

Piotr Mamcarz

Prawda jako czynnik leczący w psychoterapii

Truth as the treating factor in psychotherapy

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

Prawda i jej implikacje

W najprostszym rozumieniu Prawda to „zgodność myśli z rzeczywistością” (św. Tomasz z Akwinu 2000). Jednakże przez wieki podejmowano próby określenia jej zakresu oraz wymiarów funkcjonalnych. W związku z tym w filozofii wyróżnia się dwa rozumienia prawdy:

1. W sensie metafizycznym – orzekanie prawdziwości o jakimś przedmiocie, czyli prawda jako cecha bytu. Prawda w tym ujęciu jest rozumiana jako zgodność z ideałem, wzorcem.

2. W sensie epistemologicznym – orzekanie prawdziwości o jakimś sądzie, myśli lub zdaniu. W tym ujęciu dana myśl musi się zgadzać z rzeczywistością, zakładając że jest ona przez każdego odbierana obiektywnie.

Klasyczna koncepcja definiująca prawdę jako sąd, stwierdzający, że coś jest lub że coś nie jest, słabo radzi sobie z antynomiami. W związku z tym trudno jest określić prawdziwość danego stanu rzeczy jeżeli np.

stwierdzenie „jestem kłamcą” doprowadza do paradoksu semantycznego i uniemożliwia postawienia tezy czy jest to kłamstwo czy prawda. W taki sam sposób może dojść do zafałszowania obrazu rzeczywistości. Skoro niemożliwe jest rozstrzygnięcie prawdziwości stwierdzeń, zaczęto szukać dodatkowych możliwości zdefiniowania prawdy. (Judycki, 2001).

Według Ajdukiewicza (2003) „Myśl M jest prawdziwa wtedy i tylko wtedy, gdy myśl M stwierdza, że jest tak a tak, i tak a tak jest właśnie”, czyli oprócz opisu rzeczywistości w kategoriach subiektywnych próbuje się ustalić punkt obiektywny. Podobne podejście rozwijał Ingarden stwierdzając, że „Sąd S jest prawdziwy, jeżeli stan rzeczy wyznaczony przez jego treść zachodzi niezależnie od istnienia sądu S w obrębie tej dziedziny bytu, w której dany sąd go umieszcza”. Istotne jest odniesienie do jakiegoś punktu względem, którego dany stan rzeczy zostaje oceniony.

Alfred Tarski (1995) starał się stworzyć teorię syntetyzującą podejścia klasyczne,

bazując na fundamentach logiki i frazeologii. Jego teoria ma swoje ograniczenia do języka sztucznego, chociaż pod pewnymi warunkami może być zastosowana do języka naturalnego. Tarski stara się ustalić zgodność zdania wypowiedzianego w języku przedmiotowym, poprzez potwierdzenie go za pomocą meta języka.

Należy podkreślić, że każde właściwie sformułowane zdanie oznajmujące jest albo prawdziwe albo fałszywe. Tym samym prawdziwość danego stwierdzenia jest określana przez fakt zaistnienia tej rzeczywistości, która jest opisana w zdaniu. Jednakże można przyjąć, że istnieją fakty, które są niedostępne dla naszych zmysłów, stąd też zdanie nie może być ocenione, ale nie zmienia to tego, że zdanie jest prawdziwe. Prawdziwość lub fałszywość zdania (wartość logiczna zdania) nie zależy od sytuacyjnych elementów jego użycia, takich jak miejsce, czas, kontekst. Jeżeli wypowiadamy zdanie w jakichś okolicznościach, to te okoliczności są jedynie opinią na temat wartości logicznej, która może być trafna bądź nie. (por. Ferber 2008).

Przeciwnicy klasycznej definicji prawdy zarzucają jej brak spójności i kryteriów

zgodności z rzeczywistością. F. H. Bradley, O. Neurath, B. Blanshard oraz H. H. Joachim (ujmują prawdę jako wewnętrzną spójność danego systemu twierdzeń. Autorzy Ci wprowadzili teorię koherencyjną, która pozwala na uznanie prawdziwości takiego układu zdań, które jest co najmniej niesprzeczne. Ważne jest, aby wypowiedź była spójna pod względem logicznym, miała jasną konstrukcję oraz odnosiła się do kontekstu. (Woleński, 2005).

