

**Academia:** Rozmawiamy w pana letnim domu w Zalesiu. To miejsce ujawnia pana pozanaukowe pasje: pracę w drewnie i w kamieniu. One są odskocznią od pracy, czy to miłość?

**Jan Strelau:** To czynny odpoczynek, czyli taki, jaki lubię najbardziej. Ale było to poniekąd wymuszone. W latach 70., kiedy budowaliśmy dom, dużo się nie zarabiało. Właściwie udało nam się tylko dzięki temu, że napisałem z dwoma współautorami dla PWN „Podstawy psychologii dla nauczycieli”, która rozeszła się w 160 tys. egzemplarzy. Bardzo popularny podręcznik Philipa Zimbarda „Psychologia i życie” powstał później, czym tłumaczę tak duży nakład swojego.

**Monika Adamiec (córka prof. Strelaua):**

**A ciacha nie chcesz przy rozmowie?**

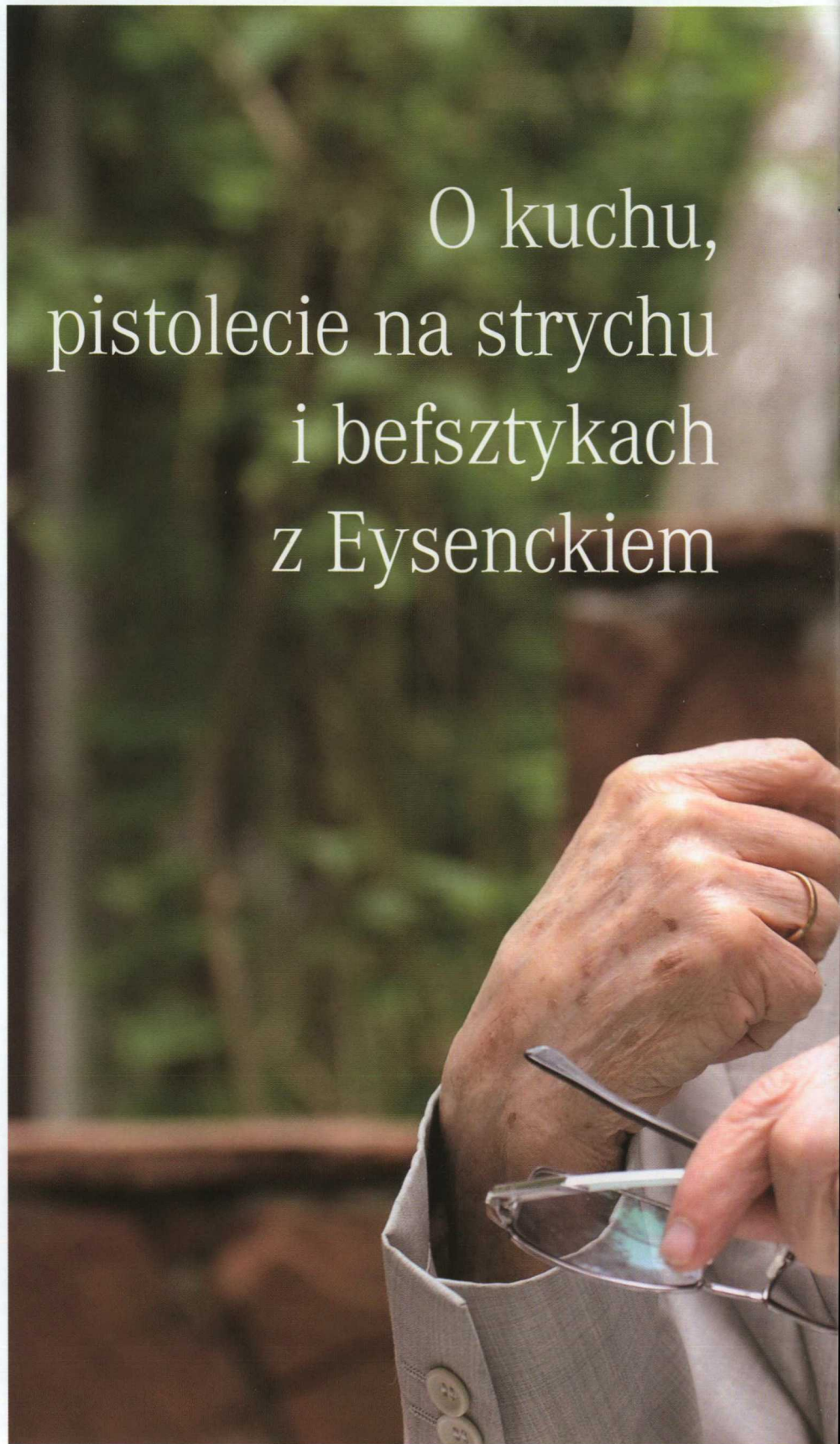
*À propos! Naszym smakołykiem jest – jak to nazywaliśmy na Pomorzu – kuch, czyli ciasto drożdżowe z kruszonką. Mistrzynią kucha była moja mama. Później się ten talent przeniósł na żonę i córki.*

**Na różnych etapach życia współpracował Pan z największymi psychologami świata.**

*Z Hansem Eysenkiem wręcz się zaprzyjaźniłem. U niego w domu smażyliśmy befsztyki. Ale w tym wątku śmieszne i smutne zarazem jest to, że pierwszą możliwość wyjazdu na Zachód miałem, kiedy już skończyłem lat 40. Dziś dla naukowca taki wiek to już starość (śmiech). Ale później nadrabiałem tę stratę bardzo ostro.*

