2006: 43).

Można się doszukiwać w tej próbie interpretacji świadomości nierefleksyjnej Sartre'a inspiracji odkryciami psychoanalizy S. Freuda. Głównym odkryciem psychoanalizy było przecież odkrycie nieświadomości jako właśnie tej, która rządzi naszym życiem psychicznym i nadaje mu swoje znaczenie. Jednak różnica pomiędzy świadomością emocjonalną Sartre'a a nieświadomością Freuda jest zasadnicza. Świadomość emocjonalna jest nierefleksyjna, ale to nie znaczy, że jest nieświadoma. Według Sartre'a jest ona świadoma siebie w sposób nietetyczny, czyli powstaje bez udziału „Ja” świadomego, ale z racji swojego pierwotnego związku ze światem jest świadomym przeżyciem pełnym przedmiotowych treści (Sartre 2006). Tymczasem według Freuda, nieświadomość, jako zasadniczy obszar struktury psychicznej, rządzi się swoimi wewnętrznymi prawami, które są irracjonalne i alogiczne. W nieświadomości toczą się liczne konflikty, które wraz z innymi nieświadomymi treściami i procesami są trudne lub niemożliwe do uświadomienia, a jednocześnie w podstawowy sposób rzutują na ludzkie funkcjonowanie i doświadczenie (Freud 1992).

Dzięki odkryciom psychologii fenomenologicznej, w dużym też stopniu teorii świadomości i emocji J.P. Sartre'a, współczesna psychologia poznawcza nie przeciwstawia sobie procesów świadomych i nieświadomych. Nieświadomość nie jest częścią psychiki wypełnioną konfliktowymi dążeniami czy popędami, lecz cechą procesów poznawczych, które ze względu na ograniczone zasoby świadomej uwagi nie mogą znajdować się w jej centrum (Eagle 1987, Kihlstrom 1987). Ujęcie poznawcze nie przypisuje już nieświadomości tak wielkiego znaczenia, jakie przypisywał jej Freud. Nieświadome treści oraz procesy mogą być jak najbardziej uświadomione i kontrolowane (por. Eagle 1987, Pervin 2002).

Niezależnie jednak od różnic dzielących fenomenologiczną koncepcję świadomości nierefleksyjnej-emocjonalnej od psychoanalitycznej koncepcji nieświadomości można stwierdzić, że za-

równy jedna jak i druga przyczyniły się do dokładniejszego zwracania uwagi na procesy psychiczne zachodzące poza świadomym „Ja” jako *residuum* życia psychicznego, co w kwestii badanego przedmiotu wydaje się być najważniejsze\*.

### Charakterystyka fenomenologicznego ujęcia struktury relacji emocja–świat

Jak wszystkie istoty żywe, człowiek jest również zależny od swojego otoczenia, od świata, w którym żyje. Jednakże świat, w którym żyje człowiek, oprócz swych czasowo-przestrzennych wymiarów, posiada szereg cech społecznych i kulturowych. Świat ten składa się z innych ludzi, z przedmiotów, które są wytworami ludzi, zachodzą też w nim specyficzne społeczne procesy. Świat ten podlega nie tylko prawom przyrody, ale jest również zorganizowany przez ludzi według określonych zasad. Normalny przebieg życia każdego człowieka zależy również od tych społecznych cech otaczającego świata. Istnieje duże podobieństwo między tak rozumianym światem społecznym a światem emocjonalnym, o którym pisze Sartre. Otóż dla Sartre’a świat społeczny jest przede wszystkim światem emocji. Sartrowska świadomość emocjonalna jest przede wszystkim świadomością–w–świecie. Ona nie tylko istnieje w świecie, ale i w nim działa na swój własny specyficzny sposób. Ten świat, do którego odnosi się świadomość emocjonalna, jest światem poruszonym intencją świadomości, czyli – jak go nazywa Sartre – jest światem poruszonym (*le monde agi*).

Świadomość emocjonalna działając bez udziału refleksji, „wyrzuca się” (*projetter*) cała na zewnątrz, ku światu. Sartre ujmuje ten świat (*le monde agi*) nie jako jakość „samą w sobie”, ale jako wynik intencjonalnego nakierowania się świadomości. Sar-

---

\* Piotr Mróz określa m.in. właśnie z tego powodu teorię emocji Sartre’a jako pewną próbę budowania „nieegologicznej” psychologii (por. Mróz 2006).

tre mówi o nim metaforycznie, że jest to świat magiczny, przy czym kategoria „tego, co magiczne” (*le magique*) jest kategorią, która rządzi stosunkami pomiędzy ludźmi w społeczeństwie oraz służy do nadawania danemu przedmiotowi emocji, bez wprowadzania w strukturze rzeczywistej tego przedmiotu, jakąś inną jakość\*: „W istocie istnieje świat emocji. Wszystkie emocje mają wspólną cechę: sprawiają, że pojawia się jeden i ten sam świat, okrutny, straszny, posępny, radosny itp., w którym jednak stosunek rzeczy do świadomości jest zawsze i wyłącznie magiczny (Sartre 2006: 44).

Sartre podaje konkretny fenomenologiczny opis zjawiska emocji na potwierdzenie tego, jak świadomość emocjonalna tworzy magiczność danego przedmiotu i świata, do którego się odnosi:

Wyciągam rękę po kiść winogron. Nie mogę ich zebrać, bo są poza moim zasięgiem. Wzruszam ramionami, opuszczam rękę mrużąc pod nosem: „są jeszcze zielone” i oddalam się. Te wszystkie gesty, słowa, samo to zachowanie nie jest zrozumiałe same przez się. Chodzi o komedię, którą odgrywam przed kiścią winogron, żeby poprzez nią nadać winogronom cechę „jeszcze zielone”, która to cecha może zastąpić zachowanie, jakiego nie mogę urzeczywistnić. Przedtem przedstawiały się owe winogrona jako „domagające się zerwania”. Ale ta jakość, niecierpiąca zwłoki staje się wkrótce nie do zniesienia, ponieważ potencjalność nie może być urzeczywistniona. To napięcie z kolei staje się powodem do nadania winogronom nowej jakości „jeszcze zielone”, która to rozwiąże konflikt i zlikwiduje napięcie. Tylko, że „chemicznie” nie mogę nadać tej jakości winogronom, nie mogę oddziaływać na winogrona, wybierając naturalne metody działania. A więc postrzegam tę cierpkość niedojrzałego winogrona poprzez swoje odczucie wstępu do niego. Magicznie nadaję winogronom jakość, jakiej pragnę. Tu ta komedia jest tylko na w pół szczerą. Ale

---

\* Obszerniej o tej kategorii w dalszej części książki.

niech sytuacja stanie się bardziej nagląca, a zachowanie, jako zakłęcie, będzie wypełnione z powagą: oto emocja (Sartre 2006: 45).

Można stwierdzić, że jeśli mówimy o emocjach w rozumieniu psychologii fenomenologicznej J.P. Sartre'a, to mamy na myśli przede wszystkim człowieka–w–świecie–emocji i jego możliwości magicznego nań oddziaływania. Emocja jako świadomość emocjonalna jest niedającym się zastąpić innymi formami świadomości przejściem pomiędzy światem poruszonym intencją (*le monde agi*) a taką świadomością świata, który jawi mi się, na przykład w przypadku winogron, jako wstrętny lub denerwujący. Ta druga świadomość jest przekształceniem tej pierwszej, przetworzeniem tego podstawowego *datum* egzystencjalnego moje–bycia–w–świecie. Sartre jako psycholog fenomenologiczny, w przeciwieństwie do psychologa pozytywnego, nie szuka praw rządzących emocjami w procesach samej emocji, ale w ogólnych strukturach świadomości człowieka i jego związków ze światem zewnętrznym i społecznym. Jak pisał Sartre w odniesieniu do psychologii pozytywnej: „W taki sposób, nawet należycie opisana i wytłumaczona emocja, zawsze będzie tylko faktem pośród innych faktów, faktem zamkniętym w sobie, który nigdy nie pozwoli ani zrozumieć innej rzeczy, aniżeli on sam, ani też uchwycić poprzez ten fakt istotnej rzeczywistości człowieka” (Sartre 2006: 12).

Ponadto, Sartre na przykładach poszczególnych emocji rozwija jeszcze dokładniej swoje rozumienie tej specyficznej relacji emocja–świadomość–świat. Kiedy, na przykład, w ramach pewnego zachowania pojawią się pewne zjawiska fizjologiczne w organizmie oraz pojawi się świadomość niebezpieczeństwa, to tylko wówczas ogarnie nas strach, przerażenie, kiedy niemalże równocześnie świadomość–w–strachu odkryje (ukonstytuuje) świat–jako–budzący–grozę. Objaw strachu to znak dla świadomości czegoś znaczącego. Nie można sprowadzać symptomów

zachowań do samych zachowań (jak czyni to behawioryzm), bo w emocji strachu właśnie, gdy mija zagrożenie (znika jakiś goniący mnie człowiek), oraz gdy wycofam swoją intencję ujmującą go jako coś-co-mi-zagraża, to nie od razu ustąpi mi drżenie rąk, nie od razu spadnie mi ciśnienie krwi i wyrówna oddech. Należy brać pod uwagę wszystkie elementy doświadczenia emocjonalnego i nie można pominąć żadnego z nich, aby w pełni rozpoznać naturę emocji (Sartre 2006). W przypadku emocji strachu będą to:

1. Świadomość nakierowana na świat strachu i przerażenia.
2. Zmiany fizjologiczne w organizmie.
3. Samo zachowanie jako zespół reakcji.

Sartre odrzuca pogląd, iż wystarczy pojedynczo rozpatrywany – bez odniesienia się do całościowego przeżycia emocjonalnego – składnik, by można było mówić o przyczynie stanu emocjonalnego. Gdy, na przykład, skupię się tylko na zmianach fizjologicznych w organizmie\*, to pominię jakościowy aspekt przeżycia emocjonalnego. Tak różne emocje, jak: radość, strach, gniew, przerażenie, mogą powodować wystąpienie tych samych zmian, a przecież wymienione tu emocje różnią się co do swojej istoty. Jeśli natomiast wezmę pod uwagę samo tylko zachowanie, to również nie dopatrzę się w nim jakościowego aspektu przeżycia, a przecież, kiedy tylko przestanę uciekać przed zagrażającym mi niebezpieczeństwem, to nie od razu się uspokoję i przestanę odczuwać emocje.

Tak więc Sartre wskazuje na pewną „zasadę dyskryminacyjną” wszystkich emocji: emocja–strach inaczej konstytuuje dany fragment świata (świat straszny), natomiast emocja–radość inaczej konstytuuje świat radosny. Odrzuciwszy wyjaśnienia typu kauzalnego w przypadku emocji Sartre uznaje emocje za nośnik znaczeń odnoszących się zawsze do świata sposobem intencjonalnych nakierowań. Innymi słowy, świadomość człowieka „po-

---

\* Tak jak w przypadku teorii Jamesa-Langego. Teoria ta będzie szczegółowo omawiana w dalszej części książki.

sługuje” się emocjami dążąc do wywołania zmian w świecie. Z tego punktu widzenia świat, który nas otacza – to, co Niemcy nazywają *Umwelt* – świat naszych pragnień, potrzeb i naszych czynów, nasz świat natury: „Jawi się jakby naznaczony wąskimi i kamienistymi drogami, które prowadzą do takiego czy innego określonego celu, to znaczy do pojawienia się przedmiotu [...] Ten świat jest trudny. Owo pojęcie trudności nie jest pojęciem refleksyjnym, które może zawierać stosunek do mnie. Jest gdzieś w świecie, to jakoś świata, która przedstawia się percepcji, to korelat noematyczny naszego działania, które przedsięwzięmy lub jedynie rozpoczynamy” (Sartre 2006: 41). Dlatego też Sartre rezygnuje z wyjaśnień typu kauzalnego i przechodzi na stronę wyjaśnień finalistycznych. Zatem, zdaniem Sartre’a, emocje mają zawsze adekwatnie określony cel. Dążą do wywołania zmian w świecie, z tym, że poprzez swój finalizm uwzględnia Sartre totalność rzeczywistości ludzkiej.

Świat człowieka to nie tylko świat przyrody, w którym panuje wszechwładnie związek przyczynowo-skutkowy. Pełny świat człowieka to właśnie *Umwelt*, świat celów, pragnień, wartości, które chcemy wprowadzić do świata, które wybieramy w naszym postępowaniu. W tym świecie jest jeszcze miejsce na związek intencjonalno-celowościowy, to właśnie on będzie odgrywał w tym świecie jeszcze większą rolę. Ale, jak pisaliśmy już wcześniej, granice oddziaływania świadomości emocjonalnej człowieka na ten świat są ściśle określone. Człowiek może zmieniać świat otaczający, dokonywać w nim przekształceń, ale tylko poprzez oddziaływanie na siebie samego – na swój własny sposób myślenia, na swoje własne ciało. Tylko w ten sposób, inaczej mówiąc, poprzez własną aktywność świadomości może stwarzać dla siebie samego coraz to nowe możliwości i sytuacje. Tak więc, człowiek zmienia i rozwija się w trakcie własnej działalności poznawczej. Sartre pisał: „Emocja to transformacja świata. Kiedy wyznaczone drogi stają się zbyt trudne, bądź też kiedy nie widzimy drogi, nie możemy pozostawać w świecie tak ponaglącym

i trudnym. Wszystkie drogi zablokowane, a tymczasem trzeba działać. A więc próbujemy zmieniać świat, to znaczy przeżywać go tak, jak gdyby stosunku rzeczy do ich potencjalności nie ustalały procesy deterministyczne, lecz magia” (Sartre 2006: 44).

Wydaje się więc, że usilne starania Sartre’a wniknięcia w strukturę emocji, podawanie wielu fenomenologicznych opisów przykładów poszczególnych emocji, ich fenomenologiczna analiza, zmierzają do wykazania zasadniczej zależności emocji od świadomości i jej znaczącego charakteru wobec świata, w którym występuje. Emocja jest zdaniem Sartre’a całością pewnego systemu emocja–świadomość–świat, który dąży do dokonania pewnych zmian w świecie go otaczającym. Człowiek, jako podmiot owego systemu, wierzy autentycznie, że świat zdeterminowany, w którym bezsprzecznie żyje, może również ukazać mu swój możliwy aspekt. Ale, jak już pisaliśmy, w przypadku wystąpienia nieznośnego napięcia na linii świadomość–świat, świadomość zmienia się, zmienia swoje ciało, tak, aby zmienić swój przedmiot. Jest to jej jedyny sposób i możliwość oddziaływania na świat.

Psychologiczną charakterystykę egzystencjalnych uwarunkowań relacji emocja–świadomość–świat uzupełniają świetnie twierdzenia Józefa Tischnera. Zgodnie z jego teorią człowieka, człowiek jest istotą dramatyczną, to znaczy taką, która przeżywa swój czas pośród innych ludzi, na ziemi, będącej sceną dramatu\*. O przyczynach dramatyczności ludzkiej natury Tischner pisze: „Człowiek nie byłby istotą dramatyczną gdyby nie te trzy czynniki: otwarcie się na innego człowieka, otwarcie na scenę dramatu i przepływający czas” (Tischner 1990: 11). J. Tischner podkreśla, że otwarcie na drugiego człowieka ma charakter

---

\* Tischner pisał: „Pod naszymi stopami jest nasz świat – scena dramatu. Chodzimy po niej, widzimy ją i słyszymy oraz dotykamy jej rękami. Przedstawienia sceny mogą być różne, różne mogą być jej wyobrażenia i teoretyczne koncepcje; jedno będzie jednak się stale powtarzać: scena *jest*” (Tischner 1990: 12; podkr. Tischnera).

dialogiczny: „Różni się ono istotnie od otwarcia intencjonalnego. Dzięki otwarciu intencjonalnemu staje przed nami świat przedmiotów, dzięki otwarciu dialogicznemu stajesz przy mnie Ty” (Tischner 1990: 13).

Dramatyczność natury człowieka implikuje jej dialogiczność. Ludzie wchodzą ze sobą w szczególnego typu relacje, nazywane spotkaniami, mogące być przyczyną istotnych osobowych zmian. Spotkania są relacjami nieuprzedmiotowiającymi, umożliwiającymi swoim uczestnikom szczere i autentyczne manifestowanie siebie oraz pozwalającymi im na dokonywanie dwóch rodzajów obserwacji. Po pierwsze, są one okazją do przyjrzenia się osobowej rzeczywistości drugiego człowieka i uświadomienia sobie jego odrębności i wyjątkowości, a po drugie, umożliwiają dostrzeżenie fundamentalnej bytowej wspólnoty, łączącej wszystkich ludzi; to właśnie poruszenie wywołane tymi obserwacjami może doprowadzić do zasadniczych zmian osoby.

Po zaprezentowaniu fenomenu emocji jako pewnej struktury świadomości, działającej w szerokim systemie emocja–świadomość–świat, koniecznie trzeba powiedzieć o roli, jaką w tym systemie odgrywa intencjonalność świadomości, ponieważ ta funkcja świadomości ma decydującą rolę w tworzeniu się tego systemu. Tak jak dla F. Brentana, tak i dla J.P. Sartre’a intencjonalność jest podstawową własnością naszego życia psychicznego\*.

Czym więc jest owa intencjonalność, e postaramy się odpowiedzieć w następnym podrozdziale.

## **Intencjonalność jako podstawowa funkcja fenomenologicznej świadomości**

Pojęcie intencjonalności zostało zapożyczone z filozofii. W kategoriach psychologicznych mówi się raczej o ukierunkowaniu na obiekty. Ze względu jednak na częstotliwość używa-

---

\* O znaczeniu intencjonalności jako podstawowej funkcji psychicznej (por. Searle 1995).

nia pojęcie intencjonalności przez samego Sartre'a, będziemy również mówić o intencjonalności w przypadku ukierunkowania świadomości na obiekty.

Możemy stwierdzić, że zadaniem psychologa, a szczególnie psychologa fenomenologicznego, jest badanie jedności i ciągłości świadomości człowieka w jej różnych formach i stopniach rozwoju. F. Brentano zwrócił uwagę na współodpowiedniość świadomości i jej przedmiotu poznania. Według niego, do istoty przeżyć poznawczych należy to, że posiadają one pewną *intentio*, że coś domniemują, że w taki czy inny sposób odnoszą się do czegoś o charakterze przedmiotu. Odnoszenie się do przedmiotu przysługuje im nawet wówczas, gdy sam przedmiot realnie nie istnieje, wystarczy, że będzie tylko wyobrażony. Tę podstawową funkcję świadomości F. Brentano nazwał intencjonalnością świadomości, a J.P. Sartre uczynił z niej najważniejszą funkcję w modelu fenomenologicznej świadomości (Brentano 1964; Sartre 1963).

Występowanie owej intencjonalności w świadomości człowieka, zdaniem Brentana, jest związane z próbą doświadczenia „czegoś więcej” – czegoś, co najwyraźniej mieści się w psychologicznej strukturze osoby, lecz wymyka się psychologicznym opisom. Charakter tego doświadczenia sprawia, że człowiek posiadający zdolność swobodnego dysponowania intencjonalnością odnosi się do świata i do samego siebie w sposób niezdeternowany żadnymi związkami przyczynowo-skutkowymi. Brentano podkreślał przy tym, że rozwój świadomości zależy jest od „siły” intencjonalności człowieka. Dzieje się tak, dlatego, że – jak pisze – intencjonalność człowieka należy do: „[...] Jego najbardziej własnego sposobu istnienia” (Brentano 1964: 34).

