

Status psychologii jako nauki społecznej a wartość badań nad jakością życia

Stanisław Kowalik*

Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu

THE STATUS OF PSYCHOLOGY AS A SOCIAL SCIENCE AND THE VALUE OF STUDIES
ON THE QUALITY OF LIFE

Despite the vast knowledge concerning factors determining the level of quality of life accumulated in social sciences there are still difficulties with its application to improve human existence. Limited possibilities of rational moulding of this feature may be traced back to the dichotomous approach to social and psychological determinants of the course of human life (the conflict between psychological individualism and sociological holism). Resorting to dimensional thinking may be a solution to this problem. By analysing various functions played by imagination in the lives of both individuals and communities it has been demonstrated how imagination can be used to improve the quality of life.

Key words: quality of life, social sciences, psychology, imagination

APOTEOZA ROLI NAUKI W DOSKONALENIU JAKOŚCI ŻYCIA

Tak wiele zostało już napisane o jakości ludzkiego życia, że trudno jest zapanować nad zgromadzoną wiedzą na ten temat. Przy czym problem nie polega na niemożliwości zapoznania się z dziesiątkami koncepcji teoretycznych i tysiącami doniesień z badań, które prezentują ustalenia odnośnie poziomu jakości życia i określaniu go przez różne czynniki podmiotowe i środowiskowe. Teoretycznie zadanie to jest ciągle wykonalne. Problem polega jednak na tym, że kolejne koncepcje jakości życia i badania nad uwarunkowaniami tej jakości, nie składają się w jakąś zrozumiałą całość (Bunge, 1975; Galloway, 2006; Sandøe, 1999). Nauki społeczne mają wyraźny kłopot z dokonaniem rekonstrukcji tego, co w doświadczeniu potocznym nie sprawia nam problemu: śledzenia zmian jakie w nas zachodzą od urodzenia do śmierci i ciąglego ustosunkowania się do życia na wymiarze jego oceny jako dobrego lub złego.

Niektórzy badacze nie widzą tu problemu. Przykładowo C. Wright Mills (2007) pisze na ten temat prosto: „Ludzie, kiedy uznają jakiś zespół wartości i nie czują, żeby cokolwiek tym wartościom groziło, doświadczają dobrostanu. Kiedy uznają jakieś wartości, ale czują, że coś im zagraża, doświadczają kryzysu – albo jako osobistej troski, albo jako publicznego problemu. Jeśli zaś sytuacja taka dotyczy wszystkich ich wartości, ludzie czują totalne zagrożenie paniką. Przypuśćmy jednak, że ludzie

ani świadomie nie uznają żadnych wartości, ani też nie doświadczają żadnego ich zagrożenia. Jest to doświadczenie obojętności, która, jeśli wydaje się, że obejmuje wszystkie ich wartości, staje się apatią” (s. 60). Niestety wyobraźnia socjologiczna autora tego cytatu nie pokrywa się z rzeczywistym stanem rzeczy. Nie jest bowiem tak, że nie uznawanie jakichkolwiek wartości determinuje obojętność ludzką. Niekiedy prowadzi ten stan do depresji, czasem do uległości za którą kryje się jednak wściekłość albo rozpacz. Poczucie bezradności i związana z nią apatia nie musi być efektem braku wartości. Zresztą, czy rzeczywiście można żyć w sposób całkowicie bezwartościowy, bez nadania mu jakiegokolwiek sensu?

Nie można rozprawiać o jakości życia bez próby zrozumienia, czym jest ono samo w sobie albo czym jest ono dla nas. W tej sprawie nie ma zgodności poglądów nawet wśród biologów, którzy badają je od strony stosunkowo prostej, czyli organicznej, przyrodniczej (Ruiz-Mirazo, Pereto i Moreno, 2004). Próbując wykazać różnicę między światem nieożywionym i ożywionym, wskazują zwykle na kilka cech charakterystycznych dla organizmów żywych. Przykładowo R.J. Vane-Wright (2014) przeprowadził wnikliwą metaanalizę poglądów badaczy na ten temat i wyróżnił następujące cechy, które są konieczne do rozpoznania życia:

- organizacja (materia ożywiona w przeciwieństwie do materii nieożywionej posiada swój porządek, odróżniając się w ten sposób od chaosu materii nieorganicznej);
- utrzymywanie homeostazy (materia organiczna potrafi utrzymać swój wewnętrzny stan organizacji niezależnie od zmieniającego się otoczenia, czego nie zapewnia materia nieorganiczna);

* Korespondencję dotyczącą artykułu można kierować na adres: Stanisław Kowalik, Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu, ul. Królowej Jadwigi 27/39, 61-871 Poznań.

kowalik@awf.poznan.pl

- wzrost (materia organiczna charakteryzuje się wyższym tempem syntezy produktów pobieranych ze środowiska w porównaniu do katalizy związanej z wydalaniem produktów wykorzystanych, co zapewnia powiększanie się organizmu);
- wrażliwość (materia żywna ma zdolność do rejestrowania zmian w otoczeniu i reagowania na bodźce zewnętrzne);
- adaptacyjność (materia żywna posiada zdolność do dopasowania w procesie ewolucji stanu własnego organizmu do zmian zachodzących w otoczeniu i utrwalania tych osiągnięć adaptacyjnych w ramach własnego gatunku);
- reprodukcyjność (materia żywna potrafi utrzymać życie poprzez różne rodzaje jego przekazywania, zapewniając ciągłość istnienia w czasie swoich różnych form).

Jeśli potraktuje się podaną listę jako punkt wyjścia do ustalenia kryteriów umożliwiających określanie jakości życia biologicznego, to mogą nasuwać się liczne wątpliwości. Po pierwsze, dyskusyjne jest przeciwstawienie sobie obu światów – nieorganicznego i organicznego – jako pozbawionego organizacji (chaotycznego) albo jako dobrze ustrukturuwanego. Raczej należałoby widzieć ten problem jako kontinuum i mówić o stopniu złożoności budowy świata, w którym prawa fizykochemiczne zapewniające tę strukturację, mają charakter uniwersalny. Pozostałe cechy wyróżnione przez Vane-Wrighta można już traktować jako osobliwie odnoszące się do świata żywnego, a więc w odniesieniu do nich należy poszukiwać kryteriów zróżnicowań w życiu organizmów.

Tutaj pojawia się jednak druga wątpliwość a w zasadzie drugi zbiór wątpliwości, które można ukonkretnić w postaci kilku pytań: czy poszczególne cechy organizmów mają identyczną wagę w kształtowaniu ich jakości życia?, czy dla organizmów o różnym poziomie złożoności organizacyjnej, ich jakość życia jest inaczej determinowana przez wyróżnione cechy?, czy w procesie ewolucji gatunków następuje równoległe doskonalenie się wszystkich wyróżnionych cech życia, czy też można mówić o wybiórczej ich selekcji?, i w końcu, czy jakość życia człowieka może być określana przez poziom sprawności jego funkcjonowania, gwarantowanego przez rozwój wymienionych cech? W związku z tymi pytaniami można zastanawiać się, czy jakość życia szympansa przetrzymwanego w ogrodzie zoologicznym różni się od jakości życia ryby przebywającej w akwarium albo też żyjącej w jakimś jeziorze. Może jest to absurdalny przykład, ponieważ raczej nigdy nie dowiemy się, jak wygląda jakość życia z perspektywy szympansa albo karpia. Co najwyżej możemy tylko wyobrazić sobie – przyjmując ludzką perspektywę – w jakich warunkach życie różnych zwierząt mogłoby być lepsze lub gorsze. Zgodnie z teorią ewolucji, cechy życia decydują o długości czasu życia (przeżywalności), ewentualnie o możliwości posiadania potomstwa (prokreacyjności), co nie znaczy, że muszą one wpływać na jego jakość. Długość i jakość życia to zupełnie różne

sprawy. Nie mniej stany organizmu określane przez wymienione wcześniej cechy życia mogą być podstawą do orientowania się wszystkich organizmów odnośnie jego przebiegu ze względu na realizację funkcji adaptacyjnych.

