

Recenzje

Zbigniew Tarkowski

PSYCHOSOMATYKA JĄKANIA. DLACZEGO OSOBY JĄKAJĄCE SIĘ
MÓWIĄ PŁYNNIE.

Lublin: Wydawnictwo Fundacji Orator; stron 224

Zbigniew Tarkowski jest jednym z najwybitniejszych polskich patologów mowy. Od wielu lat w swojej pracy naukowej i działalności praktycznej zajmuje się jąkaniem. Książka „Psychosomatyka jąkania” jest kolejną publikacją autora, wyjaśniającą i przybliżającą czytelnikowi tę problematykę. Tym razem autor podchodzi do zagadnienia w sposób całkowicie nowatorski. Rozważa jąkanie jako jedno z zaburzeń psychosomatycznych, udowadniając, że nie można sprowadzić go jedynie do nie płynności mówienia. Próbuje też odpowiedzieć na bardzo intrygujące pytanie, dlaczego osoby jąkające się mówią płynnie. Stawia w tym celu cztery hipotezy. Pierwsza z hipotez zakłada, że osoby jąkające się przeważnie mówią płynnie, dlatego że momentami są nie płynne. W tym przypadku nie płynność pozwala rozładować nadmierne napięcie mięśniowe będące przyczyną jąkania. Następne hipotezy zakładają, że jąkający się mówią płynnie w momencie rozładowywania emocji oraz wtedy, gdy nie kontrolują się nadmiernie. Ostatnia hipoteza próbuje wyjaśnić okresową nie płynność mówienia dysfunkcjami autonomicznego układu nerwowego, a nie jak dotychczas uszkodzeniami centralnego układu nerwowego.

Zamiast wstępu znajdziemy w książce wywiad z osobą jąkającą się, która w sposób świadomy i pogłębiony analizuje swoje problemy z płynnym mówieniem. Ujawnia w ten sposób stosunek do siebie, własnych zaburzeń i możliwości ich leczenia.

W rozdziale pierwszym autor przedstawia jąkanie na tle innych chorób i w kontekście zaburzeń charakterystycznych dla psychosomatyki. Umieszcza jąkanie w różnych koncepcjach psychosomatycznych, w tym, w moim zdaniem najciekawszej psychoanalitycznej.

Drugi rozdział książki jest przedstawieniem badań własnych, których celem było ustalenie, czy i w jakim stopniu można uznać jąkanie za zaburzenie psychosomatyczne. W tym celu autor posłużył się skonstruowanym przez siebie wywiadem psychosomatycznym. Badając bardzo dużą liczbę, ponad 500 osób jąkających się, stwierdził, że jąkaniu towarzyszy wiele współruchów, objawów somatycznych i neurovegetatywnych. Analiza piśmiennictwa światowego i krajowego dotyczącego problematyki jąkania pokazuje, że dotychczasowe badania osób jąkających się prowadzone były na małych populacjach.

W rozdziale trzecim autor dowodzi, że wiele problemów osób jąkających się może być związane z nieprawidłowymi wyobrażeniami i postawami czy wręcz uprzedzeniami wobec nich.

Autor książki w czwartym jej rozdziale w oparciu o przedstawioną wiedzę teoretyczną i badania własne formułuje podstawowe zasady diagnostyki i terapii osób jąkających się.

Konstrukcja książki i sposób przedstawienia w niej treści sprawia, że można ją polecić wszystkim osobom zainteresowanym problematyką jąkania. Polecam ją zarówno fachowcom zajmującym się jąkaniem (lekarzom, logopedom, pedagogom, psychologom), jak również osobom jąkającym się i ich rodzinom.

Ogromną wartością tej książki jest jej przystępność. Napisana jest bowiem bardzo interesująco, czyta się ją łatwo i z dużym zainteresowaniem.

Ewa Humeniuk

Leo F. Buscaglia

MIŁOŚĆ. O SZTUCE OKAZYWANIA UCZUĆ.

Przekład: Ewa Wojtych. Gdańsk: GWP; stron 207.

