

O. PIOTR KWIATEK OFM CAP

## PSYCHOLOGIA POZYTYWNA A FORMACJA LUDZKA W KONTEKŚCIE PRZYGOTOWANIA DO PREZBITERIATU

W ostatnim czasie Kongregacja do Spraw Wychowania Chrześcijańskiego wydała dokument o pomocy psychologicznej w przygotowaniu kandydatów do kapłaństwa<sup>1</sup>. Tekst, mimo swej zwięzłej formy, zwraca uwagę na istotne kwestie dotyczące możliwości oraz charakteru zastosowania nauk psychologicznych w kontekście formacji ludzkiej. Autorzy dokumentu zwrócili uwagę na wielką „sztukę dialogu” pomiędzy łaską powołania a profesjonalnym wsparciem psychologicznym. Powołanie kapłańskie, naturalnie związane z pedagogiką łaski, realizuje się w konkretnym środowisku, miejscu i czasie. Bóg jest inicjatorem wezwania „Pójdź za Mną” (Mt 9,9), a człowiek w swej wolności odpowiada na to zaproszenie. Ludzką naturę można zatem porównać do pomostu, na którym spotykają się dwa odrębne światy: z jednej strony niewidzialny (nadprzyrodzony), a z drugiej widzialny (naturalny). W tym układzie człowiek staje się przestrzenią dialogu tych dwóch wymiarów. Owocem tego spotkania jest nowe życie, czyli powołanie. Kościół, jak matka, autentycznie troszczy się o każde takie „nowe życie” rodzące się w łonie wspólnoty. Wspomniany dokument kongregacji harmonijnie wpisuje się w ową wielką troskę wspólnoty eklezjalnej o jak najlepsze powołania kapłańskie w świecie współczesnym, a z drugiej strony twórczo prowokuje do dalszych refleksji i poszukiwań.

Celem tego artykułu jest próba zarysowania nowych możliwości współpracy wiedzy psychologicznej z formacją ludzką w kontekście przygotowania do kapłaństwa. Refleksję na ten temat należy rozpocząć od kwestii epistemologicznych dotyczących ogólnej relacji psychologii do powołania, wskazując przy tym na potrzebę wzajemnej otwartości. Następnie zostanie podkreślone znaczenie formacji ludzkiej w przygotowaniu do kapłaństwa oraz zaproponowane nowe kryterium *aggiornamento* dla tych, którzy profesjonalną wie-

---

<sup>1</sup> Congregazione per L'Educazione Cattolica, *Orientamenti per l'utilizzo delle competenze psicologiche nell'ammissione e nella formazione dei candidati al sacerdozio*, Watykan 2008.

dzą psychologiczną chęć wspomagać proces wzrostu dojrzałości ludzkiej kandydatów do kapłaństwa. W kolejnej fazie tekstu zostaną uwzględnione cele i zadania psychologii pozytywnej, aby następnie zarysować wstępne kierunki współpracy tej dziedziny wiedzy psychologicznej z formacją ludzką w kontekście eklesjalnym.

## 1. PSYCHOLOGIA A FORMACJA – TEMAT WCIAŻ OTWARTY

Znany włoski psycholog i formator, prof. Amadeo Cencini, napisał: „Być może jeszcze kilkanaście lat temu zagadnienie relacji pomiędzy psychologią a powołaniem było bardziej obecne niż dzisiaj. Aktualnie dyskusje są wyciszone, ale nie dlatego, że problem przestał istnieć lub został rozwiązany. Raczej z powodu pewnego wypalenia, można dostrzec w tej dziedzinie ubóstwo pasji i zaangażowania”<sup>2</sup>. Relacja nauk psychologicznych do natury powołania nie jest zagadnieniem prostym i jednowymiarowym. Po pierwsze, dlatego, że psychologia sama w sobie nie jest dyscypliną jednolitą, a po drugie, tajemnica Bożego wezwania „Pójdź za Mną” realizuje się zawsze w niepowtarzalny sposób. Co więcej, miejsce tego spotkania, czyli natura ludzka, przekracza wszystkie uproszczone modele i próby jej definiowania. Viktor E. Frankl (1905-1997), za św. Tomaszem z Akwinu, określa człowieka mianem *unitas multiplex*, czyli „jedność w wielości”<sup>3</sup>. Ta złożoność, a zarazem doskonała jedność natury ludzkiej, uczy człowieka pokory względem tego, co przekracza jego poznawcze możliwości.

