

## NAZWY WŁASNE JAKO SYMPTOMY KULTURY (NA PRZYKŁADZIE TYTUŁÓW PORADNIKÓW AUTOTERAPEUTYCZNYCH)

*Cessante causa cessat effectus*  
(Z ustaniem przyczyny ustaje skutek)

Słowa tematyczne: semiotyka, psychoanaliza, symptomy kultury, tytuły, poradniki psychologiczne

### I. UWAGI WSTĘPNE

Artykuł poświęcony jest problematyce nazw własnych definiowanych jako symptomy kultury. Pierwsza jego część ma charakter teoretyczny, rozwija bowiem teorię symptomatologii kulturowej w duchu semiotycznym (Ch. Peirce), psychologicznym (Z. Freud i J. Lacan) oraz onomastycznym. W drugiej części, empirycznej, zostanie wskazana możliwość praktycznego zastosowania symptomatologii (onimicznej) do badań nad współczesną kulturą. Przykładem takiej analizy symptomatycznych nazw własnych staną się tytuły popularnych poradników psychologicznych, autoterapeutycznych i motywacyjnych.

Rozważania o konieczności interdyscyplinarności onomastyki stają się coraz częstsze w obrębie pisarstwa onomastycznego. Dominuje w nich pogląd o konieczności implantacji w jej obszar innych dziedzin wiedzy. Umieszczenie (na różnych zasadach i w różny sposób) odległych niejednokrotnie gałęzi nauki na płaszczyźnie onomastyki wydaje się koniecznością w tym sensie, że pomagają one, a nawet umożliwiają zrozumienie funkcjonowania nazw we współczesnym świecie. W perspektywie innych sfer ludzkiego poznania łatwiejsze stają się odpowiedzi na pytania: dlaczego określone nazwy się pojawiają?, w jakim celu?, jak działają? Czyni to jednak z onomastyki naukę w jakimś stopniu paradoksalną. Jej granice są tak szerokie, jak szeroki jest świat rzeczywisty i świat tekstowy. Ma ona jednak charakter swoistej enklawy — nawet w obrębie językoznawstwa. Wielu autorów ma ponadto świadomość, że rozważania o nazwach własnych

zazwyczaj pozostają na marginesie zainteresowań innych gałęzi wiedzy. Gdyby na tym poprzestać, to onomastyka reprezentowałaby pewien typ ekskluzywizmu naukowego. Wyjaśniałaby jedynie sposób funkcjonowania nazw przy użyciu innych dziedzin nauki.

Wydaje się, że można założyć także przeciwny kierunek myślenia: nazwy objaśniają zasadnicze przemiany społeczno-kulturowe, pewne obserwowalne tendencje w obrębie nauk oraz kierunki ideologiczne we współczesnym świecie; są ich istotnymi symptomami. Interpretacja onimów oznacza interpretację rzeczywistości, w której one funkcjonują.

Nazwy i ich funkcjonowanie stają się istotne przy założeniu tekstowości świata. Istnienie filozoficzno-kulturowej przesłanki, że tekstowość i dyskursywność nie są figuratywnymi metaforami, ale stanowią jeden z podstawowych mechanizmów społeczno-kulturowych i sposób istnienia rzeczywistości (innymi słowy: świat w swej istocie jest czymś niemal bezwyjątkowo „do przeczytania”), pozwala też przyjąć hipotezę, że nazwy „objawiają” świat, pozwalają go zrozumieć, ponieważ stanowią bardzo istotny element każdego tekstu/dyskursu. Wówczas pojawiają się one jako jeden z podstawowych mechanizmów funkcjonowania tego uniwersum.

### 1. Symptom w semiotyce i psychoanalizie

Rozumienie onimów jako symptomów rzeczywistości społeczno-kulturowej w sposób niejako „naturalny” kieruje uwagę ku przynajmniej dwóm perspektywom teoretycznym (por. Sebeok, 1986, s. 46). Pierwszą z nich jest semiotyka — szczególnie typologia znaków autorstwa Ch. Peirce’a<sup>1</sup>. Drugą — psychologia i psychoterapia (a także medycyna), a szczególnie psychoanaliza i powiązana z nią specyficzna metoda diagnozowania. W obu tych sferach pojęcie *symptomu* (choć różnie rozumiane) jest istotne i może się przyczynić do lepszego zrozumienia mechanizmu symptomatyczności kulturowej nazw własnych. Wymagają one zatem krótkiego omówienia, choć — jako teorie stosunkowo dobrze znane — zrelacjonowane zostaną w sposób wybiórczy.

Znak w najszerszym ujęciu semiotycznym jest zjawiskiem doświadczanym zmysłowo (forma znaku), które dla postrzegającego ważne jest nie przez to, czym jest, ale przez to, że zwraca jego uwagę na coś, co znajduje się poza nim (znaczenie znaku; *aliquid stat pro aliquo*; por. Chandler, 2011, s. 29). Według Ch. Peirce’a każdy znak implikuje ciągłość i wymaga interpretacji przez inny znak; „wszystkie znaki łączy z sobą coś w rodzaju logicznego wynikania, w któ-

---

<sup>1</sup> O potrzebie włączenia dorobku semiotyki do badań onomastycznych por. np.: Furdal, 2007; Włoskiewicz, 2015.

rym poprzednie znaki określają następne, wytwarzając łańcuchy znaczeń wyraźnie z sobą powiązanych” (Obrębska, 2015, s. 32–33). Znak rodzi znak, rozszerzając za każdym razem ludzkie poznanie, ale żadna interpretacja nie jest ostateczna. Znaki odwołują się do uczuć, wywołują spostrzeżenia, określają działania, stymulują myślenie.

W zależności od relacji między przedmiotem istniejącym w rzeczywistości a reprezentamenem (materialnym nośnikiem znaku) Ch. Peirce dzieli znaki (reprezentameny) na wskaźniki (nazywane inaczej symptomami lub indeksami), ikony i symbole. Każdy znak jest determinowany swoim przedmiotem, choć może się to odbywać w różny sposób. W wypadku wskaźnika/symptomu dokonuje się to przez:

[...] realny związek jego indywidualnej egzystencji z indywidualnym przedmiotem. [...] Do wskaźników Peirce zalicza takie znaki, w których reprezentamen pozostaje w prostym, fizycznym związku ze swoim przedmiotem, a nawet jest przez swój przedmiot powodowany. Jako przykłady Peirce wymienia: igłę kompasu wskazującą biegun magnetyczny, wszystkie tzw. znaki naturalne oraz symptomy fizyczne, a także gesty wskazujące, zaimki wskazujące w językach etnicznych, litery w geometrii, liczby w algebrze. Wskaźniki są jedynie potencjalnymi znakami, dopóki nie staną się znakami dla kogoś; są łącznikami między językiem a światem. Dzięki nim język odnosi się do świata (Hensoldt, 2014, s. 40, 41, 45).

Indeksy (inaczej: oznaki, symptomy) pozostają więc w bezpośredniej styczności czasowej lub przestrzennej z oznaczanym obiektem.

Peirce mówi o „autentycznym związku” między „znakiem” i jego przedmiotem, który „nie zależy jedynie od umysłu, który go interpretuje”. [...] Znak indeksowy jest jakby „fragmentem wyrwanym z przedmiotu”. W przeciwieństwie do znaku ikonicznego (którego przedmiot może być fikcyjny), wskaźnik wskazuje „jednoznacznie na ten lub tamten fragment rzeczywistości” (Chandler, 2011, s. 61–62).

Związek pomiędzy elementem znaczącym a oznaczanym przedmiotem ma najczęściej charakter współprzestrzenny, następstwa czasowego lub przyczynowo-skutkowy.

Symptomy w ujęciu semiotycznym działają jak metonimie: są materialnymi manifestacjami jakiejś większej całości, o której z ich obecności można wnioskować. Są skutkiem jakiejś „większej” przyczyny (por. Hausman, 1993, s. 74–75). Na ich podstawie można utworzyć pewien spójny wzorzec, określić określoną prawidłowość, którego one same są (niejawnym) odzwierciedleniem (por.: Elgin, 1996, s. 182–185; Sebeok, 1986, s. 95–97).

Według koncepcji T. Milewskiego (rozwijającej teorię Peirce’a)<sup>3</sup> symptomy są zjawiskami kompleksowymi, które nie są nadawane po to, żeby komuś coś zakomunikować, są więc znakami niecelowymi powstałymi z przyczyny naturalnej.

<sup>2</sup> Wyrażenia w cudzysłowie są cytatami z pism Ch. Peirce’a.

<sup>3</sup> Milewski, 2004; za Morciniec, b.d.