„Miłość jest procesem budowania na podstawach, które tkwią w każdym z nas” (s. 98). Ten cytat z omawianej książki Leo Buscaglii zdaje się drogowskazem w odkrywaniu kolejnych etapów świata emocji. Książka ta wywodzi się bowiem z refleksji, rozważań i przemyśleń autora, zdobytych w toku własnych, bogatych doświadczeń, a dotyczących pojęcia i roli miłości we współczesnym świecie. Stanowi zestaw podpowiedzi i motywów przewodnich, jak odnaleźć miłość, gdzie i czy w ogóle można jej szukać, jak ją okazywać, dzielić się nią, by obdarowany człowiek nie poczuł tylko ciężaru różnorodnych wymagań i oczekiwań, ale doświadczył poczucia wolności i możliwości wyboru.

Leo Buscaglia, wykładowca na Wydziale Pedagogicznym University of Southern California, od lat, jako autor wielu książek, wykładów, odczytów, spotkań, prezentuje tematykę dotyczącą przestrzeni uczuć, wartości na tle przemian, jakim nieustannie podlega świat, a wraz z nim człowiek, podejmujący próby odnalezienia w nim swojego miejsca.

Pozycja ta, jak podkreśla autor, ma wielu twórców. Powstała bowiem jako podsumowanie przemyśleń studentów uczestniczących w zajęciach profesora Buscaglii o intrygującym tytule: „Lekcje miłości”. Efekty tych zajęć profesor pozwala odkryć też nam. Książka ta jest swego rodzaju wstępem do rozpoczęcia własnych doświadczeń w obszarze odkrywania, próbowania i dzielenia się miłością. Już w podtytule uwaga nakierowana jest na określenie: sztuka okazywania uczuć. Idąc za wyjaśnieniem Władysława Kopalińskiego sztuka okazuje się pewnego rodzaju umiejętnością, biegłością, kunsztem, talentem, a wręcz mistrzostwem. Potrzeba doświadczenia tego kunsztu ukryta jest i w nas, pozwalając na odkrywanie doznań płynących z uświadamiania sobie bogactwa i nieograniczonej przestrzeni naszych uczuć, pragnień, wyobrażeń.

Dante pisał o miłości, która porusza słońce i góry, Wergiliusz o tej mocniejszej niż śmierć. Ta miłość, o której mówi Buscaglia „wymaga siły” (s. 195) do podjęcia poszukiwań sposobów pojednania, wzajemnej akceptacji, dostrzeżenia tego, co różne, inne, a jednak w swej istocie wzajemnie się uzupełniające. Potencjał tkwiący w człowieku, „którego istotą jest potrzeba wzrastania, stawania się, dostrzegania...” (s. 22), przejawiający się umiejętnością dzielenia się, wypływa z siły i odwagi w podjęciu miłości, bo „możność dzielenia się z innymi to powód, dla którego warto cokolwiek mieć” (s. 22).

W świecie konformizmu, identyczności, podążania utartym szlakiem cudzych poglądów i „rzeczywistości, gdzie widzimy te same próby uczynienia z człowieka wiernej kopii pozostałych” (s. 23) — to niepowtarzalność budzi w nas pasję do urzeczywistniania tego, co nowe, czyste, radosne, niezmacone lękiem i niepewnością w podejmowaniu zmian. Nie gotowe wzorce i szablony pozwalają doświadczać siebie, nie etykiety, które zaciemniają prawdziwy obraz drugiej osoby, ale autentyczność, spontaniczność i chęć uczenia się wciąż czegoś nowego i wciąż od nowa.

Człowiek ze swoimi potrzebami wolności, niezależności, podążania w sobie tylko znanym kierunku, akceptacji, uwagi, świadomości własnej sprawczości znajdzie w tej książce esencję tego, co potrzeby te łączy, uwidacznia i pozwala doświadczać zmysłowo.

Odwaga autora, by pisać o miłości jest jednocześnie odwagą czytelnika, by na nowo odkryć i zmienić swój zastygły świat emocji.