Trzecia wątpliwość dotyczy już wprost życia ludzi. Dzięki wyposażeniu ich w zupełnie nową właściwość – nieuwzględnianą oczywiście przez biologów – jaką jest świadomość, pojawił się problem odróżnienia ich życia od życia pozostałych istot żywych. Świadomości nie można tłumaczyć poprzez odwołanie się do praw fizyki i chemii (Hershenov, 2005). Nie do końca potrafi wyjaśnić jej także dominująca w biologii darwinowska koncepcja ewolucji. W każdym razie dodanie do wcześniej wymienionych cech życia tej nowej właściwości sprawia, że cały problem znacznie się komplikuje, co nie znaczy, że nie można go jakoś rozwiązać. W tej sprawie jak dotąd najwięcej ma do powiedzenia filozofia (Palmer, 2004; Robert, 2008). W jej ramach zostało sformułowane fundamentalne pytanie o to, czym jest szczęście i szczęśliwe życie. To filozofowie zauważyli, że im dłużej ono trwa, tym ludzie lepiej uświadamiają sobie jego niepowtarzalność; próbują rozstrzygnąć dylemat, czy dotychczasowy jego przebieg mógłby być inny (lepszy) w stosunku do tego, co jest już poza nimi; zastanawiają się, co mogą zrobić, aby je udoskonalić. Wielu filozofów podkreśla, że dopiero pełne uświadomienie sobie kresu własnego życia powoduje, że pojawiają się u ludzi pytania zasadnicze: jaki jest sens życia?, jaka była jakość mojego życia?, czy mogło być ono bardziej doskonałe?

W zasadzie całą historię filozofii można uznać ciąg powtarzanych prób oddzielenia odpowiedzi na te pytania. Przy czym nie nawiązują oni do biologicznego aspektu ludzkiego życia. Może tylko niekiedy odnoszą się do niektórych jego biologicznych własności (chodzi o wspomnianą wcześniej adaptację) – mianowicie wtedy, gdy organizm ludzki ulega poważnym uszkodzeniom w wyniku choroby albo nabycia niepełnosprawności. Chyba nie pomylę się, jeśli powiem, że koncepcje filozoficzne wyodrębniają w ludzkim życiu aspekt pozabiologiczny, który dodatkowo określa istotę życia. Koncepcje te można traktować jako zbiór propozycji na temat możliwości rozumienia życia, a często też normatywnego orzekania, kiedy można je uznać za wartościowe, a kiedy nie ma ono wartości.

Propozycji tego typu przedstawiono wiele. W związku z tym próbuje się je jakoś uporządkować. Przykładowo A. Smuts (2013) odróżnia takie koncepcje filozoficzne, które obiektywizują jakość życia albo je subiektywizują. Według wymienionego autora w pierwszym przypadku kładziony jest nacisk na tworzenie realnego dobra, które w sposób obiektywny przyczynia się do poprawy życia innych ludzi. W tych sytuacjach życie może być uznane za sensowne w takim stopniu, w jakim poprzez własne zaangażowanie, człowiek wytwarza dobro dla innych na każdym etapie swego życia. W drugim, subiektywnym ujęciu, życie utożsamiane jest z poczuciem spełnienia

się w życiu. Spełnione życie polega na przekonaniu, że zostały w nim osiągnięte wartości uznawane za ważne przez poszczególne jednostki. Łatwo można zauważyć, że w świetle tych koncepcji ocena przebiegu życia tej samej jednostki musi być odmiennie wartościowana. Problem polega na tym, że niemożliwe jest rozstrzygnięcie, który z tych projektów realizacji własnego życia jest bardziej słuszny: czy życie służące czynieniu dobra innym, czy też życie dające człowiekowi satysfakcję ze spełniania się w nim. Trudno jest na tej podstawie sformułować jednoznaczne kryteria dla oceny jakości życia.

Na postawione wcześniej pytania próbują udzielać odpowiedzi także nauki społeczne. Przy czym uzurpują sobie prawo – w przeciwieństwie do filozofii – do przeprowadzania takiej rekonstrukcji ludzkiego życia, która mogłaby być uznana za bardziej wiarygodną w porównaniu ze spekulacjami filozofów. Wielu przedstawicieli nauk społecznych opiera swój optymistyczny pogląd na dwóch założeniach. Po pierwsze uznają oni, że przebieg ludzkiego życia określany jest przez uniwersalne prawidłowości. Mówiąc inaczej rządzi nim trwale zależności przyczynowo-skutkowe, które trzeba po prostu odkryć. Po drugie, uznają oni również, że wiedza o tych prawidłowościach może być wykorzystywana w doskonaleniu ludzkiego życia (Kruglanski, 1989). Chodzi o to, że dzięki niej można dowiedzieć się, jakie mogą być konsekwencje podjęcia określonego działania w tym zakresie. W ten sposób ludzie ograniczają poziom własnej niepewności odnośnie przyszłego życia. Mogą też wyjaśnić, dlaczego ich dotychczasowe życie wyglądało tak jak wyglądało, co umożliwiło korygowanie wcześniejszych decyzji życiowych odnoszących się do przebiegu życia. Wiedza ta może więc chronić nas przed popełnianiem błędów, które uznawane są za niepowodzenia życiowe. Poza tym dzięki wiedzy o prawidłowościach rządzących ludzkim życiem, można w taki sposób kształtować środowisko, aby ludziom żyło się w nim lepiej. Doskonalenie jakości życia traktowana jest w tym przypadku jako ciągle zwiększanie jego racjonalności, czyli opierania go na wiedzy naukowej (Cavallo, 1979).

Nic dziwnego, że utożsamienie doskonalenia przebiegu ludzkiego życia z coraz większą jego racjonalnością, doprowadziło do podjęcia wszelkich możliwych działań, aby ludzie zechcieli kierować się we własnym życiu wskazówkami dawanymi przez naukę. Lansowana obecnie koncepcja społeczeństwa wiedzy jest tego najdobitniejszym wyrazem (Böhme i Stehr, 1986). Zgodnie z nią każda sfera naszej aktywności życiowej powinna być regulowana wiarygodną wiedzą naukową, która odnosi się do każdej z tych sfer. Dzięki niej możemy racjonalnie, a więc dobrze urządzić sobie życie publiczne oraz prywatne. A jeśli nie potrafimy zrobić tego samodzielnie, to „pomogą” w tym różne instytucje, które wskażą, jak najlepiej można poprawić jakość życia w środowisku pracy, w życiu rodzinnym i w życiu towarzyskim. Odpowiedni eksperci będą też wskazywali, jak należy zorganizować środowisko, aby żyło się nam w nim jak najlepiej. Prze-

strzeganie ich zaleceń odnosi się także do naszego życia biologicznego: powinno sprzyjać utrzymaniu dobrego stanu zdrowia, zwiększać możliwości prokreacyjne, chronić przed niepełnosprawnością, a przede wszystkim wydłużyć czas naszej egzystencji.

Realizacja idei społeczeństwa wiedzy powinna doprowadzić w końcu do tego, że wszyscy ludzie uzyskają bardzo wysoką jakość życia (Rakel, 2004). Nie ma innej możliwości, jeśli przyjmijemy – omówiony wcześniej – sposób organizowania sobie życia opartego na wiedzy naukowej. Postępowanie racjonalne, czyli wykorzystujące w pełni wiedzę naukową, powinno też prowadzić do coraz większego upodobnienia życia wszystkich ludzi. W jakimś stopniu rozwijana obecnie globalizacyjna organizacja życia społecznego może być potwierdzeniem tego przewidywania (Kowalik, 2015). Nawiązując do pojęcia stworzonego przez Thomasa Kuhna można powiedzieć, że w ramach globalizacji dochodzi do narzucenia ogółowi ludzi obowiązującego aktualnie paradygmatu naukowego – przyjmują oni go jako obowiązujący i postępują zgodnie z nim. Globalizacja doprowadza więc do sytuacji w które naukowy paradygmat poznania przekształcany zostaje w racjonalny paradygmat działania indywidualnego i społecznego.