Przykładem teorii nieklasycznej jest również teoria pragmatyczna ujmująca prawdę jako użyteczność poznawczą. Za prekursora

tej koncepcji uważa się Charlesa Sandersa Peirce'a, jednakże w obrębie tych teorii istotny wkład miało podejście instrumentalne wypracowane przez W. Jamesa i J. Deweya. Peirce uważał, że człowiek dąży do ustalenia prawdziwych poglądów, jednakże często ta prawdziwość jest jedynie subiektywną percepcją, a istotą staje się posiadanie przekonania niezależnie od jego fałszywości czy prawdziwości. Prawdziwość poddaje się weryfikacji poprzez konsekwencję trwania przy niej oraz działanie. Prawda nie jest właściwością zdania lecz jego stanem, w przeciwieństwie do koncepcji klasycznych. (Nowaczyk, 2008).

William James (2004) natomiast nacisk kładzie na prawdziwość jako zmienną właściwość idei. Twierdzi, że trudno jest stwierdzić „prawdziwość” stanu rzeczy, dlatego jedynym narzędziem umożliwiającym ustalenie prawdy są przekonania matematyczne. Według Jamesa prawdy nie można ustalić bez poznania empirycznego. W prawdzie istotne jest wrażenie, które pojawia się bez naszej kontroli oraz relacja między wrażeniem a posiadanymi przekonaniem. Gdy pojawią się nowe informacje należy przystosować się do zmiany posiadanych przekonań, stąd też wynika, że prawda jest subiektywna. Autor ten nie zaprzecza istnieniu obiektywnej prawdy lecz uważa, że myśl prawdziwa wynika z stosunku części wrażeniowej do części doświadczenia.

Instrumentalistyczne podejście Deweya wyjaśnia prawdziwość jako właściwość sądów, które są przydatne w działaniu oraz w nim zostają realizowane do rozwiązywania, rozstrzygnięcia sytuacji problemowych. Zgodność idei ze stanem rzeczy jest możliwa gdy podejmujemy według niej działanie, które doprowadza nas do wyznaczonego celu. Istotą tego rozumienia jest to, że prawdziwe idee

są narzędziami do przekształcania rzeczywistości zgodnie z naszymi założeniami. Miano „prawdziwej” idea otrzymuje dopiero po udowodnieniu, że jest skuteczna w pokonywaniu trudności. Warunkiem koniecznym, który musi dodatkowo spełniać idea jest wpływ na podmiot działający. Wedle tej teorii poznanie ma wymiar instrumentalny i jest przydatne w rozwiązywaniu problemów praktycznych. Pojęcia i teorie są natomiast narzędziami naszego poznania, gdzie ocena rzeczy odnosi się do jej przydatności a nie treści. (por. Copleston, 2009).

Psychoterapia w poszukiwaniu prawdy

Analizując literaturę przedmiotu można stwierdzić, że wszystkie nurty psychoterapeutyczne dążyły do odkrycia prawdy o człowieku. W terapii natomiast skupiały się na wydobyciu prawdy, różnymi sposobami i własnymi narzędziami, w celu uwolnieniu człowieka od czynników go zniewalających.

Początki poszukiwania prawdy są widoczne w Psychoanalizie Zygmunta Freuda, którą definiował jako procedurę badań procesów umysłowych niedostępnych w inny sposób. Niepowodzeń w leczeniu pacjentów upatrywał w mechanizmach obronnych, które pojawiają się w terapii jako opór przed uświadomieniem, odkryciem danej rzeczywistości. Można wymienić wiele mechanizmów takich jak: regresja, projekcja, przeniesienie, identyfikacja, zaprzeczenie, które w znaczący sposób blokują dostęp do własnych prawdziwych przekonań i idei. Mechanizmy te mogą być stosowane świadomie lub nieświadomie. Co ciekawe każdy z nich utrudnia interioryzację prawdziwie. Dla przykładu jeżeli osoba straciła kogoś bliskiego, może nastąpić wyparcie ze świadomości tego faktu. W terapii ważnym krokiem

było uświadomienie i dotarcie do tych procesów, które uniemożliwiają integrację podmiotu z rzeczywistością (obalenie mechanizmów obronnych), aby ten fakt został uświadomiony i przyjęty jako prawdziwy. Odpowiedzi na pytanie co jest powodem danego zaburzenia Freud i jego kontynuatorzy poszukiwali w odległej przeszłości (np. dzieciństwo). (Freud, 2012).