Dla J.P. Sartre'a intencjonalność była również sensotwórcza, konstytuująca „swój” świat świadomością, jej ciągłym ruchem – ku zaznaczającym tym samym swą obecność w świecie. J.P. Sartre pisał: „Analizy różnych ruchów, nakierowań na świat pokazują niezbicie, że przedhusserlowska filozofia nie rozumiała

– ba, wręcz opacznie tłumaczyła naturę związków świadomości i świata. Intencjonalność zakłada „posiadanie”, tj. tworzenie odrębnych, różnych od siebie przedmiotów intencjonalnych wynikających z różnych nakierowań świadomości na to, co względem niej transcendentne nawet, gdy idzie o nią samą” (Sartre 2006: 4).

Dzięki owej intencjonalności, świadomość przebywa w świecie, ale ta sensotwórcza i konstytuująca „swój” świat świadomość odnosi się do tego, co względem niej zewnętrzne na różne sposoby. Percepcja, myśl, wyobrażenie to są również sposoby odniesienia świadomości do tego, co zewnętrzne wobec niej. Intencjonalność świadomości działa w różnych *modi* jej istnienia. Ze względu jednak na to, że tematem naszych rozważań jest przedstawienie natury emocji w ujęciu psychologii fenomenologicznej J.P. Sartre’a, to tylko intencjonalność świadomości emocjonalnej będzie stanowiła przedmiot naszego zainteresowania. To ona bowiem odgrywa najwyraźniejszą rolę w tworzeniu sartrowskiego systemu emocja–świadomość–świat, o którym pisaliśmy w poprzednim rozdziale.

Poza tym trzeba powiedzieć, że chociaż intencjonalność jest pewną formą nakierowywania się świadomości na świat wobec niej niezależny, to nie może być ona utożsamiana z uwagą, którą najczęściej interesują się psychologowie poznawczy. Intencjonalność świadomości kieruje się bowiem przede wszystkim na strukturę przedmiotów, a nie na same przedmioty, a w przypadku intencjonalności świadomości emocjonalnej nadaje nawet pewien specyficzny sens strukturze danego przedmiotu.

Dla Sartre’a wszystkie emocje są intencjonalne. Wspominaliśmy już wcześniej, że w jego teorii emocji świadomość emocjonalna posiada zdolność transcendowania poza subiektywność i kierowania się na zewnętrzne w stosunku do samego aktu świadomości przedmioty. W swoim podstawowym dziele *Byt i nicność* Sartre pisał:

Wszelka świadomość jest pozycjonalna, tzn. stawia się wobec świata, już przez to, że transcenduje samą siebie, aby dosię-

gnąć przedmiotu, i w tym stawianiu wobec świata się wyczerpuje. Wszystko, co w mojej aktualnej świadomości jest intencjonalne, kieruje się ku temu, co na zewnątrz, np. w stronę stołu; wszelkie moje akty sądzienia i praktyczne działania, wszelka moja aktualna uczuciowość, wykraczają poza siebie, zwracają się np. w stronę stołu i w tym się wyczerpują [...], Kiedy pragnę domu, szklanki wody, ciała kobiety, to, w jaki sposób to ciało, szklanka, budynek mogłyby tkwić w moim pragnieniu? I jak moje pragnienie może być czymś innym, niż świadomością tych przedmiotów postrzeganych jako pożądane? Strzeżmy się więc przed traktowaniem tych pragnień jako małych bytów psychicznych, zamieszkujących świadomość: są one samą świadomością, w jej pierwotnej, projektującej i transcendentnej strukturze, jako że jest ona z zasady świadomością czegoś (Sartre 2007: 643).

Ten cytat ukazuje wyraźnie, że każde przeżycie poznawcze posiada swój przedmiot, i że zawsze do czegoś się odnosi. Szczególnym przypadkiem przeżycia poznawczego jest niewątpliwie emocja jako emocjonalna świadomość czegoś. J.P. Sartre po uznaniu różnorodnych intencji świadomości w świecie, uzna również za pełnoprawne ukierunkowanie się na rzeczywistość szczególnego typu świadomości, którym jest emocja – lęk, strach, przerażenie, są one zawsze ukierunkowaniem się na zewnętrzny wobec świadomości przedmiot. W związku z tym, emocja jako świadomość emocjonalna swojego przedmiotu jest zawsze bytem-w-świecie, ale nie przebywa w nim na zasadzie biernych, masywnych przedmiotów jak kamienie w świecie przyrody. Dzięki temu, że jest właśnie emocjonalną świadomością swojego przedmiotu emocjonalnego, podlega przede wszystkim intencjonalno-celowościowym prawom swojej świadomości. Nie można więc jej traktować jako fakt absolutny, nieredukowalny i niesprowadzalny do czegokolwiek poza sobą. Nie podlega on żadnym determinacjom ani ograniczeniom.

Przykład uświadomi nam wyraźnie tę specyficzną relację świadomości emocjonalnej ze swoim przedmiotem:

Weźmy, na przykład, bierny strach. Widzę zbliżające się do mnie jakieś dzikie zwierzę, nogi uginają się pode mną, serce bije słabiej, blednę, osuwam się na ziemię i mdleję. Nie ma zachowania bardziej nieprzystosowanego, niż właśnie to, które wystawia mnie bez obrony na niebezpieczeństwo. A przecież jest to zachowanie ucieczki. Utrata świadomości jest tutaj schronieniem. Ale nie sądzmy, że jest to schronienie dla mnie, że staram się ratować, nie widząc drapieżnika. Nie wyszedłem z planu nierefleksyjnego, ale z powodu tego, że nie mogę uniknąć niebezpieczeństwa i z powodu powiązania deterministycznego, zaprzeczyłem jego istnieniu. Chciałem je unicestwić. Wiszące nade mną niebezpieczeństwo było przyczyną intencji unicestwiającej, która przywołała zachowanie magiczne (Sartre 2006: 45).

Dla Sartre'a sens emocji strachu wyczerpuje się w zasadzie na takiej intencjonalności świadomości, której korelatem jest „nicość”. Świadomość emocjonalna dąży więc do odepchnięcia od siebie swojego przedmiotu za wszelką ceną, a może to zrobić, ponieważ jest świadomością czegoś. Możemy stwierdzić, że świadomość emocjonalna charakteryzuje się intencjonalnością, która ukierunkowana jest przede wszystkim na odkrywanie pewnych potencjalności w przedmiotach, do których się spontanicznie odnosi. Postrzega przedmioty świata zewnętrznego, jak gdyby owe przedmioty nie były powiązane procesami deterministycznymi, jakie niewątpliwie obowiązują w przyrodzie, ale nadaje im swoją specyficzną jakość. Intencjonalność więc świadomości emocjonalnej zmierza przede wszystkim do ukonstytuowania danego przedmiotu świadomości w pewnym *modi* jakościowym.

Przykład ten dobrze oddaje istotę intencyjnego działania świadomości emocjonalnej i jej odnoszenia się do świata zewnętrznego. Zdaniem Sartre'a, świadomość emocjonalna musi działać w każdej sytuacji, nawet wtedy, kiedy wydawałoby się, że

żadne działanie nie jest już możliwe, jest bowiem świadomością wrzuconą w świat. Nie może nie działać, bo nawet nie działając, w jakiś sposób działa. W sytuacji ostatecznej dla mojego życia, kiedy np. zbliża się do mnie niebezpieczne zwierzę, podejmuję działanie, tak jak gdyby fragmenty danej transcendentnej rzeczywistości, w której się znajduję, nie podlegały i nie były regulowane przez procesy kauzalne, deterministyczne, ale przez magię. W momencie wystąpienia tego strasznego, nieznośnego napięcia na linii Ja–świat świadomość zmienia się tak, aby zmienić swój przedmiot. Twórcza rola świadomości–w–świecie zostaje w intencji emocjonalnej sprowadzona do ukonstytuowania takiego przedmiotu, który by współgrał, odpowiadał projektowości świadomości. Dokładniej rzecz ujmując, zmieniona przez emocję świadomość nadaje inną jakość obejmowanemu przedmiotowi.

Oczywiście, w przypadku emocji, intencjonalność świadomości działa na poziomie nierefleksyjnym, dlatego też czasami powoduje najbardziej nawet nieprzystosowawcze działania, podejmowane z racji niemożliwości wyboru innego działania. W ten sposób działa emocja strachu, ale wszystkie emocje, według Sartre’a, charakteryzują się takim właśnie działaniem na świat. Nie będziemy ich jednak tutaj wszystkich analizować. Wystarczy stwierdzić, że *eidōs* emocji sprowadza się do zmiany jakościowej świata w pewnym *modi*.

Paweł Mróz we *Wprowadzeniu do Szkicu o teorii emocji* Sartre’a tak oto pisał o tej „sile” świadomości, jaką jest jej intencjonalność, a którą Sartre uznał bezsprzecznie za podstawową funkcję świadomości:

W *modi* percepcyjnym istniejące, a raczej dane rzeczywiście, realnie, przedmioty wraz z ich uposażeniami jakościowymi ukazują mi się cząstkowo, ale co ważne, odsyłają do siebie, stanowiących zbiór wzajemnych relacji [...] Dane w akcie intencjonalnym percepcji (świadomości postrzeniowej) przedmioty są uwarunkowane i podlegają zasadzie przestrzennej, charakteryzującej realnie istniejący świat. [...] Wynika

z tego, że dla Sartre'a poprzez konsekwentne stosowanie zasady intencjonalności emocja–świadomość musi zmierzać ku czemuś i owo coś uczynić (ukonstytuować) w sobie właściwy sposób. Sartre stwierdza, iż świadomość „zbiera się w stronę świata pobudzona emocją”. A skoro emocja „ma” przedmiot emocjonalny, jest emocjonalną świadomością czegoś, to jej wszelkie akty i „wytwory intencjonalne” muszą być czymś znaczącym (Mróz 2006: 18).

Tak więc dzięki swojej specyficznej funkcji świadomości emocja–świadomość jest, podobnie jak percepcja, myśl czy wyobrażenie, specyficznym sposobem pojmowania świata i, jak pisał F. Brentano, jest dla człowieka jego najbardziej własnym sposobem istnienia. Zgodnie z tym, co pisał C.G. Jung, że człowiek o rozwiniętej intencjonalności potrafi, na drodze regulowania swojej dostępności poznawczej w różnych *modi* jej występowania, najpełniej realizować swój potencjał wolności. Doświadczając swojej osobowej rzeczywistości i świata jako swoistej jedności otwiera się na perspektywę „czegoś więcej” (Jung 1989). W tym sensie mówił właśnie Sartre, że intencjonalność jest skierowana, w przypadku świadomości emocjonalnej, na odkrywanie potencjalności w przedmiotach, do których się odnosi i to już na poziomie nierefleksyjnym. Świat emocji dla Sartre'a bez wątpienia jest rozbudowany właśnie ową perspektywą – obecnością możliwości celów, ideałów, a nie jest tylko determinowany przeszłością. Tak więc intencjonalna świadomość emocjonalna jest konieczną funkcją świadomości i integralnym elementem psychologicznej struktury osoby. Odkrywania tych potencjalności. Niemniej wymaga od samego człowieka ciągłego rozwoju jako podmiotu całości systemu emocja–świadomość.

Pozostają jeszcze do omówienia dwie zasadnicze kwestie, które są integralnie związane z intencjonalnym działaniem świadomości emocjonalnej. Po pierwsze, proces emocjonalny zawsze przebiega przez ciało człowieka i nie może być emocja badana w oddzieleniu od niego. Po drugie, podstawową funkcją każdej

emocji jako świadomości emocjonalnej jest tworzenie świata w pewnym *modi* jakościowym, jak go Sartre nazywa metaforycznie – magicznym.

Na te aspekty emocji zwracaliśmy już uwagę przy okazji omawiania poszczególnych kwestii związanych z teorią emocji w ujęciu sartrowskim. Ze względu na ich istotne znaczenie z punktu fenomenologicznych badań nad emocją, zostaną dokładniej omówione w kolejnych podrozdziałach.

### Sartrowska fenomenologiczna koncepcja cielesności emocjonalnej świadomości\*

W rezultacie rekonstrukcji i analizy sartrowskiej koncepcji emocji możemy stwierdzić, że pomimo wielkiej złożoności fenomenu emocji, da się jednak znaleźć ich wspólną naturę. Konsekwentne stosowanie fenomenologicznej metody poznania może doprowadzić do dostrzeżenia w nich tego, co najistotniejsze. Emocja w ujęciu psychologii fenomenologicznej J.P. Sartre'a to przede wszystkim:

1. Pełen znaczenia akt świadomości nierefleksyjnej.
2. Swoista emocjonalna relacja człowieka ze światem transcendentnym (dla Sartre'a relacja ta jest podstawową funkcją świadomości).
3. Fenomen emocjonalnego przekonania przeżywanego cielesnie.
4. Fenomen konstytucji świata emocjonalnego w pewnym *modi* jakościowym, który Sartre metaforycznie nazywa światem magicznym.

Innymi słowy, emocja, jako fenomen przekonania świadomości, jest jej własnym sposobem bycia-w-świecie. Sartre

---

\* Obszerne fragmenty tego rozdziału były opublikowane w języku francuskim w 2014 roku w artykule: *Conception phénoménologique de la corporéité émotionnelle de la conscience chez Sartre* w „Horyzontach Wychowania”, nr 27, s. 85–93.

podkreślał wielokrotnie na stronach *Szkicu o teorii emocji*, że: „Emocja nie jest czymś przypadkowym. Jest sposobem istnienia świadomości. Jest jednym ze sposobów, w jaki ona ujmuje (w sensie heideggerowskich *Verstehen*) swoje bycie–w–świecie” (Sartre 2006: 62).

Wspominaliśmy już również, że Sartre wyróżnił cztery sposoby odnoszenia się do rzeczywistości, w której człowiek znajduje się jako zaangażowana świadomość. Obok emocji są nimi percepcja, wyobrażenie i myśl, ale emocja stanowi dla niego najbardziej specyficzny sposób odnoszenia się do rzeczywistości. Świadomość emocjonalna człowieka przyjmuje określoną postawę wobec swojego przedmiotu emocjonalnego, która charakteryzuje właśnie tylko emocjonalne zachowanie, do tego angażuje własne ciało, by nadać jeszcze większe znaczenie fenomenowi emocji. To zaangażowanie ciała w procesie przeżywania emocji ma swoje fenomenologiczne konsekwencje.

Sartre kładł nacisk na ucieleśnienie emocji i przedstawiał pogląd, że symptomy cielesne mogą przyczyniać się do ich odczuwanego natężenia. Jednakże przyjmując fenomenologiczną koncepcję cielesności twierdził, że ciało człowieka nie jest tylko biernym receptorem wrażeń, które wywołują bodźce ze świata zewnętrznego. Uważał również, że świadomość emocjonalna człowieka „wykorzystuje” własne ciało, by osiągnąć określony cel, aby dokonać pewnych zmian w świecie. A więc ciało jest dla Sartre’a przede wszystkim pewnym środkiem dla świadomości emocjonalnej oddziaływania na świat. Proces emocjonalny przebiega zawsze przez ciało człowieka i nie może być w oddzieleniu od niego badany.

Ogólnie można powiedzieć, że fenomenologiczna koncepcja cielesności Sartre’a przeciwstawia się wyraźnie wszelkiej próbie oddzielania ciała i świadomości człowieka na sposób kartezjański. Sartre twierdzi, że świadomość egzystuje swoim własnym ciałem i że ciało jest zewnętrznym punktem widzenia świata, nierozdzielnie związanym ze świadomością. Relacja, świadomość–ciało,

jest relacją egzystencjalną. Sartre pisał: „Moje ciało jest strukturą świadomą mojej świadomości, ciało należy do niepozycjonalnych struktur świadomości, czyli jest świadomością ciała jako tego, co przekracza i nicestwi stając się świadomością, to znaczy jako coś, czym jest nie mając być i ponad czym przechodzi, by być, czym ma być [...] Moje ciało to punkt odniesienia, punkt mojego zorientowania się w świecie” (Sartre 2007: 56).

Takie rozumienie cielesności człowieka zmierza w zasadzie do przewyciężenia widzenia ciała na sposób kartezjański, który nawet i dzisiaj znajduje wielu zwolenników wśród psychologów badających *mind-body* problem (Sartre 2007). Według Sartre’a, ciała nie można traktować tylko i wyłącznie jako bierną i bezwładną „bryłę” materialną podlegającą jedynie prawom przy czynowym. Ciało, z jednej strony jest przedmiotem w świecie i podlega prawom przyczynowo-skutkowym, z drugiej strony jest jednak bezpośrednim przeżyciem świadomości, a to ma decydujące znaczenie dla sartrowskiej teorii emocji. Właśnie dzięki temu, że ciało jest również bezpośrednim przeżyciem świadomości, emocja jest zawsze przeżywana i nigdy nie wychodzimy z niej z własnej woli. Sartre podkreśla, że jedność emocji i jej przedmiotu jako swoistej syntezy dokonuje się właśnie w akcie przekonania świadomości i tej bezpośredniej przeżyciowości, którą jest ciało człowieka.

P. Mróz pisze: „Ważki zdaje się tu element przekonania, wiary: ustanowienie przedmiotu (w emocji lęku i strachu) jako „straszego” (*l’objet comme horrible*), danego bezpośrednio przeżyciowości (*vecu*). Sartre tłumaczy to następująco: w konkretnych przypadkach owych blokad dróg, odciętych, „zaaresztowanych” możliwości percepcyjno-rzeczywistego działania, świadomość – umocniona wiarą, przekonaniem – rzuca się w nowo ukonstytuowany świat: *comme horrible, joyeux, mystere* – właśnie jako magiczny, zaczarowany świat emocji. Serią owych *conduites* świadczących o syntetycznej jedności ciała i świadomości staje się ona świadomością odmienionego świata” (Mróz 2006: 35).

Ze względu na złożoność tej charakterystycznej cechy emocji w ujęciu psychologii fenomenologicznej J.P. Sartre'a przytoczymy jeszcze słowa samego Sartre'a, dla lepszego zrozumienia omawianego tu problemu:

Żeby dobrze zrozumieć proces emocjonalny, wychodząc od świadomości trzeba sobie przypomnieć ten podwójny charakter ciała, które z jednej strony jest przedmiotem w świecie, z drugiej – bezpośrednim przeżyciem świadomości. Wtedy możemy pojąć to, co najistotniejsze: emocja jest fenomenem wiary – przekonania świadomości. Świadomość nie ogranicza się do wprojektowywania znaczeń emocjonalnych w świat, który ją otacza: ona żyje światem, który sobie właśnie ukonstytuowała. Żyje nim bezpośrednio, interesuje się nim, doświadcza jakości zarysowanych przez zachowania [...] Ciało samo w sobie jest niczym, przedstawia jedynie zaciemnienie punktu widzenia świadomości na rzeczy, na tyle, na ile świadomość urzeczywistnia i przeżywa spontanicznie to zaciemnienie. Naturalnie, należy rozumieć to zaciemnienie jako zjawisko syntetyczne i niepodzielne. Ale ponieważ ciało jest także rzeczą pośród rzeczy, analiza naukowa pozwoli wyróżnić w ciele biologicznym, w ciele rzeczy, zlokalizowane zaburzenia tego czy innego organu (Sartre 2006: 50).

Widzimy już teraz wyraźnie, jak emocja–świadomość działa poprzez własne ciało, aby osiągnąć swoje cele i konstytuuje świat emocjonalny w pewnym *modi* jakościowym. Sartre akcentuje występowanie we wszystkich emocjach kategorii celowości. Emocja zawsze stara się osiągnąć swój cel, będąc rozbudowana perspektywą możliwości i ideałów zmierza do ukonstytuowania świata emocjonalnego, który będzie wykraczał poza to, co zeterminowane i kauzalne w świecie. Człowiek używa swojego ciała jedynie jako środka oddziaływania na świat i jedynie poprzez własne ciało może na niego wpływać.