Oparcie organizacji ludzkiego życia na naukowych podstawach wymaga prowadzenia jego monitoringu. Chodzi o rozpoznanie w jakich sferach życia oraz w jakich grupach społecznych postulaty związane z racjonalnym życiem nie zostały jeszcze wdrożone albo zrobiono to w sposób niewłaściwy. W związku z tym w ramach nauk społecznych tworzy się najróżniejsze wskaźniki i narzędzi pomiarowe, które mają służyć kontroli jakości życia ludzi (Kajanoja, 2002). Przy ich pomocy mają być rozpoznawane te jednostki i grupy społeczne, które z jakiś powodów nie osiągają racjonalnej doskonałości w swoim życiu. Niektóre wskaźniki mają charakter obiektywny (np. dostępność do określonych usług, posiadane zasoby finansowe, ocena podejmowanych aktywności w oparciu o budżet czasowy itd.), a inne mają charakter subiektywnych ocen ludzi (ocena własnego nastroju, poziom satysfakcji życiowej, zsumowany stopień zadowolenia z życia współmałżonków itd.). Niezależnie od stosowanych wskaźników, jakość życia określana jest zawsze dla pojedynczych ludzi, a po ich zsumowaniu można orientować się w jakich grupach społecznych jakość życia jest niska i to decyduje o przygotowaniu dla niej odpowiedniej interwencji. Dysponując globalnym wskaźnikiem jakości życia, można też odnosić do niego wyniki pojedynczych osób i kiedy jest taka potrzeba, udzielać im niezbędnej pomocy w doskonaleniu życia. Należy w tym miejscu podkreślić, że każdy rodzaj interwencji dotyczący poprawy jakości życia, opiera się na wiedzy naukowej dotyczącej opisanego wcześniej pomiaru oceny własnej egzystencji oraz rozpoznania warunków środowiska w jakim przebywają badane osoby lub grupy społeczne (Sirgy, 2002).

DEPREKACJA ROLI NAUKI W KSZTAŁTOWANIU JAKOŚCI ŻYCIA

Przedstawiony wyżej pogląd na znaczenie wiedzy naukowej w doskonaleniu jakości ludzkiego życia może satysfakcjonować badaczy reprezentujących nauki społeczne, dostrzegających własną użyteczność. Nie oznacza to jednak, żeby również przeciętni ludzie czuli się szczęśliwsi z życia w globalnym, racjonalnie urządzonym społeczeństwie. Wskazuje na to wiele badań. Wynika z nich między innymi, że wprowadzenie globalnej organizacji życia, opartej na naukowych podstawach, nie przyczynia się do wzrostu zadowolenia z życia członków takiego społeczeństwa, a czasem jest wręcz odwrotnie (Kowalik, 2015). Wyniki badań wskazują także, że nie ma równoległych zmian między poprawą obiektywnych wskaźników a poprawą wskaźników subiektywnych jakości życia (Olsson i Schuller, 2012). Można nawet powiedzieć więcej, różne wskaźniki subiektywne jakości życia także nie korelują ze sobą (odczuwany stan emocjonalny i refleksyjna ocena zadowolenia z życia). Poza tym często zdarza się i tak, że wdrażane interwencje społeczne mające na celu doskonalenie jakości życia ludzi do których są one kierowane, nie dają oczekiwanych rezultatów. Zastanawiające jest to, że mimo prawdziwego „zalewu” wynikami badań nad jakością życia, eksperci nie potrafią z nich zrobić praktycznego użytku. Ogólnie można powiedzieć, że dzięki naukom społecznym dużo wiemy o determinantach podmiotowych i środowiskowych jakości życia ale w znacznie mniejszym stopniu umiemy lub możemy wpływać na wprowadzenie korzystnych zmian w tym zakresie (Sirgy, 2002).

Przeanalizowałem ostatnio dane empiryczne przedstawione w 15 rozdziałach ciekawej książki „A positive psychology perspective on quality of life” (Efklides i Moraitou, 2013). Znalazłem tam wiele informacji o poziomie jakości życia pacjentów kardiologicznych, małżeństw, ludzi starzejących się, wypalonych zawodowo, a także na temat psychologicznych oraz społecznych uwarunkowań dobrostanu lub satysfakcji życiowej, nie znalazłem jednak (poza ogólnikami) ani jednej próby pokazania, w jaki sposób odpowiedni specjaliści mogliby wkroczyć do akcji i praktycznie kształtować zadowolenie z życia ludzi. Na podstawie badań nad jakością życia można w każdym razie stwierdzić, że niewspółmiernie mało z nich wynika, jeśli chodzi o możliwości jej kształtowania. Może więc jest jakiś błąd w naszym myśleniu o jakości życia, a szczególnie o możliwościach kształtowania jej w oparciu o wiedzę naukową (Gergen i Basseches, 2014).

Po pierwsze, nie można wykluczyć sytuacji, będącej przy okazji poważnym oskarżeniem dla nauk społecznych, że wyniki badań naukowych nie służą wcale doskonaleniu życia ludzi, lecz wykorzystywane są do zabezpieczania istniejącego ładu społecznego przed niezadowoleniem ludzi. Mówiąc inaczej, chodzi o socjotechniczne sterowanie ludźmi przez polityków, dbających bardziej o własne interesy, niż o interesy społeczne. Zdziawiająca jest to, że różne reformy społeczne opierające

się rzekomo na solidnych wynikach badań, nie wywołują takich skutków, jakich można byłoby oczekiwać. Na dodatek zazwyczaj ich inicjatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za to, na co zostały przeznaczone duże środki finansowe. Może być i tak, że politycy mają nadmierne zaufanie do naukowej wiedzy dotyczącej jakości życia. Lucas B. Mazur i Meike Watzlawik (2016) sugerują, że może należałoby w badaniach naukowych skupiać się nie tylko na wyszukiwaniu czynników, które są prognostyczne, jeśli chodzi o determinację jakości ludzkiego życia, ale też poświęcić więcej uwagi problemowi odwracalności efektów uzyskiwanych przez manipulowanie tymi czynnikami. Mówiąc inaczej, podważana jest tu idea, że na podstawie wiedzy o determinantach jakości życia można w sposób prosty i niezawodny uzyskiwać pożądanych rezultatów poprzez modyfikowanie tych determinant.

Po drugie, należy uwzględnić sytuację w której instrumentalne posługiwanie się wiedzą o jakości życia jest wykonywane w sposób nieprawidłowy. Na tę sprawę zwraca uwagę między innymi Aleya Abdel-Hadi (2012). Jego zdaniem nigdy nie jest tak, że konkretni ludzie odzwzorowują dokładnie to wszystko, czego dostarcza im nauka. Przekształcanie naukowego paradygmatu poznania w paradygmat działania społecznego nie jest stuprocentowy. Ludzie wykorzystują racjonalną wiedzę naukową w sposób wybiórczy, dostosowując ją do własnego doświadczenia życiowego, które nie zawsze jest zgodne z tą wiedzą. Co więcej, także eksperci mogą mieć problem z wykorzystywaniem wiedzy naukowej dotyczącej jakości życia. Przykładowo, replikacje badań dotyczących zadowolenia z pracy albo oceny życia przez osoby niepełnosprawne często prowadzą od zupełnie odmiennych wniosków (Barofsky, 2012). W tej sytuacji powstaje problem wyboru wiedzy naukowej, która właściwie odtwarzałaby jakość życia badanej grupy ludzi. Rozstrzygnięcie wątpliwości tego rodzaju przy pomocy wielu badań z danego zakresu także nie jest satysfakcjonująca – odnajdywana w nich zgodność jest niewielka i dotyczy spraw dość oczywistych (Bowling, Eschleman i Wang, 2010).

Po trzecie, za niezupełnie jasną można uznać diagnostyczną wartość wskaźników jakości życia. Jeśli pomiar diagnostyczny ma dostarczać wartościowych informacji o jakości życia, to powinien on być „czuły” na wszystkie zmiany życiowe zachodzące u osób badanych. Jest to jednak niezgodne z psychometrycznym wymogiem, jakie stawiane są narzędziom diagnostycznym – rzetelności pomiaru. Określanie jakości życia przy użyciu narzędzi o dużej rzetelności sprzyja więc eliminowaniu w pomiarze tych właściwości życia ludzi, które nie są stabilne w czasie, ale mogą mieć szczególne znaczenie w ocenie dobrostanu, pomyślności życiowej lub uzyskiwanej z niego satysfakcji. W takiej sytuacji wiele interwencji społecznych ukierunkowanych na poprawę jakości życia może okazać się nieskuteczna (Walker i van der Maesen, 2004). Jeszcze trudniejszy problem wiąże się z ustaleniem trafności pomiaru wskaźnika analizowanej zmiennej. Wnioskowanie o jakości życia różnych grup albo jednostek zaliczonych do określonej kategorii społecznej, odbywa się na

podstawie zsumowanych wyników pojedynczych ludzi. Taki zabieg można uznać za dopuszczalny, gdy badana zbiorowość składa się z osób o podobnych ocenach jakości życia. Jeśli jednak oceny te są bardzo zróżnicowane, trudno uznać taki pomiar za trafny. Z pewnością wynik przeciętny dla badanej grupy nie może być jej właściwą charakterystyką. Jeśli już jakaś miara ilościowa jakości życia miałaby tutaj sens, to przede wszystkim należałoby się skupić na określeniu odchylenia standardowego tej zmiennej w badanej zbiorowości (Martin i Sugarman 2009). Nie muszę chyba dodawać, że przy dużym zróżnicowaniu jakości życia, każda forma interwencji może wywołać zupełnie inne efekty u poszczególnych członków społeczności.