Bardzo dużo uwagi poświęcał Freud (2013) analizowaniu popędów, potrzeb, które ukierunkowują ludzkie działanie. Tłumione zaś popędy doprowadzają do zaburzeń nerwicowych. Proces tłumienia to nic innego jak ukrywanie prawdy o sobie samym, przed sobą samym. Ucieczka odbywa się od tego co obiektywnie doświadczane w kierunku subiektywnej przestrzeni umysłowej, w której nie ma tego co nas boli lub co jest dla nas nieprzyjemne. Terapeuta ma za zadanie skonfrontować klienta, z jego lękami, nieuświadomionymi potrzebami, popędami i wyciągnąć je na światło dzienne, przez co stają się jawne. Obserwowane są jedynie objawy, które są konsekwencją skrywanych doświadczeń. Dopiero wgląd do skrywanych tajemnic pozwala na uwolnienie klienta z pułapki jego nieświadomości. Reasumując klient rozpoznaje swoje prawdziwe doświadczenia i nazywa je przez co może podjąć adekwatne działanie.

Całe oddziaływanie w terapii dotyczy zmiany wcześniejszych zachowań, emocji, przekonań na nowe, bardziej adekwatne lub „prawdziwsze”. Terapia jest próbą zrozumienia wewnętrznych procesów i poddania ich modyfikacji, aby nie pozostał „zafałszowany” obraz rzeczywistości. Problem pojawia się w sytuacji gdy próbujemy odpowiedzieć na pytanie, czy jest obiektywna prawda i czy

to co proponował Freud i jego następcy jest prawdą o człowieku? W psychoanalizie ujawili się dwa nurty prowadzenia terapii: dyrektywny i niedyrektywny. W tym pierwszym przyjmuje się istnienie prawdy zewnętrznej, którą zna terapeuta, a dla klienta jest ona niedostępna, gdyż kieruje się prawdą subiektywną, która doprowadza do występowania negatywnych objawów. Dopiero konfrontacja z prawdą „obiektywną” prowadzi do zmiany jego zachowań, emocji, objawów itd. Drugi nurt proponuje aby klient w obecności terapeuty poszukiwał „prawdy” o sobie samym, zakładając, że terapeuta nie zna prawdy obiektywnej, a jedynie daje wskazówki, aby pomóc pacjentowi dotrzeć do jego „prawdy”. (por. Kutter, 2000).

Szkola terapii behawioralno-poznawczej opiera się mocno na nurcie eksperymentalnym. Kierunek ten próbuje określić strukturę rzeczywistości za pomocą adekwatnej do analizowanego przedmiotu metodologii. Istotne jest ustalenie faktów naukowych (tzn. prawd), za pomocą odpowiednich narzędzi, które umożliwiają ustalenie z matematyczną dokładnością zależności przyczynowo-skutkowych. Oczywiście „prawdą” jest jedynie to co można zweryfikować, a w eksperymencie powtórzyć i otrzymać identyczny wynik za każdym pomiarem. W terapii fundamentalnej jest ustalenie związku między bodźcem a reakcją, zgodnie z zasadami warunkowania (uczenia się). (Kokoszka, 2009).

Dużo miejsca poświęca się warunkowaniu, które umożliwia rozwój jednostce.

Warunkowanie stanowi podstawy nabywania nowych umiejętności, kompetencji i wiedzy. Behawioryści mówią o dwóch rodzajach wzmacniania zachowań: pozytywne i negatywne. W skrajnych przypadkach przyjmuje

się, że uczenie się poprzez wzmocnienia pozytywne lub negatywne jest jedynym sposobem kształtowania się wymiaru społecznego, etycznego, osobowościowego (człowieka). W takim ujęciu „prawda” przybiera postać wyuczonego systemu poznawczo-behawioralnego. „Prawdą” staje się to, co zostało sformułowane jako prawdziwe w procesie uczenia się i jako takie nabyte. Dodatkowo można tutaj wyróżnić aspekt poznawczy, czyli wyrazistość danego schematu lub zbioru informacyjnego uzyskanego w procesie uczenia się. (Dobson, 2002).