Znakami są jedynie dla odbiorcy, który je postrzega, są więc znakami jednostronnymi, a ponieważ nie mają świadomego nadawcy, który mógłby je kontrolować i na nowo nadawać, są zarazem znakami niezwrotnymi. Są to więc znaki kompleksowe, niecelowe, jednostronne i niezwrotne (por. Morciniec, b.d.).

Symptomami są m.in. wskazówki ciała (np. jego bolesność, gorączka), domagającego się uwagi. Jeśli spojrzymy na to z perspektywy medycznej, symptom to cecha obserwowalna w fizjologii lub morfologii organizmu, której wystąpienie jest spowodowane stanem chorobowym. Jest zaburzeniem wywołującym cierpienie i odsyłającym do stanu chorobowego, którego jest wyrazem (por. Nasio, 1992).

W ujęciu psychoanalitycznym symptomami są wszelkie zachowania albo objawy cielesne odchodzące od (zdefiniowanej w danym momencie) „normalności”. Pojawiają się one jako konsekwencja represjonowanych u jednostki przez kulturę treści, głównie pożądań i fantazji/fantazmatów seksualnych. Freud zauważył, że „pewne wspomnienia, z którymi wiąże się wielkie pobudzenie emocjonalne, są odizolowane od reszty życia psychicznego — są nieświadome. Pomimo upływu czasu zachowują intensywność. Z uwagi na izolację od świadomości niedostępne są opracowaniu intelektualnemu ani adekwatnej reakcji”<sup>4</sup>. Według Freuda „drobne objawy pacjenta (śmiech, napady kaszlu) były jak pewna formuła, jak wzór matematyczny, który należało zrozumieć, rozłożyć na czynniki pierwsze, aby dojść do sedna sprawy. Symptom to reprezentacja prawdy podmiotu. To jest to, czego ten podmiot nie wie i o czym jednocześnie wie” (Dziomba, b.d.). „Symptom jest czymś w ciele lub w umyśle, co zakłóca życie i przynosi zmartwienie, ale jednocześnie zawiera cząstkę *jouissance*. [...] Symptomy mają znaczenie, które podlega interpretacji” (Wojakowska-Skiba, b.d.). Symptom jest zatem alternatywną ścieżką manifestacji tego, co ukryte, substytutem czegoś (por. Felluga, 2002). „Innymi słowy, myśli i działania człowieka są tylko wielkim epifenomenem i należy dotrzeć do głębszej i zarazem realnej przyczyny” (Breczko, b.d.).

Następcy Freuda, w tym J. Lacan, sądzili, że symptom ma charakter lingwistyczny: za pomocą znaczącego wyraża się znaczone, które zaginęło, ale które wyłania się przez swoje reprezentacje (por. Žižek, 2008, s. 14–19). Symptom mający formę językową może się uobecniać za pośrednictwem metafory i metonimii. Metonimia polega na zredukowaniu całości do części, czegoś ważnego do nieistotnego. „W łańcuchu znaczących uwydatnia się sens, ale żaden z jego elementów nie zawiera się w znaczeniu, do którego w danym momencie jest zdolny” (J. Lacan, za: Wojakowska-Skiba, b.d.). Metafora polega na przeniesieniu pojęcia określającego zwykle pewien obiekt na inny obiekt, do którego pasu-

<sup>4</sup> [http://bacon.umcs.lublin.pl/~tdelmaczynski/?page\\_id=133](http://bacon.umcs.lublin.pl/~tdelmaczynski/?page_id=133)

je ono jedynie na zasadzie porównania i podobieństwa (por. Wojakowska-Skiba, b.d.). Symptom „jest niepokojem, który opisujemy szczególnymi słowami i nieoczekiwanymi metaforami. Ale o ile jest cierpieniem albo szczególnym słowem opisującym cierpienie, symptom jest przede wszystkim aktem mimowolnym, wytwarzanym poza wszelką intencjonalnością i wszelką świadomą wiedzą. To akt, który odsyła nie tyle do stanu chorobowego, co do procesu nazwanego nieświadomością. Symptom jest manifestacją nieświadomości” (Nasio, 1992).

## 2. Symptomatologia kultury a nazwy własne

Na czym jednak polega symptomatyczność kultury? Bardziej szczegółowo: czy można tytuły/ideonimy pewnych tekstów lub nazwy własne innych kategorii traktować jak Peirce’owskie indeksy albo Freudowsko-Lacanowskie symptomy? Powstaje też pytanie, czy we frazie *symptom kultury* kultura jest pacjentem, doktorem, czy chorobą (por. Garber, 2000, s. 1).

M. Garber we wstępie do swojej książki *Symptomy kultury* zauważa, że rozmaite artefakty (zjawiska) we współczesnej kulturze są pojmowane jako symptomatyczne dla obecnych ludzkich, jednostkowych i społecznych pragnień, lęków i fantazji. Symptom jest w tym ujęciu kategorią analizy kulturowej, wskaźnikiem/indeksiem kulturowym, który stwarza „okazję” do interpretacji. Jest rodzajem kodu, za pomocą którego kultura (podobnie jak ludzkie ciało) daje sygnał, że coś istotnego dzieje się w głębi, pod powierzchnią zjawisk. Na podstawie konkretnych, materialnych, obserwowalnych zjawisk kulturowych — traktowanych jako symptomy — możemy utworzyć pewnego typu diagnostyczną mapę skonfliktowanych pragnień istniejących w ramach kulturowego uniwersum, społecznych fobii, lęków i pożądań („chcę, ale mi nie wolno, pragnę, ale boję się konsekwencji”; por. Garber, 2000, s. 1–14). „Symptom to wiadomość, która powiadamia nas o nieznanym fakcie z naszej historii, mówi nam o tym, o czym do tej pory nie wiedzieliśmy” (Nasio, 1992).

Wydaje się, że wspólnym miejscem „symptomatyki” semiotycznej i psychoanalitycznej — mogącym posłużyć badaniom onomastycznym — jest to, że oba te procesy (semiozy i psychoanalizy) są zawsze otwarte i nieukończone. Psychoanaliza, która przenosi interpretację nieświadomego na świadomy język, jest — podobnie jak semioza — niemożliwa i nieostateczna. W obu przypadkach wiedza o podmiocie pojawia się przez znak, język, tekst, a ściślej mówiąc — przez ich miejsca nieciągłe, zagęszczone, niepełne, przesunięte, ku którym kieruje się uwaga (por. Obrębska, 2015, s. 33–34).

Symptomatologia kultury to w konsekwencji praktyka czytania, lecz nie pojedynczego tekstu (kultury), ale pewnego ich zespołu, i wyodrębniania w jego ramach wspólnych cech jakościowych, charakterystycznych i o dużej frekwen-

cji, mogących świadczyć o pewnych istotnych zjawiskach powodujących ich powstanie.

Taką postawę badawczą można skrytykować jako rodzaj „języka podejrzeń”, gdyż zakłada ona, że „człowiek nie działa, ale jest «działany»; coś z ukrycia kieruje jego myślami, coś z ukrycia kształtuje jego poglądy i wpływa na jego czyny, coś nim mówi. [...] Z poglądem, że człowiekiem «coś mówi», że człowiek jest marionetką poruszaną przez siły zakulisowe, wiąże się pewna dyrektywa hermeneutyczna: kiedy stykamy się z jakimś poglądem, nie zastanawiamy się, czy jest on prawdziwy (zgodny z rzeczywistością), ale co spowodowało, że ktoś taki pogląd głosi. [...] Nie idzie zatem o ustalenie zgodności badanej myśli z rzeczywistością, ale o odkrycie rzeczywistej przyczyny tej myśli. Filozofia podejrzeń ofiarowuje — jak wierzą jej twórcy i zwolennicy — klucz wyjaśniający rzeczywisty (prawdziwy) sens ludzkich działań i słów, ofiarowuje uniwersalny słownik przekładów: z objawów na przyczyny” (Breczko, b.d.).

Oczywiście, im bardziej uniwersalny jest „klucz” epistemiczny, tym więcej powstaje wątpliwości. Potraktowanie onimów (a szerzej — różnych artefaktów językowo-kulturowych) niejako „objawowo”, symptomatycznie, może jednak prowadzić ku pewnemu realizmowi: istnieje bowiem jakiś nieredukowalny wymiar człowieczeństwa, który działa być może nie całkiem zależnie od ludzkiej woli i „na zawsze naznacza nas skazą, brakiem, wiecznym dążeniem, będącym jednak ostatecznym fundamentem naszego ludzkiego bytu” (Kropiwnicki, 2008). Możliwe również, że zwerbalizowanie tego „braku” czy „skazy” nie tylko uświadamia jego obecność, ale i umożliwia ewentualne przeciwdziałania.