Po czwarte – i jest to najciekawsza hipoteza jaką przyjmuję w prowadzonej analizie – może być i tak, że akceptowana w naukach społecznych wiedza dotycząca determinacji jakości życia ludzi jest nieadekwatna w stosunku do rzeczywistej sytuacji. Chodzi mi przede wszystkim o możliwości celowego kształtowania tej właściwości u ludzi. W naukach społecznych od dawna toczy się fundamentalny spór o to, w jakim stopniu życie jednostek jest warunkowane przez prawa życia społecznego, a w jakim stopniu życie społeczne podlega regulacji przez prawidłowości rządzące działaniem umysłów pojedynczych ludzi (Cohen, 1994; Eysenck, 1976; Schütz, 2008). Przyjęcie założenia, że prawa psychologiczne determinują nie tylko funkcjonowanie pojedynczych osób, ale też całość życia społecznego oznacza, że również uwarunkowań jakości życia jednostek a także życia zbiorowości ludzi należy poszukiwać w ludzkich umysłach. Co więcej, kształtowanie jakości życia powinno polegać przede wszystkim na modyfikowaniu procesów i stanów psychicznych. Ponieważ psychologia gromadzi wiedzę na ten temat, dlatego też jej przedstawiciele powinni być głównymi ekspertami w tym zakresie. Z kolei przyjęcie założenia, że przebieg życia jednostek i różnych społeczności podlega prawidłowościom socjologicznym oznacza, że to głównie socjologowie powinni być upoważnieni do wypowiadania się w sprawie jakości życia, a także oni powinni proponować odpowiednie interwencje w zakresie jej poprawy. Pierwsze stanowisko – nazywane indywidualizmem psychologicznym - zakłada, że całość (życie społeczne) można wyjaśniać i kształtować poprzez odwoływanie się do części. Drugie stanowisko – nazwane holizmem socjologicznym – przyjmuje z kolei, że to części pozwalają wyjaśniać i kształtować całość życia indywidualnego i społecznego (Margolis, 2000).

Ponieważ wskazany spór nie mógł doczekać się jednoznacznego rozstrzygnięcia, a jego stawka była wysoka – dotyczyła bowiem uprawnień psychologii i innych nauk społecznych do tworzenia wiarygodnej wiedzy naukowej – pojawiły się propozycje jego załagodzenia. Przykładowo Roman Ingarden (1988) proponował ograniczenie zakresu badań psychologicznych, nie deprecjonując ich jednak całkowicie, pisząc: „Psychologia jest nauką badającą zjawiska i podmioty psychiczne (...) jest przy tym uprawnioną w swojej własnej dziedzinie, ale zarazem

doniosłą i podstawową gałęzią wiedzy o rzeczywistości, gałęzią, której nie można ani wyeliminować, ani też do niczego innego „sprowadzić”. Dopiero tam, gdzie badania psychologiczne zaczynają przekraczać własną dziedzinę badania (...) kończy się granica uprawnień psychologii” (s. 55). Precyzując ten pogląd można powiedzieć, że Ingardenowi chodzi o to, aby psychologia nie zajmowała się takimi obiektami, które pozbawione są cechy psychiczności. Jest to zgodne ze stanowiskiem Edmunda Husserla (2017), który uznawał: „psychologizm za taki pogląd filozoficzny, którego istota polega na tym, że pewnym przedmiotom niepsychicznym przypisuje się cechę psychiczności” (s. 45). Oznacza to, że włączenie się człowieka w życie społeczne pozbawia go waloru psychiczności, a przynajmniej sprawia, że jego życie psychiczne przestaje być istotne w organizowaniu jego uczestnictwa w życiu społecznym. Oznacza to także, że naukowa wiedza psychologiczna jest nieprzydatna, jeśli chodzi o doskonalenie jakości życia w wymiarze ponadindywidualnym.

Przyjęcie takiego poglądu komplikuje jednak wszelkie badania nad jakością życia. Oznacza bowiem, że na poziomie społecznym dochodzi do konceptualizacji tego, czym jest życie, jak powinny je rozumieć jednostki i jak powinny je oceniać. W tej sytuacji należałoby uchylić tezę, jaką przedstawiłem w poprzednim paragrafie, głoszącą, że określanie jakości życia dowolnych zbiorowości ma u swojej podstawy pomiar indywidualnych ocen jakości życia członków tych zbiorowości. Zgodnie z ujęciem holistycznym, jakość życia jednostkowego jest prostą rekonstrukcją jakości życia społecznie uznawanej za wartościowe, przyjemne, dobre itd. Jednostka jako podmiot nie ma istotnego znaczenia w kształtowaniu swojego życia. Taki sposób neutralizowania sporu między indywidualizmem psychologicznym i holizmem socjologicznym tak naprawdę prowadzi do wykluczenia psychologii z nauk społecznych. Sprzyja lokowaniu jej bliżej nauk biologicznych, a w konsekwencji poszukiwaniu w działaniu mózgu czynników odpowiedzialnych za ocenę przebiegu własnego życia. Nie jest to rozwiązanie rozsądne, jeśli chodzi o dalszy rozwój psychologii jako równoprawnej nauki społecznej (Poter, Cantarero i Wood, 2012).

Co więc można zrobić, aby wiedza zgromadzona przez psychologię mogła być wykorzystana nie tylko do doskonalenia jakości życia pojedynczych osób, ale także poprawy życia dużych zbiorowości ludzkich? Ułatwieniem odpowiedzi na to pytanie są pojawiające się w ostatnich latach apele, aby zastąpić myślenie dychotomiczne, przeciwstawiające psychologizm (indywidualizm) holizmowi, myśleniem dymensjonalnym, nazywanym też konwergencyjnym (Grossman, 1986; Kruglanski, 1989; Margolis, 1987). Zgodnie z nim indywidualizm i holizm są tylko krańcami dymensji, która pozwala określić stopień w jakim jednostki mogą sprawować kontrolę nad własnym życiem i życiem społecznym oraz odwrotnie, czyli w jakim stopniu zorganizowane zbiorowości ludzi sprawują kontrolę nad sobą jako całością oraz są zdolne do kontrolowania życia poszczególnych ludzi (Witkowski,

2015). Oznacza to, że psychologia nie musi już akceptować holistycznych założeń, aby można przypisać jej atrybut przynależenia do nauk społecznych. Myślenie dymensionalne przyjmujące wzajemną determinację życia społecznego i jednostkowego (przy czym w różnych sytuacjach wielkość wpływu tych determinant jest większy lub mniejszy) tworzy zupełnie nowe perspektywy dla badań psychologicznych nad zjawiskami i procesami społecznymi.

Przykładem tego nowego podejścia badawczego może być propozycja demografów, którzy również zdają sobie sprawę z tego, że myślenie dychotomiczne ogranicza możliwości posługiwania się wiedzą naukową w doskonaleniu różnych praktyk społecznych. Zaproponowali oni koncepcję nazwaną modelem „makro – mikro – makro” (Van Bavel i Grow, 2017). Zgodnie z nim zjawiska społeczne traktowane są jako konsekwencje działań jednostek, a z kolei działania jednostek determinowane są w określony sposób przez makrostrukturalne procesy społeczne. Wzajemne wpływy tych dwóch porządków organizacji życia jednostkowego i zbiorowego są możliwe dzięki interakcjom ludzi, które umożliwiają synchronizację działania w czasie historycznym. Graficznie istotę tego modelu przedstawia Rycina 1.