Współcześnie dysponujemy coraz obszerniejszą literaturą na temat dialektyki pomiędzy wiarą a rozumem, teologią a nauką, łaską a naturą, powołaniem a psychologią. Jan Paweł II w encyklice o relacji wiary do rozumu *Fides et Ratio* przedstawia ich komplementarność: „Wiara i rozum są jak dwa skrzydła, na których duch ludzki unosi się ku kontemplacji prawdy”<sup>4</sup>. Dziś może już nie jest to temat kontrowersyjny, jednak wciąż wymaga od każdego pokolenia trudu zrozumienia, asymilacji lub redefiniowania zastałych odpowiedzi. W skrócie, dylemat między nauką a wiarą pozostaje otwarty, chociaż nie w wymiarze „zerowym”, bo człowiek, jako *homo viator* – pielgrzym, odkrywa prawdę i stale wędruje ku jej pełni. To, co dziś w świecie nauki wydaje się oczywiste, jutro już takie może nie być. Człowiek, jako *homo transgresivus*, przekracza granice materialne, duchowe, intelektualne i społeczne, podejmując stale próbę zrozu-

---

<sup>2</sup> Por. A. Cencini, *Psicologia e vocazione, rapporto imprescindibile*, Rogate Ergo 4(2008), s. 3 [tłum. – PK].

<sup>3</sup> Por. V.E. Frankl, *The Will to Meaning: Principles and application of logotherapy*, New York 1969, s. 22.

<sup>4</sup> Jan Paweł II, *Encyklika „Fides et Ratio”* (14 września 1998), wstęp.

mienia otaczającego go świata<sup>5</sup>. Ta zmienność, a zarazem pewna niestabilność poglądów, dotyka również odkryć naukowych, definicji, paradygmatów, stwierdzeń formułowanych na terenie psychologii, o czym będzie mowa w dalszej części niniejszych rozważań.

## 2. ZNACZENIE FORMACJI LUDZKIEJ W PRZYGOTOWANIU DO KAPŁAŃSTWA

Formacja ludzka w seminariach diecezjalnych i zakonnych jest skierowana ku całej osobie ludzkiej. W Dekrecie Soboru Watykańskiego II *Optatam Totius* o formacji kapłańskiej czytamy: „Uwzględniając wiek i poziom rozwoju poszczególnych kandydatów, należy uważnie i starannie upewnić się co do ich prawej intencji, wolności wyboru, zdatności duchowej, moralnej i intelektualnej, odpowiedniego zdrowia fizycznego i psychicznego; przyjrzeć się też trzeba skłonnościom odziedziczonym być może po rodzinie. Należy także ocenić zdolności kandydatów do znoszenia trudów kapłańskich i wykonywania obowiązków duszpasterskich”<sup>6</sup>. Dziś, częściej niż kiedykolwiek, oprócz rektora, ojca duchownego czy prefekta studiów, progi seminariów przekraczają osoby świeckie: psycholog, terapeuta, polonista, językoznawca, ekonomista czy specjalista od mediów itp. Słusznie coraz częściej docenia się wielowymiarowość i aktualne wyzwania społeczno-kulturowe, jakie jawią się przed nowym pokoleniem przygotowującym się do kapłaństwa oraz przed tymi, którzy odpowiadają za cały proces formacyjny. Zasadności tej komplementarnej pedagogiki wychowania raczej nikt już dziś nie kwestionuje, choć w wymiarze praktycznym można wciąż uczynić więcej. Pytaniem, na które warto szukać odpowiedzi, nie jest „czy” podejmować ową wielowymiarową współpracę, ale „jak” to czynić. Jak współczesna psychologia może pomóc młodemu człowiekowi jeszcze pełniej odpowiedzieć na dar powołania, odblokować nieznane możliwości, pomóc w poznaniu własnych zalet, cnót, stanów emocjonalnych, motywacji wyboru, itd.?