Znakowość świata, stała semioza dokonuje się (także) przez nazwy własne. Mogą być one traktowane jako artefakty, których pojawienie się jest znakiem jakiejś społeczno-kulturowej przyczyny bezpośrednio je wywołującej. Mają charakter językowy (podobnie jak symptomy Freudowsko-Lacanowskie) i w sposób metonimiczno-metaforyczny ujawniają zjawiska natury społecznej (por. Rutkowski, 2007). Propria są „węzłami” (termin J. Lacana), które, potraktowane jako spójna całość, „ze ślepym przymusem kierują uwagę na swoje przedmioty” (Peirce, za: Chandler, 2011, s. 62), stają się *n a c z ą c y m* wywołanym przez *n a c z o n e*. W akcie ich całościowej interpretacji ujawniają pewne prawidłowości rządzące ich powstaniem, będące ich (jawną, ale częściej niejawną) przyczyną. Tak pojmowane kompleksowo nazwy są znakami nieintencjonalnymi, „mimowolnymi” (choć oczywiście w sensie jednostkowym ich powstanie ma charakter intencjonalny), ale podlegającymi interpretacji. Onimy jak papierek lakmusowy „reagują” na różne ideologie, tendencje, kierunki i *-izmy*. Interesują nas zatem nie same nazwy, ale to, co je wywołuje<sup>5</sup>. Dzięki ich kompleksowej

<sup>5</sup> Freud powiedział, że nie interesuje go korek, ale fala, która go niesie (za: Breczko, b.d.).

analizie można zrekonstruować to, co w kulturze ukryte/ukrywane, będące „znamiem czasów”, ale często też zaburzone i dysfunkcyjne.

Podobnie w niniejszych badaniach nie chodzi o interpretowanie pojedynczego ideonimu jako etykiety konkretnych treści psychologicznych, filozoficznych czy religijnych, zawartych w konkretnej książce. Nazewnictwo poradnikowe jest traktowane w ramach symptomatologii kultury jako językowe formy objawowe najistotniejszych zjawisk psychiczno-kulturowych, wraz z ich społecznymi przyczynami i funkcjami, które są często nieprawidłowościami, dysfunkcjami czy patologiami, a które w pewnej puli nazw stają się widoczne, niejako „narzucają się oczom”. W wypadku tytułów poradników psychologicznych „gra” symptomów onimicznych i ich głębokich znaczeń ma podwójny sens ze względu na specyfikę tego typu piśmiennictwa, które niejako prymarnie sięga do jednostkowych problemów psychologicznych, umożliwiając tym samym diagnozę powszechnych deficytów i zaburzeń społecznych.

### 3. Literatura poradnikowa w kulturze psychologiczno-terapeutycznej

Pytanie „jak żyć?” wydaje się w tzw. późnej nowoczesności tyleż naglące, co naiwne czy anachroniczne. [...] Pilnie potrzeba rozsądnych rozwiązań ekonomicznych, co natomiast z mniej prozaicznym aspektem owego pytania — długofalowym i dotyczącym życia specyficznie ludzkiego (nieograniczonego do przeżycia) ujętego *en bloc*? Co prawda mnożą się poradniki psychologiczne (nieraz quasi-naukowe) instruujące, jak „żyć pełnią życia”, rozwijać swoją osobowość, być asertywnym, kreatywnym etc.; nie maleje też popularność książek typu *Podręcznik wojownika światła* Coelho, skarbnica złotych myśli (Szkaraadnik, 2013).

W tzw. kulturze terapeutycznej Zachodu (o której więcej w dalszych częściach artykułu) obserwuje się rozrost socjolektu psychologicznego w języku publicznym i prywatnym, rosnącą potrzebę korzystania z usług terapeutycznych, zwiększoną samoświadomość indywidualną i społeczną, umiejętność samodiagnostyki w sferze psychicznej. „Programy samonaprawy proponowane jednostkom są wszechobecne, poczynając od reklam i czasopism, poprzez oferty medyczne, na towarzyskich rozmowach skończywszy” (Ficek, 2012a, s. 250). Teksty medialne (popularnonaukowe czasopisma psychologiczne, takie jak „Charaktery” czy „Sens”, seriale paradokumentalne, programy typu „metamorfozy”, *reality* i *talk shows*, programy publicystyczne, wywiady) promują i popularyzują wiedzę ekspercką lub quasi-eksperską z dziedziny psychologii i psychoterapii. Psychologowie (lub inne autorytety medialne) na oczach publiczności często dokonują szybkiej i niekompetentnej ekspertyzy zachowań ludzkich: osobiste, intymne sprawy zostają podniesione do rangi problemów o dużym zasięgu, mogących stanowić element publicznej dyskusji (por. Skowronek, 2016, s. 19–31, 127–176).



W księgarniach i na portalach księgarskich pojawiają się liczne książki z działu piśmiennictwa określanego zwykle jako popularna literatura psychologiczna lub literatura rozwoju osobistego<sup>6</sup>. Są one inherentnym składnikiem współczesnej kultury terapeutycznej i kultury popularnej (por. Zierkiewicz, 2004). Dziesięć lat temu przemysł podręczników samopomocy psychologicznej w USA wygenerował dochód około 9 mld dolarów. W kulturze zachodniej zapotrzebowanie na ogólnie dostępną oraz tanią pomoc psychologiczną jest ogromne. Rynek poradnikowy w Polsce jest stosunkowo nowy, w ostatnich latach można jednak zaobserwować jego rozwój — wzrost liczby tytułów, nakładów i sprzedaży. Polacy coraz chętniej i częściej sięgają po książki psychologiczne i poradniki. Jest to element wzrostu samoświadomości, a także wskazanie na fakt, że książki te są często stosowane zamiast klasycznej psychoterapii, stosunkowo mało popularnej<sup>7</sup>.

Przywołanie kilku znanych nazwisk autorów/autorek bestsellerowych tekstów zagranicznych: Reginy Brett, Anselma Grüna, Willigisa Jägera, Anthony'ego Mello, Eckharta Tollego, Dale'a Carneggiego, Napoleona Hilla, Rhondy Byrne, Normana Peale'a, Martina Seligmana, Anthony'ego Robbinsa, Don Miguela Ruiz, lub polskich: Katarzyny Miller, Beaty Pawlikowskiej czy Wojciecha Eichelbergera, uświadamia ich różnorodność treściową, gatunkową, funkcjonalną. Różny jest przede wszystkim zakres tematyczny takich poradników, podręczników i przewodników (por. Ficek, 2012a, s. 250): od konkretnych problemów związanych np. z nałogiem, problemami wychowawczymi, trudnościami w związku, karierą zawodową, przez diagnozowanie i autoterapię pewnych ogólnych dysfunkcji życiowych (jak nuda, depresja, żaloba), po próby udzielenia odpowiedzi na ogólne pytanie: „jak żyć?” (por.: Kędzierska, 2007, s. 99–116; Zierkiewicz, 2011, s. 109–130). Tę różnorodność obserwuje się również w zakresie gatunków i form. Są to m.in.: klasyczne poradniki, a także wywiady, eseje, zestawy ćwiczeń, bajki i opowiadania, biografie i portrety, kalendarze z odpowiednimi sentencjami lub rozmyślaniami na kolejne dni, zapisy sesji terapeutycznych. Podręczniki te, analizowane w perspektywie genrów mowy Bachtina, jawią się jako formy wysoce złożone, polimorficzne i transgresyjne (por.: Ficek, 2012a, b; Zierkiewicz, 2004).

W zebranym, wieloelementowym zbiorze nazewniczym znajdują się tytuły poradników, podręczników i przewodników, które mają różny charakter. Siegają one do różnych nurtów psychologii i parapsychologii, nawiązują też do wątków religijnych, filozoficznych, światopoglądowych, czerpią również z zasobów sty-

<sup>6</sup> Inne stosowane terminy: literatura motywacyjna, autoterapeutyczna, typu *self-help*.

<sup>7</sup> Por. [www.wsensie.pl/po-godzinach/item/6367-psychologia-co-naprawde-warto-czytac/6367-psychologia-co-naprawde-warto-czytac](http://www.wsensie.pl/po-godzinach/item/6367-psychologia-co-naprawde-warto-czytac/6367-psychologia-co-naprawde-warto-czytac); <http://badania.net/poradniki-psychologiczne-moga-szkodzic/>.



listycznych i treściowych chrześcijaństwa i religii Dalekiego Wschodu, nurtów New Age oraz odmiennych od zachodnich wierzeń i praktyk.

## II. ANALIZA MATERIAŁU NAZEWNICZEGO

W części analityczno-interpretacyjnej artykułu poddam analizie niektóre charakterystyczne konstrukcje składniowe tytułów poradników psychologicznych, następnie omówię kilka specyficznych elementów leksykalnych, skupię się też na podstawowych zasobach pojęciowych kształtujących te ideonimy. W rzeczywistości analizy te wzajemnie się łączą i przenikają; wiele tytułów ukazuje kilka istotnych cech jednocześnie. Mają one w zamierzeniu doprowadzić do ujawnienia pewnych ogólnych (jawnych lub niejawnych) społeczno-kulturowych mechanizmów sprawczych, których te nazwy miałyby być symptomami.