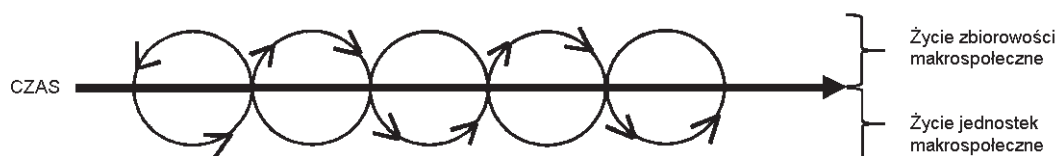
Rycina 1 powinna być uzupełniona dwoma uwagami. Pierwsza z nich odnosi się do tego, że wyjaśnienia strukturalno-społeczne (górne półkole) muszą odwoływać się do zjawisk i procesów psychicznych konkretnych ludzi, realizujących w czasie swoją drogę życiową. Jednocześnie wyjaśnianie jednostkowo-psychologiczne (dolne półkule) muszą uwzględniać prawidłowości życia społecznego. W obu przypadkach trzeba uwzględnić ogniwo pośredniczące (łącznik) w postaci interakcji międzyludzkich. Dzięki nim może dojść do ujednoczenia życia jednostek, ale też poprzez te interakcje, tworzona jest zupełnie nowa wiedza o życiu jednostek i społeczeństw. Przy czym należy pamiętać, że w zbiorowościach heterogennych (o różnych doświadczeniach jej członków) interakcje te powinny być bardziej intensywne, niż w zbiorowościach homogenicznych, czyli takich w których członkowie mają zbliżone doświadczenia życiowe (Martin i Sugarman, 2009). Druga uwaga ma charakter techniczny i dotyczy braku zaznaczenia na rycinie (z uwagi na utrzymanie jego przejrzystości) tychże interakcji międzyludzkich.

Odnosząc powyższy model do problematyki jakości życia należy zauważyć, że nie można w tym przypadku utrzymać – dotąd dość powszechnie przyjmowanego w psychologii – założenia o tym, że wiedza na temat jakości własnego życia jednostek jest rezultatem gromadzonych doświadczeń w trakcie działania w określonym środowisku. Nie można też przyjąć założenia uznawanego przez socjologów, że upowszechniona wiedza społeczna na temat otaczającego świata przejmowana jest przez jednostki i na tej podstawie formują one indywidualne oceny życia. Jeśli więc odzegnujemy się od redukcjonowania jakości życia do prostej właściwości albo stanu psychicznego jednostki, ale też nie chcę separować od siebie życia jednostkowego od życia społecznego, pojawiają się dwa pytania: jak można zlikwidować ten brak w rozumieniu jakości życia? oraz czy ewentualna nowa propozycja ujmowania tego zagadnienia może przyczynić się do lepszego wykorzystania wiedzy tworzonej przez nauki społeczne do doskonalenia życia jednostek i zbiorowości ludzkich?

WYOBRAŻENIOWE WZBOGACANIE LUDZKIEGO ŻYCIA – NOWE ROZWIĄZANIE ODNOŚNIE BADANIA I KSZTAŁTOWANIA JAKOŚCI ŻYCIA

Aby dojść do nowego ujęcia jakości życia, takiego mianowicie, że wiedza na jej temat ma służyć nie tylko ocenie życia, ale też może być podstawą dla doskonalenia ludzkiej egzystencji, warto uwypuklić kilka spraw, jakie wynikają z wcześniejszej analizy problemu.

- A. Zarówno do utrzymania się przy życiu, a także do jego doskonalenia, niezbędne jest podejmowanie takich działań, które opierają się na wiarygodnej wiedzy o życiu własnym i życiu innych ludzi. W przypadku braku wystarczającej wiedzy, życie przebiega na niższym poziomie w stosunku do tego, jak mogłoby ono wyglądać przy posiadaniu wiedzy pełnej.
- B. Wiedzę życiową pozyskujemy z trzech wymiarów naszej egzystencji: biologicznej, psychologicznej i społecznej. Jej źródłem są osobiste doświadczenia ludzi zdobywane w trakcie życia jednostkowego oraz utrwalone w kulturze wspólne doświadczenia

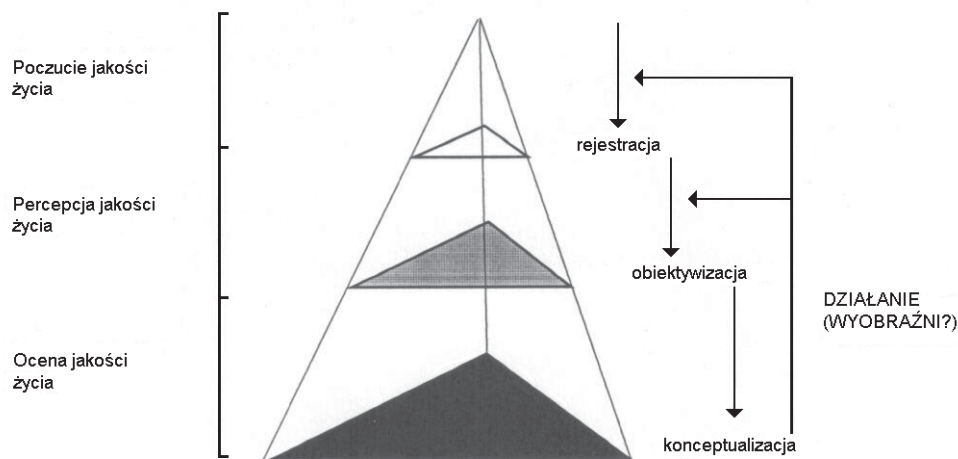


Ryc. 1. Model „makro – mikro – makro”

ludzi żyjących w danym środowisku. Szczególnie istotnym składnikiem wiedzy kulturowej jest wiedza naukowa oparta na racjonalnych podstawach.

- C. Wyróżnione rodzaje wiedzy (biologiczna, psychologiczna i kulturowa) mają charakter rozproszony. Dzięki świadomości osobistej jest ona ze sobą konsolidowana poprzez trzy procesy poznawcze. Pierwszy z nich polega na bezpośrednim rejestrowaniu zmian, jakie zachodzą w organizmie w trakcie jego funkcjonowania (np. poczucie zmęczenia). Drugi proces polega na wyodrębnianiu istotnych dla osobistego życia obiektów w otoczeniu i określanie związków między nimi (obiektywizacja osobistego doświadczenia w postaci określonych przekonań). Trzeci proces polega na przyswajaniu w procesie uczenia się wiedzy kulturowej (przejęcie gotowych i spójnych poglądów na temat rzeczywistość – szczególnie koncepcji naukowych).
- D. Uświadamiana indywidualnie jakość życia może być rozumiana jako stopniowo doskonaląca się w procesie konsolidacji suma wiedzy o własnym

ustalenie przyczyn). Wiedza o naszym życiu biologicznym zjawia się niejako znikąd, w postaci określonego nastroju lub samopoczucia – wiemy, że czujemy się dobrze albo źle, ale nie wiemy, dlaczego czujemy się tak a nie inaczej. Percepcja jakości życia jest znacznie dokładniejsza. Można powiedzieć, że odczuwany stan wewnętrzny (subiektywny) podlega obiektywizacji, czyli jesteśmy w stanie ustalić jego źródła w świecie zewnętrznym, we wnętrzu organizmu albo w umyśle. Wreszcie ocena życia jest rezultatem refleksyjnego porównania własnego życia z życiem innych ludzi w oparciu o wyróżnione społecznie kryteria. Wiedza społeczna pozwala nam na konceptualizację, czyli przekształcenie doświadczeń pocuciowych i percepcyjnych w zbiór mniej lub bardziej spójnych poglądów na temat przebiegu własnego życia jako unikalnej i niepowtarzalnej replikacji jednostkowego życia w odniesieniu do życia innych ludzi. Wyróżnione poziomy uświadamiania sobie jakości życia przedstawiam graficznie na Rycinie 2.



Ryc. 2. Poziomy uświadamiania jakości życia

życiu – wcześniej rozproszonej – wzajemnie uzależnionej od siebie. Stany organizmu przynajmniej częściowo zależą od warunków zewnętrznych ale też od stanów psychicznych jednostki. Podobnie zewnętrzne otoczenie społeczne także uzależnione jest od zdrowia somatycznego ludzi i ich stanów psychicznych. Wreszcie stany psychiczne są zderminowane przez stany biologiczne organizmu a także przez warunki zewnętrzne.