Stąd też, ciekawy jest fakt badawczy, że jeżeli człowiek od najmłodszych lat uczony, że dana czynność ma pozytywny aspekt społeczny (np. zabieranie babci pieniędzy) i dodatkowo jest za tę czynność nagradzany (wzmocnień), utrwali schemat, który będzie miał pozytywne konotacje z tym działaniem, które społecznie nie jest akceptowane. Może dojść do zafałszowania normy społecznej i przeformułowania jej na schemat „zabieranie pieniędzy babci jest czynem dobrym”. Czyli prawdą staje się formuła, że zabieranie pieniędzy jest zachowaniem właściwym. Podobna sytuacja może nastąpić w procesie interioryzacji elementów otoczenia. Cechy obiektu pozostaną takie jakie są, natomiast zmieni się semantyczne znaczenie przedmiotu i jego charakterystyka poznawcza.

Z podobnym zjawiskiem w psychologii mamy do czynienia w przypadku kształtowaniu się pojęcia normy. Behawioryści przekonują, że uczenie następuje poprzez modelowanie, czyli obserwowanie innych i powielanie zachowań. W takim ujęciu prawdą może stać się to co jest obserwowane jako „prawda” i przekazywane przez inne osoby w postaci wzorców. (Bandura, 1997, 1986)

Terapia behawioralno-poznawcza także koncentruje się na dotarciu do Prawdy. W tego rodzaju psychoterapii ważnym elementem jest odkrycie związku między występującymi objawami, a ich źródłem. Wykorzystując model warunkowania można określić, że każda reakcja ma swój bodziec. Najważniejsze wydaje się dotarcie do tych bodźców zarówno na poziomie ekstrapsychoicznym jak i intrapsychoicznym.

Bardzo dobrym przykładem i skutecznym rodzajem terapii w tym nurcie jest wizualizacja oraz kreatywne myślenie. Umożliwia bowiem dotarcie do poznawczej reprezentacji doświadczonej rzeczywistości oraz modyfikowanie schematów, przekonań na temat danego stanu rzeczy. W procesie interioryzacji przeżyć człowiek popełnia wiele błędów poznawczych, które zafałszowują znaczenie, kontekst, i interpretację konkretnej sytuacji. W utworzone, na bazie doświadczeń, schematy wkradają się fałszywe wspomnienia oraz fałszywe interpretacje doświadczeń. W efekcie tworzą się struktury poznawczo-behawioralne, które uniemożliwiają poradzenie sobie z daną sytuacją z racji niespójności wewnętrznej. Terapia jest w stanie pomóc osobie wrócić do tamtych sytuacji, które są błędnie sformułowane poznawczo (będące źródłem doświadczanych objawów). Poprzez powtórne doświadczanie sytuacji wizualizacja daje czas na ogłęd zdarzenia i odkrycie prawdziwego kontekstu, emocji, motywów oraz czynników behawioralnych. Osoba przeżywając tę sytuację ma możliwość ponownego nadania jej atrybucji. (Hackmann, Bennett-Levy, Holmes, 2011).

Ostatnim omawianym w tym artykule nurtem jest psychoterapia humanistyczno-egzystencjalna. W tym podejściu zakres terapii jest

bardzo szeroki obejmuje nie tylko elementy psychoanalityczne (np. analiza popędów i mechanizmów obronnych) ale również istotne są sytuacje bodźcowe zgodnie z założeniami terapii poznawczo-behawioralnej. Ujęcie humanistyczno-egzystencjalne koncentruje się na podmiotowości człowieka, a w szczególności na fenomenach specyficznie ludzkich takich jak: wolność, sens życia, wolna wola, wartości, dążenia życiowe, szczęście.

W terapii skoncentrowanej na osobie Carl Rogers bardzo istotna jest samoakceptacja, która powstaje w procesie kształtowania się struktury „ja”. Pozytywne wzmocnienia budują poczucie własnej wartości, zaś negatywne zostają zepchnięte do nieświadomości. W wyniku nabywania różnych doświadczeń, człowiek narażony jest na brak spójności pomiędzy nimi, co doprowadza do zniekształcenia własnego „ja”. Terapia ta wydaje się również pewnego sposobem poszukiwania prawdziwego „ja” poprzez tworzenie „prawdziwego” obrazu samego siebie, czyli wewnętrznej spójności między „ja” a doświadczeniem. Konsekwencją wypracowania koherentnego „ja” jest wzrost poziomu akceptacji siebie, innych oraz świata, a tym samym gotowość do realizowania własnej egzystencji. (por. Beresford i in. 2011).