### 1. Charakterystyka wybranych form składniowych

W badanym zbiorze ideonimów kilka konstrukcji składniowych pojawia się szczególnie często; są one może charakterystyczne właśnie dla tego obszaru nazewniczego, a zarazem dla całego dyskursu psychologiczno-terapeutycznego z nim powiązanego.

#### Formy pytajne z *jak*

Po pierwsze, wiele tytułów ma formę pytania z wyrazem (przysłówkiem) pytajnym *jak* (por. Wróbel, 2001, s. 284, 318). Oto kilkanaście przykładów pochodzących ze znacznie większego zbioru o podobnym charakterze: *Jak swobodnie rozmawiać z każdym i w każdej sytuacji*<sup>8</sup>; *Jak skutecznie poradzić sobie z depresją, stresem i lękiem*; *Jak być rodzicem, jakim zawsze chciałeś być*; *Borderline. Jak żyć z osobą o skrajnych emocjach*; *Jak pokochać siebie*; *Asertywność na co dzień, czyli jak żyć w zgodzie ze sobą i innymi*; *Gniew. Jak nad nim zapanować*; *Mindfulness: Jak wytresować dzikiego słonia i inne przygody w praktyce uważności*; *Z żab w książniczki. Jak przeobrazić siebie za pomocą słowa*; *Jak mówić, by nas słuchano*; *Jesteś bez grosza na własne życzenie: jak przestać klepać biedę i zacząć lepiej żyć*; *Twoje dzieci to twoja wina! Czyli jak wychować dzieci na odpowiedzialnych i samodzielnych dorosłych*; *Jak wydobyć się z depresji* itp.

<sup>8</sup> W artykule dla przejrzystości tekstu i łatwiejszej lektury nie podaję poza tytułami, z racji ich dużej liczby, innych danych bibliograficznych; informacje te można znaleźć za pomocą popularnych internetowych wyszukiwarek wydawniczych i bibliograficznych. Poszczególne tytuły są oddzielone średnikiem.

Zdania te tylko pozornie mają konstrukcję pytającą, w rzeczywistości sugerują bowiem rozwiązanie (wiem(y), jak to zrobić). Nie zawierają modalności pytającej, ale raczej implikują pewien istniejący algorytm postępowania w określonej sytuacji czy dziedzinie (może nią być np. wychowanie dzieci, medytacja czy trwający dłużej negatywny stan emocjonalny), zwykle określane jako *know-how*. Podobny charakter pojęciowy (ale inną konstrukcję składniową) mają tytuły: *Rozwój osobisty. Instrukcja obsługi; Wzór na sukces. Wyrób w sobie dobre nawyki*.

W literaturze specjalistycznej (ekonomicznej) definiuje się *know-how* jako zespół na ogół niejawniej, ale ważnej technicznej lub pozatechnicznej wiedzy, dorobku, osiągnięć i doświadczeń jakiejś firmy, który można zidentyfikować i opisać, a na tej podstawie wykorzystać praktycznie w działalności gospodarczej (por. Suchorabski, 2014). Podręczniki autoterapeutyczne mają zwykle taki właśnie charakter. W ten sposób pojęcie ekonomiczne, ale mające dziś rozpowszechniony, niemal ideologiczny charakter (każda, nawet najdrobniejsza dziedzina życia ludzkiego stara się wypracować swój własny *know-how*) zostaje przesunięte w obręb autopraktyk psychologicznych, relacji interpersonalnych etc. Mniej istotna jest refleksja nad poszczególnymi zjawiskami psychicznymi, znacznie ważniejsze są szybkie, skuteczne i praktyczne rozwiązania. Myślenie ekonomiczne, technologiczne, wyłącznie pragmatyczne zostaje wykorzystane w psychologii popularnej.

#### Formy żądające

Innym wyróżniającym się elementem syntaktycznym badanych tytułów są zdania żądające (por. Wróbel, 2001, s. 317–318), np.: *Emocje ujawnione. Odkryj, co ludzie chcą przed tobą zataić, i dowiedz się czegoś więcej o sobie; Zasady Canfielda. Rusz się stąd, gdzie jesteś, i idź tam, gdzie chcesz być!; Bądź aniołem swojego życia!; Coaching. Prowadź swoją drużynę ku zwycięstwu; Zdrowie emocjonalne. Przemień lęk, złość i zazdrość w twórczą energię; Radość. Naucz się wyzwalać energię stłumionych uczuć; Przebudź się ku temu, co czynisz* itp. Ich żądaniowy charakter ma różny stopień i zakres — sytuuje się pomiędzy jawnym rozkazem czy roszczeniem a radą i poradą, przechodząc w niektórych sytuacjach nawet w ostrzeżenie czy groźbę (jeśli tego nie zrobisz, to będzie niedobre/niekorzystne dla ciebie). Takie sytuacje syntaktyczne ujawniają możliwość, a nawet powinność podporządkowania się jednostki pewnemu społecznemu dyktatowi. Wielość oferowanych ścieżek postępowania jest tu myląca. W rzeczywistości już samo uleganie owym rozkazom, zastosowanie się do różnych oferowanych rozwiązań, nie jest samo w sobie „niewinne”. Oznacza w pewnej mierze odrzucenie jednostkowej wolności, zdanie się na cudzą, autorytarną wiedzę.

Ideonimy w formie zdania rozkaznikowego, typu: *Uwierz i zwyciężaj; Wykorzystaj swój potencjał przez potęgę podświadomości; Zmień słowa,*

*a zmienisz swoje życie; Zdobądź siły na zmianę życia; Idź zawsze do przodu; Nie oglądaj się na porażkę; Obudź w sobie olbrzymia; Powiedz życiu tak!; Miej marzenia ... i zrealizuj je!; Nie tłumacz się, działaj!; Myśl jak Arystoteles, Mozart, Disney i Sherlock Holmes; Żyj lepiej niż dobrze. Spełniaj swoje marzenia* itd., mają jednak również walor reklamowy i komercyjno-marketingowy. Nie chodzi tu tylko o sprzedaż konkretnych książek (choć oczywiście jest to element istotny). Chodzi przede wszystkim o wytworzenie poczucia, że można znaleźć łatwo dostępne rozwiązanie każdego problemu. To z kolei generuje pewien konsumpcyjny styl myślenia w sferze życia psychicznego. Szybki efekt terapeutyczny jest dostosowany do tempa dzisiejszego życia; terapia podporządkowuje się imperatywowi skuteczności i doraźnym środkom (Kropiwnicki, 2008).

#### Złożone konstrukcje syntaktyczne

Inną częstą cechą syntaktyczno-pojęciową badanego zbioru nazewniczego jest składniowa złożoność i wieloelementowość tytułów, np.: *Nowa ziemia. Przebudzenie świadomości sensu życia; Asertywność. Skuteczna komunikacja w biznesie; Wzrastaj aż pod niebo!. Samorozwój lidera jutra; Alchemia kariery kobiety. Daj sobie drugą szansę; Motywacja przez wielkie M. Zmierzaj do celu; Nie bój się życia. Jak pokonać swoje lęki i odnaleźć szczęście; Urodzony zwycięzca. Praca, seks i pieniądze. Prawdziwe życie na ścieżce uważności; Sens miłości. Nowe podejście do problemu miłosnych związków; Pytania do życia. Od teraz każda zmiana będzie łatwiejsza; Świat naszych uczuć. Przewodnik w poznawaniu i kształtowaniu ludzkich uczuć; Tajemnica odporności psychicznej. Jak uodpornić się na stres, depresję i wypalenie zawodowe* itd.

Powszechność, wariantywność i polimorficzność takich złożonych, „rozrostowych” konstrukcji w badanym zbiorze ideonimicznym jest bardzo duża. Przeważają formacje, w których pierwszy człon ma charakter wypowiedzenia niezdaniego (por. Wróbel, 2001, s. 236): *Urodzony zwycięzca...*; *Praca, seks i pieniądze...*; *Świat naszych uczuć...*; *Sens miłości...* Drugi człon składniowy zwykle (choć nie jest to regułą) przybiera formę wypowiedzenia zdaniowego: *...Znajdź swój własny kod sukcesu; ...Od teraz każda zmiana będzie łatwiejsza* lub niezdaniego: *...Prawdziwe życie na ścieżce uważności; ...Nowe podejście do problemu miłosnych związków*. Pierwszy człon zwykle nazywa obszar, w którym diagnozowany jest problem czy deficyt (np. obszar kariery, związków, emocji), lub definiuje pożądaną cel działań (np. szczęście, liderowanie, asertywność, sukces finansowy). Drugi ma charakter wyjaśniający, doprecyzowujący, instruktażowy. Ten typ ideonimów jest bardzo charakterystyczny dla badanej grupy tekstów, jest ich najłatwiej rozpoznawalną cechą. Łatwo poddaje się trawestacji i parodii.