Paśjonujące jest podążanie za autorem w jego odkrywaniu znaczenia dzielenia się z drugim człowiekiem tym, co sam doświadczył, odkrył, nauczył się, a co zarazem stanowi naszą istotę człowieczeństwa.

Dzięki metaforyzacji, licznie przytaczanym cytatom i opowieściom udało się Buscaglii przedstawić cenną wiedzę psychologiczną, a jednocześnie umożliwić jej doświadczenie na

dostępnym dla różnych odbiorców poziomie. Czytelnik poszukujący własnego rozumienia miłości odnajdzie tu wsparcie w podejmowaniu odpowiedzialnych, często niepopularnych zmian i decyzji życiowych, ale też impuls do poszukiwania radości w otaczającej go codzienności.

Książka będzie też niezwykle cenną zachętą i motywacją dla terapeutów, psychologów i pedagogów do podejmowania wysiłku, by spojrzeć na potrzebującego, poszukującego pomocy człowieka z miłością wypływającą z radości spotkania i poznawania nowej, niepowtarzalnej osoby, by towarzyszyć jej w jak najpełniejszym doświadczaniu i odkrywaniu własnych dróg rozwoju.

To tu jest właśnie miejsce na optymistyczną podpowiedź, iż do opanowania sztuki okazywania uczuć potrzeba zaangażowania władzy serca, intelektu, wyobraźni, empatii, wrażliwości, odwagi, stanowczości i pasji.

Bo jaki jest człowiek, który posiadał umiejętność okazywania miłości, radości, uwagi? Co go wyróżnia z tłumu tych, co wciąż na kolanach, jak pisał Z. Herbert? Co sprawia, że dzieląc się, wciąż ma tak samo wiele? To tylko część pytań, na które odpowiedzi możemy poszukiwać w tej książce. A autor dopowiada: „Jesteś najlepszym sobą. Jeżeli będziesz kimś innym, możesz być najwyżej drugi” (s. 26).

Grażyna Franczak

Leo F. Buscaglia

RADOŚĆ ŻYCIA. O SZTUCE MIŁOŚCI I AKCEPTACJI.

Przekład: Ewa Wojtych

Gdańsk 2007; GWP; s. 340

Rozpoczyna się droga. Kolejna, potrzebna, by rozumieć i kontynuować nasz rozwój duchowy i emocjonalny. W tę drogę zaprasza czytelnika Leo Buscaglia, autor książki „Radość życia. O sztuce miłości i akceptacji”, dydaktyk i pisarz, który swoich słuchaczy i czytelników od wielu lat fascynuje sposobem, w jaki potrafi mówić i pisać o tym, co stanowi podstawę tożsamości człowieka, co wydaje się najprostszą prawdą życiową, ale tak trudną do zastosowania w praktyce codzienności.

Na pierwszy rzut oka można ulec złudzeniu, że to kolejna pozycja, która podpowiada, jak żyć godnie, wygodnie, spokojnie. Ale już od pierwszych stron dostrzec można, że to lektura całkiem różna od tych przypuszczeń.

Tu bowiem w centrum zainteresowań autora jest radość ze spotykania drugiego człowieka, doświadczania jego niepowtarzalności, indywidualności, odrębnych poglądów, przekonań, doświadczeń.

Dzięki wcześniejszym pozycjom autor zdobył sobie zapewne uważnych i zaangażowanych czytelników, gotowych do wykorzystywania inspiracji zawartych w słowach: „więc najpierw zbuduj most do samego siebie, ale nie zatrzymuj się na nim. Kolejne wielkie przesłanie niech prowadzi cię do innych ludzi” (s. 145).

Książkę rekomendować można jako pozycję dla szerokiego grona czytelników, którzy nie potrzebują i nie poszukują wiedzy zawartej w poradnikach, ale bardziej bodźca do własnych refleksji, rozważań, przemyśleń o tym, co ważne w życiu każdego człowieka, bez względu na jego wykształcenie, zainteresowania, poglądy.

To wyjątkowa propozycja, także dla profesjonalistów zajmujących się szeroko rozumianym pomaganiem z uwagi na umiejętność autora, by podsuwać kolejne inspiracje w sposobie patrzenia i rozumienia tych osób, które poszukują pomocy terapeutycznej albo dróg własnego rozwoju.