Podobnie terapia Gestalt ujmuje znaczenie doświadczeń i ich wpływ na strukturę podmiotowo-osobową. Wszelkie doświadczenia są systematyzowane i kategoryzowane jako figura i tło. Figurę stanowią istotne treści własnych doznań, odczuć, obserwacji, aktywności, zaś tłem są te elementy, które są mniej znaczące i stanowią jedynie kontekst sytuacyjny. Istotny jest tutaj proces atrybucji, gdyż błędnie przypisane znaczenie będzie zakłócać strukturę figury i tła. Zafałszowaniu

często ulega nie tylko wyrazistość figury, ale też przestrzeń tła. Prawdę stanowią te elementy, które zostały właściwie zdefiniowane w kontekście rzeczywistości, pozbawione fałszywych treści i znaczeń. Należy tutaj wspomnieć o bardzo akcentowanym elemencie terapii Gestalt, czyli odpowiedzialności za własne wybory podejmowanej przez klienta podczas oddziaływania terapeutycznego, jak również po jego zakończeniu. Jest to ważny etap ponieważ pozwala klientowi na realizowanie wolnej woli i kształtowanie procesu terapeutycznego. (Mellibruda, 2009).

W logoterapii Viktora Frankla (2011) bardzo istotne jest poszukiwanie prawdy o sobie samym, a w szczególności odkrycie prawdy o sensie własnego życia. Brak sensu doprowadza do silnych zaburzeń na poziomach noo-psycho-somatycznych. W konsekwencji pojawia się pustka i frustracja egzystencjalna, która doprowadza do utraty znaczenia własnego życia, osoba przestaje realizować wartości, dokonywać wyborów i popada w beznadziejność. W terapii tej podkreśla się zdolność człowieka do autotranscendencji i autotransgresji. Analiza głębokich struktur egzystencjalnych wymaga ciągłej weryfikacji spójności i autentyczności poszczególnych elementów. Fałszywe przekonania na temat sensu własnej egzystencji są czasami bardziej szkodliwe niż w przypadku jego braku. Taka sama sytuacja pojawia się gdy człowiek kieruje się niewłaściwie ukształtowaną strukturą systemu wartości. Bardzo często dochodzi do nadania błędnego znaczenia poszczególnym wartościom przyjmowanym w układzie hierarchicznym. Prawda odgrywa w tym nurcie terapeutycznym szczególnie istotną rolę, jest bowiem spoiwem dla sensu i wartości jako fundamentów egzystencji.

Bez autentycznego spojrzenia na rzeczywistość poprzez pryzmat terażniejszości, nie jest możliwe realizowanie, ani też rozwijanie życia. Osoba musi sama ukierunkowywać i realizować swoją egzystencję, gdyż stanowi to motywację do przezwyciężania trudności. Terapia ma doprowadzić do sytuacji, w której osoba zna sens własnego życia, przyjmuje spójny system wartości, do których dąży w życiu. (Popielski, 1989; Popielski 1994).

Ciekawą kontynuacją myśli Viktora Frankla jest noologoterapia zaproponowana przez jego ucznia Kazimierza Popielskiego. Akcentuje ona istnienie noetycznego wymiaru osobowości, który uzupełnia model psychosomatyczny, a tym samym rozszerza obszar analizy egzystencjalnej. Wielowymiarowe ujęcie proponowane przez K. Popielskiego umożliwia w terapii systematyzację poszczególnych objawów jak również potencjalnych źródeł choroby. Psychoterapia w tym ujęciu ukierunkowana jest na podnoszenie świadomości człowieka na temat zjawisk fenomenologicznych występujących w obrębie bytu podmiotowo-osobowego (Popielski, 1992; Mamcarz, Popielski, 2008; Popielski 2009).