## Sartrowska kategoria tego, co magiczne (le magique)

Należy sobie zdać dokładnie sprawę z tego, że kategoria tego, co magiczne, jak pisze P. Mróz we wstępie do *Szkicu o teorii emocji* Sartre'a:

Stworzona w specyficznym rozumieniu (ontologiczno-psychologicznym) – którą to Sartre lokuje w domenie nakierowań emocjonalnych – to nie obiektywna cecha rzeczywistości, lecz motywowana przez sytuację podmiotu (świadomości) jakość o naturze interpsychicznej, międzyludzkiej, świadomościowej jako sposób ujmowania świata. Sartre stwierdza wyraźnie, że w stanie emocji świadomość przekształca raptownie świat codzienny, zdeterminowany prawami, podległy obserwacji i zabiegom utylitarnym w świat magiczny, rządzony i poddany własnym, niecodziennym i specyficznym prawom. Wszelkie determinanty „obiektywnego” świata w wyniku działań tego typu świadomości zostają zawieszane, to samo dotyczy układów czasoprzestrzennych, relacji koniecznościowych, celowości i konieczności, a więc tego wszystkiego, co jasno i logicznie orientuje człowieka na świat i w świecie (Mróz 2006: 36).

Konstytucja świata magicznego sprowadza się w zasadzie do funkcji świadomości emocjonalnej, którą jak pisaliśmy wcześniej, jest zasada intencjonalności. W poszczególnych emocjach, na przykład, smutku będzie to taki świat, który–już–niczego–od–nas–nie–chce, a więc korelatem świadomości–w–smutku jest zubożenie, osamotnienie, brak oczekiwań i zamknięta projektywność.

W emocji strachu z kolei, świadomość poprzez swoje zachowanie magiczne będzie zmierzać do zanegowania przedmiotu świata zewnętrznego i, jak to przedstawialiśmy już wcześniej na przykładzie goniącego zwierzęcia, świadomość jest nawet w stanie posunąć się aż do unicestwienia siebie samej (zemdleć), aby unicestwić „straszny” przedmiot.

Emocja radości również stara się osiągnąć swój cel i prowadzi do magicznego zachowania. Jeśli się jej dobrze przyjrzeć, to jej celem jest posiadanie upragnionego przedmiotu jako całości momentalnej. Temu zachowaniu towarzyszy pewność, że dojdzie do tego posiadania wcześniej czy później, ale stara się ono uprzedzić to posiadanie i tak np.: „Mężczyzna, któremu kobieta powiedziała właśnie, że go kocha, może zacząć tańczyć i śpiewać. Robiąc to, rezygnuje z realnego i ostrożnego zachowania, które powinien przyjąć, aby zasłużyć sobie na tę miłość, aby sprawić, żeby ona wzrastała, aby dochodzić do jej posiadania powoli i poprzez tysiące drobiazgów (uśmiechy, uprzejmości itp.) [...] Robi sobie przerwę: później będzie się starał. Teraz posiada przedmiot za pomocą tego, co magiczne, taniec wyraża posiadanie,” (Sartre 2006: 49).

Można podawać przykłady emocji w ich poszczególnych *modi* jakościowych. Ale wydaje się, że już po tych przykładach emocji, które przytoczyliśmy, można stwierdzić, że nie są one zwykłym zakłóceniem psychofizjologicznym, które można badać tylko metodą eksperymentalną, ani tylko zachowaniem, które można z zewnątrz obserwować. Widać wyraźnie, że istotą natury emocji w ujęciu psychologii fenomenologicznej J.P. Sartre’a jest to, że jest świadomością „czegoś” i zmierza „do czegoś”. To, czego nie chcą uznać psychologiczne teorie mechanistyczno-deterministyczne, dla Sartre’a jest oczywiste. Emocje są fenomenem znaczącym i aby je zrozumieć, potrzebne jest użycie celowościowych kategorii rozumienia. Emocja nie może być zatem rozpatrywana jako stan dysfunkcji organizmu, zaburzenia w zachowaniu, ani też nie może zostać zredukowana do reakcji psychofizjologicznych. Z punktu widzenia fenomenologicznych badań, emocja jako świadomość jest czymś o wiele bardziej złożonym. Jest to jeden z możliwych sposobów bycia-w-świecie człowieka i jego „ucieczki” od sfery determinizmu obiektywnego świata i rzeczywistych uwarunkowań jego istnienia. Jednak w tej ucieczce, jak pisze Mróz: „Objawia się całość, totalność egzy-

stencji człowieka, jego wybór i kryjąca się za nim wolność, ale wolność jako ów niepowtarzalny i typowo ludzki *mode d'existence de la conscience* – znak naszej bytności w ludzkim i transcendentnym świecie” (Mróz 2006: 39).

Jeśli chcemy zrozumieć emocje, to nadmierną pychą byłoby stwierdzenie, że można ją zrozumieć do końca albo, że można je zrozumieć tylko dzięki psychologii pozytywnej. Zrozumienie emocji wymaga sięgania do różnych źródeł. Niewątpliwe jednym z tych źródeł może być fenomenologia. Ujęcie więc emocji z punktu widzenia psychologii fenomenologicznej wydaje się być jak najbardziej uzasadnione. Jest to bowiem ujęcie, które w sposób holistyczny i nierdukcyjnistyczny stara się ogarnąć tak złożony fenomen, jakim jest emocja w życiu człowieka.

---

# JEANA PAULA SARTRE'A ŹRÓDŁA INSPIRACJI PSYCHOLOGICZNYMI TEORIAMİ EMOCJI

---

*Największe szczęście, jakie można dać  
człowiekowi – to dać mu dobrą teorię życia.*

Kurt Lewin

## Psychologiczne teorie emocji

Tomasz Maruszewski i Elżbieta Zdankiewicz-Ścigała (2000) rozpoczynając przegląd psychologicznych teorii emocji w podstawowym podręczniku psychologii pod redakcją J. Strelaua tak o nich piszą:

W jaki sposób różne aspekty emocji – pobudzenie, doświadczanie, zachowanie – współdziałają ze sobą? Czy przeżywamy strach, ponieważ nasze serce bije mocniej, a nasze ręce są wilgotne? Czy poznawcza ocena sytuacji, w jakiej się znaleźliśmy, wyzwala emocje, które określamy jako strach, i wywołuje określone zmiany fizjologiczne, przygotowujące nas do ataku lub ucieczki? Jak rozwiązać problem tego, co stanowi istotę emocji? Co jest pierwotne, a co pojawia się później? Przez wiele lat psychologowie proponowali różne rozwiązania tych dylematów (Maruszewski, Zdankiewicz-Ścigała 2000: 395).

Cytat ten wprowadza nas w złożoną problematykę emocji i uświadamia nam, jak trudne jest sformułowanie teorii emocji, która rozwiązywałaby wszystkie dylematy związane z zagadnieniem natury emocji. Sformułowanie takiej teorii jest szczególnie trudne tylko na gruncie samej psychologii, ponieważ jak pisze William W. Rozeboom:

Teoria psychologiczna stanowi przede wszystkim punkt widzenia na psychologię, przejawiający się w koncentracji na określonego rodzaju problemach i zjawiskach, skłonności do posługiwania się specyficznym językiem technicznym, nawet jeśli poszczególnym terminom nie nadaje się ściśle określonego znaczenia w preferowaniu pewnych sposobów organizowania i interpretacji danych, choćby to, co w ten sposób zostaje osiągnięte, nie odznaczało się zbyt dużą dookreślonością. [...] Faktem jest, że w psychologii, tak jak jest ona uprawiana przez psychologów, to, co nazywane jest teorią, częściej stanowi konfigurację postaw i szczególnych zainteresowań niż zbiór specyficznych przekonań (Rozeboom 1997: 24).

W obszarze psychologii jako nauki wieloparadygmatycznej, dyskusja na temat teorii o charakterze bardziej szczegółowym musi prowadzić nieuchronnie do dyskusji dotyczącej przyjmowanego paradygmatu. Niemniej musimy przyznać, że już sama różnorodność występujących paradygmatów w celu wyjaśniania tak złożonego zjawiska psychicznego, jakim jest emocja, niewątpliwie przyczynia się do tego, aby uzyskiwać coraz pełniejszy obraz jej natury.

W celu wyjaśniania fenomenu emocji, odnosiliśmy się wcześniej do paradygmatu fenomenologicznego, podkreślając przy tym, że emocja w ujęciu psychologii fenomenologicznej Sartre'a jest jednym z najbardziej holistycznych i nieredukcjonistycznych jej ujęć. Zawarta w tej książce analiza emocji jest w dużej mierze charakterystyką związków łączących emocję ze świadomością. Emocja w takim ujęciu, będąc zespołem funkcji świadomości, pozostaje w szczególnej relacji do świata zewnętrznego, rozumianego jako środowisko kulturowo-społeczne (*Umwelt*). Jednak oprócz tego, emocja – jak ukazała fenomenologiczna analiza związków łączących ją ze świadomością i ze światem zewnętrznym – pozostaje również w relacji do „czegoś więcej”, do „czegoś”, co jest psychologiczną realnością, wydaje się wchodzić w skład psychologicznej struktury osoby i prawdopodobnie jest związane z podstawową funkcją świadomości człowieka.

Ta relacja do „czegoś więcej” wyraża się w ciągłej próbie konstytuowania przez świadomość emocjonalną pewnego świata emocji, nadbudowanego nad świat realny, serią intencjonalnych nakierowań, który Sartre nazywał metaforycznie światem magicznym. Ta relacja jest relacją o ściśle fenomenologicznym charakterze, dlatego też jest trudna do badania i opisu za pomocą tylko psychologicznej metodologii i terminologii. Zaproponowany przez Sartre’a model struktury emocji jako składowej psychiki człowieka jest ściśle związany z jego wyborem fenomenologicznej metody i fenomenologicznej analizy. Zdaniem Sartre’a ta metoda i ta analiza potrafi odkryć specyficzność związków łączących emocję ze świadomością i światem zewnętrznym, które np. trudno odkryć stosując tylko metodę eksperymentalną. Nie ma wątpliwości, stwierdza Sartre, że wybór metody, postawy, podejścia do emocji ma decydujące znaczenie dla skuteczności jej poznawania. Niemniej, to właśnie, co określa i wyznacza nasz kierunek poznania, jest swoistym wyborem człowieka, dlatego też w kwestii poznawania emocji jest wiele podejść i postaw, które ze sobą konkurują. J.P. Sartre, podobnie jak wielu współczesnych psychologów, widzi raczej korzyść wynikająca z różnorodności podejść i postaw w stosunku do emocji, ale sprzeciwia się wszelkim redukcjonistycznym i nieholistycznym podejściom, które charakteryzują niektóre psychologiczne teorie emocji. Zwraca również uwagę, że badanie emocji tylko metodami eksperymentalnymi nie wystarczy, aby w pełni ująć jej naturę.

Z tych względów m.in. postaramy się przedstawić wybrane psychologiczne teorie emocji, aby na ich przykładach, porównując je z teorią emocji J.P. Sartre’a, wykazać ich redukcjonistyczny i nieholistyczny charakter, doceniając jednak zawsze to, co z punktu widzenia fenomenologicznych badań stanowi w nich specyficzną wartość. Każda bowiem teoria psychologiczna, naszym zdaniem, ujmuje jakiś ważny aspekt emocji i stara się go szczególnie opracować.

Wielu psychologów współczesnych widzi coraz wyraźniej konieczność holistycznego ujmowania problematyki emocji. T. Maruszewski pisze:

Psychologia poznawcza uległa daleko idącej ewolucji. Badacze coraz częściej zdają sobie sprawę z tego, jaka odległość dzieli wyniki uzyskane w laboratorium od realnego życia, i że podejmują oni wiele wysiłków, by tę odległość zmniejszyć. Coraz częściej też ujawnia się potrzeba holistycznej analizy funkcjonowania psychicznego człowieka, która uwzględnia nie tylko procesy poznawcze (Maruszewski 2001: 401).

Ten cytat odnosi się do psychologii poznawczej i jest przestrożą, aby nie traktować człowieka jako tylko pewien złożony system przetwarzania informacji, ale myślę, że można również odnieść go do psychologii emocji i potraktować go jako przestrożę w badaniach nad emocją.

W tej części przedstawimy klasyczną teorię emocji Jamesa-Langego, psychoanalityczną koncepcję emocji S. Freuda i jedną z mechanistycznych teorii emocji, mianowicie teorię emocji P. Janeta, na sam koniec jedną z poznawczych teorii emocji – R. Lazarusa. Warto zaznaczyć, że poznawcze ujęcia teorii emocji w porównaniu z innymi ujęciami są najbliższe fenomenologicznemu sposobowi ich widzenia. Prezentacja tych teorii będzie dokonywana w ścisłym zestawieniu z teorią emocji J.P. Sartre'a, aby w ten sposób wykazać nie tyle ich teoretyczne braki, co alternatywność ujęcia teorii emocji J.P. Sartre'a. Zdajemy sobie bowiem sprawę, że każda z prezentowanych tu teorii stanowi duży dorobek we współczesnej myśli psychologicznej i każda z nich koncentruje się szczegółowo na pewnym aspekcie fenomenu emocji. Innymi słowy, nie chodzi o dokonywanie krytyki negatywnej powyższych teorii, ale przede wszystkim o wykazanie tego, że w pewnym sensie teoria emocji Sartre'a może stanowić ich uzupełnienie.

Odpowiedź na pytanie, „Kto ma rację, a kto się myli?” nie jest przedmiotem analizy. Analizując psychologiczne teorie emocji, będziemy próbować połączyć w całość różne aspekty sartrowskiej teorii emocji. Celem sartrowskiej krytyki teorii emocji było zawsze wykazanie, jak dalece teorie i badania zbliżyły się naprawdę do ich rozumienia, a w jakim miejscu się od tego celu oddalały.

Emocja może powstawać pośpiesznie, choć wymaga uwzględnienia ogromnego zakresu znaczeń, jeśli ma być nie tylko negatywna, ale być określoną emocją gniewu, lęku, wstydu, czy smutku; jeżeli ma być nie tylko pozytywna, ale ma być określoną emocją radości, dumy czy miłości. Zważywszy to wszystko, podchodzę z dużym sceptycyzmem do użyteczności poszukiwania **minimalnych** poznawczych przesłanek emocji (Lazarus 1998: 189).

## Psychofizjologiczna teoria emocji Jamesa–Langego

Emocjom, przynajmniej wówczas, gdy osiągną pewien stopień natężenia, towarzyszą charakterystyczne zmiany cielesne, częściowo widoczne dla zewnętrznego obserwatora, częściowo zaś zachodzące w narządach wewnętrznych: ruchy mimiczne twarzy, zmienia się napięcie mięśni, zmniejsza się lub zwiększa ilość przepływu krwi, przyspiesza lub spowalnia oddychanie. Te zmiany są przyczyną odpowiednich wrażeń organicznych, które z kolei są składnikami przeżyć emocjonalnych. Na podstawie tych informacji została sformułowana tzw. psychofizjologiczna teoria emocji przez dwóch wybitnych psychologów: Williama Jamesa i Carla Langego\*. Teoria ta zaliczana jest do obwodowych teorii emocji, ponieważ za przyczynę emocji uznaje działania, zmiany napięcia mięśni i zmiany w narządach wewnętrznych. Według Jamesa, jeśli wyobrazimy sobie silną emocję, a następ-

---

\* Głównym źródłem prezentacji psychofizjologicznej teorii emocji Jamesa–Langego jest dla nas książka W. Jamesa (1890).

nie usuniemy z naszej świadomości wszystkie odczucia jej symptomów cielesnych, wtedy okaże się, że z emocji nie pozostanie już nic. James pisał:

Nie rozumiem, jak emocja strachu mogłaby pozostać, gdyby nie było ani odczucia przyśpieszonego bicia serca, ani płytkiego oddechu, ani drżących warg, ani osłabionych nóg, ani gęsiej skóry, ani trzewiowych zaburzeń. Czy można wyobrazić sobie stan wściekłego gniewu bez wzburzenia w piersi, bez zarumienienia twarzy, rozdęcia nozdrzy, zgrzytania zębów, bez impulsów do gwałtownej reakcji, stan, gdzie mięśnie byłyby beczynne, oddech równy i wyraz twarzy spokojny? Wściekły gniew ginie, gdy giną odczucia jego objawiania się. Wszystko zaś, co można wtedy sobie wyobrazić, to jedynie na zimno wyprowadzony czysto intelektualny wniosek, iż pewna osoba zasługuje na ukaranie za swoje przewinienie (James 1890: 449).

Dla Jamesa zmiany zachodzące w organizmie człowieka są bezpośrednim następstwem impulsu wywołującego pobudzenie, ale dopiero odczuwanie przez nas samych tych zmian w trakcie ich pojawiania się jest emocją. Można więc powiedzieć, że każda emocja jest pewną sumą elementów, a każdy element jest powodowany procesem fizjologicznym. Spostrzeżenie jakiegoś bodźca wywołuje zmiany fizjologiczne. Zmiany fizjologiczne wywołane pod wpływem danego bodźca, są następnie spostrzegane przez jednostkę. Spostrzeżenie tych zmian jest w końcu przekształcane w emocję. Ta kolejność zdarzeń uczestniczących w powstawaniu emocji była sprzeczna z mądrością potoczną, która przyjmuje, że emocje poprzedzają (albo są przyczyną) zmian fizjologicznych. Słynny jest już w literaturze psychologicznej przykład podawany przez samego Jamesa mający potwierdzać jego tok myślenia: „Nie płaczę, ponieważ jestem smutny, ale dlatego, że płaczę to jestem smutny” (James 1890: 345).

Nie wchodząc w bardziej szczegółową prezentację poglądów Jamesa możemy stwierdzić, że teorii tej da się postawić pewne

zarzuty i to nie tylko z punktu widzenia fenomenologicznych badań. Przede wszystkim teoria ta sprowadza zjawisko psychiczne, jakim jest emocja, do jedynie uświadomienia sobie zmian dokonujących się na poziomie fizjologicznym. W ten sposób emocje stają się przeżyciami złożonymi, dającymi się rozłożyć na elementy, a tymi elementami składowymi są tylko wrażenia cielesne. Nie pozostawia więc ona miejsca dla zmian psychicznych, które mogą przecież uczestniczyć w procesie emocjonalnym, np. wstrząs, jaki wywołuje zła wiadomość, zatrzymuje bicie mojego serca. Rzeczą niezgodną z ogólnymi zasadami paralelizmu psychofizycznego jest założenie, jakoby ten wstrząs, nie był odczuwany nim nastąpią zmiany cielesne, które są jego wynikiem. Jeżeli jest zaś odczuwany, to jak mógłby być odczuwany inaczej niż jako emocja? Sartre pisał:

Jak przyznać, że określone stany psychiczne mogą być tłumaczone przez proste reakcje organiczne? W jaki sposób zmiany ilościowe i – przez to – prawie niezmiennie w funkcjach wegetatywnych mogą odpowiadać ciągłemu jakościowemu stanów pomiędzy sobą nieredukowalnych? Na przykład, zmiany fizjologiczne towarzyszące emocji gniewu różnią się tylko stopniem natężenia od zmian fizjologicznych towarzyszących radości (nieznacznie przyspieszony rytm oddychania, lekki wzrost napięcia mięśni, zwiększenie wymiany biochemicznej, podwyższenie ciśnienia tętniczego), a przecież gniew nie jest bardziej intensywną radością, jest czymś innym, przynajmniej taki, jakim przedstawia się w świadomości (Sartre 2006: 21).