Podstawowym dla całej książki narzędziem jest model poszukiwania niepowtarzalnych, własnych sposobów odkrywania i doświadczania różnorodności i barwności uczuć w kontekście zmian zachodzących w nas samych. Wyraźnie zarysowują się tu dwie postawy emocjonalne. Jedna wynika z obszaru błędnych przekonań, fałszywych prawd, poczucia braku sensu i celu codziennej egzystencji, powodując chaos i zagubienie, bowiem „zamykanie się, zatracanie w autodestrukcyjnych myślach jest równoznaczne z umieraniem” (s. 302). Druga uwidacznia się w przeżywaniu radości, która wynika z faktu bycia razem, „ze związku, w którym ludzie się kochają, odchodząc od »ja«, »mnie« w kierunku »my«, »nas« (s. 266).

Książka *Radość życia. O sztuce miłości i akceptacji* obejmuje tematykę 13 wykładów wygłaszanych w latach 1970–1981. Autorowi udaje się zbudować z czytelnikiem silną więź opartą o relację nauczyciel nieustannie się doskonalący — uczeń poszukujący swojej prawdy, wartości, miłości. Mimo różnic wieku, pochodzenia, wykształcenia, poglądów religijno-społecznych mamy możliwość spotkania się na płaszczyźnie: szacunku, akceptacji, radości, miłości, które wynikają ze szczególnego przesłania, a wręcz obietnicy autora: „jeśli zaangażujecie się w proces odkrywania, kim jesteście, to wyruszyście w najbardziej ekscytującą podróż waszego życia [...] Tysiące rzeczy czekają, byście je czytali, oglądali, robili, dotykali i czuli, a każde z nich czyni nas żywymi ludźmi” (s. 60).

Trzeba w tym miejscu podkreślić, że właśnie ta różnorodność przejawów funkcjonowania człowieka w różnych aspektach jego życia jest jednocześnie ochroną przed zniechęceniem, utratą celu życia, apatią, która przesłania radość i przerywa proces zmian w kierunku stawania się lepszym człowiekiem.

Idąc dalej tym tropem uważny czytelnik natrafi na słowa klucze, gdzie zawarta jest esencja doświadczeń i poglądów Buscaglii. To słowa opisujące rozwój, doświadczenia, poszukiwanie, odkrywanie swoich dróg, poznawanie ograniczeń, ale i możliwości.

Przyglądając się całości, na pierwszym planie zauważyć można akcentowanie ważności osób, których role życiowe związane są ze szczególnym przesłaniem. Podkreśla znaczenie roli rodzica, wychowawcy, nauczyciela, pedagoga. Ich postawy: wymagająca, zachęcająca albo karząca, etykietująca spowalnia, albo przyspiesza proces doświadczania i odkrywania siebie.

„Mamy milion różnych możliwości, ale o niektórych nawet jeszcze nam się nie śniło” (s. 83) — w tych słowach zawiera się istota ludzkich zmaganiań i podejmowanych prób, by postawić „tak” przy tym, co buduje pełną wartości przestrzeń wokół nas: tak... dla zdobycia nowych doznań, tak... dla zmian, tak... dla radości, tak... dla miłości siebie i drugiego człowieka, tak... tak dla nowości, tak... dla dotyku, tak... dla... (s. 132). Te przekonania pozwalają czytelnikowi na dokonanie fascynującego odkrycia, że studiowanie miłości doprowadza człowieka w kierunku studiowania życia.

W nieodkrytym i niedoświadczanym przez wielu bogactwie świata emocji, Leo Buscaglia, jak przewodnik wciąż jest w drodze ku zmysłowemu doświadczaniu i wyjaśnianiu przejawów świata. Tylko, czy czytelnik skorzysta z zaproszenia i też wybierze się w tę podróż, korzystając z inspiracji zawartych w książce, po późniejsze odkrywanie własnych, niepowtarzalnych znaczeń radości, miłości, akceptacji?

Grażyna Franczak