W Posynodalnej Adhortacji Apostolskiej *Pastores Dabo Vobis* Kościół ukazuje wagę i znaczenie formacji ludzkiej w kontekście wielowymiarowego przygotowania do misji pasterskiej: „Bez odpowiedniej formacji ludzkiej cała formacja kapłańska byłaby pozbawiona swego niezbędnego fundamentu. [...] kapłan winien kształtować swą ludzką osobowość w taki sposób, by stawać się dla innych pomostem, a nie przeszkodą w ich spotkaniu z Jezusem Chrystusem

---

<sup>5</sup> Por. J. Kozielecki, *Psychotransgresjonizm. Nowy kierunek psychologii*, Warszawa 2001; tenże, *Transgresja i kultura*, Warszawa 2002; tenże, *Spółczesność transgresyjna. Szanse i ryzyko*, Warszawa 2004.

<sup>6</sup> Sobór Watykański II, *Dekret o formacji kapłańskiej „Optatam Totius”* (28 października 1965), nr 6.

Odkupicielem człowieka”<sup>7</sup>. Często rozważa się istotę pośrednictwa kapłańskiego w wymiarze sakramentalnym (duchowym) – kapłan jako szafarz niewidzialnych łask Bożych. Jednak bycie owym „pomostem” wyraża się również w tym, co widzialne, ludzkie, naturalne i dotykalne. Innymi słowy jest to powołanie do naśladowania Jezusa Dobrego Pasterza w Jego człowieczeństwie, powiedzieliśmy humanizmie, czyli życzliwości, uprzejmości, męstwie, dyspozycyjności, gościnności, otwartości, zdolności tworzenia pięknych relacji społecznych itd. Formacja ludzka przyszłych kapłanów jest więc wpisana w centrum wielowymiarowej pedagogiki wzrostu w świętości, ta zaś opiera się na wymiarze ludzkim i przez niego się wyraża. Można powiedzieć, że tworzy niejako grunt dla łaski, istotny fundament dla dalszych wymiarów, takich jak duchowy i pasterski<sup>8</sup>, zgodnie z logiką starej maksymy: „łaska buduje na naturze”.

### 3. MAGISTERIUM KOŚCIOŁA A PSYCHOLOGIA

Kościół, w swym nauczaniu dotyczącym wychowania katolickiego, słusznie nie wybiera określonego ujęcia teoretycznego (jednej szkoły psychologicznej), co nie oznacza, że wszystkie nurty w pedagogice czy psychologii są stawiane na takim samym poziomie i tak samo są akceptowalne. Fundamentalną kwestią jest bowiem filozofia stojąca u podstaw opisu natury człowieka, czyli wizja antropologiczna. Nie ma psychologii neutralnej, czyli takiej, która byłaby wolna od założeń *a priori*. Już w samych zainteresowaniach naukowych, sposobie ich przedstawiania, można wyraźnie dostrzec czynnik subiektywny i indywidualny danego badacza<sup>9</sup>. Nie ma bowiem psychologii poza daną kulturą, czasem i środowiskiem. W cytowanym już dokumencie *Pastores Dabo Vobis* czytamy: „Formacja ludzka, zakorzeniona w antropologii przyjmującej pełną prawdę o człowieku, otwiera się na formację duchową [...] człowiek otwarty jest na transcendencję, na absolut”<sup>10</sup>. Dlatego, istotną kwestią, jeszcze przed posłaniem kleryka na konsultacje, wydaje się uważne zebranie podstawowych informacji związanych z:

- a) przymiotami osobowymi danego konsultora, psychologa, terapeuty,
- b) kompetencjami zawodowymi i stylem jego pracy,
- c) wizją antropologiczną i wrażliwością na temat powołania,
- d) nurtem psychologicznym, z którym jest aktualnie związany.

---

<sup>7</sup> Jan Paweł II, *Posynodalna Adhortacja Apostolska o Formacji Kapłanów we współczesnym świecie „Pastores Dabo Vobis”* (25 marca 1992), nr 43 [dalej: PDV].

<sup>8</sup> Por. C. Serrao, *Il discernimento della vocazione religiosa. Formare per transformerla*, Roma 2006, s. 14.

<sup>9</sup> Por. E. Fizzotti, *Psicologia dell'atteggiamento religioso. Percorsi e prospettive*, Trento 2006, s. 42-47.

<sup>10</sup> PDV 45.