Pomijając oczywistą kwestię, czy emocje są przeżyciami, które dają się w ogóle rozłożyć na tylko wrażenia cielesne, czy nie, możemy stwierdzić, że teoria Jamesa–Langego mimo wszystko, jako pierwsza, położyła nacisk na ucieleśnienie emocji i przedstawiła pogląd, że symptomy cielesne mogą przyczyniać się do ich odczuwanego natężenia, co jest niewątpliwą zasługą tej teorii dla współczesnej psychologii. W ten sposób wykazano eksperymentalnie możliwość intensyfikacji emocji. Uznanie przez Jamesa

i Langego za główny obiekt badań zbiór zmian wywołanych przez autonomiczny układ nerwowy w narządach wewnętrznych, jak serce, naczynia krwionośne, żołądek itp. było dla wielu psychologów dużym krokiem w walce z chorobami psychosomatycznymi i przyczyniło się do powstania nowej dyscypliny naukowej – medycyny psychosomatycznej.

Niemniej, nieodparcie narzuca się każdemu badaczowi emocji jedno pytanie: Czy James ograniczając fenomen emocji do uświadomienia sobie zmian dokonujących się na poziomie fizjologicznym mówi o emocji czy może już nie? Teoria Jamesa–Langego stwierdza wyraźnie, że emocje są objawami psychologicznymi złożonymi, które dają się rozłożyć na elementy proste, którymi są wrażenia cielesne – wewnętrzne i mięśniowe. Tym twierdzeniom przeciwstawia się zdecydowanie teoria emocji J.P. Sartre’a, wrażenia cielesne są tylko elementami o znaczeniu ubocznym i nie najistotniejszym dla emocji, a w emocji należy przyjąć istnienie czegoś więcej ponad zmiany cielesne. Z jednej strony, każda silna emocja daje tę samą grupę objawów, jak drżenie rąk, bladość twarzy, zmiany bicia rytmu serca itd., ale z drugiej strony, ta sama emocja jest połączona z wrażeniami najróżniejszych objawów cielesnych. Wrażenia cielesne nie są więc czymś tak stałym i istotnym, aby mogły być elementami składowymi emocji. J.P. Sartre pisał:

James wyróżnia w emocji dwie grupy fenomenów: grupę fenomenów fizjologicznych i grupę fenomenów psychologicznych, którą nazwiemy za nim stanem świadomości; istotą jego tezy jest to, że stan świadomości zwany „radością”, „gniewem”, itp., to nic innego, jak świadomość objawów fizjologicznych – ich projekcja w świadomości, jeśli można tak powiedzieć. Tymczasem wszyscy krytycy Jamesa, badając kolejno „stan” świadomości, „emocję” i współtowarzyszące objawy fizjologiczne, nie rozpoznają w stanie świadomości projekcji, cienia rzuconego na objawy fizjologiczne. Znajdują tam więcej i – czy są tego w pełni świadomi, czy też nie – coś innego. Wię-

cej – ponieważ jeśli do skrajności doprowadzimy w wyobraźni zaburzenia ciała, to i tak nie potrafimy zrozumieć, dlaczego odpowiadająca im świadomość ma być świadomością, np., przerażoną [...] Coś innego – ponieważ chodzi o to, że nawet gdyby obiektywnie postrzegana emocja przedstawiała się jako pewne zaburzenie fizjologiczne, to jako fakt świadomości nie jest wcale zaburzeniem ani chaosem w czystej postaci; ma ona jeszcze jakiś sens, coś oznacza (Sartre 2006: 22).

Wiele zatem przemawia za tym, że istotą emocji może być pewien proces umysłowy, różny od wrażeń cielesnych. I słusznie twierdzi Sartre, że możemy przeżywać emocje i jednocześnie być świadomi wrażeń cielesnych (np., możemy być wzruszeni muzyką i jednocześnie czuć dreszcz przechodzący przez skórę). Wrażenia cielesne nie są istotną składową częścią emocji, choć niewątpliwie mają w niej duże znaczenie.

Następną, ważną cechą emocji, na którą zwraca uwagę teoria emocji J.P. Sartre'a, a która nie występuje w teorii emocji Jamesa–Langego jest to, że emocja zawsze jest emocją z powodu czegoś. Sartre często w swych pracach o emocjach powtarzał, że jeżeli się, np., boimy, to strach ten nie może być bez powodu, Nie możemy się bać i jednocześnie wiedzieć, że jesteśmy bezpieczni. Jeśli boimy się pozornie bez powodu, to dlatego, że w chwili strachu wiedza, iż jesteśmy bezpieczni, zniknęła na chwilę z naszej świadomości.

Nawet w takich wypadkach, kiedy zmiany cielesne są pierwotnymi, Sartre uważa za błędne mniemanie, że emocja jest po prostu świadomością tych zmian; przeciwnie – zmiany te są tylko momentem powodującym emocje. I co najważniejsze, z punktu widzenia swej teorii emocji – pisze Sartre: „Emocja objawia się nie tylko jako czysta jakość, nasuwa się jako pewnego rodzaju relacja naszego bytu psychicznego ze światem; i ta relacja – czy raczej świadomość, jaką mamy – nie jest chaotycznym związkiem pomiędzy mną a wszechświatem, to zorganizowana i dająca się opisać struktura” (Sartre 2006: 22).

J.P. Sartre doceniając niewątpliwe zasługi Jamesa i Langego, ich badań zaburzeń fizjologicznych dających się odkryć w sposób bezpośredni i pośredni, jednocześnie przyznaje, że mają one większe znaczenie dla fizjologii niż dla psychologii: „Bo czy zaburzenie fizjologiczne, jakie by ono nie było, może tłumaczyć zorganizowany charakter emocji” (Sartre 2006: 23).

Wróćmy do owego cytatu Jamesa (por. James 1890: 449) przytoczonego na samym początku tego podrozdziału, wydaje się, bowiem iż w ostatecznym rozrachunku zawiera on najistotniejsze treści jego teorii emocji. James pisał, że skoro znikną zupełnie towarzyszące emocji zmiany organiczne i związane z nimi wrażenia, to tym samym emocja zniknie nam z oczu. Otóż w słuszność tego twierdzenia można, jak się zdaje, wątpić zupełnie zasadnie (por. Sartre 2006). Być może, jest dla emocji rzeczą istotną, iż musi ona znaleźć jakiś wyraz zewnętrzny. Nie można przypuścić, żeby emocji nie towarzyszyły żadne zmiany ekspresyjne. Z tego jeszcze nie wynika, że emocję należy po prostu utożsamiać z tym, co nazywamy jej wyrazem i z wrażeniami cielesnymi, które z tym wyrazem emocji się wiążą. Niewątpliwą zasługą tej teorii jest położenie nacisku na to, że możemy kontrolować emocję i hamować jej przejawy zewnętrzne, ale przesadne jest twierdzenie Jamesa, a w zasadzie jego rada, że: „Aby poczuć się wesoło, siądź wesoło, wesoło rozejrzyj się wokół i zachowuj się tak, jakby wesołość cię już ogarnęła” (James 1890: 402).

Badania z ostatnich kilkadziesiąt lat nie potwierdzają skuteczności tej rady, a z autopsji wiemy, jak trudno „odepchnąć” od siebie smutek zachowując się wesoło. Robienie wesołych min też na wiele się nie zda. Trzeba więc przyjąć inną teorię wyjaśniającą, która zwracałaby uwagę na ten sam aspekt emocji. Dla Sartre’a, na przykład, człowiek, który stara się kontrolować swoje emocje i nie chce objawiać ich na zewnątrz, nie tyle stara się powstrzymać łzy, by nie być smutnym, czy nie tyle przestaje uciekać, by się nie bać, co po prostu ma świadomość, że na jego emocjonalne zachowanie mają wpływ i inne świadome motywy,

które celowo zmierzają do pohamowania lub spotęgowania emocji. Teoria emocji Sartre'a odwoła się więc do świadomości człowieka, by w pełni wyjaśnić jego emocjonalne zachowanie.

## **Założenia psychoanalitycznej teorii emocji Sigmunda Freuda**

Twórcą psychoanalizy, która zainicjowała powstanie różnorodnych kierunków łącznie określanych jako „psychologia głębi”, był S. Freud. Oczywiście, ogólna teoria psychoanalizy nie stanowi przedmiotu naszej analizy, ale konieczne jest – streszczając pobieżnie jej podstawowe twierdzenia – odniesienie się do sartrowskiej krytyki freudowskiej koncepcji nieświadomości. Koncepcja ta ma bowiem zasadniczy wpływ na zasadę psychoanalitycznych wyjaśnień wszelkich zjawisk psychicznych, a szczególnie emocji. Zasada ta jest również głównym punktem rozbieżności pomiędzy sartrowską a freudowską teorią emocji. Z tych też względów będzie głównym punktem naszych analiz w tym podrozdziale. S. Freud nie zajmował się nigdy bezpośrednio fenomenem emocji i nie przedstawił żadnej odrębnej teorii emocji. Niemniej zaprezentował on trzy teorie dotyczące skutków problemów emocjonalnych: teorię urazów emocjonalnych, teorię konfliktów wewnętrznych, oraz teorię przymusu powtarzania (por. Freud 1920), które na potrzeby tej pracy nazwalismy psychoanalityczną teorią emocji S. Freuda. Można bowiem w tych trzech teoriach dostrzec to, co dla emocji w tym ujęciu jest najbardziej istotne.

Najważniejsze twierdzenia teorii psychoanalitycznej S. Freuda można streścić za Alison Wadeley w następujących punktach:

1. „Osobowość każdego z nas zawiera w sobie, poza samą świadomością, silnie determinującą całość psychicznego funkcjonowania, nieświadomą część *psyche*, złożoną z «wypartych», «zapomnianych» wspomnień wpływających na nasze świadome myśli i nasze zachowania. Istnieje

je też trzecia warstwa psychiki, zwana przedświadomością, na którą składają się myśli nieuświadomione w danej chwili, lecz możliwe do uświadomienia w przyszłości.

2. Ludzie rodzą się z pewną liczbą instynktownych dążeń (popędów) od najwcześniejszych lat życia sterujących ich zachowaniem i ich motywacjami. Źródłem popędów jest pewna energia psychiczna, której najsilniejsza część – *libido* – jest natury seksualnej.
3. Struktura osobowości zawiera: sferę *id*, biologicznie ukształtowaną i obejmującą odziedziczone popędy; sferę *ego*, której funkcją jest zaspokojenie popędów *id* w realistyczny i akceptowalny społecznie sposób; sferę *superego*, stanowiącą ramy moralnych wartości.
4. Najważniejszy i najsilniejszy wpływ na rozwój osobowości i rozwój emocjonalny mają przeżycia z wczesnego dzieciństwa. Rozwój osobowości można opisać jako proces przechodzenia przez kilka stadiów, zwanych stadiami rozwoju psychoseksualnego” (Wadeley, Birch, Malim 2002: 22).

Podstawowe twierdzenia teorii psychoanalitycznej S. Freuda wskazują przede wszystkim na ściśle zdeterminowanie treści świadomości oraz przebieg wszystkich jej procesów przez nieświadome procesy psychiczne, a szczególnie przez popęd seksualny – *libido*. Ponadto, nieświadoma i świadoma część psychiki wchodzi ze sobą w skomplikowane relacje, które jedynie psychoanaliza może wyjaśnić, (poprzez opracowanie arsenału pojęciowego specjalnie do tego celu przystosowanego). Freud pisał: „Nieświadomość jest prawdziwą psychiczną rzeczywistością, [...] jeżeli chodzi o nieświadome procesy psychiczne, to mają one wprawdzie wiele punktów stycznych ze świadomymi procesami psychicznymi [...], ale podstawowy aspekt, pod względem którego procesy nieświadome różnią się od świadomych, to brak świadomości” (Freud 1992: 267).

Otóż – jak zauważył Sartre – odnoszenie do siebie dwu rodzajów zjawisk świadomych i nieświadomych, poza samą charakterystyką jednych w kategoriach drugich, jest po prostu logicznie niemożliwe i rodzi podstawowy problem ich związku, rozumianego jako przechodzenie jednych w drugie. Problem ten Sartre nazwał problemem: „Przecięcia psychicznej jedności człowieka na dwoje” (Sartre 2007: 89).

Analiza funkcji tzw. cenzora to doskonały przykład na to, że niezasadne jest odróżnianie procesów świadomych od nieświadomych według tej zasady, którą przyjął Freud. Ta funkcja jest podstawowym kryterium odróżniania treści nieświadomych psychiki człowieka od świadomych jej treści. Według Sartre’a, funkcja cenzora jest wewnętrznie sprzeczna, ponieważ nie odnosi się ona do nieświadomej represji – jak chciał Freud, lecz jedynie do świadomego samooszukiwania się. Innymi słowy, nie można nieświadomie czegoś wypierać ze świadomości, bo wypierając to coś, ma się już świadomość tego wypierania. Funkcja ta nie spełnia więc swej podstawowej roli. Nie ma więc również potrzeby rozbijania psychicznej jedności człowieka uznając istnienie, obok świadomości, także nieświadomości w jej znaczeniu wyjaśniającym (por. Sartre 2007).

Odrzucenie przez Sartre’a nieświadomości w ujęciu freudowskim miało niejako podwójne znaczenie. Łączyło się z odrzuceniem tego, co idea nieświadomości ze sobą niosła, mianowicie pewnego biologizmu w myśleniu o człowieku, a to z kolei pozwalało zanegować tak konieczność, jak i sensowność odwoływania się do biologicznego czy fizjologicznego wyjaśniania ludzkiego zachowania. Można więc stwierdzić, że Sartre, odrzucając freudowskie pojęcie nieświadomości i biologizm jego koncepcji, bronił przede wszystkim niedeterministycznej koncepcji człowieka i pierwotnej zdolności człowieka do wartościowania, do świadomego wyboru własnego sposobu działania zgodnie z uznanymi przez siebie wartościami. A z punktu widzenia fenomenologicznych badań ma to duże znaczenie.

Jak pisze Elżbieta Paszkiewicz, argumentów Sartrowi za odrzuceniem idei nieświadomości dostarczyły m.in.: „Dane pochodzące z tego samego zakresu rzeczywistości, co dane, na których oparł się Freud, to znaczy z zakresu psychopatologii. Takiej systematycznej interpretacji zjawisk psychopatologicznych dokonał Stekel w pracy poświęconej oziębłości u kobiet. Pokazał on, że tylko wyjątkowo wiąże się ona z zaburzeniami na poziomie organicznym i że raczej należy traktować ją jako efekt planu, jaki kobieta mniej lub bardziej świadomie podejmuje się realizować; nie jest więc czymś, co po prostu spotyka ją, tak jak spotkać ją może zachorowanie na raka” (Paszkiewicz 1983: 199). Jednak pomimo pewnych błędnych założeń, które zdaniem Sartre’a przyjmuje psychoanaliza Freuda w kwestii istnienia nieświadomości, to zawiera ona jednak w sobie niezwykle interesujące treści i spostrzeżenia dla ogólnie pojętej psychologii emocji. Najważniejszym osiągnięciem S. Freuda w kwestii emocji było wykazanie, że emocje nie są wcale prostymi zjawiskami psychicznymi, a wręcz przeciwnie, są bardzo złożone i że często odczuwane są jako coś tajemniczego lub prowadzą do skutków, których nie rozumiemy. Ponadto, jak twierdził Freud, niektóre emocje i ich znaczenie stają się jasne tylko dzięki wyrażeniu ich lub opowiedzeniu o nich drugiej osobie, albo dzięki refleksji na ich temat. Po raz pierwszy, w teorii, emocja nie była tylko jakimś zakłóceniem funkcji organizmu, ale znaczącą informacją, której treść należy rozpoznać i ustalić.

J.P. Sartre tak pisał o psychoanalitycznej teorii emocji Freuda:

Faktem jest, że psychologia psychoanalityczna z pewnością jako pierwsza podkreśliła znaczenie faktów psychicznych; to znaczy, jako pierwsza położyła nacisk na fakt, że każdy stan świadomości dotyczy czegoś innego niż on sam. Na przykład, niezręczna kradzież dokonana przez maniaka seksualnego nie jest po prostu tylko «niezręczną kradzieżą». Odsyła nas ona do czegoś innego niż ona sama w chwili, w której uznamy

ją wraz z psychoanalitykami za zjawisko samoukarania się. Odsyła zatem do pierwotnego kompleksu, z którego chory stara się oczyścić poprzez wymierzenie sobie kary. Widzimy, że teoria psychoanalityczna emocji byłaby możliwa. Czy aby już nie istnieje? (Sartre 2006: 34).

Niewątpliwie z punktu widzenia fenomenologicznych badań Sartre'a największym osiągnięciem psychoanalizy freudowskiej jest zwrócenie uwagi na intencyjne wymiary emocji. Jednak, z drugiej strony, przyjęcie przez Freuda idei nieświadomości pociągało za sobą przyjęcie określonej zasady psychoanalitycznych wyjaśnień emocji. Sartre, dokonując krytyki freudowskiej idei nieświadomości, nie mógł też się zgodzić na psychoanalityczne wyjaśnianie zjawisk emocjonalnych.

Zdaniem J.P. Sartre'a, nie można ujmować fenomenowi emocji tylko jako pewną rzecz i wyjaśniać ją jednocześnie zasadą przyczynowości (związku przyczynowo-skutkowego) i zasadą rozumienia (związku intencjonalno-celowego). Błędem psychoanalizy było, jak twierdził Sartre, to, że przedstawiała jednocześnie związek przyczynowości i związek rozumienia pomiędzy zjawiskami, które bada, a według niego oba te rodzaje związków nie dają się pogodzić. Na potwierdzenie swoich słów Sartre podawał taki oto przykład:

Pewna kobieta ma fobię laurów. Mdleje, kiedy zobaczy kępę lauru. Psychoanalityk znajduje w jej dzieciństwie przykry incydent seksualny związany z krzewem laurowym. Czym będzie tutaj emocja? Zjawiskiem odrzucenia, cenzury. Nie odrzuceniem lauru. Odrzuceniem możliwości ponownego przeżycia wspomnienia związanego z laurem. Emocja będzie tutaj rodzajem ucieczki przed mającym się dokonać ujawnieniem [...] Nietrudno przewidzieć, jaka będzie interpretacja psychoanalityczna gniewu: symboliczne zaspokojenie skłonności seksualnych. Z pewnością tej interpretacji nie można odrzucić. To, że gniew może być oznaką sadyzmu, nie ulega wątpliwości, to, że omdlenie z powodu biernego strachu

może być oznaką ucieczki, poszukiwania schronienia – to też jest pewne. Ale, jeżeli coś tu podważamy, to samą zasadę psychoanalitycznych wyjaśnień (Sartre 2006: 35).

Sartre uważał, że w psychoanalitycznej teorii emocji wyjaśnia się fenomen emocji jako symboliczne urzeczywistnienie stłumionego przez cenzurę jakiegoś pragnienia. Ale dla świadomości dane pragnienie nie jest zawarte w jej symbolicznym urzeczywistnieniu (Sartre 2007: 643). Psychoanalityczne wyjaśnienie fenomenu emocji będzie zawsze zmierzało z konieczności do odniesienia się do jakiejś zewnętrznej przyczyny, czegoś poza świadomościowego, na przykład, traumy przeżytej w dzieciństwie, kompleksu Edypa, archetypu ojca lub matki. Ale relacja tego odnoszenia się będzie zawsze symboliczna. Symboliczność ta nie jest jednak zewnętrzna wobec fenomenu emocji, jest jego częścią składową. Tak więc głównym zadaniem psychoanalityka będzie „rozszyfrowanie” prawdziwej, ale nieświadomej treści symbolu, jaką niesie ze sobą przyczyna.