Obracając się w nurcie humanistyczno-egzystencjalnym warto wspomnieć o terapii egzystencjalnej Ronalda Lainga. Według tego ujęcia osoba przyjmuje „ja-fałszywe” aby w kontakcie z innymi mogła spełniać stawiane przez społeczeństwo normy i oczekiwania. Często czyni to nakładając na siebie maski, które są spójne ze stereotypami występującymi w danej kulturze. „Ja-fałszywe” chroni osobę przed atakami innych osób, jak również przed konsekwencjami nieprzyjemnych doświadczeń. Osoba broniąc się wycofuje się z realizacji własnych potrzeb i dokonywania własnych wyborów. Konsekwencją takiego

stanu rzeczy jest konflikt pomiędzy „ja-prawdziwe” a „ja-fałszywe”, który doprowadza do silnej izolacji, stanów lękowych a finalnie do psychoz lub schizofrenii. Roland Laing proponuje terapię nastawioną na poznanie „ja-prawdziwego”, jak i pomoc osobie w dotarciu i zrozumieniu siebie samego jak i wymogów, potrzeb społeczeństwa. Celem jest uwolnienie człowieka od „fałszywego obrazu”, dzięki czemu możliwe jest pozbycie się lęków i obaw, które utrudniają mu realizowanie egzystencji wolnej, autonomicznej i autentycznej. (Grzesiuk, 2005; van Deurzen, 2012).

Terapia w kierunku autentyczności

Reasumując powyżej przedstawione rozważania, warto zauważyć znaczące miejsce „prawdy” w terapii psychologicznej. Bardzo istotnym elementem psychoterapii jest cel oraz narzędzia dzięki którym zostanie on osiągnięty. Każdy kierunek terapeutyczny korzysta z własnych technik, jednakże okazuje się, że cel jest podobny dla wszystkich nurtów. Jest nim odkrycie prawdy na temat człowieka, z uwzględnieniem różnych poziomów jego funkcjonowania. Niestety nie możliwe jest ustalenie prawdy „obiektywnej”, do której mogłyby dążyć wszystkie szkoły psychoterapeutyczne, gdyż każda z nich opiera się na innych kryteriach prawdy i co innego jest przedmiotem poznania i punktem odniesienia dla prawdy. Jednakże należy podkreślić znaczenie „prawdy” jak również starania poczynione w kierunku jej poznania. Istotne jest również poszukiwanie zafałszowanych elementów intrapsychicznych, ekstraspsychicznych i interpsychologicznych. gdyż stanowią one mogą przyczynę zaburzeń i dysfunkcji.

Brak koherencji, jak również fałszywy obraz rzeczywistości zniewala człowieka i unie-

możliwia mu realizowanie własnego życia (m.in. potrzeb, pragnień, wartości, sensu). Dlatego tak ważne jest odkrycie ontologicznej „prawdy”, wychodząc w poszukiwaniach od bytu, od istoty a nie koniecznie od poznania, gdyż to byt jest źródłem prawdy poznawczej czy logicznej. Jednakże w terapii kluczowe jest szukanie „prawdy” w jakimkolwiek jej aspekcie, gdyż ona pozwala na rozwiązanie wielu problemów psychologicznych, jak również uwalnia klienta od lęków, konfliktów wewnętrznych, dezintegracji i wielu innych objawów powstałych w wyniku zafałszowania obrazu siebie, innych i świata.

Streszczenie

Głównym przedmiotem tej publikacji jest „prawda” jako czynnik leczący i jej implikacji w odniesieniu do poszczególnych nurtów psychoterapeutycznych. Kluczowe do rozważań psychologicznych są podstawy filozoficznych, które mocno zakorzenione są w sposobie formułowania przekonań na temat świata. Następnie zostaną omówione różne koncepcje ujmujące „prawdę” w ramy teoretyczne oraz jej implikacje logiczno-poznawcze. Kluczowym elementem artykułu jest próba określenia zakresu „prawdy” w różnych nurtach psychoterapeutycznych, a także systematyzacja technik stosowanych w oparciu o „prawdę”. Zostaną również omówione potencjalne konsekwencje zafałszowywania obrazu siebie, innych oraz świata i ich wpływ na proces terapeutyczny. Finalnie artykuł będzie próbą odpowiedzenia na pytanie, czy „prawda” w procesie psychoterapeutycznym ma znaczenie i jakie są jej predyspozycje funkcjonalne.

Słowa kluczowe: psychoterapia, prawda, wolność, autentyczność, zaburzenie, logoterapia

Summary

The main subject of this publication is the „truth” as a factor in healing and its implications for the particular streams of psychotherapy. Essential to the psychological considerations are philosophical basis deeply rooted in the process of formulating beliefs about the world. Then will discuss various concepts that summarize the „truth” in a theoretical framework and its logical-cognitive implications. A key element of this article is to attempt to determine the scope of the „truth” in different streams of psychotherapy, as well as systematic techniques based on the „truth”. They will also discuss the potential consequences of falsification of self-image, others and the world and their impact on the therapeutic process. Finally the article will attempt to answer the question whether the „truth” is important in the psychotherapeutic process and what are its functional abilities.