Nie wszystkie choroby leczy się tym samym sposobem. Tak samo w formacji, nie wszystkie teorie psychologiczne, metody, techniki można tak samo aplikować w przestrzeni eklezjalnej. Chłodny naturalizm naukowy, niekiedy braki profesjonalizmu lub redukcyjne wizje antropologiczne, nie tylko nie pomagają rozwiązać problemów natury ludzkiej, ale czasem bardziej je komplikują, nie wspominając już, jak takie sytuacje mogą negatywnie wpływać na przestrzeń wiary i powołania.

Kościół wykazuje się wielką roztropnością, nie wybierając określonego kierunku psychopedagogicznego jako powszechnie obowiązującej normy w edukacji kapłańskiej. Ma bowiem świadomość, że wiedza psychologiczna jest jak nurt rzeki, który stale płynie, rozwija się, podlega zmianom i transformacji. Różne nowe idee szybko „wchodzą na scenę” zainteresowania naukowego i równie szybko z niej schodzą. Taka dynamika szybkich zmian w krótkiej historii psychologii naukowej była i jest stale obecna. Ta szeroka rzeka stale płynie i szuka nowych przestrzeni wyrazu, przy jednoczesnym utrwalaniu tego, co już zostało dokonane. Dlatego *Magisterium*, z jednej strony, pozwala obficie korzystać z dobrodziejstw nauk humanistycznych, a z drugiej, nie pozwala ograniczyć się w ciasnej przestrzeni określonej teorii, wizji czy sposobu definiowania natury człowieka, choćby najbardziej pozytywnej.

#### 4. NOWE KRYTERIUM – „PŁYNAĆ Z NURTEM PSYCHOLOGII”

Płynąć z nurtem w psychologii wcale nie oznacza bezwiednego poddania się istniejącym prądom i tendencjom naukowym. Nie oznacza również bezkrytycznego „zachłystnięcia się” nowością, przy jednoczesnym traceniu kontaktu z tym, co do tej pory było funkcjonalne. Chodzi raczej o pewnego rodzaju otwartość umysłu, o *aggiornamento*, kontakt z nową rzeczywistością oraz twórcze korzystanie z tego, co aktualne. Innymi słowy, paradygmat „płynąć z nurtem psychologii” oznacza postawę otwartości na współczesność. Jest to zachęta do kroczenia po ścieżkach nieznanych albo jeszcze mało uczęszczanych nie dla oryginalności, ale raczej dla adekwatności i skuteczności.

Oto dwa konkretne przykłady, które mogą dobrze zilustrować określenie „płynąć z nurtem”. Na arenie psychoterapii obecnie mamy ponad 200 różnych ujęć terapeutycznych, w tym ponad 400 różnych specyficznych technik<sup>11</sup>. Istnieją autorzy, którzy w swoich pracach podają cyfry kilkakrotnie większe<sup>12</sup>. Jak widać, jest to naprawdę ogromna różnorodność idei, propozycji oraz sposobów

---

<sup>11</sup> Por. R. Lemay, H. Gazal, *Resilience and positive psychology: Finding hope*, Child & Family 5(2001), s. 10-21.

<sup>12</sup> Por. A.E. Bergin, S.L. Garfield, *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*, New York 1994, s. 6; M. Bobgan, D. Bobgan, *The End of „Christian Psychology”*, California 1997, s. 13.

udzielania odpowiedzi na konkretne ludzkie problemy. Warto w tym miejscu postawić ogólne pytanie: Z jakich odniesień teoretycznych, technik, ujęć najczęściej korzystamy w naszej pracy formacyjnej z kandydatami do kapłaństwa? Ile jest miejsca na psychologię głębi, a ile na psychologię „wysokości”? Co wnosi psychologia poznawcza w świat naszej formacji? Odpowiedzi na te i tego typu pytania mogą pomóc skonfrontować się z kryterium *aggiornamento*, które jest bardzo istotne.