Sartre nie zgadza się na takie wyjaśnianie fenomenu emocji. Dla Sartre’a w emocji mamy zawsze od samego początku do czynienia ze świadomym zjawiskiem. Funkcja cenzora, jako urzędnika, które miałyby kamuflować, „kodować” realny przedmiot emocji i czynić go nieświadomym zjawiskiem, jest paradoksalna. Stosowane mechanizmy represyjne cenzury nie zasłaniają realnego odniesienia do przedmiotu emocji ani nie ukrywają go za czymś „emocjonalnym”, ale w świadomy sposób zafalszowują prawdziwe znaczenie emocji przejawiające się w symbolicznej realizacji. Sartre pisał: „Znamy prawdziwą naturę naszych emocji: strachu, lęku, pożądań, a przecież tak łatwo spychamy je w mroki podświadomości. Wiemy, a przecież odmawiamy sobie tej wiedzy, ulegając oddziaływaniu nas samych, tj. sztuczkom cenzury: kompensacji, symbolizacji, projekcji czy przeniesień” (Sartre 2007: 52).

Dla psychoanalityka istnieje zasadnicza niewspółmierność pomiędzy znaczeniem emocji a jego świadomością. Postrzega on

emocję jako coś, co istnieje *w* człowieku na mocy „zawartości” świadomości i sądzi, że sens emocji tkwi w samej emocji. Innymi słowy dla niego, to, co znaczone, jest całkowicie odcięte od znaczącego i dlatego też musi być badane i wyjaśniane jak każdy inny fakt świata zewnętrznego.

Ale, jak uważa Sartre, umieszczając przyczyny i znaczenia poza świadomością popełnia się zasadniczy błąd. To w samej świadomości, jako swoistej relacji z przedmiotem, należy poszukiwać znaczeń i sensów emocji. To „znaczące” i „znaczone” muszą być ujęte w jedną, nierozrywalną i syntetyczną całość. Sartre pisał:

Psychoanalitik ujmując fenomen emocji pozostaje do znaczonego w takim samym stosunku, w jakim rzecz, skutek pewnego zdarzenia, pozostaje do tego zdarzenia – na przykład – resztki ogniska w górach pozostają w relacji do istot ludzkich, które to ognisko rozpały. Obecność ludzi nie jest zawarta w pozostających popiołach. Jest z nimi związana stosunkiem przyczynowości. Stosunek ten jest zewnętrzny. Ślady po ognisku są bierne odnośnie do tej relacji przyczynowej, tak jak każdy skutek odnośnie do swojej przyczyny. Taka świadomość, która nie miałaby nieodzownej wiedzy technicznej, nie mogłaby ujmować tych śladów jako znaków. Jednocześnie ślady te są tym, czym są, to znaczy, że istnieją w sobie poza wszelką interpretacją znaczącą, są na wpół zwęglonymi kawałkami drewna. To wszystko (Sartre 2006: 36)

Czy możemy jednak przyjąć, że fenomen emocji może istnieć tak, jak jakaś rzecz w stosunku do swojego znaczenia, to znaczy przyjmować to znaczenie z zewnątrz, jak jakąś jakość zewnętrzną – tak jak dla spalonego drewna jakością zewnętrzną jest to, że spalili je ludzie, którzy chcieli się ogrzać? Dla Sartre’a taki stosunek odniesienia do świadomości nie może istnieć, bo to wiązałoby się z tym: „Że świadomość mogłaby konstituować przez odniesienie do znaczącego, nie będąc świadoma zna-

czenia, które konstytuuje” (Sartre 2006: 36). W takim sposobie myślenia tkwi podstawowa sprzeczność, ponieważ:

W takim razie trzeba całkowicie zrezygnować z kartezjańskiego *cogito* i uczynić ze świadomości fenomen drugorzędny i bierny. W stopniu, w jakim świadomość się staje, nie jest nigdy niczym prócz tego, czym się ujawnia. Jeśli zatem ma jakieś znaczenie, musi je zawierać w sobie jako strukturę świadomości [...] To znaczy, że nie musimy badać świadomości od zewnątrz, tak jak się bada ślady ogniska czy obozowiska, ale od środka, to znaczy, można szukać znaczenia w jej strukturze. Świadomość, o ile *cogito* ma być możliwe, jest sama w sobie faktem, znaczeniem i znaczącym (Sartre 2006: 36).

W taki sposób Sartre krytykuje zasadę psychoanalitycznych wyjaśnień emocji rozumianych jako pewien nieświadomy fakt. Wszelkie wyjaśnienia typu: poduszeczka na igły we śnie zawsze będzie oznaczać piersi kobiety, a wejście do wagonu będzie oznaczać odbycie aktu seksualnego itp., są dla niego nie do zaakceptowania. Jednak nie odrzuca on takich wyników psychoanalizy, które zostały uzyskane przez rozumienie i które nie zakładały jakiegś ukrytej teorii przyczynowości psychicznej. Takie rozumienie charakteryzowało jednak tylko kontynuatorów psychoanalizy Freuda\*. Do nas należy więc wybór, czy badać, wyjaśniać, fakty świadomości, jakimi są emocje, rozumiejąc je, to znaczy szukając stosunku wewnątrzświadomego pomiędzy symbolizacją a symbolem. Czy ustalać zewnętrzne związki skostniałej przyczynowości pomiędzy badaną przyczyną emocji a jej skutkiem? Dla psychologa fenomenologicznego wybór jest oczywisty: „To świadomość organizuje emocję jako pewien typ odpowiedzi przystosowanej do sytuacji zewnętrznej i to jej działanie przede wszystkim musimy wyjaśniać, a nie odwrotnie” (Sartre 2006: 37).

---

\* Trzeba powiedzieć jednak, że kontynuatorzy psychoanalizy nigdy nie zrezygnowali z zasady psychoanalitycznych wyjaśnień. Inaczej jednak niż Freud interpretowali nieświadome fakty psychiczne (por. Adler 1986).

## Mechanistyczna teoria emocji Pierre'a Janeta

Do teorii mechanistycznych emocji, bez wątpienia, można zaliczyć teorię emocji francuskiego psychologa Pierr'a Janeta. Wydaje się nam również, że ze wszystkich mechanistycznych teorii emocji, teoria ta jest najbardziej rozwiniętą i najbardziej charakterystyczną teorią emocji i dlatego też stała się ona przedmiotem naszego wyboru. Prezentacja teorii emocji P. Janeta, jej krytyka i porównanie z teorią emocji J.P. Sartre'a będzie stanowiła główny temat dalszych rozważań.

Przystępując do rekonstrukcji podstawowych założeń koncepcji emocji P. Janeta, trzeba stwierdzić, że spośród wszystkich psychologicznych teorii emocji jest ona w największym stopniu uzależniona od przyjętej przez behawiorystów metody jej poznania. Gdy, na przykład, w teorii emocji J.P. Sartre'a metoda fenomenologiczna „wyznaczała” kierunek poznawania emocji, tak w teorii emocji Janeta metoda behawioralna „narzuca” pewien kierunek poznawczy. Metoda behawioralna głosi, że podejście do badania wszelkich procesów psychologicznych musi być ukierunkowane przede wszystkim na analizowanie obserwowanych zachowań przy jednoczesnym odrzucaniu wyjaśnień mentalistycznych. W związku z czym, w pewnym sensie, mechanistyczna teoria emocji Janeta jest wtórną i nieautonomiczną teorią wobec przyjętej przez niego metody poznawania\*. Zgodnie z jej założeniami P. Janet uznaje, że głównym przedmiotem badania emocji mogą być tylko zewnętrzne objawy emocji, ponieważ tylko one poddają się obiektywnemu badaniu. Poddające się opisowi i wykrywalne z zewnątrz objawy emocji, według Janeta, można sprowadzić do dwóch kategorii: zachowań emocjonalnych i zaburzeń fizjologicznych. Co więcej, Janet uznał w końcu,

---

\* S. Koch pisał, że „Jeśli behawioryzm przedstawi się jako tezę metodologiczną, to sędzę, że można wykazać, że jej propozycje metodologiczne miały nadzwyczaj restryktywne następstwa dla empirycznego problemu selekcji oraz trywializujący wpływ na charakter tego, co znaczna część wspólnoty psychologicznej przyjęła za rozwiązanie” (Koch 2002: 17).

że teoria emocji, która chciałaby przywrócić psychice jej dominującą rolę, powinna uczynić z emocji tylko zachowanie. Tak więc zgodnie z przytoczoną na samym początku definicją teorii behawiorystycznych emocji będzie on badał tylko zachowanie emocjonalne człowieka.

Dostrzegając jednak, z drugiej strony, zaburzeniowy aspekt emocji, o którym tak dużo mówiła teoria Jamesa–Langego, Janet potraktował zachowanie emocjonalne za specyficzny rodzaj zachowania, które wyraźnie odróżnia się od innych zachowań człowieka. Według niego, emocja jest zachowaniem, które charakteryzuje się nieprzystosowaniem do wymogów środowiska zewnętrznego. W tym ujęciu więc emocja jest rodzajem mniej przystosowanego zachowania, które Janet nazywa zachowaniem nieprzystosowania lub zachowaniem porażki (*une conduite d'échec*). P. Janet w dziele *Lés Obsessions et la Psychasthénie* tak oto pisze:

Kiedy zadanie jest zbyt trudne, i nie możemy utrzymać zachowania wyższego, przystosowanego do tego zadania, wyzwolona energia psychiczna wydatkuje się w inny sposób – wybieramy zachowanie się w sposób niższy, wymagający mniejszego napięcia psychologicznego. Weźmy, na przykład, młodą dziewczynę, której ojciec powiedział przed chwilą, że ma bóle ramienia i boi się, że może zostać sparaliżowany. Wówczas ona osuwa się na ziemię, oddana na pastwę gwałtownej emocji, która powraca kilka dni później z tą samą gwałtownością, aż w końcu zmuszona jest prosić o pomoc lekarzy. W trakcie kuracji dziewczyna wyznaje, że myśli o tym, że opiekuje się chorym ojcem i prowadzi surowe życie jego opiekunki, wydała się jej nagle nie do zniesienia. Emocja przedstawia tu więc zachowanie porażki, jest zastąpieniem „niemożliwego–do–zniesienia–zachowania–opiekunki–chorego” (Janet 1940a: 89).

---

\* Owa dziewczyna była pacjentką Janeta przez dłuższy czas. Przypadek jej choroby jest dokładnie opisany w powyższym jego dziele.

Tak więc, płacz i załamanie nerwowe tej dziewczyny są według Janeta reprezentacją zachowania świadczącego o nieprzystosowaniu do środowiska zewnętrznego. Dla tej dziewczyny obiektywnie trudna sytuacja, w jakiej może się znaleźć, jest przyczyną niższego zachowania, zachowania porażki. Przy czym to zachowanie jest możliwe tylko i wyłącznie dzięki zjawisku, które Janet nazywa zjawiskiem skanalizowania bocznym torem (por. Janet 1940a: 94). Zjawisko to nie jest jednak niczym więcej, jak zmianą drogi dla wyzwolonej energii nerwowej. W ten sposób, jak pisze z kolei Sartre o Janecie: „Janet może się pochwalić, że włączył na nowo to co psychiczne do emocji, uświadomienie sobie emocji. Ale świadomość będzie tu jednak jedynie wtórnym zjawiskiem, nie jest już tylko prostym korelatem zaburzeń fizjologicznym, jest to świadomość porażki i nieudanego zachowania” (Sartre 2006: 23).

W cytowanym przez nas dziele *Lés Obsessions et la Psychasthénie* znajdują się liczne opisy spotkań terapeutycznych Janeta z jego pacjentami, w których to pacjenci nie mogą dokończyć swoich wyznań i wybuchają płaczem, czasem wręcz przechodzą załamanie nerwowe co, według Janeta, ma właśnie świadczyć o tym, że nie są oni w stanie sprostać sytuacji, w której się znajdują. Jest ona dla nich zbyt trudna i nie są w stanie nad nią zapamiętać. „Wybierają” więc zachowanie porażki, by uniknąć napięcia nerwowego. Istotą wszystkich zachowań emocjonalnych jest dla Janeta to, że są zawsze pewnym rodzajem nieprzystosowania do sytuacji zewnętrznej.

Dla lepszego zaprezentowania istoty zachowania emocjonalnego, w ujęciu Janeta, przytoczmy za Sartrem przykład zaczerpnięty z książki Paula Guillaume’a *La psychologie de la forme*:

Weźmy prosty przykład: proponujemy badanemu, by sięgnął po jakiś przedmiot umieszczony na krześle, ale bez wystawiania nogi poza nakreślony na podłodze krąg; Odległości wyliczono tak, aby sprawę znacznie utrudnić, bądź uczynić ją zrazu

niemożliwą, ale problem można rozwiązać, używając środków pośrednich [...] W tej sytuacji siła skierowana ku przedmiotowi nabiera jasnego i konkretnego sensu. Z drugiej strony, w zadaniach tego typu pojawia się przeszkoda uniemożliwiająca natychmiastowe wykonanie czynności. Przeszkoda może być materialna, bądź moralna. Jest to, na przykład, zasada, której zobowiązaliśmy się przestrzegać. I tak, opisany w naszym przykładzie okrąg, którego nie wolno przekroczyć, tworzy w percepcji badanego barierę, w której ma swoje źródło siła zwrócona w kierunku przeciwnym do siły pierwszej. Konflikt obydwu sił wywołuje w polu fenomenalnym napięcie [...] Znalezienie rozwiązania, zakończone sukcesem działania – położyłoby kres temu napięciu [...] Badany jest zatem w pewnym sensie zamknięty, ze wszystkich stron otoczony murem. Szuka wyjścia z sytuacji, jakiegoś rozwiązania, ale nie może go znaleźć [...] Kontynuacja doświadczenia może doprowadzić w tych warunkach do zaburzeń emocjonalnych, innych, jeszcze bardziej pierwotnych form uwalniania napięć, na przykład, gniewu (Guillame 1931: 144, Sartre 2006: 46).

Widać wyraźnie, jak sytuacja, w której znajduje się człowiek jako podmiot zachowania, może wyrażać jego emocjonalne zachowanie. Gniew, w tym konkretnym przypadku, jest jakimś niższym zachowaniem emocjonalnym, zachowaniem nieprzystosowania do sytuacji, zachowaniem porażki. Takie ujęcie emocji przez Janeta oraz, w ogóle, takie podejście do badania procesów psychologicznych, musiało się spotkać z krytyką i to nie tylko J.P. Sartre'a. Obecnie jest ono szczególnym przedmiotem krytyki wielu psychologów. Nie do utrzymania wydaje się już negowanie przyczynowej roli wewnętrznych, ukrytych procesów psychicznych w wyjaśnianiu ludzkich zachowań. Jaki pisze E. Paszkiewicz:

Narzucona przez wymogi metody naukowej – chodzi tu, rzecz jasna, o metodę nauk behawioralnych rozumianą jako replikę nauk przyrodniczych w ujęciu charakterystycznym dla

empiryzmu logicznego – koncepcja uczynienia zachowania, jako jedyne obserwowalnego aspektu zachowania człowieka, przedmiotem psychologii doprowadziła równocześnie do spadku zainteresowania wewnętrznymi jego determinantami i skoncentrowała uwagę na determinantach zewnętrznych. Tym samym ustalenie związków typu S–R, stało się podstawowym zadaniem psychologii. Zasada, o której powinien pamiętać każdy behawiorysta, brzmi: czy ten fragment zachowania, który mam przed sobą, mogę opisać w terminach bodziec–reakcja? [...] A jak możemy się już domyślić, to stwierdzenie dzieli już tylko jeden krok od zaprzeczenia roli, jaką dla zachowania może mieć to, co znajduje się pomiędzy bodźcem a reakcją, a więc po prostu – w organizmie (Paszkievicz 1983: 156).

W behawioryzmie, jak wynika z powyższego cytatu, przyjęta metoda poznawcza determinuje kierunek poznawania i w zdecydowany sposób wpływa na formułowanie nie tylko mechanistycznej teorii emocji, ale w ogóle wszelkich behawiorystycznych teorii. Wielu późniejszych psychologów, m.in. Józef Kozielecki, widziało również to niebezpieczeństwo, kiedy jak pisał Jung: „Metoda naukowa nie służy, ale przywłaszcza sobie tron” (Jung 1992: 41). I wpływa bezpośrednio na osiągnięte wyniki poznawcze.

Według J. Kozieleckiego behawioryści, poprzez stosowanie swojej metody, sformułowali nie tylko nowy paradygmat naukowy, zgodnie z którym psychologia – podobnie jak fizyka – powinna być nauką całkowicie obiektywną, która bada relacje między zjawiskami obserwowalnymi (por. Kozielecki 1976: 25). Ale i tym samym stworzyli coś więcej – kontrowersyjny portret człowieka.

Sartre jako przedstawiciel nurtu fenomenologicznego, szczególnie krytycznie odniesie się do mechanistycznej teorii emocji Janeta i będzie wskazywał na wtórność i nieautonomiczność jego teorii wobec zastosowanej metody badania oraz wynikający z ta-

---

\* Jest to aluzyjne odniesienie się do pracy J.B. Watsona (2000).

kiego założenia badawczego redukcjonizm poznawczy. Krytyka Sartre'a skupia się przede wszystkim na wykazaniu, że emocji, jako złożonego fenomenu psychicznego, nie można sprowadzić jedynie do zachowania nieprzystosowania do otoczenia – do zachowania porażki, jak chciał Janet. Sartre pisał:

Czym więc jest w istocie zachowanie świadczące o porażce? Mamy przez nie rozumieć tylko automatyczny substytut zachowania wyższego, którego nie potrafimy utrzymać? W tym wypadku energia nerwowa wyzwalałaby się przypadkowo i zgodnie z prawem najmniejszego wysiłku. Ale wtedy zespół reakcji emocjonalnych byłby nie tylko zachowaniem porażki, ile brakiem zachowania. Doszłoby do reakcji organicznej rozproszonej w miejsce reakcji przystosowanej, do pewnego zaburzenia [...] Ale, co należy przez to rozumieć? Jeśli będziemy rozpatrywać obiektywnie jednostkę jako pewien układ zachowań i jeśli skanalizowanie bocznym torem dokonuje się w sposób automatyczny, porażka jest niczym, nie istnieje, zachodzi jedynie zastąpienie zachowania przez rozproszony zespół objawów organicznych. Żeby emocja nabrała psychicznego znaczenia porażki, musi się pojawić świadomość i nadać jej znaczenie, powinna ona zapamiętać zachowanie wyższe jako możliwość i ująć emocje właśnie jako porażkę w stosunku do tego zachowania wyższego. Ale oznaczałoby to przyznanie świadomości konstytucyjnej roli składowej, czego Janet za żadną cenę nie chce (Sartre 2006: 24).

Zgodnie więc z tym, co pisze Sartre, widać wyraźnie, że poglądy Janeta na naturę emocji są bliższe poglądom Jamesa, niż to się samemu Janetowi wydawało. Wprawdzie podzielił on zewnętrzne objawy emocji na dwie kategorie: zachowań emocjonalnych i zaburzeń fizjologicznych, ale przecież świadomie chciał badać tylko zachowanie emocjonalne. Ale jak się wydaje, emocja nie jest tylko czystym zachowaniem, jest zachowaniem ciała, które jest w pewnym stanie magii – jak by powiedział Sartre. Nie powiodła się Janetowi próba zredukowania emocji tylko

do zachowania emocjonalnego, czyli próba ponownego włączenia tego, co „psychiczne” do emocji, o której pisaliśmy na wstępie. Janetowi jedynie pozornie udaje się budować teorię emocji bez włączenia do niej świadomości, ponieważ i tak występuje ona w niej jako milczące założenie. Ponadto, nie wytłumaczył również Janet, dlaczego mają miejsce różnorodne zachowania obrazujące porażkę? Dlaczego, na przykład, na niespodziewaną agresję człowiek reaguje strachem albo wybuchem gniewu? W końcu, jak pisze Sartre, teoria emocji Janeta, poprzez konsekwentne stosowanie metody behawioralnej z konieczności musiała się rozminąć z istotą emocji, i nie tyle odpowiada nam na pytanie, czym jest emocja, co na pytanie, czym jest wstrząs emocjonalny. Po tak zdecydowanej krytyce teorii emocji Janeta, Sartre pisze:

Ale wydaje się, że u Janeta pojawia się ukryta teoria emocji – i zresztą zachowań w ogóle – która nie podając jej nazwy, na nowo wprowadza celowość. W swoich pracach ogólnych, dotyczących psychastenii, Janet kładzie nacisk na automatyczny charakter bocznej kanalizacji energii. Ale z wielu opisów daje do zrozumienia, że chory rzuca się (*projette*) w zachowanie niższe, żeby uniknąć zachowania wyższego. Z tej perspektywy, to sam chory ogłasza swoją porażkę, zanim zdąży podjąć walkę, a niemożność zachowania się w sposób przystosowany jest maskowana zachowaniem emocjonalnym (Sartre 2006: 25).