Key words: psychotherapy, truth, freedom, authenticity, disorders, logotherapy

dr Piotr Mamcarz
Katolicki Uniwersytet Lubelski
Jana Pawła II
Katedra Psychologii Organizacji
i Zarządzania C-338
Al. Raławickie 14
20-950 Lublin
e-mail: pmamcarz@kul.pl

Bibliografia

1. Ajdukiewicz K. (2003). Zagadnienia i kierunki filozofii – Teoria poznania. Metafizyka. Wydawnictwo Rebis. Poznań.
2. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: W.H. Freeman.
3. Bandura, A. (1986). Social Foundations of Thought and Action. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
4. Beresford P., Fleming J., Glynn M., Bewley C., Croft S., Branfield F., Postle K. (2011). Supporting People: Towards a Person-Centred Approach. Policy Press. Bristol.
5. Copleston F. (2009). Historia filozofii. Tom VIII. Wydawnictwo PAX. Warszawa.
6. Dobson K.S. (2002). Handbook of Cognitive-Behavioral Therapies. The Guilford Press.
7. Ferber R. (2008). Podstawowe pojęcia filozoficzne. Tom 1. Wydawnictwo WAM. Kraków.
8. Frankl V. (2011). Człowiek w poszukiwaniu sensu. Wydawnictwo Czarna Owca. Warszawa.
9. Freud Z. (2012). Wstęp do psychoanalizy. Wydawnictwo PWN. Warszawa.
10. Freud Z. (2013). Psychopatologia życia codziennego Marzenia senne. Wydawnictwo PWN. Warszawa.
11. Grzesiuk L. (2005). Psychoterapia - teoria. Wydawnictwo Eneteia. Warszawa.
12. Hackmann A., Bennett-Levy J., Holmes E.A. (2011). Oxford Guide to Imagery in Cognitive Therapy. OUP Oxford.

13. James W. (2004). Pragmatyzm. Nowe imię paru starych stylów myślenia. Oficyna Wydawnicza PW. Warszawa.
14. Judycki S. (2001). O klasycznym pojęciu prawdy. *Roczniki Filozoficzne* (49), z. 1, s. 25-62.
15. Kokoszka A. (2009). Wprowadzenie do terapii poznawczo-behawioralnej. Wydawnictwo UJ. Kraków.
16. Kutter P. (2000). Współczesna psychoanaliza. Wydawnictwo GWP. Gdańsk.
17. Laing R.D. (1982). *The Voice of Experience: Experience, Science and Psychiatry*. Harmondsworth: Penguin.
18. Mamcarz P., Popielski K. (2008). Trauma egzystencjalna – próba konceptualizacji. W: K. Popielski (red.). *Wartości dla życia*. Wydawnictwo KUL. s. 383-413. Lublin.
19. Mellibruda J. (2009). *Teoria i praktyka terapii Gestalt*. Wydawnictwo IPZ. Warszawa.
20. Nowaczyk A. (2008). *Filozofia analityczna*. Wydawnictwo PWN. Warszawa.
21. Popielski K. (1989). Koncepcja logoteorii V. E. Frankla i jej znaczenie w poradnictwie psychologiczno-pastoralnym. W: Z. Chlewiński (Red.). *Wybrane zagadnienia z psychologii pastoralnej* (s. 69-101). RW KUL. Lublin.
22. Popielski K. (1992). Egzystencjalno-poznawcza orientacja w psychoterapii i poradnictwie psychologicznym. W: A. Biela, Cz. Walesa (Red.). *Problemy współczesnej psychologii* (s. 683-694). Lublin: Polskie Towarzystwo Psychologiczne Oddział w Lublinie.
23. Popielski K. (1994). *Noetyczny wymiar osobowości*. RW KUL. Lublin.
- św. Tomasz z Akwinu. (2000). *Suma teologii*. przeł. F. W. Bednarski. Tom I, Warszawa.
24. Tarski A. (1995). *Pisma logiczno-filozoficzne: Prawda*. Tom 1. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
25. van Deurzen E. (2012). *Existential Counselling & Psychotherapy in Practice*. SAGE Publications. London