Innym znakiem dynamicznego rozwoju psychologii jest choćby stale powiększający się podręcznik klasyfikacji zaburzeń psychicznych *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM). Pierwsza jego edycja z roku 1952 wyliczała i opisywała ok. 106 zaburzeń. Aktualna czwarta wersja poprawiona – z roku 2000 (DSM-IV-TR) – zawiera ich już ponad 286. Niebawem ukaże się piąta edycja tego podręcznika, która będzie wносиła kolejne ilościowe i jakościowe zmiany w opisie i definiowaniu zaburzeń oraz chorób psychicznych. Wielość narzędzi terapeutycznych, teorii psychologicznych oraz stale poszerzający się podręcznik diagnostyczny wskazują na fakt, że wiedza psychologiczna stale się rozwija i podlega zmianom. Niespełna kilka lat po śmierci twórcy psychoanalizy, Zygmunta Freuda (1856-1939), psychologia głębi (psychoanaliza) była już na bocznym torze zainteresowań naukowych, a odkrycia Johna Broadusa Watsona i Burrhusa Federica Skinnera pokazywały nowe horyzonty badań naukowych. Jednak szybki nurt zmian nie oszczędził również behawioryzmu, który już w latach 60. został wyparty ze sceny zainteresowań naukowych przez tzw. „rewolucję poznawczą”<sup>13</sup>. Obecnie w psychologii, oprócz czterech wielkich szkół<sup>14</sup> (psychoanalizy, behawioryzmu, humanizmu, kognitywizmu), można dostrzec wiele innych ujęć jak: programowanie neurolingwistyczne, analizę transakcyjną, Gestalt, psychologię ewolucyjną, egzystencjalną, neurobiologię, czy psychologię pozytywną.

Czy w wielowymiarowym trudzie formacyjnym, wychowawcy powołani potrafią dziś korzystać z dóbr, jakie określone nurty psychologiczne mogą wnieść w świat wzrostu każdego człowieka?

Psycholog lub formator podobny jest do lekarza – przede wszystkim zajmuje się człowiekiem, jego zdrowiem. Tak jak lekarz posługuje się aktualną wiedzą, odkryciami, nowymi technikami, tak i formator nie może stać w miejscu i tracić kontaktu z wiedzą współczesną. Cała medycyna stale podlega pracom rozwojowym, tym bardziej młoda dyscyplina psychologii ulega dynamicznym przemianom. W perspektywie tych globalnych zmian w psychologii ważne jest, aby aktualizować podejście formacyjne. Z drugiej strony, trzeba pamiętać, że

---

<sup>13</sup> Por. L.A. Pervin, P.O. John, *La Scienza della Personalita. Teorie, ricerche, applicazioni*, Milano 1997, s. 516-517.

<sup>14</sup> Por. J. Koziński, *Koncepcje psychologiczne człowieka*, Warszawa 2000.

nie można wymagać więcej od psychologii niż to, co może ona sama w sobie zaoferować. Dziś jednak częściej zapomina się o niej albo korzysta bardzo fragmentarycznie.

Im większa profesjonalizacja, tym większe szanse na skuteczną pomoc. W Kościele oraz w instytucjach odpowiedzialnych za formację przyszłych kapłanów nie możemy sobie pozwolić na bylejakość, przeciętność czy marnowanie twórczej energii. Zatrzymanie się na jakimś określonym etapie wiedzy o człowieku albo sprowadzanie natury ludzkiej do instynktów, niskich popędów, reakcji na bodziec czy genetyki, jest „podróżowaniem przez Atlantyk na tratwie”. Można tratwą przepłynąć ocean, ale czy nie lepiej znaleźć inny środek lokomocji?

## 5. O POTRZEBIE PSYCHOLOGII POZYTYWNEJ

Niewątpliwie każda nowość niesie ze sobą pewnego rodzaju wyzwanie. Z jednej strony, pojawia się uczucie nadziei, a z drugiej, zwyczajna obawa. To drugie uczucie zwykle jest związane z możliwością utraty tego, co dotychczas było uważane za funkcjonalne i służyło jako oparcie. Prezentacja nowego kierunku w psychologii wiąże się z podobnymi ambiwalentnymi uczuciami.

Oczywiście, że we wszystkich ujęciach interdyscyplinarnych pojawiają się pewnego rodzaju trudności związane z poszanowaniem granic odrębności i tożsamości danego przedmiotu badania. Zaproszenie psychologii pozytywnej do środowiska eklezjalnego również posiada swoiste określone limity – będą one przedmiotem rozważań w dalszej części pracy – wcześniej warto jeszcze wskazać pozytywne możliwości, jakie mogą wynikać ze wzajemnej współpracy.