- E. Poczucie jakości życia jest bezpośrednim odczuwaniem stanu w jakim znajduje się organizm, przy czym na poziomie świadomości jest niemożliwe bliższe określenie tego stanu (przede wszystkim

Komentując powyższą rycinę chciałbym zaznaczyć, że trzy ramiona ostrosłupa obrazują omówione wcześniej wymiary życia: biologiczny, psychologiczny i społeczny. Odpowiada on w pełni przedstawionemu wcześniej dymensjonalnemu modelowi „makro-mikro-makro”, gdyż uwzględnia oddziaływania na siebie społecznego wymiaru życia (konceptualizacja) i wymiaru psychologicznego (obiektywizacja). Dodatkowo uwzględniłem na rycinie także biologiczny wymiar życia (rejestracja).

Nie zawsze jednak proces konsolidacji wiedzy o własnym życiu przebiega tak, jak to przedstawia Rycina 2. Często może dochodzić do sytuacji w której zasoby wiedzy odnoszące się do jednego wymiaru życia, niejako

wchłaniają dwa pozostałe rodzaje wiedzy. Przykładowo w przypadku nabycia niepełnosprawności możemy skupić się wyłącznie na naszym organizmie. Tym samym poczucie jakości życia wchłonie całkowicie jego percepcję (nie będziemy zainteresowani światem zewnętrznym), a także ocenę siebie jako osoby zaangażowanej w życie społeczne (MacDuffie i Strauman 2017). Pochłanianie przez jeden wymiar życia dwóch pozostałych może pojawić się w wielu sytuacjach: gdy jesteśmy nadmiernie skoncentrowani na własnej karierze zawodowej, gdy pojawi się sytuacja całkowicie nowa albo gdy – ze względu na wysoką religijność – zajmujemy się wyłącznie dążeniem do uzyskania zbawienia po śmierci.

Wystąpienie niezgodności między wiedzą osobistą, opartą na indywidualnym doświadczeniu życiowym a wiedzą kulturową (w tym także wiedzą naukową) jest najpowszechniejszym utrudnieniem w konsolidowaniu rozproszonej wiedzy o życiu. Z tego rodzaju dysonansem poznawczym mamy do czynienia przeważnie wtedy, gdy upowszechniana w środkach masowej komunikacji wiedza kulturowo-społeczna zawiera zupełnie inne informacje w stosunku do tych, jakie zdobyliśmy w oparciu o osobiste doświadczenie życiowe. Można przypuszczać, że nie wszyscy jesteśmy w podobnym stopniu narażeni na wejście w stan niepewności z powodu takiego konfliktu. Z pewnością ludzie młodzi będą go odczuwali rzadziej, ze względu na mniejsze zasoby indywidualnego doświadczenia. Myślę też, że ludzie z wyższym wykształceniem, bardziej podatni na wpływy wiedzy naukowej, także nie będą mieli poważniejszych problemów z rozstrzygnięciem, jaki rodzaj wiedzy należy odrzucić, gdy wystąpi między nimi sprzeczność. Nie mniej jeśli ona wystąpi, to jakość życia musi obniżyć się w wyniku odczuwanego dysonansu poznawczego. Pozyskiwanie nowych informacji, które mogłyby usunąć wskazaną rozbieżność i wynikającą z niej niepewność jest naturalnym sposobem zaradzenia tej niekorzystnej sytuacji. Jeśli to nie pomaga, zawsze można odwołać się do wyobraźni.

Badania psychologiczne i socjologiczne poświęcone jakości życia nie uwzględniają w zasadzie tego zagadnienia. Powodem tego zaniedbania, może być uproszczony sposób rozpatrywania wyobraźni, narzucony przez psychologię kognitywną. Jeśli uznamy ją, zgodnie z dominującym poglądem za „prześciową percepcyjną reprezentację, która istnieje w pamięci krótkotrwałej” (Kosslyn i Thompson, 2000), to trudno doszukiwać się jakichś związków tego pojęcia z jakością życia. Z kolei, jeśli będziemy ją określać psychoanalitycznie, jako projektowanie własnej nieświadomości na obiektywnie istniejące osoby i relacje między nimi (Jung, 1997), to odrzucanie może też niejasność takiego definiowania wyobraźni. Uproszczenia definicyjne robione po to, aby móc badać eksperymentalnie procesy wyobraźni albo wykorzystywać je w psychoterapii, doprowadziły do wyalienowania tej problematyki z obszaru badań jakości życia.

Warto jednak zauważyć, że w ostatnich latach zainteresowanie wyobraźnią w naukach społecznych wyraźnie wzrasta (Łukasik, 2008). Przypomniano sobie starą kon-

cepcję Lwa Wygotsky'ego (2004), który wyraźnie odróżnił wyobraźnię odtwórczą (reprodukcyjną) od wyobraźni twórczej (kombinatorycznej). O ile pierwsza z nich odpowiada temu, co interesuje psychologów kognitywnych, to druga pozwala na ciekawe połączenie ze sobą indywidualnego życia psychicznego z życiem społeczno-kulturowym. Tak więc dla prowadzonej tu analizy istotniejszy jest drugi jej rodzaj nazwany wyobraźnią kombinatoryczną albo twórczą. Polega ona na rozkładaniu zinternalizowanej wiedzy społeczno-kulturowej na składniki elementarne (tzw. kompleksy obrazowe albo pojęciowe), a następnie tworzeniu z nich zupełnie nowych kompleksów wyobraźniowych, umożliwiających nadanie wyobrażanej rzeczywistości zupełnie nowych właściwości. W procesie powstawania twórczych wyobrażeń istotne są emocje. Dzięki nim nowa synteza naszych doświadczeń w wyobraźni uzyskuje oryginalność – często zaskakuje nas swoim rezultatem. Wyobraźnia twórcza pojawia się zazwyczaj w sytuacji braku adaptacji do otoczenia. To wymagania środowiska wymuszają na nas poszukiwanie nowych rozwiązań adaptacyjnych, w czym pomocna jest wyobraźnia. Najbardziej ogólne wytwory wyobraźni to scalone na nowo w jedną całość obrazy albo przekonania na temat świata. Jej wytwory uzależnione są od zakresu doświadczenia, jaki jest wykorzystany w ich tworzeniu, ale ich treść jest uwarunkowana czynnikami historycznymi (lokalizacją w czasie) i czynnikami społeczno-kulturowymi. Wyobraźnia jest zawsze indywidualna, ale zawiera w sobie tzw. współczynnik historyczno-społeczny (Pyyhtinen, 2016). Jest ona mediatorem pośredniczącym między realnym światem a podmiotem. Wreszcie interakcje z innymi ludźmi umożliwiają dzielenie się efektami pracy własnej wyobraźni i włączaniem jej w obszar wiedzy społeczno-kulturowej (Pelaprat i Cole, 2011).

Bez trudu można zauważyć, że przedstawiona bardzo skrótowo koncepcja wyobraźni twórczej Wygotsky'ego, znakomicie wpisuje się i ukonkretnia omówiony wcześniej model „makro-mikro-makro”, który umożliwia łączenie ze sobą życia jednostkowo-psychologicznego z życiem społecznym. Nie może więc dziwić fakt, że wielu psychologów społecznych nawiązuje do jego poglądów w tej sprawie (Smagorinsky, 2011). Podkreślają oni, że wyobraźnia umożliwia wykorzystanie posiadanych informacji (zachowanych w pamięci) i na ich podstawie tworzy wizje przyszłego życia (Baumann, 1975). Jej wytwory mogą stymulować i ukierunkowywać ludzi w ich twórczej pracy: działaczy społecznych do poprawiania losu ludzi pokrzywdzonych przez los, osoby religijne do życia moralnego ze względu na posiadane wyobrażenia nieba i piekła, naukowców do formułowania oryginalnych hipotez badawczych, artystów do utrwalania doświadczeń życiowych w postaci plastycznej, literackiej, muzycznej. Jak piszą Tania Zittoun i Frédéric Cerchia (2013), wyobraźnia pozwala wziąć nasze realne życie w nawias i udać się w podróż psychologiczną samotnie i intymnie. Oznacza to, że do naszych wyobrażeń nikt nie ma dostępu, znajdują się one niejako poza kontrolą społeczną. A dzięki temu jesteśmy całkowicie wolni i swobodni w tworzeniu osobistego

życia psychicznego. Uważa się, że dzięki niej jest możliwe przewyciężanie rutyny (czasem nudy) życia w realnym świecie (Valsiner, 2016). Wtedy mamy do czynienia ze swoistą ucieczką od realnego świata. Trzeba też wspomnieć, że pobudza ona emocje, co może mobilizować nas do urzeczywistniania pożądaných, wyobraźniowych przedstawień własnej egzystencji w codziennym życiu (Johnson, 1991). Mówiąc ogólnie, wyobraźnia jest formą indywidualnego przedstawiania sobie świata, życia, zdarzeń i sytuacji, jakie mogłyby w nim zaistnieć, a które w rzeczywistości nie istnieją aktualnie ani też nie zaistniały w przeszłości bez jej udziału (Lusebring, 1991).