### Proste konstrukcje syntaktyczne

Przeciwieństwem omówionego typu składniowego są tytuły-teksty o charakterze maksymalnie skondensowanym, składające się z jednego, dwóch ewentualnie trzech leksemów. Ten model składniowy realizowany jest niemal równie często jak poprzedni, np.: *Sekret; Calm; Ścieżka miłości; Porządki miłości; Inteligencja serca; Mimo lęku; Tajemnice podświadomości; Potęga skupienia*. Są to zwykle grupy rzeczownikowe (rzeczownikiem lub rzeczownik występujący ze swoim podrzędnikiem, rzeczownikiem lub przymiotnikiem): *Siła woli; Szkoła życia; Alfabet miłości; Dekalog szczęścia; Urzeczywistnianie marzeń; Przywracanie zdrowia; Wzór na sukces; W zgodzie z sobą; Droga ku życiu*. Zarówno ich skrótowość, lapidarność, formuliczność, jak i zawartość semantyczna (*sekret, tajemnica, szkoła, kod, droga, ścieżka, alfabet, moc*), sugerują, że istnieje pewien uniwersalny mechanizm, rozwiązujący egzystencjalne problemy.

Wiele tych tytułów (będących pod względem składniowym grupami czasownikowymi lub rzeczownikowymi) ma charakter maksym, aforyzmów, elementów sapiencjalnych, „skrzydlatych słów”, frazemów, mieszczących się w tzw. świadomości potocznej, por.: *Żyj pełnią życia; Esencjalista. Mniej, ale lepiej; Liczy się efekt; Mieć piękny umysł; Plaster na duszę; Uzdrowiająca siła śmiechu; Uwolnij pewność siebie*. Inne przybierają postać metafory lub paradoksu: *Buty szczęścia; Autobus energii; Radość jaźni; Mowa ciszy*. Odwołują się one do powszechnych skojarzeń i stereotypów związanych z buddyzmem i innymi religiami orientalnymi: *Sztuka prostoty; Sztuka minimalizmu; Sztuka umiaru; Sztuka zrozumienia; Żyj tu i teraz; Świadome życie; Spiesz się powoli; Uważność w jedzeniu; Zasada bambusowego krzewu*. Te elementy filozoficzno-religijne mają w ogólnym przekonaniu stanowić przeciwwagę dla dzisiejszego pośpiechu, chaosu, szybkiego tempa życia.

Cztery omówione typy syntaktyczne ideonimów warto zinterpretować przede wszystkim jako kompensacyjny katalog współczesnych jednostkowych i społecznych deficytów lub braków: poczucia własnej znikomości, smutku i depresji, które definiowane są w kulturowych kategoriach „niepowodzenia życiowego”. Można też przyjąć za Z. Baumanem, że „[w]brew logice [...] podaż rozwiązań poprzedza z reguły artykulację problemów. [...] W ostatecznym obrachunku nie sposób rozstrzygnąć, co przychodzi pierwsze: problem czy ekspertyza nań nakierowana; oba elementy można definiować tylko łącznie — tłumaczą się one przez siebie nawzajem” (Bauman, 2008, s. 113; por. także Ficek, 2012a).

## 2. Charakterystyka wybranych jednostek leksykalnych

W poniższej części artykułu zostaną omówione niektóre elementy leksykalne/części mowy o szczególnie dużej frekwencji, których występowanie jest charakterystyczne dla badanego zbioru nazw; stanowią one onimiczne odpowiedniki sił dyskursywnych kształtujących te teksty.

### *Siedem...* Myślenie symboliczne

Bardzo istotną częścią mowy w ramach tego nazewnictwa jest liczebnik. Liczebniki, w tradycyjnej nomenklaturze gramatycznej określane jako główne, porządkowe i zbiorowe, pojawiają się w wielu badanych tytułach, stanowiąc o ich specyfice: *Zero ograniczeń. Sekret osiągnięcia bogactwa, zdrowia i harmonii ze światem; Jedna minuta dla samego siebie; 9 zasad życia w harmonii; 10 kroków do uwolnienia, uzdrowienia i wyższej świadomości; Jak stać się bardziej opanowanym, spokojnym i szczęśliwym w 14 dni; 24 lekcje zarządzania wielkimi projektami; Medytacja dzień po dniu. 25 lekcji uważnego życia; 29 darów, które odmieniają Twoje życie; Ku doskonałości. 30 dni do zmian; SuperPamięć w 31 dni; 40 medytacji dla przyjaciół; 50 łamiągówek, które wytrenują Twój mózg; 52 zmiany. Zmień swoje życie tydzień po tygodniu; 60 sposobów na młodość; 100 dróg do uwolnienia się od swoich lęków* i wiele innych.

Tak znaczne i licznie potwierdzone występowanie tej części mowy ponownie odsyła do algorytmizacji wszelkich technik *self-help*, ustawicznego poszukiwania wielu wskazówek i drogowskazów. Skądinąd „wielkość równie dobrych rozwiązań przytłacza — podobnie jak nadmiar autorytetów. Z kolei nieustanne «wsluchiwanie się» w cudze wypowiedzi zdaje się wpędzać jednostkę w rodzaj nałogu czy obsesji” (Ficek, 2012a). Proces konstruowania siebie nie ma dowolnego charakteru, ale pozostaje w ścisłych ramach pewnego modelu, podpowiadającego szybki rytm i tempo „pracy nad sobą” (Jacyno, 2007, s. 15). Jest uproszczeniem meandrów życiowych, zakłada swój początek i rychły, pozytywny koniec.

Nie jest chyba przypadkiem szczególnie duża frekwencja liczby 7 (por.: *7 nawyków skutecznego działania; Siedem zasad udanego małżeństwa; 7 kluczy do zdrowia duchowego; 7 duchowych wskazówek, które uzdrowią Twoją codzienność; Język ciała. Siedem lekcji komunikacji niewerbalnej; Kobieta i pieniądze. 7 kroków edukacji finansowej dla kobiet; Mistrzowska gra. 7 prostych kroków do finansowej wolności; 7 tajemnic żółwia. Zwolnij, odkryj życie; Odbudowanie życia w obfitości. Na podstawie książki „Siedem słupów Mądrości”; Sekret szczęścia. 7 fundamentów życiowej radości; Siedem kroków do prawdziwego sukcesu*). Często są też tytuły z liczbami/cyframi równie utrwalonymi w kulturowym rezerwuarze symboli: 3, 5 i 6: *Trzy kroki ku spełnionej przyszłości; Pięć kroków do życia w zgodzie ze sobą i światem; 6 filarów poczucia własnej wartości*.

Symbolika liczby 7 jest niezwykle bogata, ukształtowana na bazie wielu tekstów religijnych, mitów i opowieści. Uważana jest w wielu tradycjach (w tym: babilońskiej, staroegipskiej, greckiej i rzymskiej, judaistycznej, chrześcijańskiej, muzułmańskiej, buddyjskiej, hinduistycznej, gnostycznej, okultyzycznej i ludowej) za liczbę świętą, mistyczną, magiczną, symbol kosmosu, stworzenia, przestrzeni i doskonałości oraz człowieka. Nowoczesne techniki autoterapeutyczne bazują więc na archetypowej symbolice i — paradoksalnie — na myśleniu mitycznym, pozaracjonalnym współczesnego człowieka, a zatem na takim, w którym porządek empiryczny świata można odnieść do jakiegoś porządku wyższego, transcendentnego, przez co traci on swą przypadkowość, a staje się celowościowy. Świat współczesny, na wskroś racjonalny, „odczarowany” (termin M. Webera), staje się na powrót światem magicznym.

#### *Mózg, umysł, myślenie. Racjonalizacja świata*

Niejako w opozycji do myślenia symbolicznego pojawiają się liczne ideonimy, których elementy wyrazowe związane są z polem semantyczno-leksykalnym: *mózg, umysł, myśleć*, np.: *Uwolnij moc kobiecego mózgu; Jak uczucia wpływają na rozwój mózgu; Twój mózg w działaniu; Rozwiń swój umysł. Ćwiczenia dla lewej półkuli mózgu; Fitness mózgu; Przeprogramuj swój mózg; Cokolwiek myślisz, pomyśl odwrotnie; Myśl potężnie. Uwalnianie Twojego potencjału do doskonałości; Myśl jak zwycięzca; Myśl jak Sherlock Holmes; Myślenie pytaniami; Myśl negatywnie! Niekonwencjonalny sposób na rewelacyjne wyniki; Moc umysłu; Mądrością ciała i umysłu możesz pokonać stres, choroby i ból; Zwalcz niepokój. Uspokój umysł i odzyskaj swoje życie; Uwolnij swój potencjał. Przez umysł i ciało do sukcesu; Twój umysł na detoksie; Czysta. Esencja naszego umysłu.*

Należy ten element leksykalno-pojęciowy interpretować jako symptom racjonalności współczesnych czasów i nadrzędności racjonalizacji nad innymi typami działań.