Jeśli spojrzymy na historię psychologii, to zauważymy, że teza pozytywnego definiowania natury człowieka była głoszona już w latach 60. przez tzw. humanistów: Carla Rogersa (1902-1987), Abrahama Maslowa (1908-1970), Rolla Maya (1909-1994), Gordona Allporta (1897-1967), Viktora E. Frankla (1905-1997). Wszyscy oni zaczęli przeciwstawiać się mechanicznym i deterministycznym stylom opisywania natury ludzkiej. Podkreślali w swoich badaniach możliwości człowieka, a nie tylko ograniczenia i braki. Tematy, takie jak: wolność, sens życia, miłość, odpowiedzialność, twórczość, zdolność wyboru, transcendencja, były naturalnie w centrum zainteresowań tych uczonych. Dwie kwestie odróżniają jednak wymienionych twórców od dzisiejszych zwolenników nurtu pozytywnego. Po pierwsze, Martin Seligman, ojciec psychologii pozytywnej, wraz ze swoimi współpracownikami podchodzą do tematu w sposób bardziej systematyczny i metodologicznie uporządkowany, a po drugie, celowo dążą oni nie tylko do definiowania pozytywnych pojęć, ale do tworzenia narzędzi służących do ich pomiaru. Brak narzędzi pomiarowych w psychologii humanistycznej bez wątpienia był pewnym mankamentem niedającym możliwości zweryfikowania nawet poprawnych intuicji.

Badania potwierdzają, że szczęście człowieka nie zależy od pieniędzy<sup>15</sup>. Na Zachodzie, gdzie zamożność ludzi w ostatnich latach wzrosła kilkakrotnie, poziom zadowolenia z życia prawie się nie zmienił. „Nawet bajecznie bogaci – 100 najzamożniejszych osób według rankingu magazynu *Forbes*, ze średnim dochodem netto ponad 125 milionów dolarów – są tylko nieznacznie szczęśliwsi niż przeciętni Amerykanie”<sup>16</sup>. Twórca logoterapii, Victor E. Frankl, twierdzi, że każda epoka ma własną patologię i dlatego potrzebuje własnej psychoterapii<sup>17</sup>. Obraz współczesnego człowieka został interesująco przedstawiony przez Bożenę Gullę i Kingę Tucholską: „Człowiek, który zapomniał, jak cieszyć się prostymi zmysłowymi przyjemnościami, zatracił kontakt z własną naturą, z innymi ludźmi i z przyrodą. Poświęca on czas na pracę lub bierny odpoczynek, żyje w pośpiechu, w pogoni za sukcesem, a gdy osiągnie sukces, nie potrafi się nim cieszyć. W nadmiarze dóbr materialnych żyje «w nędzy duchowej»”<sup>18</sup>. Każda psychologia wyrasta z potrzeb społecznych i do tych potrzeb się też odnosi. Jest ściśle powiązana z określoną kulturą i środowiskiem. Jeśli dziś psychologia pozytywna coraz bardziej zwraca na siebie uwagę, wzbudza zainteresowanie i to nie tylko naukowców, ale i pedagogów, biznesmenów, managerów, zwykłego człowieka borykającego się z własną codziennością, to być może owa, przed chwilą cytowana, diagnoza kondycji człowieka nabiera uzasadnienia.

## 6. CELE PSYCHOLOGII POZYTYWNEJ ORAZ MOŻLIWOŚCI ZASTOSOWANIA JEJ W ŚRODOWISKU FORMACYJNYM

„Nadszedł w końcu czas na stworzenie nauki, która stara się zrozumieć emocje pozytywne, kształtować zalety i cnoty i dostarczać wskazówek umożliwiających osiągnięcie tego, co Arystoteles nazwał «dobrym życiem»”<sup>19</sup>. Tak jak każda nauka, również psychologia pozytywna określa swój własny kształt, metodologię oraz cel badań. Wśród podstawowych zadań stojących przed psychologami tego nurtu są:

- a) badanie pozytywnych emocji,
- b) definiowanie i odkrywanie pozytywnych cech ludzkiego charakteru oraz zalet<sup>20</sup>,

<sup>15</sup> Por. M. Seligman, *Prawdziwe szczęście. Psychologia pozytywna a urzeczywistnienie naszych możliwości trwałego spełnienia*, tłum. A. Jankowski, Poznań 2005, s. 85.