Wyobraźnia – jak wynika z dotychczasowej analizy – może pełnić ważną rolę w kształtowaniu jakości życia. Jak wynika z badań Erica Klingera (1980) wypełnia ona – przynajmniej wśród studentów amerykańskich – około 20% czasu aktywności umysłowej. Przy czym większość tego czasu poświęcana jest wyobrażaniu sobie własnej przyszłości. Jej funkcja polega nie tylko na urozmaiceniu naszej egzystencji, ubarwianiu przeżyć tworzonych w realnym świecie. To także jest ważne, gdyż jak „deska ratunkowa” pozwala nam chronić się w naszym wewnętrznym świecie, gdy świat zewnętrzny uznajemy za niedobry (niesprawiedliwy, niemoralny, niepewny, zawodny w zaspokajaniu naszych potrzeb). Jednak chodzi mi przede wszystkim o to, że mając do dyspozycji bogactwo wytworów wyobraźni, możemy przygotować się do twórczego doskonalenia naszego życia w przyszłości, zmniejszamy tym samym poczucie bezradności wobec problemów, jakie nas otaczają w środowisku społecznym rozpatrywanym w skali makro i mikro. Jak widać, udział wyobraźni w kształtowaniu jakości życia nie można sprowadzić wyłącznie do likwidowania niespójności między poszczególnymi rodzajami wiedzy, jaką ludzie posługują się w działaniu. Na podstawie analizy literatury można wyróżnić także inne jej funkcje, ważne w doskonaleniu ludzkiego życia:

- funkcję ochronną: wyobraźnia pozwala nam chronić się w naszym wewnętrznym świecie, gdy świat zewnętrzny uznajemy za niedobry (niesprawiedliwy, niemoralny, niepewny, zawodny w zaspokajaniu naszych potrzeb);
- funkcję estetyczną: wyobraźnia urozmaica naszą egzystencję, ubarwia przeżycia jakie tworzymy w trakcie kontaktu z realnym światem, przeciwdziała nudzie i monotonii życia, uzupełnia je o możliwość życia alternatywnego, jakościowo piękniejszego;
- funkcję proaktywną: wytwory wyobraźni pozwalają przygotować się do twórczego doskonalenia naszego życia w przyszłości – zmniejszamy także poczucie bezradności wobec problemów, jakich doświadczamy w skali makro- i mikrospołecznej;
- funkcję integracyjną: wyobraźnia umożliwia wyzwolenie z „bycia mieszkańcem masowej wyobraźni”, uzyskujemy lepszy wgląd w siebie, a tym samym możemy ujawniać się innym w sposób bardziej autentyczny.

Oddziaływanie wyobraźni na nasze życie nie jest tylko pozytywne. Niekiedy jej wpływ może być też destrukcyjny. Ciągłe powracanie w wyobraźni do rzeczywistych trudności życiowych (np. doświadczanej choroby), może przedłużać stan depresji albo złości. Być może pojawienie się negatywnych wyobrażeń jest człowiekowi potrzebne. Dzięki nim następuje czasowe zawieszenie naszego uczestnictwa w życiu zewnętrznym, aby mieć czas na przekonanie naszej wiedzy dotyczącej dalszego działania w otaczającym świecie. Z badań wynika jednak, że jeśli nawet pojawiają się negatywne wspomnienia, to ich przebieg jest szybszy w porównaniu z wyobrażeniami przyjemnymi. Poza tym doświadczamy ich rzadziej (Lang, 1977). W każdym razie bez udziału wyobraźni trudno jest skłonić ludzi do działań ukierunkowanych na likwidowanie różnego rodzaju poważnych zagrożeń społecznych. Bez udziału wyobraźni nawet dobrze uzasadnione naukowo informacje o problemach globalnych (światowym ociepleniu, dużych migracjach ludności, zanieczyszczeniach powietrza smogiem) nie spowodują wzrostu indywidualnej odpowiedzialności za wymienione konsekwencje globalizującego się świata. Dopiero gdy dojdzie do konsolidacji tej wiedzy z osobistym doświadczeniem życiowym, odległy problem społeczny przekształca się w naszej wyobraźni w czynnik, który uznajemy za ważny dla jakości naszego życia. Wyobraźnia może też pomóc w opracowaniu projektów skutecznego przeciwstawienia się istniejącym zagrożeniom (Kozakai, 2014).

Kończąc tę analizę, chciałbym wysunąć kilka wniosków. Po pierwsze wykazałem, że upowszechnione w naukach społecznych badania nad jakością życia umożliwiają rejestrowanie w obiektywny sposób stopnia zadowolenia ludzi z własnej egzystencji, jednak te informacje nie są wystarczające do racjonalnego doskonalenia życia jednostek i całych społeczności. Po drugie, kształtowanie jakości życia odwołujące się do istniejącej obecnie wiedzy naukowej należy uznać za niewystarczające. Niezbędne jest prowadzenie intensywnych badań nad związkiem między procesami wyobraźniowymi a doświadczaną jakością życia. Po trzecie, zajmowanie się wyobraźnią nie jest z pewnością domeną psychologii. Znacznie więcej ustaleń na temat wyobraźni społecznej posiada socjologia. Jednak bez zaangażowania psychologów w lepsze poznanie działania wyobraźni prywatnej, jednostkowej i wyobraźni zbiorowej nie uda się zrealizować marzenia, które ciągle jest zagnieżdżone w umysłach przedstawicieli nauk społecznych – wykorzystania nauki do doskonalenia jakości życia ludzi. Po czwarte, mówi się ciągle, że w wieku globalizacji wszyscy staliśmy się mieszkańcami masowej wyobraźni. Tak jest w istocie. Problem polega jednak na tym, że obecnie ta masowa wyobraźnia nie jest nasza, a tym samym bardziej może ona szkodzić naszej jakości życia niż ją doskonalic. Chronić ludzką podmiotowość można nie tylko poprzez pracę z jednostkami, które narażone są na jej utratę, ale też poprzez większe zaangażowanie psychologów w odpowiednie kształtowa-

nie życia społecznego. Po piąte, po napisaniu tego tekstu zdają sobie sprawę z jego niedoskonałości a także propagowania w nim – być może – pewnej utopijnej idei: uczynienia z psychologii nauki społecznej ponad miarę jej możliwości. Usprawiedliwienia dla siebie szukałbym w wymianie kilku zdań między Zygmuntem Freudem i odwiedzającym go w Wiedniu filozofem i praktykującym joginem Suramą Daguptą. Fragment tej rozmowy wyglądał następująco: Dagupta: „Doktorze Freud, podkreśla Pan wielokrotnie, że człowiek jest ofiarą własnej nieświadomości. W Indiach od wieków wiadomo – wykazali to jogini – że przy odpowiednim wysiłku świadomości, człowiek może zapanować i przekształcić swoją nieświadomość”. Freud: „Szanowny Panie, to jest niemożliwe”. Dagupta: „Czy Pan kiedyś tego próbował? **Będąc naukowcem, nie można powiedzieć, że coś jest niemożliwe, jeśli wcześniej nie spróbowało się tego wykonać**” (dziękuję dr Krzysztofowi Stecowi za powyższą informację, pogrubienie czcionki – S.K.).