Dla Sartre'a teoria emocji Janeta jest w pewnym sensie dwuznaczną teorią, ponieważ, z jednej strony, Janet usiłuje wyjaśnić zachowanie emocjonalne w kategoriach mechanistycznych, zgodnie z tym, co narzuca mu jego behawiorystyczna metoda poznawania, ale z drugiej strony jednak odwołuje się do zasady celowości, by to zachowanie wyjaśnić. Jedyną więc zasługą teorii emocji Janeta byłoby to, że wprowadziła w sposób milczący, ale jednak, wprowadziła celowość do zachowania emocjonalnego człowieka. Tym samym zachowanie emocjonalne nie byłoby w żadnym

wypadku tylko jakimś zaburzeniem, ale: „zorganizowanym systemem środków zmierzających do jakiegoś celu. A system ten wywołuje się po to, by zamaskować, zastąpić, odsunąć zachowanie, którego nie jesteśmy w stanie lub nie chcemy przyjąć. Zarazem łatwe się staje wytłumaczenie różnorodności emocji. Każda z nich przedstawia inny sposób obejścia trudności, swoisty wybieg, szczególnego rodzaju oszustwo” (Sartre 2006: 25).

Jeśli więc teraz przyjrzymy się dokładniej przypadkowi owej młodej dziewczyny, o której pisaliśmy na początku tego podrozdziału (por. Janet 1940a: 89), możemy, według Sartre’a, ten przypadek wyjaśniać na dwa sposoby. Dziewczyna przychodzi do Janeta z określonym problemem psychicznym i stara mu się opisać swoje doznania emocjonalne. Ale okazuje się, że nie jest w stanie, sytuacja staje się dla niej zbyt trudna i zaczyna płakać. Ale Sartre pyta:

Płacze, ponieważ nie może nic powiedzieć? Czy jej płacz to daremne próby działania, rozproszone poruszenie, które obrazuje rozbicie zachowania jako zbyt trudnego? Czy też płacze właśnie po to, żeby nic nie powiedzieć? Różnica między tymi dwiema interpretacjami wydaje się początkowo nieznaczna. W obydwu hipotezach występuje zachowanie niemożliwe do przyjęcia, w obydwu hipotezach dochodzi do zastąpienia zachowania objawami rozproszonymi. Janet przechodzi jednocześnie swobodnie od jednej hipotezy do drugiej, co wpływa na dwuznaczność jego teorii. Lecz w rzeczywistości, obie te interpretacje dzieli przepaść. Pierwsza jest tak naprawdę czyisto mechanistyczna [...] Druga przeciwnie – wnosi coś naprawdę nowego: zasadę celowości (Sartre 2006: 25).

Janet jest więc rozdarty pomiędzy mechanizmem, a spontanicznym finalizmem w wyjaśnianiu zachowania emocjonalnego. Nie chce otwarcie odnosić się do zasady celowości w wyjaśnianiu zachowania emocjonalnego, ponieważ to by się wiązało z koniecznością ujmowania emocji jako czegoś nieprzypadkowego, a przecież na tej przypadkowości najbardziej mu zależy. Nie

przyzna się do tego, że emocja może być aktem znaczącym, że wymaga procesów świadomych do jej wyjaśnienia\*.

### **Poznawcza teoria emocji Richarda Lazarusa\*\***

Poznawcza teoria emocji amerykańskiego psychologa Richarda Lazarusa nie była nigdy bezpośrednim przedmiotem analiz J.P. Sartre'a. Ze względu jednak na to, że wszelkie poznawcze ujęcia problematyki emocji są dosyć bliskie fenomenologicznej perspektywie ich widzenia, to wydaje się zupełnie zasadne, że teoria emocji Lazarusa, jako przykładowa, poznawcza teoria emocji, powinna zostać przedstawiona i porównana z sartrowską teorią emocji. W swoim podstawowym dziele o emocjach pt. *Emotion and adaptation* R. Lazarus pisał: „Żadna teoria emocji nie może być kompletna bez odwołania się do aktywności poznawczej, która pośredniczy między spotkaniem się z czynnikiem emotogennym i reakcją emocjonalną oraz integruje te dwa zbiory zmiennych – otoczenie i osobę” (Lazarus 1991: 138).

Powyższy cytat, naszym zdaniem, charakteryzuje najlepiej wszelkie poznawcze ujęcie emocji i wprowadza nas od razu w sam środek problematyki emocjonalnej w takim właśnie ujęciu. Nie ma wątpliwości, że zarówno dla R. Lazarusa jak i innych psychologów poznawczych aktywność poznawcza danej osoby odgrywa zasadniczą rolę we wzbudzaniu stanów emocjonalnych, a także wpływa na ich ekspresję oraz na samokontrolę.

---

\* Konsekwencją takich założeń stanie się więc to, co już w zradykalizowanej formie przedstawi Skinner, który właśnie z powodu stosowanej przez siebie metody uzna emocje za „produkty uboczne zachowania” i czymś bezużytecznym będzie dla niego ich badanie i opisywanie. Skinner w swoim artykule *Pół wieku behawioryzmu* pisał, że „Jest niemal pewne, że mentalistyczne, czyli świadomościowe, wyjaśnianie ludzkiego zachowania mają swe źródło w prymitywnym animalizmie” (Skinner 1996: 99).

\*\* Obszerne fragmenty tego rozdziału były już opublikowane w 2008 roku w artykule *Specyfika poznawczego ujęcia emocji na przykładzie teorii emocji R. Lazarusa a fenomenologiczna koncepcja emocji J.P. Sartre'a*, „Horyzonty Wychowania”, nr 7, s. 121–131.

To, co jest charakterystyczne dla wszystkich poznawczych ujęć emocji, sprowadza się w zasadzie do dwóch podstawowych spraw, mianowicie do wskazywania na istotę procesów poznawczych biorących udział w przeżywaniu emocji oraz do wyjaśniania bardzo złożonych relacji pomiędzy procesami poznawczymi a emocjonalnymi.

Jak pisze Doliński, wszelkie poznawcze teorie emocji starają się odpowiedzieć na dwa zasadnicze pytania:

1. „Czy emocje są pierwotne i niezależne od poznania, czy raczej wtórne i zawsze od poznania zależne?
2. Czy emocje i poznanie należy traktować jako systemy współzależne w ramach ogólniejszego systemu procesów regulacji stosunków człowieka z jego otoczeniem”? (Doliński 2000: 407)

Jedną z najbardziej znanych poznawczych teorii emocji, która stara się odpowiedzieć m.in. na te dwa pytania, jest właśnie ta R. Lazarusa. Warto zaznaczyć, że wszelkie poznawcze ujęcia problematyki emocji są dosyć bliskie fenomenologicznej perspektywie ich widzenia. W zasadzie różnią się przede wszystkim językiem opisu zjawisk emocjonalnych i zakresem problematyki ujmowania natury emocji. Teorie poznawcze emocji, w odróżnieniu od teorii fenomenologicznych emocji, analizują naturę emocji tylko i wyłącznie w perspektywie naturalistycznej (por. wstęp niniejszej pracy). Tak jak w fenomenologicznych teoriach emocji, tak i w poznawczych, emocje są uważane przede wszystkim za subiektywne stany świadomości, będące produktem wywołującego go zdarzenia, którym towarzyszą dodatkowo pewne zmiany fizjologiczne organizmu. Ponadto i psychologowie poznawczy, i psychologowie fenomenologiczni, zgadzają się co do tego, że emocje angażują subiektywne doświadczenie, które może obejmować świadomość niektórych lub wszystkich elementów tego doświadczenia, z tym że dla psychologów fenomenologicznych subiektywne doświadczenie jest właściwie istotnym elementem emocji, a dla psychologów poznawczych nie ma

ono podstawowego charakteru. Z powyższych względów teoria emocji Lazarusa nie była (w odróżnieniu do innych teorii emocji, które do tej pory przedstawialiśmy) bezpośrednim przedmiotem krytyki J.P. Sartre'a. Niemniej da się zauważyć pewne różnice w sposobie ujmowania natury emocji porównując obie te teorie, np., różnica sposobu rozumienia celowości emocji. Różnice te zostaną, dokładnie przedstawione po uprzedniej prezentacji poglądów Lazarusa na naturę emocji.

Teoria emocji Lazarusa wyrosła z jego teorii stresu rozwijanej od lat pięćdziesiątych XX wieku (por. Lazarus 1991) i inspirowana była przede wszystkim ówczesną debatą psychologów dotyczącą relacji emocje–poznanie. Jej głównymi adwersarzami byli R. Lazarus i Robert Zajonc. Zajmowali oni zdecydowanie odmienne stanowiska w sprawie prymatu poznania czy emocji. Lazarus twierdził, że procesy poznawcze poprzedzają emocje, stanowisko Zajonca było przeciwne. Uważał on emocje za pierwotne względem poznania. Sam Lazarus, spoglądając po wielu latach na tę debatę w sprawie prymatu emocji lub poznania, napisze, że problem ten był źle postawiony i zawierał błąd epistemologiczny (Lazarus 1991).

T. Maruszewski (2001) pisze, że Lazarus był kontynuatorem długiej tradycji, zapoczątkowanej przez M.B. Arnold, która w swojej teorii emocji, przyjmowała, że powstają one w następujących fazach:

1. Neutralna recepcja. Rejestracja informacji na poziomie narządu zmysłowego nie zawiera oceny stymulacji.
2. Ocena. Odebrana stymulacja jest oceniana jako dobra lub zła, jako korzystna lub niekorzystna.
3. Pojawienie się tendencji do działania – w najprostszym wypadku jest zbliżanie się do przedmiotu ocenianego jako dobry lub unikanie przedmiotu ocenianego jako zły.
4. Wystąpienie emocji, czyli przeżycia subiektywnego z komponentem wisceralnym.

5. Pojawienie się działania sterowanego przez emocje. Działania sterowane przez emocję mogą być bardzo różne, jednak ich wspólną cechą jest stosunkowo duża dynamika oraz ograniczony zakres kontroli intelektualnej (Arnold 1960).

Sam Lazarus przyjmował bardzo prostą, ale precyzyjną definicję emocji: „Emocje zawsze są skomplikowanymi procesami, które stanowią wynik specyficznej relacji między organizmem a środowiskiem” (Lazarus 1991: 56).

Lazarus twierdził też, że zasadniczym celem emocji jest „pomóc” naszemu organizmowi dostosować się do otoczenia. Jednak ani samo środowisko, ani sam organizm nie są warunkami wystarczającymi dla powstawania emocji. Relacja pomiędzy organizmem a środowiskiem pozwala dopiero na trafniejsze określenie procesów emocjonalnych. Dlatego też teoria emocji Lazarusa nazywana jest czasami również „relacyjną teorią emocji”. Ale emocje pojawiają się tylko w takich układach relacji między jednostką a środowiskiem, które są dla jednostki źródłem potencjalnych korzyści lub szkód.

Maruszewski tak oto streszcza założenia Lazarusa na temat natury relacji jednostka–otoczenie:

1. Emocje stanowią podstawowy ewolucyjno-adaptacyjny system podmiotu i uzależnione są od działań motywacyjnych, poznawczych i zaradczych, które ukierunkowują podmiot na istotne właściwości otoczenia. Jednostka analizuje wydarzenia pod kątem ich wpływu na stan psychobiologiczny.
2. Ocenę ważności zdarzenia wyznacza tak zwany podstawowy temat relacyjny, dotyczący stopnia dopasowania podmiotu do warunków danej sytuacji (por. Lazarus 1998: 619).
3. Związek między emocją a znaczeniem regulacyjnym jest wrodzony i specyficzny dla danego gatunku. Proces powstawania emocji uzależniony jest od sposobów radzenia

sobie z zaistniałą sytuacją, co z kolei wpływa na konstruowanie znaczenia relacyjnego, a tym samym na dynamikę procesów emocjonalnych.

4. Zróżnicowanie procesów emocjonalnych zależy od zróżnicowania procesu oceny relacji między jednostką a otoczeniem. Różnice indywidualne w sposobach interpretacji sytuacji zewnętrznej są uwarunkowane preferowanymi wartościami kulturowymi, indywidualnym zróżnicowaniem osobowości, osobistymi procesami radzenia sobie w trudnych sytuacjach (por. Maruszewski 2000: 408).

Ponadto, po dostrzeżeniu owego błędu epistemologicznego, w debacie prymatu emocji lub poznania R. Lazarus uznał, że emocja musi być zawsze odpowiedzią na jakieś znaczenie. Dokładniej rzecz ujmując, owo znaczenie jest przez Lazarusa rozumiane jako subiektywne odniesienie się danej osoby do przedmiotu emocji czy pewnego zdarzenia emocjonalnego. To dana osoba, w sposób jak najbardziej subiektywny, przypisuje danemu przedmiotowi emocji, pewnemu zdarzeniu emocjonalnemu jego sens. To spostrzeżenie Lazarusa jest o tyle interesujące z punktu widzenia naszych analiz, że przyznaje rację wszelkim fenomenologicznym ujęciom emocji, a więc i sartowskiej koncepcji emocji, w tym, że emocja zawsze posiada przede wszystkim znaczeniowy charakter. Teoria emocji Sartre'a od samego początku swego powstania kładła nacisk właśnie na znaczeniowy charakter samej emocji. Tak więc możemy stwierdzić, że błąd epistemologiczny, który popełnił Lazarus, ominął skutecznie J.P. Sartre.

Tę ważną czynność atrybucji sensu dokonywaną przez samego człowieka w stosunku do przedmiotów emocjonalnych lub zdarzeń emocjonalnych Lazarus nazywa oceną poznawczą i dokładnie ją charakteryzuje. Przy czym emocja ma konsekwencje dla realizacji celów człowieka, bez względu na to, w jaki sposób kształtowało się owo znaczenie, owa ocena poznawcza w umyśle człowieka. Lazarus pisał: „Ludzie są w stanie wyczuwać sens

zdarzeń istotnych z punktu widzenia relacji z otoczeniem i sens własnego dobrostanu” (Lazarus 1998: 189).

Ocena poznawcza obejmuje dwa komponenty: pierwotny i wtórny. Komponenty pierwotne dotyczą przede wszystkim fenomenu powstawania emocji. Komponenty wtórne dotyczą możliwości poradzenia sobie z tą emocją (por. Lazarus 1998: 185).

Z powyższej charakterystyki oceny poznawczej, z punktu widzenia naszych rozważań ważne jest, że warunkiem koniecznym powstawania oceny jest dla Lazarusa świadomy lub mniej świadomy osąd podejmowany ze względu na cel oraz odpowiedź na pytanie, czy cel danego przedmiotu emocji lub danego zdarzenia emocjonalnego jest dla mnie ważny jako podmiotu doświadczającego emocji? Lazarus pisze: „Posługiwanie się kategorią celu, a nie popędu, implikuje zainteresowanie sposobami osiągnięcia celu i definiuje ten podstawowy składnik jako poznawczy z natury” (Lazarus 1991: 186).

Tak więc proces oceny jest bardzo subiektywnym i zindywidualizowanym procesem poznawczym. Ocena przedmiotu emocji lub zdarzenia emocjonalnego jest wypadkową cech środowiska oraz cech osoby dokonującej oceny, natomiast warunkiem powstania emocji jest stwierdzenie, że dany przedmiot emocjonalny czy też dane zdarzenie emocjonalne są ważne ze względu na dany cel lub cele.

Możemy więc stwierdzić, że analiza fenomenu emocji dokonywana w perspektywie poznawczej i z zastosowaniem metodologii przejętej z nauk o poznaniu jest bliska fenomenologicznej perspektywie ujmowania emocji. Zarówno podejście poznawcze, jak i podejście fenomenologiczne starają się rozwinąć najbardziej abstrakcyjny aspekt fenomenu emocji. Rozbieżność pomiędzy teorią emocji Lazarusa a teorią emocji Sartre’a wynika jednak ze sposobu podejścia do problematyki emocjonalnej (wyboru paradygmatu poznawczego) i dotyczy przede wszystkim zakresu i stopnia uniwersalności problematyki emocjonalnej. Teoria emocji Lazarusa, ale też i większość teorii emocji wyrosłych na

gruncie psychologii poznawczej, zajmuje się przede wszystkim naturą emocji w aspekcie, który odnosi się do analizy mechanizmów poznawczych biorących udział w procesie emocjonalnym. Nie jest w tej teorii ważne, w jakiej formie emocje są reprezentowane w umyśle człowieka. W wyniku różnicy podejść do emocji i przyjętej metodologii, emocja jest w takim ujęciu tylko abstrakcyjnym elementem reprezentacji emocji w świadomości człowieka (por. Lazarus 1998), natomiast dla Sartre'a emocja jest czymś o wiele więcej – jest radykalną przemianą samej świadomości oraz specyficzną postawą wobec świata zewnętrznego. To, co odróżnia te teorie od siebie, dotyczy sposobu rozumienia celowości emocji. Lazarus ujmuje emocje z perspektywy pełnionych przez nie funkcji w procesie szeroko rozumianej adaptacji. Proces adaptacyjny odnosi się przede wszystkim do specyficznej relacji pomiędzy jednostką a jej otoczeniem i też z tych względów kategoria celów podmiotu wyznacza kierunki procesów oceny pierwotnej i wtórnej. Tak więc dla Lazarusa podstawowym celem emocji jest dostosowanie się do wymogów swojego otoczenia poprzez dokonywanie ocen pierwotnych i wtórnych, natomiast w teorii emocji Sartre'a celem podstawowym emocji jest przede wszystkim transformacja świata zewnętrznego w świat magiczny siłą intencjonalnych nakierowań.

Sartre pisał:

Kiedy wyznaczone drogi stają się być zbyt trudne, bądź też, kiedy drogi nie widzimy, nie możemy dłużej pozostawać w świecie tak ponagającym i trudnym. Wszystkie drogi zablokowane, ale trzeba działać. A więc próbujemy zmieniać świat, to znaczy przeżywać go tak, jak gdyby stosunku rzeczy do ich potencjalności nie ustalały procesy deterministyczne, lecz magia. Należy zrozumieć, że to działanie nie jest jakąś tam grą. Jesteśmy do niego zmuszeni i rzucaamy się w tę nową postawę z całą siłą, jaką dysponujemy. Należy zrozumieć również, że ta próba, jako taka, nie jest świadoma, ponieważ byłaby wtedy przedmiotem refleksji. Jest ona przede wszystkim

uchwyceniem nowych stosunków i nowych wymagań. Tylko, że wobec niemożności uchwycenia przedmiotu czy też nieznosnego napięcia, jakie ono wywołuje, świadomość ujmując go, bądź dąży do uchwycenia go w inny sposób, to znaczy, że przekształca się dokładnie po to, by przekształcić przedmiot (Sartre 2006: 43).

Widać wyraźnie, że dla Sartre'a cel emocji nie wyczerpuje się jedynie w jego adaptacyjnej funkcji dostosowywania się do środowiska zewnętrznego. Zakres tego celu jest dla niego o wiele szerszy. Nie jest nim tylko owo dostosowanie, ale przede wszystkim jego zamiana poprzez twórcze, intencjonalne działanie świadomości emocjonalnej.