<sup>16</sup> Tamże.

<sup>17</sup> Por. V.E. Frankl, *Alla ricerca di un significato della vita*, Milano 2005, s. 24.

<sup>18</sup> B. Gulla, K. Tucholska, *Psychologia Pozytywna: Cele naukowo-badawcze i aplikacyjne oraz sposób ich realizacji*, *Studia z psychologii* 14(2007), s. 134.

<sup>19</sup> M. Seligman, *Prawdziwe szczęście...*, dz. cyt., s. 13.

<sup>20</sup> Christopher Peterson oraz Martin Seligman stworzyli pozytywny odpowiednik *Podręcznika Diagnostycznego i Statycznego Zaburzeń Psychiczych (DSM) Diagnostic and Statistical*



c) zainteresowania instytucjami od strony pozytywnej.

Twórcy psychologii pozytywnej dostrzegli, że w okresie powojennym przesadnie skupiono się na patologii ludzkich zachowań, pomijając prawie całkowicie dobre strony ludzkiej natury. Seligman taką postawę nazywa „zepsutym dogmatyzmem”: „Na każde sto artykułów o smutku przypada tylko jeden o szczęściu”<sup>21</sup>. Przeciwwstawiając się tej dysproporcji, zwolennicy pozytywnego spojrzenia na naturę zainicjowali nurt koncentrujący się na silnych stronach jednostki i społeczeństw (fortologia), takich jak: szczęście, zadowolenie, wdzięczność, spełnienie, męstwo, satysfakcja. Zwolennicy „zbalansowania” w psychologii podjęli się zadania wyjaśniania funkcjonowania człowieka zgodnie z „modelem pozytywnym”, podnoszenia jakości życia przez optymalizację ludzkiego doświadczenia, wzmocnienia kompetencji jednostek i pozytywnego funkcjonowania w grupie, rozwijania pozytywnej diagnozy, prewencji oraz interwencji.

W kontekście omawiania poszczególnych zadań i celów nowego nurtu w psychologii warto podkreślić, że jako nauka sama w sobie nie stoi ona w opozycji do tzw. „tradycyjnego” podejścia, ale pragnie jedynie odpowiedzieć na potrzebę komplementarności i uzupełniać to, co psychologia jako nauka straciła po II wojnie światowej, skupiając się wyłącznie na defektach, brakach, patologii, cierpieniu<sup>22</sup>. Twórcy psychologii pozytywnej pragną przywrócić znaczenie i rolę temu wszystkiemu, co jest dobre i mocne w człowieku. Kierunek nie zamierza proponować tanich recept na szczęście, drogi na skróty, iluzji pozytywizmu w kontekście skomplikowanych problemów egzystencjalnych. Odkrywanie i smakowanie życia nie jest ujmowane w kategoriach hedonistycznych czy egoistycznych kryteriach, ale raczej w kategoriach eudajmonistycznych, odwołujących się do świata wartości i sensu.

Jeśli psychologia pozytywna może być skutecznie wykorzystana w biznesie, szkolnictwie wyższym, praktyce klinicznej, w psychoterapii, kontekście rodzinnym, to dlaczego nie w formacji eklezjalnej? Jest to psychologia addytywna, która nie pomniejsza innych ujęć, nie chce ich też eliminować, a jedynie dodaje i rozszerza spojrzenie o nowe elementy. Ta przesłanka daje możliwość sformułowania kilku ogólnych postulatów dotyczących formacji ludzkiej kandydatów do kapłaństwa w kontekście psychologii pozytywnej:

---

*Manal of Mentla Disorders* i nazwali go *Podręcznik Cnót i Sił Charakteru (CSV) Strengths and Virtues: Handbook of Clasification*. Por. C. Peterson, M. Seligman, *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*, Washington DC. 2004. „Stanowi [on] obecnie jedną z najważniejszych inspiracji teoretycznych i empirycznych eksploracji nastawionej na wyjaśnienie psychiczne przesłanek dobrego życia”. E. Trzebińska, *Psychologia Pozytywna*, Warszawa 2008, s. 73.

<sup>21</sup> M. Seligman, *Prawdziwe szczęście...*, dz. cyt., s. 23.

<sup>22</sup> Por. tenże, *Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy*, w: C.R. Snyder, S.J. Lopez, *Handbook of Positive Psychology*, Oxford 2002, s. 3.