LITERATURA

- Abdel-Hadi, A. (2012). Culture, quality of life, globalization and beyond. *Procedia. Social and Behavioral Sciences*, 50, 11-19
- Barofsky, I. (2012). *Quality. Its definition and measurement as applied to the medically ill*. New York: Springer
- Baumann, B. (1975). *Imaginative participation. The career of an organizing concept in a multidisciplinary context*. Dordrecht: Springer
- Bowling, N.A., Eschleman, K.J., Wang, Q. (2010). A meta-analytic examination of the relationship between job satisfaction and subjective well-being. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 83, 915-934
- Böhme, G., Stehr, N. (1986). *The knowledge society*. Dordrecht: Reidel Publishing Company.
- Bunge, M. (1975). What is quality of life indicator? *Social Indicators Research*, 2, 65-79.
- Cavallo, R. (1979). *The role of systems methodology in social science research*. Boston: Kluwer.
- Cohen, B. (1994). An analysis of interaction between the natural sciences and the social sciences. W: B. Cohen (red.), *The natural sciences and the social sciences* (s. 1-100). Boston: Springer.
- Efklides, A., Moraitou, D. (red.). (2013). *A positive psychology perspective on quality of life*. Dordrecht: Springer.
- Eysenck, H.J. (1976). Psychology as a bio-social science. W: H.J. Eysenck (red.), *A textbook of human psychology* (s. 3-14). London.
- Galloway, S. (2005). Cultural participation and individual quality of life. A review of research findings. *Applied Research in Quality of Life*, 1, 323-342.
- Gergen, K.J., Basseches, M. (2014). Practices of psychological inquiry. The global challenge. W: E. Mustakova-Posardt, M. Lyubansky, M. Basseches, J. Oxenberg (red.), *Toward a socially responsible psychology for a global era* (s. 47-64). New York: Springer.
- Grossmann, K. (1986). From idiographic approaches to nomothetic hypotheses. Stern, Allport, and the biology of knowledge, exemplified by an exploration of sibling relationships. W: J. Valsiner (red.), *The individual subject and scientific psychology* (s. 37-70). New York: Springer.
- Hershenov, D. (2005). Do dead bodies pose a problem for biological approaches to personal identity? *Mind*, 114, 31-59.
- Husserl, E. (2017). *Kryzys nauk europejskich I fenomenologia transcendentalna*. Kraków: Wydawnictwo Vis-à-vis.
- Ingarden, R. (1988). *O dziele literackim. Badania z pogranicza ontologii, teorii języka i filozofii literatury*. Warszawa: PWN.
- Johnson, M.K. (1991). Reflection, reality monitoring, and the self. W: R.G. Kunzendorf (red.), *Mental imagery* (s. 3-17). New York: Springer.
- Jung, C.G. (1997). *Typy psychologiczne*. Warszawa: Wydawnictwo Wrota.
- Kajanoja, J. (2002). Theoretical base for the measurement of quality of life. W: E. Gullone, R.A. Cummins (red.), *The universality of subjective wellbeing indicators* (s. 63-80). Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.
- Klinger, E. (1980). Therapy and the flow of thought. W: J.E. Shorr, G.E. Sobel, P. Rabin, J.C. Connella (red.), *Imagery. Its many dimensions and applications* (s. 3-20). New York: Springer.
- Kosslyn, S.M., Thompson, W.L. (2000). Shared mechanisms in visual imagery and visual perception. Insights from cognitive science. W: M.S. Gazzaniga (red.), *The cognitive neurosciences* (s. 975-985). Cambridge: MIT Press.
- Kowalik, S. (2015). *Uśpione społeczeństwo. Szkice z psychologii globalizacji*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie SEDNO.
- Kozakai, T. (2008). Moral responsibility and social fiction. W: T. Sugiman, K.J. Gergen, W. Wagner, Y. Yamada (red.), *Meaning in action. Construction, narratives and representations* (s. 1-22). Hong Kong: Springer.
- Kruglanski, A.W. (1989). *Lay epistemic and human knowledge. Cognitive and motivational bases*. New York: Springer.
- Lang, P.J. (1977). Imagery in therapy. An information processing analysis of fear. *Behavior Therapy*, 10, 862-886.
- Lusebring, V.B. (1991). Levels of imagery and visual expression. W: R.G. Kunzendorf (red.), *Mental imagery* (s. 35-44). New York: Springer.
- Łukasik, A. (2008). *Filogeneza i adaptacyjne funkcje ludzkiej wyobraźni*. Rzeszów: Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego.
- MacDuffie, K., Strauman, T.J. (2017). Understanding our own biology. The relevance of auto-biological attributions for mental health. *Clinical Psychology. Science and Practice*, 24, 50-68.
- Margolis, J. (2000). Knowledge in the humanities and social sciences. W: I. Niiniluoto, M. Sintonen, J. Woleński (red.), *Knowledge in the humanities and social sciences* (s. 647-672). New York: Springer.
- Margolis, J. (1987). Wittgenstein's "form of life". A cultural template for psychology. W: M. Chapman, R.A. Dixon (red.), *Meaning and the growth of understanding* (129-150). Berlin: Springer.
- Martin, J., Sugarman, J. (2009). Does interpretation in psychology differ from interpretation in natural science? *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 39, 19-37.
- Mazur, L.B., Watzlawik, M. (2016). Debates about the scientific status of psychology. Looking at the bright side. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 50, 555-567

- Mills, C.W. (2007). *Wyobraźnia socjologiczna*. Warszawa: PWN.
- Olsson, M., Schuller, B.J. (2012). Living standard, quality of life, globalization and competitiveness in the EU and the neighbour countries – an empirical analysis. *Acta Oeconomica*, 11, 5-21.
- Palmer, D.K. (2004). On the organism-environment distinction in psychology. *Behavior and Philosophy*, 32, 317-347.
- Pelaprat, E., Cole, M. (2011). "Minding the gap". Imagination, creativity and human cognition. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 45, 397-418.
- Poter, J., Cantarero, R., Wood, H. (2012). The multi-dimensional nature of predicting quality of life. *Procedia. Social and Behavioral Sciences*, 50, 781-790.
- Pyyhtinen, O. (2016). *More – than – human sociology. A new sociological imagination*. New York: Palgrave MacMillan.
- Rekel, H. (2004). Scientists as expert advisors. Science cultures versus national cultures? W: E. Kurz-Milcke, G. Gigerenzer (red.), *Experts in science and society* (s. 3-25). New York: Kluwer Academic Publishers.
- Robert, J.S. (2008). The comparative biology of human nature. *Philosophical Psychology*, 21, 425-436.
- Ruiz-Mirazo, K., Pereto, J., Moreno, A. (2004). A universal definition of life. Autonomy and open-ended evolution. *Origins of Life and Evolution of the Biosphere*, 34, 323-346.
- Sandøe, P. (1999). Quality of life – three competing views. *Ethical Theory and Moral Practice*, 2, 11-23.
- Schütz, A. (2008). *O wielości światów*. Kraków: Zakład Wydawniczy NOMOS.
- Sirgy, M.J. (2002). *The psychology of quality of life*. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.
- Smagorinsky, P. (2011). Vygotsky's stage theory. The psychology of art and the actor under the direction of Perzhivanie. *Mind, Culture, and Activity*, 18, 319-341.
- Smuts, A. (2013). The good cause account of the meaning of life. *Southern Journal of Philosophy*, 51, 536-562.
- Valsiner, J. (2016). A semiotic approach to creativity. Resources for re-contextualization. W: V.P. Glaveanu (red.), *The Palgrave handbook of creativity and cultural research* (s. 189-204). London: Springer.
- Van Bavel, J., Grow, A. (2017). Introduction. Agent-based modelling as a tool to advance evolutionary population theory. W: A. Grow, J. Van Bavel (red.), *Agent-based modelling in population studies* (s. 3-27). Switzerland: Springer.
- Vane-Wright, R.I. (2014). What is life? And what might be said of the role of behaviour in the evolution? *Biological Journal of the Linnean Society*, 112, 219-241.
- Walker, A., van der Maesen, L. (2004). Social quality and quality of life. W: W. Glatzer, S. von Below, M. Stoffregen (red.), *Challenges for quality of life in contemporary world* (s. 13-31). Dordrecht: Kluwer Academic Publishers.
- Vygotsky, L.S. (2004). Imagination and creativity in childhood. *Journal of Russian and East European Psychology*, 42, 7-97.
- Witkowski, L. (2015). *Versus. O dwoistości strukturalnej faz rozwoju w ekologii cyklu życia psychodynamicznego modelu Erika H. Eriksona*. Kraków: Impuls.
- Zittou, T., Cerchia, F. (2013). Imagination as expansion of experience. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 47, 305-324.