Tak więc, jeśli Lazarus kładzie nacisk na poznawanie istoty samych procesów powstawania emocji i to wydaje się właśnie najważniejsze w jego teorii emocji, to dla Sartre'a czymś najważniejszym jest poznawanie tego, w jakiej formie emocje są reprezentowane w szeroko pojętym umyśle człowieka i w jaki sposób oddziałują one na świat zewnętrzny. Wprawdzie Lazarus zwraca uwagę na doniosłość tej niezwykle ważnej relacji pomiędzy jednostką a jej otoczeniem, jest ona nawet jego osią rozumienia natury emocji, ale ujmując ją jedynie w kategoriach ewolucyjnych.

Pomimo kilku rozbieżności widocznych w tych dwóch teoriach emocji, poznawcza teoria emocji Lazarusa stara się szeroko ujmować fenomen emocji i jest najbliższa fenomenologicznemu ujęciu emocji J.P. Sartre'a.

## Zakończenie

Jak wynika z przedstawionej przez nas analizy pojęcia emocji, rekonstrukcji i analizy sartrowskiej teorii emocji, oraz porównania tejże teorii z wybranymi psychologicznymi teoriami emocji, możemy ogólnie stwierdzić, że każdy pogląd na naturę emocji opiera się na określonych założeniach, które są konsekwencją przyjęcia określonego podejścia i metody poznania w stosunku do badania natury emocji.

U początków rozwoju psychologii jako nauki reprezentanci poszczególnych poglądów na naturę emocji byliby ze sobą pewnie skłóceni. Przekonani, że każdy z nich znalazł najlepszy sposób ujęcia i wyjaśnienia natury emocji. Obecnie wielu psychologów przyznaje, że określony stan rzeczy w kwestii emocji daje się najlepiej wyjaśnić wtedy, kiedy przyglądamy mu się z różnych stron. Każdy sposób widzenia ma jednak swoje wady i zalety.

Zapewne każda z zaprezentowanych w części trzeciej książki teorii emocji, do których ustosunkowywał się Sartre, zwraca uwagę na różne aspekty tak złożonego zjawiska psychicznego, jakim jest emocja i przybliża nam jego istotę. Ale wydaje się, że teoria emocji J.P. Sartre'a, w porównaniu z przedstawionymi teoriami, w sposób najbardziej holistyczny i niredukcyjny odnosi się do tego zjawiska i w tym właśnie tkwi jej najwyższa wartość. Według Sartre'a, postawa wobec emocji oraz przede wszystkim metoda jej poznawania wyznacza kierunek poznawczy badania emocji.

Rollo May, wybitny psycholog humanistyczny, napisał nieco ironicznie i przewrotnie przeciwko psychologom (miał na

myśli przede wszystkim psychoanalityków i behawiorystów), którzy prezentują nieholistyczną i redukcjonistyczną wizję człowieka, że:

Spędzili swoje życie na wmawianiu wszystkim, że wielkie góry są małymi kretowiskami – oto, na czym polega wasza wina. Kiedy człowiek był tragiczny, robiliście go trywialnym, kiedy był łotrem, nazywaliście go marnym. Kiedy biernie poddawał się cierpieniu, określaliście go jako wdzięczącego się pozera, a kiedy zdobył się na wystarczającą odwagę, żeby działać, wy nazwaliście to bodźcem i reakcją [...] Przekształciliście człowieka na wzór dziecięcej zabawki „Mały monter”, albo na kogoś odpowiadającego maksimum obowiązującym w szkółce niedzielnej – w jednym i drugim przypadku wyszedł potworek [...] *Nimis simplicandum* (May 1970: 10).

Nie uważamy, żeby podobny redukcjonizm w odniesieniu do teorii emocji przynosił aż tak negatywne skutki, o jakich pisze R. May, w kwestii natury emocji. Traktujemy jedynie jego słowa jako pewne ostrzeżenie. Ale jeśli psychologia humanistyczna była niegdyś negatywną reakcją na rozwijające się bardzo intensywnie dwa kierunki psychologiczne – psychoanalizę i behawioryzm oraz łączyła się z negatywną motywacją, polegającą na zaprzeczaniu wizji człowieka zdeterminowanego przez własną naturę bądź przez bodźce świata zewnętrznego (por. Z. Rosińska 1982), to możemy stwierdzić, że psychologia fenomenologiczna w odniesieniu do badania natury emocji jest przede wszystkim negatywną reakcją na stosowaną przez te dwa kierunki metodologię poznawania natury emocji oraz na wszelką pozytywistyczną metodologię, którą stosują nauki psychologiczne w poznawaniu emocji. Jak pisze Z. Uchnast:

Podejście fenomenologiczne w psychologii najczęściej bywa kojarzone z postulatem analizy i opisu ludzkiego doświadczenia. Trzeba jednak zaznaczyć, iż pod wpływem idei behawioryzmu bardzo często doświadczenie określa się jako biegunowo

przeciwstawne do zachowania. W tym też kontekście bywa również traktowane podejście fenomenologiczne w psychologii, co wydaje się z góry wyznaczać granice możliwości jego twórczej inspiracji. Wprawdzie stosowane przez psychologów pojęcie doświadczenia bywa ujmowane jako coś więcej niż to, co jest dane w „ognisku” świadomości, to jednak bywa ono używane zazwyczaj w kontekście przeciwstawiania go obserwowalnemu z zewnątrz zachowaniu (Uchnast 1993: 1).

Psychologia fenomenologiczna skupia się więc przede wszystkim na „walce” o taką metodologię badań zjawisk psychicznych, która nie będzie realizowała tylko i wyłącznie postulatów nauk pozytywistycznych. Innymi słowy, dąży ona do pełnej akceptacji jakościowych metod badawczych jako koniecznych dla poznania istoty natury emocji, ale i wielu innych złożonych procesów psychicznych. Jedną z takich jakościowych metod badawczych jest właśnie metoda fenomenologiczna.

Zdaniem wielu psychologów fenomenologicznych doprowadzone do doskonałości eksperymentalne badania (np. nad emocją) nie przynoszą wcale oczekiwanych wyników. Złożoność wielu psychicznych zjawisk przekracza możliwości stosowania do nich tylko metod wypracowanych przez nauki pozytywistyczne. Prowadzone w ostatnich czasach badania nad artefaktami sytuacji eksperymentalnych (por. Rosenthal 1998), wydają się potwierdzać słuszność ich myśli.

Trzeba jednak zauważyć, że psychologom fenomenologicznym nie chodzi jednak wcale ani o uporczywe przeciwstawianie się metodologii „twardej” pozytywistycznej, ani o jej odrzucenie, ale o jej uzupełnienie rezultatami badań prowadzonych przy zastosowaniu właśnie metod „miękkich” jakościowych. Proponują oni również takie podejście do badań psychologicznych, które usiłuje poznać dany fenomen psychiczny nie z punktu widzenia zewnętrznego obserwatora, stosującego metody poznawcze wypracowane na gruncie nauk przyrodniczych, lecz z tzw. wewnętrznego punktu widzenia danej osoby, aby tym samym

mieć możliwie poszerzony wgląd w skomplikowane procesy psychiczne.

Metodologia psychologii fenomenologicznej jest z założenia interdyscyplinarna i pluralistyczna. Proponuje zróżnicowane interpretacje ludzkich zachowań i wielopłaszczyznowe wyjaśnienia zjawisk psychicznych. Usiłuje dostosować się do skali trudności badanego przedmiotu, a nie odwrotnie. Używa zabiegów poznawczych, które z punktu widzenia tylko pozytywistycznych badań są nieakceptowane. Psychologowie fenomenologiczni świadomie posługują się intuicją fenomenologiczną, by uchwycić sens i znaczenie stanów psychicznych danych w bezpośrednim doświadczeniu wewnętrznym osoby. Według Teresy Rzepy:

Esencjalną pozycję w psychologii fenomenologicznej zajmuje kategoria rozumienia jako pewnego sposobu ujmowania rzeczywistości humanistycznej, pojmowanej jako świat rzeczywisty rozpatrywany ze szczególnego punktu widzenia. Konsekwencją przyjmowania przez psychologów fenomenologicznych centralnej kategorii rozumienia jest adoptowanie fenomenologicznej metody rozumienia świata z Husserlowskim postulatem „powrotu do rzeczy” pojmowanym jako dążenie do bezpośredniego uobecnienia rzeczywistości (Rzepa 1998: 243).

Rozumienie, z jednej strony, jest subiektywną formą poznania, opartą na akcie intuicji i interpretacji, a przez to może prowadzić nieraz do błędnych wyników poznawczych, ale z drugiej strony, jest to jedyna forma poznania stwarzająca możliwość docierania do wewnętrznych światów innych ludzi, co ma decydujące znaczenie dla psychoterapii

Teoria emocji J.P. Sartre'a jest wyrazem tych wszystkich postulatów metodologii psychologii fenomenologicznej. Sartre poświęcił wiele przedwstępnych rozważań nad naturą emocji właśnie na „oczyszczenie” sobie przedpola badań i argumentacji za koniecznością stosowania metody fenomenologicznej w jej badaniu. Sartre pisał:

Psychologia fenomenologiczna, jeśli ma cechować się pewnością siebie, uprzednio przygotowawszy sobie miejsce, pozbywając się zbędnych teorii, musi zacząć od razu swoje badania od ustalenia w refleksji ejdetycznej istotę faktu psychologicznego, który bada [...] Fenomenologiczne badanie emocji zwerifikowało ostatecznie tę oto zasadę: emocja zawsze odsyła do tego, co znaczy. A to, co znaczy, to w istocie właśnie całość stosunków człowieka wobec świata. Przejście do emocji to całościowa przemiana „bycia w świecie” według szczególnych praw magii (Sartre 2006: 66).

Niewątpliwie pomimo różnorodności pojęć wynikających przede wszystkim z filozoficznej proveniencji Sartre’a oraz pewnych ich niejasności wynikających z zestawiania fenomenologicznego i psychologicznego języka opisu natury emocji, możemy wyraźnie stwierdzić, że teoria emocji Sartre’a zmierza przede wszystkim do:

1. Wykazania, że emocja jest przede wszystkim sposobem istnienia świadomości, a sama świadomość jest podstawowym składnikiem ludzkiego istnienia. Ma ona charakter ciągły i wielopłaszczyznowy, ale nie ma w niej struktur nieświadomych. Świadomość nie istnieje nigdy w subiektywnej pustce, lecz jest zawsze świadomością czegoś.
2. Wykazania, że emocja jest znaczącym, celowym aktem świadomości oraz świadomym przeżyciem przedmiotowych treści. W każdym takim akcie, jak pisał F. Brentano: „Świadomość w intencjonalny sposób zwraca się ku przedmiotowi, a przedmiot ku świadomości, napełniając świadomość sensem koniecznym do zrozumienia świata i własnego doświadczenia” (Brentano 1956: 65). Tym samym, emocji zawsze towarzyszy przekonanie (jakości intencjonalne w przedmiotach są uchwytywane jako prawdziwe).

3. Zwrócenia uwagi na to, że świadomość emocjonalna konstryuuje świat w *modi* jakościowym.
4. Opisu emocji, który zaczyna się od samego człowieka a nie od uprzedniego opisu emocji (emocjonalności) jako tej, która konstytuuje byt człowieka.

Psychologiczna problematyka teorii emocji J.P. Sartre'a prezentuje człowieka w sposób wyjątkowy, przez pryzmat relacji łączących jego osobową rzeczywistość ze światem zewnętrznym, ale też i jego środowiskiem kulturowo-społecznym. Relacja ta nie ogranicza się tylko i wyłącznie do relacji zachodzących „tu i teraz” badanymi metodami eksperymentalnymi, ale obejmuje całość stosunków człowieka do świata – tych rzeczywistych i tych możliwych.

Niegdyś Joseph Nuttin, pozostając pod wpływem nurtu myśli egzystencjalnej, podkreślał wyraźnie, że teoria osobowości rzeczywiście zaawansowana teoretycznie i trafna, powinna uwzględniać zespół relacji łączących zarówno czynniki psychiczne i cielesne, jak i te, które znajdują się poza psychofizyczną strukturą człowieka. Pisał: „Osobowość może istnieć w sensie funkcjonalnym jedynie w ramach struktury, która wykracza poza organizm somatopsychiczny, inaczej mówiąc, jedynie w ramach struktury Ja–Świat” (Nuttin 1968: 239; podkreśl. Nuttina)\*.

Spostrzeżenia Nuttina na temat tworzenia pełnej teorii osobowości można odnieść i do teorii emocji Sartre'a. Teoria emocji Sartre'a uznając emocję za strukturę świadomości, strukturę tworzącą się, staje się niezbędnym elementem realizowania potencjału człowieka, polegającego na rozwoju całej jego osobowości. Charakterystyka psychologicznej teorii emocji Sartre'a wznosi uwagę ponadto na istnienie specyficznych związków

---

\* W przedmowie do polskiego wydania *Struktury osobowości* Nuttina Tadeusz Tomaszewski pisze: „Nuttin wielokrotnie wspomina o związkach rzeczywistych i potencjalnych. Jest sprawą aktywności człowieka, aby owe związki potencjalne przekształcił w rzeczywiste. W miarę tego, jak człowiek te potencjalne możliwości potrafi wykorzystać, osobowość jego się wzbogaci” (Nuttin 1968: 17).

zachodzących między samą emocją, świadomością emocjonalną, a światem zewnętrznym, które trudno odkryć bez uwzględniania potencjalnych możliwości tkwiących w samej naturze człowieka.

W świetle twierdzeń na temat teorii osobowości Nuttina, teoria emocji Sartre'a nabiera wyrazistości, której brakuje jej wtedy, gdy jest postrzegana w perspektywie ujęć teorii emocji dominujących we współczesnej psychologii. Mamy na myśli przede wszystkim behawiorystyczne i poznawcze ujęcia emocji (por. Strelau 2000a).

Na zakończenie trzeba jednak zwrócić uwagę jeszcze na jeden aspekt teorii emocji J.P. Sartre'a – niezwykle istotny. E. Husserl formułując swoją „zasadę wszelkich zasad” pisał:

Żadna teoria, jaką by można wymyślić, nie może nas zwieść na manowce, co do tej zasady wszystkich zasad: że każda źródłowa prezentująca naoczność jest źródłem prawomocności poznania, że wszystko, co się nam w «intuicji» źródłowo (by się tak wyrazić w swej cielesnej rzeczywistości) przedstawia, należy po prostu przyjąć jako to, co się prezentuje, ale jedynie w tych granicach, w jakich się tu prezentuje (Husserl 1974: 34).

Bez wątpienia, teoria emocji Sartre'a nie może nas sprowadzić na manowce, ponieważ dokładnie wypełnia założenia tej zasady. Niemniej jest to przede wszystkim zasada fenomenologii jako pewnego systemu filozoficznego. Psychologia fenomenologiczna, jak staraliśmy się przedstawić, jest psychologią, która posługuje się jedynie metodą fenomenologiczną w poznawaniu natury emocji, natomiast zawsze będzie szukała potwierdzenia swych wyników poznawczych w szeroko rozumianej empirii.

Niech słowa samego Sartre'a, zamykające jego *Szkic o teorii emocji*, staną się podsumowaniem naszych rozważań:

Różne konkretne dziedziny psychologii fenomenologicznej są regresywne, chociaż ostateczny cel tej regresji jest dla nich

ideałem w najczystszej postaci. Natomiast dziedziny czystej fenomenologii, przeciwnie, są progresywne. Z pewnością zapytamy, dlaczego w tych warunkach (poznawania emocji – dopisek R.A.) należy jednocześnie stosować obydwie dyscypliny. Wydaje się, że wystarczyłoby tutaj czysta fenomenologia. Ale jeśli fenomenologia może dowieść, że emocja to urzeczywistnianie istoty ludzkiej jako tej, która jest uczuciem (*affection*), niemożliwe będzie dla niej udowodnienie, że rzeczywistość ludzka ma się objawiać koniecznie w takich emocjach. Istnieją takie a takie emocje, to pokazuje bez wątpienia faktyczność egzystencji ludzkiej. I ta właśnie faktyczność powoduje, że konieczne jest odwołanie się do poznania empirycznego (Sartre 1960: 65).

## Literatura

- Adler A. (1986), *Sens życia*, przeł. M. Kreczkowska, Warszawa.
- Adler W. (1993), *Prywatne kłamstwa*, przeł. T. Sośnicka, Warszawa.
- Ajdukiewicz K. (2003), *Zagadnienia i kierunki filozofii: teoria poznania, metafizyka*, Warszawa.
- Aleksandrowicz J. (1988), *Nerwice: psychopatologia i psychoterapia*, Warszawa.
- Allport G.W. (1945), *Personality. A psychological interpretation*, New York.
- Angell J.R. (1979), *The province of functional psychology*, [w:] R.I. Watson (ed.), *Basic Writings in the History of Psychology*, New York.
- Arnold M.B. (1960), *Emotion and personality*, New York.
- Averill J.R. (1980), *A constructivist view of emotion*, [w:] R. Plutchik, H. Kellerman (eds.), *Emotion Theory, research and experience*, vol. I, *Theories of emotion*, New York.
- Averill J.R. (1991), *Emotions as episodic dispositions cognitive schemas, and transitory social roles: Steps toward an integrated theory of emotion*, [w:] D. Ozer, J.M. Healy Jr., A.J. Stewart (eds.), *Perspectives in personality: Approaches to understanding lives*, 3a, London.
- Bandura A. (1986), *Social foundation of thought and action: A social cognitive theory*, Englewood Cliffs, New Jersey.
- Bem D.J. (1971), *Self-perception: An alternative interpretation of cognitive dissonance phenomena*, „Psychological Review”, 74(3), s. 183–200.
- Binswanger O. (1974), *Freud conception of desire*, Amsterdam.
- Birch A., Malim T. (1995), *Psychologia rozwojowa w zarysie. Od niemowlęctwa do dorosłości*, przeł. I. Neumann, Warszawa.

- Brentano F. (1989), *O źródle poznania moralnego*, przeł. C. Porębski, Warszawa.
- Brentano F. (1999), *Psychologia z empirycznego punktu widzenia*, przeł. W. Galewicz, Warszawa.
- Buber M. (1993), *Problem człowieka*, przeł. J. Doktor, Warszawa.
- Buss D.M. (2001), *Psychologia ewolucyjna. Jak wytłumaczyć społeczne zachowania człowieka? Najnowsze koncepcje*, przeł. M. Orski, Gdańsk.
- Clore G.L. (1992), *Cognitive phenomenology: The role of feelings and the construction of judgment*, [w:] L. Martin, A. Tesser (eds.), *The construction of social judgments*, Hillsdale, New Jersey.
- Clore G.L. (1998), *Dlaczego przeżywamy emocje*, [w:] P. Ekman, R.J. Davidson (red.), *Natura emocji. Podstawowe zagadnienia*, przeł. B. Wojciszke, Gdańsk.
- Colman A. (1987), *Facts, Fallacies and Frauds in Psychology*, London.
- Davidson A.L. (1996), *Making and molding identity in schools: student narratives on race, gender and academic achievement*, New York.
- Dobroczyński B. (1993), *Ciemna strona psychiki. Geneza i historia idei nieświadomości*, Kraków.
- Doliński D. (2000), *Emocje, poznanie i zachowanie*, [w:] J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki*, t. 2 – *Psychologia ogólna*, Gdańsk.
- Eagle M.N. (1987), *The psychoanalytic and the cognitive unconscious*, [w:] R. Stern (ed.), *Theories of the unconscious and theories of self*, Hillsdale, New Jersey.
- Ekman P., Davidson R.J. (1998), *Natura emocji. Podstawowe zagadnienia*, przeł. B. Wojciszke, Gdańsk.
- Ekman P., Friesen W.V., O'Sullivan, M. (1988), *Smiles when lying*, „Journal of Personality and Social Psychology”, 54(3), s. 414–420.
- Emmons R.A. (1986), *Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being*, „Journal of Personality and Social Psychology”, 51(5), s. 1058–1068.
- Formański J. (2003), *Psychologia. Podręcznik dla szkół medycznych*, Poznań.
- Frankl V.E. (1978), *Psychoterapia dla każdego*, przeł. E. Misiólek, Warszawa.