Podręczniki do autoterapii przekonują, że racjonalna, metodyczna praca nad sobą to jedyna droga samorealizacji. Własne emocje i psychika — oto właściwy obszar działania. Osiągnięcie szczęścia nie jest już związane z przekształcaniem świata społecznego, ale realizuje się przez samokontrolę świata wewnętrznego. Taki wzorzec terapii zapewnia systemowi społecznemu równowagę i przyczynia się do jego reprodukcji. [Problemy] nie są definiowane jako wynikające z kształtu systemu społecznego, [ale] zostają przekształcone w osobiste problemy jednostek, które należy rozwiązać, pracując nad swoją psychiką i nastawieniem do świata (Gdula, 2007).

Racjonalność działań podmiotu polega też na jego podwójnej roli: jako podmiotu i jako obiektu własnych działań (por. Jacyno, 2007, s. 9–10). Zestaw zewnętrznych instrukcji danych podmiotowi służy do „obsługi siebie”.



*Nauka, podręcznik, ćwiczenia, trening. Techniki siebie*

W koncepcji Michela Foucaulta i innych filozofów współczesnej kultury pojawia się termin *techniki siebie* (Foucault, 2000). Technika *self* oznacza skupienie się jednostki na sobie, na swoich działaniach, emocjach, myślach, pragnieniach, troskę o siebie i uczenie się siebie. Ma to służyć osiągnięciu lepszego stanu (szczęścia, spełnienia, doskonałości). Wiele tytułów poradników psychologicznych stanowi empiryczne potwierdzenie słuszności tych spostrzeżeń, por.: *Jak myśleć pozytywnie? Autosugestia i samoocena; Automotywacja. Odkryj w sobie siłę do działania!; Siła woli. Wykorzystaj samokontrolę i osiągnij więcej!* Pojęcia uczenia się i nauki są w zachodniej cywilizacji silnie osadzone w wymiarze edukacyjno-instytucjonalnym i nierozzerwalnie łączą się z dyscypliną, egzaminowaniem oraz znajomością pewnych technik działania (por. Budzowska, 2012; Marzec, 2012), np.: *Optymizmu można się nauczyć; Przyspieszony kurs rozwoju osobistego; Wybierz szczęście. Naukowe metody budowania życia, jakiego pragniesz; Nauka kochania siebie. Od wybaczenia do pełnej samoakceptacji; Szczęście to Twój wybór. Proste techniki odkrywania cudów; Wzór na sukces. Wyrób w sobie dobre nawyki* itp. Wdrożenie różnych metod samodyscyplinujących i samoegzaminujących dokonuje się przez tytuły, które pochodzą z dyskursu szkolno-edukacyjnego (*Podręcznik manipulacji; Mosty zamiast murów. Podręcznik komunikacji interpersonalnej; Zagubiony podręcznik życia. Znajdź swoje miejsce na Ziemi; Jak zapewnić sobie awans. Podręcznik rozwoju kariery; Jak pokochać siebie? Podręcznik życiowej przemiany*). Jednocześnie techniki samoregulacji wymagają obecności zewnętrznego autorytetu, przewodnika, znawcy, eksperta: *Tylko dla kobiet. Przewodnik po tym, co kryje się w duszy mężczyzny; Osobisty przewodnik po depresji; Przewodnik dobrego umierania; Daruj sobie. Przewodnik dla tych, którzy nie potrafią przestać; Jak żyć, aby żyć. Praktyczny miniporadnik zdrowego stylu życia; Twoje prawo do bogactwa. Praktyczny poradnik tworzenia bogactwa i spełniania marzeń; Zbiór porad doskonalących nasze życie*.

Sukces psychologicznych autotechnik oparty jest na ich powtarzalności i regularności, stąd częste są wyrazy *trening* i *ćwiczenia*: *Samo Sedno — trening kreatywności; Trening jaguara. Obudź w sobie pewność siebie; Jak usprawnić komunikatywność? Trening; Jak zapomnieć eksa. Zeszyt naprawdę skutecznych ćwiczeń; Mindfulness. Krótkie ćwiczenia uważności dla spokojnego życia; Energia kwantowa. Ćwiczenia, które mogą radykalnie zmienić twoje życie* itp.

*Wiara, cud, uzdrowienie. Myślenie religijne*

W wielu tytułach poradników autoterapeutycznych pojawia się również coś w rodzaju wiary zarówno w możliwość nadzwyczajnego działania samego człowieka (wpływania na siebie samego), jak i wpływu pewnych ukrytych mocy mających transcendentny charakter: *Uwierz, że możesz. Czas, aby marzenie stało się rze-*



czywistością; *Wiara. Siła napędowa sukcesu; Spełnione marzenia. Siła wiary, siła myśli.* „Leczenie psychiki” ma niekiedy wymiar gwałtownie transformujący, „cudowny” i dokonuje się przez odpowiednie formuły słowne: niemal magiczne zaklęcia czy egzorcyzmy: *Pokochaj siebie, ulecz swoje życie; Możesz uzdrowić swoje życie; Cuda zdarzają się co dzień; Zaklęcie na bycie sobą; Duchowa moc empatii; Przebaczenie źródłem uzdrowienia; Potęga duchowego zarządzania; Oczekuj cudów! Sekretna moc tkwi w Tobie; Jesteś cudem. 50 lekcji, jak uczynić niemożliwe możliwym; Ego-rzeczy. Poznaj, czym jest i jak działa ego.*

Niekiedy ideonimy wprost odwołują się do istniejących lub „wynalezionych” tradycji religijnych, z których wywodzą istnienie sił transformujących ludzką psychikę: *Kochaj Boga i nie bój się być szczęśliwym; Dlaczego Bóg się śmieje? Boży poradnik antydepresyjny; Bóg nigdy nie mruga; Bóg zawsze znajdzie ci pracę; Jezus jako terapeuta. Uzdrowiająca moc przypowieści; Jezus największy terapeuta wszech czasów. Psychologiczne przesłanie Ewangelii; Jak być przywódcą na wzór Jezusa?; Bądź aniołem swego życia; Mentalny kod DNA. Psychoterapia praniczna i joga; Psychologia jogi; Terapia jogą; Idź zawsze do przodu. Życiowa mądrość starego Indianina; Huna w samouzdrawianiu i auto-terapii.* Pojawia się również w tych tytułach wywodzące się jeszcze z XIX w. przeświadczenie, że sfera psychiczna poddaje się mocy słowa (koncepcja *talking cure*), nie w wyniku długotrwałej terapii, ale w wyniku natychmiastowego działania słowa, jego performatywnego aspektu, sugestii (por. Harrington, 2008, s. 33–78). Psychologia popularna czerpie w ten sposób z myślenia mitycznego, religijnego i parareligijnego.

### *Sukces i szczęście. Radykalny projekt jednostki*

Według M. Jacyno kultura terapeutyczna pełni funkcje modelujące wobec procesu konstruowania tożsamości przez jednostki, problematyzuje i projektuje realizację fundamentalnych dla kultury indywidualizmu wartości, przede wszystkim wolności, samorealizacji, świadomości, autentyczności, szczęścia i sukcesu (por. Jacyno, 2007, s. 15). Ta presja kulturowa na pożądany typ człowieka (por. Zierkiewicz, 2011) sprawia, że wszystkie te idee znajdują swoje odzwierciedlenie w tytułach poradników, wśród których *sukces* i *szczęście* mają dużą frekwencję: *Kod szczęścia; Nie zjadaj cukierka... od razu! Tajemnica słodkiego sukcesu w pracy i w życiu osobistym; Obietnica sukcesu. Twój mistrzowski plan na osiągnięcie każdego celu; Przechytżyć Diabła. Sekret wolności i sukcesu; Rozwój osobisty kluczem do sukcesu; Znajdź swój własny kod sukcesu; Twój sukces zależy od Ciebie; Zasada 1%, czyli jak osiągnąć sukces dzięki drobnym zmianom; Zaprojektuj swoje szczęście; Po szczęście do pracy; Radość. Poczucie szczęścia, które masz w sobie; Co z tym szczęściem? Psychologia pozytywna w praktyce.*

Sukces i szczęście, ideały człowieka ponowoczesnego, stoją w zasadniczej sprzeczności z obserwowanymi zjawiskami natury ogólnej. Kryzysy gospodarcze i finansowe, gwałtowny rozwój technologii, wojny ideologiczno-religijne tworzą raczej klimat społecznej niepewności i lęku na zachodzie Europy.