Po pierwsze, zmiana pewnych akcentów, czyli przejście od psychopatologii do psychologii zdrowia. W spojrzeniu na człowieka, nawet na tego, który przychodzi do seminarium, wciąż można się spotkać z podejściem „korekcyjnym”, czyli akcent pada na to, co jest albo może być dysfunkcjonalne, zamiast rozwijania i wspomagania tego, co funkcjonuje i jest dobre, a może działać jeszcze lepiej (patrz przypowieść o talentach – Mt 25,14-30).

Po drugie, nie upraszczając tajemnicy świętości, psychologia pozytywna może „odkurzyć” rzeczywistość cnót nie tylko na terenie akademickich sal wykładowych, ale również na naszych „podwórkach seminaryjnych”, ukazując cnoty jako drogi do świętości, a nie cudowności i nadzwyczajności. Innymi słowy, warto poszukiwać nowych dróg przejścia od modelu świętości, akcentującego spektakularność i nadnaturalność, w kierunku modelu bardziej powszechnego, tj. „życia cnotliwego”.

Po trzecie, psychologia pozytywna specjalizuje się w opisie i diagnostyce cech pozytywnych. Zakładając, że – po pierwszych fazach rozmów kwalifikacyjnych i selekcyjnych – nie mamy już do czynienia z kazusami jaskrawo patologicznymi, można bardziej wyężyć wysiłek formacyjny w budowaniu zalet. Nie chodzi tutaj o pomijanie czy banalizowanie spraw trudnych, które w procesie formacji naturalnie mogą wystąpić dopiero z czasem, ale raczej o wzmacnianie pozytywów, optymalizację dobra. Profesjonalne rozpoznanie cech pozytywnych i stymulowanie ich pomaga zarówno odpowiedzialnym za formację, jak i samym kandydatom do kapłaństwa dobrze „instalować” się w środowisku pastoralnym. Akcent na prewencję i interwencję pozytywną również mógłby się przyczynić do eliminowania późniejszych sytuacji kryzysowych, albo pomóc takie okresy pozytywnie przejść w czasie formacji początkowej lub permanentnej.

Możliwości aplikacyjnych psychologii pozytywnej w kontekście formacji ludzkiej w przygotowaniu do kapłaństwa są znacznie większe od tych, które tutaj zostały zaprezentowane. Bez wątpienia warto kontynuować dalszą refleksję na ten temat, co więcej, podejmować próby weryfikacji danych metod w kontekście praktycznym, zwłaszcza że nie są one inwazyjne i przesadnie skomplikowane. Dziś coraz więcej mamy publikacji na ten temat, jednak wciąż brakuje prób przeniesienia tego doświadczenia w konkretne środowiska.

Jeśli psychologia pozytywna mogłaby – choćby w niewielkim stopniu – przyczynić się do tego, aby w naszych parafiach można było spotkać bardziej uśmiechniętych i szczęśliwych duszpasterzy, to wydaje się, że warto podjąć dalsze próby refleksji oraz poszukiwać konkretne możliwości aplikacyjne dla tego kierunku.

---

POSITIVE PSYCHOLOGY AND HUMAN FORMATION IN PREPARATION FOR  
THE PRESBYTERATE

Summary

This article seeks to explore how positive psychology can support human formation as an essential part of preparation for the presbyterate by promoting the development of strengths, rather than solely focusing on overcoming human weaknesses. The author indicates how incorporating a positive psychology perspective along with epistemological rules and an anthropological point of view, can further the multidisciplinary dialogue between the worlds of grace and social sciences.

**Keywords:** Positive psychology, human formation, priesthood

**Nota o Autorze:** O. PIOTR KWIATEK OFM CAP – zakonnik i psycholog Krakowskiej Prowincji Zakonu Braci Mniejszych Kapucynów. Absolwent i doktorant Wydziału Psychologii na Papieskim Uniwersytecie Salezjańskim w Rzymie (UPS). Aktualnie związany z instytutem psychoterapii Gestalt w Filadelfii „The Gestalt Therapy Intitute of Philadelphia”. Prowadzi badania z zakresu psychologii pozytywnej i formacji.

**Słowa kluczowe:** psychologia pozytywna, formacja, kapłaństwo