- Frankl V.E. (1998), *Homo patients*, przeł. R. Czarnecki, Z.J. Jaroszewski, Warszawa.
- Fridja J. (1998), *Emocje są funkcjonalne – na ogół*, [w:] P. Ekman, R.J. Davidson (red.), *Natura emocji. Podstawowe zagadnienia*, przeł. B. Wojciszke, Gdańsk.
- Fromm E. (2000), *Mieć czy być?*, przeł. J. Karłowski, Warszawa.
- Fromm E. (2001), *Ucieczka od wolności*, przeł. O. i A. Zimilscy, Warszawa.
- Freud S. (1992), *O psychoanalizie*, przeł. L. Jakels, Poznań.
- Freud S. (1994), *Wstęp do psychoanalizy*, przeł. S. Kempnerówna, W. Zaniewicki, Warszawa.
- Gałdowa A. (1995), *Wprowadzenie*, [w:] A. Gałdowa (red.), *Wybrane koncepcje osobowości*, Kraków.
- Gasiul H. (2006), *Psychologia osobowości. Nurty, teorie, koncepcje*, Warszawa.
- Giorgi A. (2002), *Psychologia jako nauka empiryczna uprawiana z ludzkiej perspektywy – podejście fenomenologiczne*, przeł. S. Zabielski, Białystok.
- Guillaume P. (1931), *La psychologie de la forme*, Paris.
- Heidegger M. (1977), *Budować, mieszkać, myśleć*, przeł. K. Michalski, Warszawa.
- Heidegger M. (2004), *Bycie i czas*, przeł. B. Baran, Warszawa.
- Husserl E. (1965), *Kryzys nauk europejskich i fenomenologia transcendentna*, przeł. S. Walczewska, Warszawa.
- Husserl E. (1974), *Idee czystej fenomenologii i fenomenologicznej filozofii*, t. 1 i 2, przeł. D. Gierulanka, Warszawa.
- Husserl E. (1990), *Idea fenomenologii: pięć wykładów*, przeł. J. Sidorek, Warszawa.
- Husserl E. (1996), *Badania logiczne*, przeł. J. Sidorek, Toruń.
- Ingarden R. (1963), *Dążenia fenomenologów*, [w:] *Z badań nad filozofią współczesną*, Warszawa.
- Ingarden R. (1974), *Wstęp do fenomenologii Husserla*, przeł. A. Półtawski, Warszawa.
- James W. (1890), *Principles of Psychology*, Chicago–London–Toronto–Geneva.
- Janet P. (1940a), *Lés Obsessions et la Psychasthénie*, Paris.

- Janet P. (1940b), *Névroses et idées fixes*, Paris.
- Jaspers K. (1990), *Filozofia egzystencji: wybór pism*, przeł. D. Lachowska, A. Wołkowicz Warszawa.
- Jung C.G. (1989), *Rebis, czyli kamień filozofów*, przeł. J. Prokopiuk, Warszawa.
- Jung C.G. (1993), *Wspomnienia, sny, myśli*, przeł. R. Reszke, L. Kolaniewicz, Warszawa.
- Kagan P. (1991), *A conceptual analysis of the affects*, „Journal of the American Psychoanalytic Association”, 39, s. 109–126.
- Kant I. (1986), *Krytyka czystego rozumu*, przeł. R. Ingarden, Warszawa.
- Kihlstrom J.F. (1987), *The cognitive uncounscious*, „Science”, 237, s. 1445–1452.
- Koch S. (2002), *Psychologia wobec pojawiających się koncepcji jednolitej wiedzy. Parafraza dyskusji*, przeł. R. Stachowski, [w:] T.W. Wann (red.), *Behawioryzm i fenomenologia*, Kraków.
- Kofta M., Doliński D. (2000), *Poznawcze podejście do osobowości*, [w:] J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki*, t. 2 – *Psychologia ogólna*, Gdańsk.
- Kolańczyk A. (1998), *Czuje, myślę, jestem. Świadomość i procesy psychiczne w ujęciu poznawczym*, Gdańsk.
- Kołąkowski L. (1965), *Rozmowy z diablem*, Warszawa.
- Kołąkowski L. (1990), *Husserl i poszukiwanie pewności*, przeł. P. Marciszuk, Warszawa.
- Kozielecki J. (1966), *Zagadnienia psychologii myślenia*, Warszawa.
- Kozielecki J. (1976), *Metodologiczne niepokoje*, „Przegląd Psychologiczny”, nr 4, s. 543–555.
- Kozielecki J. (1987), *Koncepcja transgresyjna człowieka*, Warszawa.
- Krzyżewski K. (1990), *O statusie i funkcjonowaniu kategorii „osoba” w koncepcjach psychologicznych*, „Przegląd Psychologiczny”, 33(1), s. 69–76.
- Krzyżewski K. (1998), *Neobehawioryzm*, [w:] W. Szewczuk (red.), *Encyklopedia psychologii*, Warszawa.
- Krzyżewski K., Kazberuk A. (2000), *Specyfika psychologicznego ujmowania tożsamości*, [w:] A. Gałdowa (red.), *Tożsamość człowieka*, Kraków.

- Krzyżewski K., Majczyna M. (2003a), *O statusie i funkcjonowaniu kategorii doświadczenia w psychologii*, [w:] K. Krzyżewski (red.), *Doświadczenie indywidualne. Szczególny rodzaj poznania i wyróżniona postać pamięci*, Kraków.
- Krzyżewski K. (red.) (2003b), *Doświadczenie indywidualne. Szczególny rodzaj poznania i wyróżniona postać pamięci*, Kraków.
- Lacan J. (1976), *A. Lemaire*, Bruxelles.
- Lazarus R.S. (1984), *On the primacy of cognition*, „American Psychologist”, 39, s. 124–129.
- Lazarus R.S. (1991), *Emotion and adaptation*, New York.
- Leary M.R. (2000), *Wywieranie wrażenia na innych. O sztuce autoprezentacji*, przeł. E. Zaremba, Gdańsk.
- Levenson R.W., Mades L.L. (1980), *Physiological response, facial expression, and trait anxiety. Two methods for improving consistency*, Paper presented AT the meeting of the Society for Psychological Research, Vancouver, British Columbia.
- Lewicka M., Trzebiński J. (red.) (1985), *Psychologia spostrzegania społecznego*, Warszawa.
- Little B. (1989), *Personal Project Analysis: Trivial Pursuits, Magnificent Obsessions, and the Search for Coherence*, [w:] D.M. Buss, N. Cantor (eds.), *Personality Psychology. Recent Trends and Emerging Directions*, New York.
- MacLeod R.B. (2002), *Fenomenologia: wyzwania dla psychologii eksperymentalnej. Parafraza dyskusji*, przeł. J. Melasa, [w:] T.W. Wann (red.), *Behawioryzm i fenomenologia*, Kraków.
- Madsen K.B. (1980), *Współczesne teorie motywacji. Naukoznawcza analiza porównawcza*, przeł. A. Jakubczyk, M. Łapiński, T. Szustrowa, Warszawa.
- Marciszewski W. (1987), *Filozofia, przegląd koncepcji*, [w:] *Filozofia a nauka. Zarys encyklopedyczny*, Wrocław.
- Maruszewski T. (1989), *Stalność i zmienna reprezentacja w pojęciach psychologicznych*, „Człowiek i Społeczeństwo”, nr 5, s. 5–15.
- Maruszewski T. (2001), *Psychologia poznania*, Gdańsk.
- Maruszewski T., Zdankiewicz-Ścigała E. (2000), *Poznawcze podejście do emocji*, [w:] J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki*, t. 2 – *Psychologia ogólna*, Gdańsk.

- May R. (1970), *Psychologia i dylemat ludzki*, przeł. T. Mieszkowski, Warszawa.
- May R. (1995), *O istocie człowieka. Szkice z psychologii egzystencjalnej*, przeł. M. Moryń, W. Wiese, Poznań.
- Mróz. P. (2006), *Wprowadzenie do: J.P. Sartre, Szkic o teorii emocji*, przeł. R. Abramciów, Kraków.
- Mudyń K. (1998), *O granicach poznania. Między wiedzą, niewiedzą a antywiedzą*, Kraków.
- Myers D.G. (2004), *Psychologia społeczna*, przeł. A. Bezwińska-Walerian, Poznań.
- Nęcka E. (1994), *Inteligencja i procesy poznawcze*, Kraków.
- Nuttin J. (1968), *Struktura osobowości*, przeł. T. Kołakowska, Warszawa.
- Opczyńska M. (1995), *Moratorium psychospołeczne – szansa czy zagrożenie dla rozwoju*, [w:] A. Gałdowa (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii osobowości*, Kraków.
- Parkinson B., Colman A.M. (red.) (1994), *Emocje i motywacja*, przeł. J. Sowa, Warszawa.
- Parot F., Richelle M. (2005), *Wprowadzenie do psychologii*, przeł. U. Basałaj, R. Abramciów, Kraków.
- Pascal E. (1998), *Psychologia jungowska. Teoria i praktyka*, przeł. G. Skoczyła, Poznań.
- Paszkiwicz E. (1983), *Struktura teorii psychologicznych. Behaviorizm. Psychoanaliza. Psychologia humanistyczna*, Warszawa.
- Pervin L.A. (2002), *Psychologia osobowości*, przeł. M. Orski, Gdańsk.
- Pervin L.A., John O.P. (2002), *Osobowość – teoria i badania*, przeł. B. Majczyńska i in., Kraków.
- Phares E.J., Chaplin W.F. (1997), *Introduction to personality*, New York.
- Plessner H. (2004), *Śmiech i płacz. Badania nad granicami ludzkiego zachowania*, przeł. A. Zwolińska, Z. Nerczuk, Kęty.
- Plezia M. (red.) (1974), *Słownik łacińsko-polski*, t. 4, Warszawa.
- Reber A.S. (1985), *The Penguin Dictionary of Psychology*, London.
- Reykowski J. (1976), *Motywacja, postawy prospołeczne, a osobowość*, Warszawa.
- Rogers C.R. (1996), *Sposób bycia*, przeł. M. Karpiński, Poznań.

- Rosenhan D.L., Seligman E.P. (1994), *Psychopatologia*, t. 2, przeł. D. Golec, Warszawa.
- Rosenthal R. (1998), *Experimenter effects in behavioral research*, New York.
- Rosińska Z., Matuszewicz Cz. (1982), *Kierunki współczesnej psychologii, ich geneza i rozwój*, Warszawa.
- Rozeboom W.W. (1997), *Good science is abductive, not hypothetico-deductive*, [w:] L. Harlow, S.A. Mulaik, & J.H. Steiger (eds.), *What if there were no significance tests?*, New Jersey
- Rzepa T. (1998), *Życie psychiczne i drogi do niego. Psychologiczna Szkoła Lwowska*, Szczecin.
- Salovey P., Mayer J.D., Caruso D. (2012) *Pozytywna psychologia inteligencji*, przeł. A. Tarłowski, [w:] J. Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna, Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*, Warszawa.
- Sampson E.E. (1985), *The decentralization of identity. Toward a revised concept of persona and social order*, „American Psychologist”, 44, s. 914–921.
- Sartre J.P. (1963), *La transcendance de l'ego*, Paris.
- Sartre J.P. (1968), *Les Situations*, Paris.
- Sartre J.P. (2006), *Szkic o teorii emocji*, przeł. R. Abramciów, Kraków.
- Sartre J.P. (2007), *Byt i nicość. Zarys ontologii fenomenologicznej*, przeł. J. Kiełbasa, R. Abramciów, Kraków.
- Scherer K.R. (1993), *Reviews of Current Research and Theories*, „Cognition and Emotion”, 7(3–4), s. 325–355.
- Schweder R. (1991), *Thinking Through Cultures: Expeditions in Cultural Psychology*, Cambridge.
- Searle R. (1995), *Umysł, język, społeczeństwo*, przeł. D. Cieśla, Warszawa.
- Skinner B.F. (1978), *Poza wolnością i godnością*, przeł. W. Szelenberger, Warszawa.
- Skinner B.F. (1996), *Pół wieku behawioryzmu*, przeł. J. Siuta, [w:] T.W. Wann (red.), *Behawioryzm i fenomenologia*, Kraków.
- Sollier P. (1969), *Analizy pojęcia emocji*, Paryż.
- Spendel Z. (1994), *Podmiotowość człowieka a psychologia historyczna*, Katowice.

- Stachowski R. (2004), *Historia współczesnej myśli psychologicznej. Od Wundta do czasów najnowszych*, Warszawa.
- Strelau J. (1998), *Psychologia temperamentu*, Warszawa.
- Strelau J. (2000a), *Osobowość jako zespół cech*, [w:] J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki*, t. 2 – *Psychologia ogólna*, Gdańsk.
- Strelau J. (2000b), *Psychologia. Podręcznik akademicki*, t. 2 – *Psychologia ogólna*, Gdańsk.
- Szewczuk W. (red.) (1979), *Słownik psychologiczny*, Warszawa.
- Szewczuk W. (red.) (1998), *Słownik psychologiczny*, Warszawa.
- Świeżawski S. (1983), *Święty Tomasz na nowo odczytany. Wykłady w Laskach*, Kraków.
- Tavris C., Wade C. (2004), *Psychologia. Podejścia oraz koncepcje*, przeł. J. Gilewicz, Warszawa.
- Tischner J. (1978), *Fenomenologia spotkania*, „*Analecta Cracoviensia*”, nr 10, s. 73–98.
- Tischner J. (1990), *Filozofia dramatu. Wprowadzenie*, Paris.
- Tolman E. (1995), *Zachowanie celowe u zwierząt i ludzi*, przeł. J. Radzicki, Warszawa.
- Tomasz z Akwinu (1996), *Summa teologiczna*, Warszawa.
- Trzebińska E. (1998), *Dwa wizerunki własnej osoby: studia nad sposobami rozumienia siebie*, Warszawa.
- Turopolski W. (1999), *Koncepcja „Ja” w psychologii Williama Jamesa*, [w:] A. Gałdowa (red.), *Wybrane zagadnienia z psychologii osobowości*, Kraków.
- Tylikowska A. (2003), *Obraz doświadczenia indywidualnego w koncepcji Antoniego Kępińskiego*, [w:] K. Krzyżewski (red.), *Doświadczenie indywidualne. Szczególny rodzaj poznania i wyróżniona postać pamięci*, Kraków.
- Uchnast Z. (1976), *Koncepcja smutku i depresji w psychologii egzystencjalnej*, „*Roczniki Filozoficzne*”, 24(4), s. 105–120.
- Uchnast Z. (1993), *Psychologiczna analiza doświadczenia świata–w którym–żyjemy: Podstawowe założenia psychologii fenomenologiczno-egzystencjalnej*, „*Prace Psychologiczne*”, nr 9, s. 109–118.

- Vandenberghe F. (2003), *The nature of culture. Towards a realist phenomenology of material, animal and human nature*, „Journal of the Theory of Social Behaviour”, 33(4), s. 461–476.
- Wadeley A., Birch A., Malim T. (2002), *Wprowadzenie do psychologii*, przeł. J. Bobryk, J. Suhecki, Warszawa.
- Watson D. (2000), *Mood and temperament*, New York.
- Watson J.B. (2000), *Psychologia, jak ją widzi behawiorysta*, przeł. E. Klimas-Kuchtowa, J. Siuta, [w:] K. Krzyżewski i J. Siuta (red.), *Behawioryzm i psychologia świadomości*, Kraków.
- Wilber K. (2002), *Psychologia integralna. Świadomość, duch, psychologia, terapia*, przeł. H. Smagacz, Warszawa.
- Woroniecki J. (1976), *Katolicka etyka wychowawcza*, t. I, Kraków.
- Wundt W. (1903), *Wykłady o duszy ludzkiej i zwierzęcej*, Kraków.
- Zajonc R. (1980), *Uczucia a myślenie. Nie trzeba się domyślać, by wiedzieć, co się woli*, „Przegląd Psychologiczny”, nr 28, s. 27–72.
- Zimbardo P.G. (1988), *Psychologia i życie*, przeł. J. Radzicki, Warszawa.

## Spis treści

Wprowadzenie	5
<b>Językowe znaczenie pojęcia emocji</b>	14
Pojęcie emocji	14
Etymologia pojęcia emocji	18
Charakterystyka treści pojęcia emocji	21
Różnice pojęciowe pomiędzy emocją, afektem, uczuciem a nastrojem	29
<b>Emocja w ujęciu psychologii fenomenologicznej Jeana Paula Sartre'a</b>	35
Fenomenologia, psychologia a psychologia fenomenologiczna	35
Co to jest fenomenologia?	39
Sartre'a krytyczna ocena statusu psychologii pozytywnej	46
Status psychologii fenomenologicznej według J.P. Sartre'a	53
Metoda fenomenologiczna	58
Emocja jako strukturalny składnik psychiki	61
Fenomenologiczna koncepcja świadomości nierefleksyjnej	65
Charakterystyka fenomenologicznego ujęcia struktury relacji emocja–świat	72
Intencjonalność jako podstawowa funkcja fenomenologicznej świadomości	78
Sartrowska fenomenologiczna koncepcja cielesności emocjonalnej świadomości	85
Sartrowska kategoria tego, co magiczne ( <i>le magique</i> )	89
	143

<b>Jeana Paula Sartre'a źródła inspiracji psychologicznymi teoriami emocji</b>	92
Psychologiczne teorie emocji	92
Psychofizjologiczna teoria emocji Jamesa–Langego	96
Założenia psychoanalitycznej teorii emocji Sigmunda Freuda	102
Mechanistyczna teoria emocji Pierre'a Janeta	110
Poznawcza teoria emocji Richarda Lazarusa	118
Zakończenie	126
Literatura	134



Uważa się, chyba słusznie, że więź, jaka łączy tłumacza tekstu oraz jego autora, to ten rodzaj relacji, którego pod względem bliskości nie da się porównać z innym rodzajem kontaktu, także i tym bezpośrednim. Tekst niniejszy wyszedł spod pióra tłumacza dwu znaczących książek Jeana Paula Sartre'a.

Obecny okres to dobry czas dla zajęcia się dorobkiem Sartre'a. Przeminał bowiem entuzjazm towarzyszący recepcji intelektualnej i artystycznej oferty francuskiego egzystencjalizmu, którego szczyt przypadął w Polsce na drugą połowę lat 50. oraz dekadę lat 60. ubiegłego stulecia. Można zatem, minimalizując ryzyko zakłóceń, jakie taki bezkrytyczny zwykle entuzjazm powoduje w rzetelnej analizie dorobku myśliciela, przystąpić do rekonstrukcji istotnych wątków jego twórczości. Zalicza się do nich bez wątplenia problem emocji i emocjonalności.

Wyrażam przekonanie, że po książkę sięgną zarówno psychologowie, jak i filozofowie, a pewnie także wszyscy, którzy w poszukiwaniu odpowiedzi na zasadnicze pytania dotyczące podstawowych wymiarów funkcjonowania człowieka w świecie i jego relacji ze światem nie czują się usatysfakcjonowani obiegowymi receptami.

*dr hab. Mariusz Sztuka*

Uniwersytet Pedagogiczny  
im. Komisji Edukacji Narodowej  
w Krakowie  
Prace Monograficzne 729

ISSN 0239-6025  
ISBN 978-83-7271-931-7