Od lat 70. depresja stała się jedną z najbardziej powszechnych chorób. Dawniej, w „społecznościach dyscypliny”, miała raczej postać neurozy wynikającej z konfliktu pomiędzy tym, co jest i nie jest dopuszczalne, między wolnym wyborem a tym, czego zabrania system. [...] Dzisiaj, po emancypacyjnych ruchach, które znacząco przesunęły granice społecznej akceptacji, przydarzyła nam się innego rodzaju dyktatura: konflikt pomiędzy możliwym i niemożliwym. Zmienił się ideał, do którego dążymy [...]. Nie ma on już więcej nic wspólnego z relacją jednostka-społeczeństwo — najważniejszym jego kryterium stała się motywacja. Liczą się wyniki, które możemy osiągnąć jako najlepsza i najbardziej produktywna wersja samych siebie (Injac, b.d.).

Ten nieusuwalny rozziw pomiędzy radykalnym i niemożliwym do urzeczywistnienia projektem tożsamościowym a rzeczywistością życiową jednostki owocuje często poczuciem bezradności, zmarnowanej szansy, stanami zniechęcenia i abulii, które z łatwością przekształcają się w rozmaite zjawiska depresyjne i lękowe oraz uzależnienia (por. Skowronek, 2016, s. 22).

#### *Ja, mnie, moje.* Kultura indywidualizmu i narcyzmu

Kultura terapeutyczna jest zwykle pojmowana jako specyficzna forma kultury indywidualizmu (por. Jacyno, 2007), w której jednostka i jej samorealizacja są wyjątkowo istotne, relacje społeczne i idee wspólnotowe natomiast zostają niejako na drugim planie. Formacja *ja* (często w opozycji do *innych*, którzy zagrożają *ja*) oraz inne, typu: *siebie, sobą, swój*, są wyjątkowo częste w badanym zbiorze nazewniczym, por.: *Wybierz siebie. Bądź szczęśliwy, zarabiaj miliony i spełniaj swoje marzenia; Twórz własną przyszłość zamiast słuchać innych; Żyj według własnych zasad; Pokochaj siebie, a nawet innych; Lepiej żyć po swojemu; Pokochać samego siebie; Bądź sobą. Wylecz swoje 5 ran; Zarządzanie sobą. Zrozum siebie i zrealizuj marzenia; Jak dobrze być sobą. Skuteczny plan budowania poczucia własnej wartości; Wywieranie wpływu na siebie; Sztuka doceniania siebie* etc. Wiele z nich definiuje różne stany wewnętrzne *ja-ego*: *Tak poskromisz swojego wewnętrznego lenia!; Gucio, twój wewnętrzny drań; Nowa Ty — magazyn piękna wewnętrznego; Podróż w głąb siebie. Kolejny krok ku świadomemu życiu; Nawyk samodyscypliny. Zaprogramuj wewnętrznego stróża; Powrót do swego wewnętrznego domu. Jak odzyskać i otoczyć opieką swoje wewnętrzne dziecko* itp.

To skupienie na sobie, na własnej psychice, jej rozmaita eksploracja powodują — według m.in. Ch. Lascha (2015) — zmiany w świadomości jednostki, a w konsekwencji — w powojennej kulturze Zachodu. Lasch w swojej książce

„Kultura narcyzmu”<sup>9</sup> oskarża społeczeństwo o nadmierne zindywidualizowanie i zorientowanie na zaspokajanie hedonistyczno-konsumpcyjnych potrzeb jednostek. Krytykuje instytucje i domeny społeczeństwa liberalnego, upatrując w nich źródła zaburzeń narcystycznych. Kultura indywidualizmu przeobraża się w ten sposób w kulturę narcyzmu.

### III. UWAGI KOŃCOWE

Niniejsza refleksja nie wyczerpuje zagadnienia. Nie bada też innych, równie interesujących zjawisk składniowo-leksykalnych w ramach zebranego materiału onimicznego. Nawet jednak ten fragmentaryczny ogląd pokazuje zarówno swoistość onimiczną zebranych nazw, jak i skomplikowane zjawiska społeczno-kulturowe za nimi stojące.

Analizowany zbiór ideonimów poradników psychologicznych typu *self-help* może zostać potraktowany jako manifestacja pewnych ogólnych wzorów współczesnej kultury (por. Dudek, Pankalla, 2008), jako ujęzykowany, metonimiczno-metaforyczny obraz kondycji współczesnego człowieka, głównie jego deficytów, obsesji, zaburzeń, niepokojów. W perspektywie symptomatologii kultury omówione typy składniowo-leksykalne tytułów poradników są, z jednej strony, objawami wzrastającej bezradności współczesnego człowieka wobec rudymenarnych doświadczeń życiowych, jakimi są cierpienie i frustracja, z drugiej — jak się wydaje — oznakami zaniku naturalnych zdolności do rozwiązywania trudnych sytuacji lub do ich akceptacji. Pokazują one też naiwne przekonanie o onnipotencji jednostki, która może wobec siebie występować w roli terapeuty (Zierkiewicz, 2011), gwałtowną potrzebę szybkich rozwiązań, które uwalniałyby od negatywnych elementów egzystencji, oraz zanikającą sferę wartości wspólnotowych.

Psychika człowieka stała się modelowym przykładem korporacji, która własne poczucie szczęścia buduje na zasadach zarządzania ludzkim potencjałem, na opłacalności rynkowej, na wzroście własnych akcji na rynku indywidualnych wartości. Jednostce wolno już wszystko, ale pod warunkiem, że prowadzi to do osiągnięcia wytyczonego celu (Injac, b.d.).

Mogłoby się zdawać (jeśli użyjemy terminologii Jungowskiej), że współczesna kultura, rozpoznając jedynie to, co dobre, pożądane, optymistyczne, pozytywne, aktywne i jasne, nie rozpoznała i zintegrowała jeszcze w pełni swojego Cienia. Tymczasem nieświadomiona „ciemna strona” kultury raz po raz daje o sobie znać pod postacią zbiorowych projekcji, nienawistnych fantazji o Obcych, mowy

<sup>9</sup> Oryginał ukazał się w 1979 r. w USA.

nienawiści, aktów wykluczenia innych ludzi ze względu na kolor skóry, płeć, preferencje seksualne, wyznawane poglądy polityczne lub religijne. Mimo to:

[...] prawda psychoanalizy mówi: trwanie przy naiwnym indywidualizmie, dziecinny przywiązaniu do własnego „ja” może tylko pogłębić [...] symptom. Nie pomogą tu nowoczesne lekarstwa na ból duszy, których członkowie współczesnych społeczeństw, jako konsumenci, pochłaniają więcej i więcej. [...] Psychoanaliza pozwala nam zadać pytanie: czy mamy być marionetkami [...] podporządkowanymi egoistycznie zorientowanym teoriom racjonalnego wyboru, [...] maszynami konkurującymi na rynku w pogoni za „szczęściem”, czy też dostrzeżemy tragizm bycia człowiekiem nawet w społeczeństwie dostatku, dostrzeżemy, że „szczęście” wypełniające istotowy brak w człowieku to jedynie proteza, kolejny gadżet mający nas przekonać, że w tej indywidualistycznie zorientowanej społeczności odnaleźliśmy najlepszy z możliwych światów (Kropiwnicki, 2008).

#### LITERATURA

- Bauman, Z. (2008). *Bauman o popkulturze. Wypisy. Koncepcja i wybór* M. Halawa, P. Wróbel. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Breczko, J. (b.d.). *Trujące owoce trzeciej filozofii podejrzeń (O szkodliwym wpływie psychoanalizy na kulturę współczesną)*, [http://sceptycy.org/?page\\_id=159](http://sceptycy.org/?page_id=159) (dostęp: 2 IV 2016).
- Budzowska, M. (2012). *Techniki siebie według Seneki. Symbolae Philologorum Posnaniensium Graecae et Latinae, 22/2*, s. 23–31.
- Chandler, D. (2011). *Wprowadzenie do semiotyki*. Przeł. K. Hallett. Warszawa: Oficyna Wydawnicza Volumen.
- Dudek, W. Z., Pankalla, A. (2008). *Psychologia kultury. Doświadczenia graniczne i transkulturowe*. Warszawa: Wyd. „Eneteia”.
- Dziomba, S. (b.d.). *Nieświadome od Freuda do Lacana*, <http://psychoanaliza.com.pl/?art=11&tab=texts> (dostęp: 25 III 2016).
- Elgin, C. Z. (1996). *Index and icon revisited*. W: V. M. Colapietro, T. M. Olszewsky (ed.), *Peirce's Doctrine of Signs: Theory, Applications, and Connections*. Berlin–New York: Mouton de Gruyter, s. 181–189.
- Felluga, D. (2002). *Introductory Guide to Critical Theory Psychoanalysis*, hasło: *Symptom*, [www.cla.purdue.edu/english/theory/psychoanalysis/definitions/symptoms.html](http://www.cla.purdue.edu/english/theory/psychoanalysis/definitions/symptoms.html) (dostęp: 25 III 2016).
- Ficek, E. (2012a). *Dyskurs terapeutyczny i jego uwarunkowania — rekonesans badawczy. Tekst i Dyskurs, 5*, s. 249–259.
- Ficek, E. (2012b). *Współczesny poradnik. Próba lingwistycznej charakterystyki gatunku i jego wielorakich aktualizacji. Linguarum Silva, nr 1*, s. 151–166.
- Foucault, M. (2000). *Techniki siebie. Czym jest Oświecenie?* W: M. Foucault, *Filozofia, historia, polityka. Wybór pism*. Przeł. D. Leszczyński, L. Rasiński, Warszawa–Wrocław: Wyd. Naukowe PWN.
- Furdal, A. (2007). *Semiotyczne nawiązania onomastyki*. W: A. Cieślukowa, B. Czopek-Kopciuch, K. Skowronek (red.), *Nowe nazwy własne — nowe tendencje badawcze*. Kraków: Pandit.
- Garber, M. (2000). *Symptoms of Culture*. London: Routledge.
- Gdula, M. (2007). *Dwie terapie*, [www.krytykapolityczna.pl/Recenzje/GdulaDwieterapie/menuid-431.html](http://www.krytykapolityczna.pl/Recenzje/GdulaDwieterapie/menuid-431.html) (dostęp: 24 III 2016).
- Harrington, A. (2008). *Wewnętrzna siła. Umysł, ciało i medycyna*. Przeł. A. Eichler, P. Szwajcar. Warszawa: Wydawnictwo CiS.

- Hausman, Ch. R. (1993). *Charles S. Peirce's Evolutionary Philosophy*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Hensoldt, A. (2014). Peirce i Wittgenstein o życiu znaków. *Diametros*, 41, s. 38–55.
- Injac, G. (b.d.). Trzecia przestrzeń. Symptomy naszych czasów, [www.dwutygodnik.com/artykul/3646-trzecia-przestrzen-symptomy-naszyczasow.html](http://www.dwutygodnik.com/artykul/3646-trzecia-przestrzen-symptomy-naszyczasow.html) (dostęp: 3 IV 2016).
- Jacyno, M. (2007). Kultura indywidualizmu. Warszawa: Wyd. Naukowe PWN.
- Kędzierska, J. (2007). Instruktorzy życia szczęśliwego. Fenomen współczesnych poradników — wybrane aspekty. *Global Media Journal — Polish Edition*, 1 (3), [www.globalmediajournal.collegium.edu.pl/artykuly/wiosna%202007/Kedzierska-Instruktorzy%20zycia%20szczesliwego.pdf](http://www.globalmediajournal.collegium.edu.pl/artykuly/wiosna%202007/Kedzierska-Instruktorzy%20zycia%20szczesliwego.pdf) (dostęp: 15 XI 2015).
- Kropiwnicki, M. (2008). Psychoanaliza: tragiczność i niepogodzenie. Debata psychoanalityczna, [www.kronos.org.pl/index.php?23250,384](http://www.kronos.org.pl/index.php?23250,384) (dostęp: 20 III 2016).
- Lasch, Ch. (2015). Kultura narcyzmu. Amerykańskie życie w czasach malejących oczekiwań. Przeł. G. Ptaszek, A. Skrzypek. Warszawa: Wyd. Akademickie SEDNO.
- Marzec, J. (2012). Duchowość, tożsamość i edukacja. *Forum Oświatowe*, 2 (47), <http://forum-oswiatowe.pl> (dostęp: 15 XI 2015).
- Milewski, T. (2004). *Językoznawstwo*. Wyd. 6 uzup. Warszawa: PWN.
- Morciniak, N. (b.d.). Znak językowy wśród innych znaków, [www.morciniak.eu/26,znak\\_jezykowy\\_wsrod\\_innych\\_rodzajow\\_znaku](http://www.morciniak.eu/26,znak_jezykowy_wsrod_innych_rodzajow_znaku) (dostęp: 23 III 2016).
- Nasio, J.-D. (1992). *Cinq leçons sur la théorie de Jacques Lacan*. Przeł. M. Gusin, [www.jung-poland.org/pl/zbior-tekstow/fragment-ksiazki-piec-wykladow-o-teorii-jacquesa-lacana-j-d-nasio.html](http://www.jung-poland.org/pl/zbior-tekstow/fragment-ksiazki-piec-wykladow-o-teorii-jacquesa-lacana-j-d-nasio.html) [fragmenty] (dostęp: 2 IV 2016).
- Obrębska, M. (2015). „Myślę, więc «znaczę». Czuje, więc jestem”. O Peirce’owskim pojęciu znaku zdegenerowanego. *Studia Kulturoznawcze* 1 (7): Peirce — nowe spojrzenie, s. 27–36.
- Rutkowski, M. (2007). *Nazwy własne w strukturze metafory i metonimii*. Olsztyn: Wyd. UWM.
- Sebeok, T. A. (1986). *I Think I Am a Verb: More contributions to the doctrine of signs*. New York: Springer Science.
- Skowronek, K. (2016). *Kultura konsumpcji — kultura terapii*. Studia językoznawcze, Kraków: Libron.
- Suchorabski, M. (2014). Czym jest know-how? *GazetaPrawna.pl*, 25 IV, <http://prawo.gazeta-prawna.pl/artykuly/792757,jak-prawo-definiuje-know-how.html> (dostęp: 2 IV 2016).
- Szkaradnik, K. (2013). Sztuka życia, sprzeciwu, zaangażowania. O pojęciu ludzkiej suwerenności w rozważaniach Gernota Böhmego, [www.anthropos.us.edu.pl/anthropos11/texty/szkaradnik.htm](http://www.anthropos.us.edu.pl/anthropos11/texty/szkaradnik.htm) (dostęp: 15 XI 2015).
- Włoskowitz, W. (2015). Trójelementowy model znaczenia onimicznego i pojęciowy model onomastykonu. *Onomastica*, 59, s. 57–76.
- Wojakowska-Skiba, A. (b.d.). Symptom — sinthome, [http://sinthome.pl/pic/StronaPL/insomnia/AWS\\_symptom.pdf](http://sinthome.pl/pic/StronaPL/insomnia/AWS_symptom.pdf) (dostęp: 26 III 2016).
- Wróbel, H. (2001). *Gramatyka języka polskiego*. Podręcznik akademicki. Kraków: Spółka Wydawnicza „Od Nowa”.
- Zierkiewicz, E. (2004). *Poradnik — oferta wirtualnej pomocy?* Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Zierkiewicz, E. (2011). *Poradnik jako podręcznik życia*. Krótka refleksja na temat historii gatunku. W: M. Chomczyńska-Rubacha (red.), *Podręczniki i poradniki*. Konteksty. Dyskursy. Perspektywy. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”, s. 109–130.
- Žižek, S. (2008). Lacan. *Przewodnik Krytyki Politycznej*, 3. Przeł. J. Kutyla, Warszawa: Wyd. Krytyki Politycznej.

## SUMMARY

PROPER NAMES AS SYMPTOMS OF CULTURE (BASED ON THE EXAMPLE  
OF AUTO-THERAPEUTIC GUIDEBOOKS TITLES)

The article discusses the issue of proper names defined as symptoms of culture. The first part is of a theoretical character and develops the theory of symptomatology of culture in the context of semiotics (Ch. Peirce), psychology and psychoanalysis (S. Freud and J. Lacan), and onomastics. Symptomatology of culture is a practice of interpreting a certain group of texts of culture and extracting common qualitative traits within them. This is especially in the case of those traits specific to them and often encountered, which could testify to particular serious and deeply-rooted social phenomena leading to their appearance.

In the empirical part the author presents a way of using (onymic) symptomatology in practice to research modern culture. She uses the examples of popular psychological and auto-therapeutic guidebooks and treats them as linguistic symptomatic forms of the most significant linguistic and cultural phenomena along with their social causes and functions which are often dysfunctional or abnormal in character. The analysis comprises the most typical conceptual and syntactic constructions encountered in the group.

**Key words:** semiotics, psychoanalysis, symptoms of culture, titles, psychological guidebooks