*Jak to opowiedzieć? Po wojnie stosunkowo bezproblemowe były wyjazdy na Wschód. W 1966 roku uczestniczyłem w wielkim Międzynarodowym Kongresie Psychologii w Moskwie. Odbyło się tam sympozjum poświęcone wybitnemu psychologowi, zmarłemu rok wcześniej Borysowi Tieptłowowi, wiodącemu badaczowi w zakresie psychofizjologii. Wtedy poznałem Eysencka. Był tam też jego najwybitniejszy uczeń Jeffrey Gray z Wielkiej Brytanii. Nie władałem jeszcze angielskim, więc z Eysenkiem rozmawiałem po niemiecku, a z Grayem po rosyjsku. I później, przez całe lata, obaj niezwykle mnie wzmacniali. Przede wszystkim publikacjami, ale także zaproszeniami na konferencje.*

## O kuchu, pistołecie na strychu i befsztykach z Eysenckiem





**Przez sporą część życia musiał pan – z racji choćby czasów i miejsca urodzenia – pokonywać wiele trudności.**

*To prawda. Kiedy miałem 17 lat, byłem w Bytowie drużynowym Harcerskiej Drużyny Pożarniczej i jednocześnie szefem kółka ministrantów. To spowodowało, że mnie nagabywał Urząd Bezpieczeństwa. Któregoś dnia idę do szkoły, a tu ktoś mnie łapie za ramię i mówi: „chodźcie ze mną!” i prowadzi mnie na cmentarz. Na miejscu przykłada mi pistolet do głowy i mówi: „Napisz tu na karteczce, z kim i o czym rozmawiałeś”... Nie ukrywam: 5-6 razy napisałem. Dotyczyły to rozmów z proboszczem i naszym księdzem katechetą. Nic ważnego, na odczepnego. W którymś momencie jednak uznałem, że nie będę robić niczego, co się kłóci z moim sumieniem, i jakoś udawało mi się ubecji unikać. Ale znowu mnie złapali i zawieźli do komendy powiatowej. Przesłuchanie, groźby. Dostałem „wilczy bilet” – zakaz wstępu do szkół publicznych w Polsce. Wtedy zupełnie nie wiedziałem, co robić. Uratował mnie proboszcz: załatwił miejsce w małym seminarium duchownym w Słupsku. I tam odkryłem, że mam większe możliwości intelektualne, niż mi się zdawało. Pod koniec nauki stanąłem wobec problemu, co dalej. Iść do seminarium dużego? No nie, powołania nie miałem, bo już ta dziewczyna mi głowę zawracała... (wskazuje na żonę, dr Krystynę Strelau).*

**Krystyna Strelau: U nas wszystkie dziewczyny były takie, że ho ho!**

**M.A.: Ale wygrała tylko jedna!**  
*No i tak się to skończyło.*

**M.A.: Tak to się zaczęło!**

*W każdym razie ostatecznie zdałem maturę eksternistycznie i zdecydowałem, że pójdę na Katolicki Uniwersytet Lubelski. Tam mnie przyjęto. Warunkowo.*

**Pan profesor jest wojownikiem. I taktykiem. Jak się człowiek takim staje?**

*Mam poczucie, że wykształciłem w sobie odporność na trudne zdarzenia. I we wszystkim, co się dzieje, nawet wtedy, kiedy jest tragicznie, staram się widzieć do-*

bro. Miałem dawno temu wypadek samochodowy. Na moście Śląsko-Dąbrowskim wpadłem w poślizg, uderzyłem w ścianę tramwaju i następnie w latarnię. Groźnie było, „maluch” doszczętnie zniszczony. Ale następnego dnia wsiadłem w inny samochód. Bo uważałem, że ważne, iż wyszedłem z tego cało, więc trzeba iść dalej. Ale czasami najważniejszy jest łut szczęścia. Kiedy studiowałem na Uniwersytecie Warszawskim, w czasie wakacji spotkałem się z kolegą szkolnym i on namawiał mnie, żebym wstąpił do nielegalnej organizacji, żeby walczyć z komunizmem. Przemyslałem sprawę i napisałem do niego list, tłumacząc, że moim zdaniem jest to bezcelowe. W czasie zimowej przerwy semestralnej jadę do Bytowa. I w którymś momencie łomot w drzwi. Wkracza UB. Zawożę mnie znowu na komendę. Ciągle nie wiem, o co chodzi. Ale najbardziej boję się rewizji, bo w domu na strychu leży pistolet. Zawożę mnie do Koszalina. Tam mnie okładają rzeczywiście fizycznie. Dalej wiozą mnie do Warszawy. Siedzę w więzieniu na Rakowieckiej. Zaczynają się przesłuchania. I z nich wynika, że nie znaleźli pistoletu. Najwyraźniej niezbyt dobrze szukali. Gdyby o nim wiedzieli, groziłoby mi 10 lat. A za paragraf „wiedział, nie powiedział”, tylko (?) 5 lat. I tu znowu szczęście: śmierć Bieruta, amnestia. W czasie, kiedy siedziałem w więzieniu, koledzy na wydziale robili dla mnie notatki z wszystkich zajęć. Pisali je przez kalkę. Była u nas liczna grupa partyjnych, ale żadna przykrość mnie z ich strony nie spotkała. Niezwykle sobie to ceniłem. Po tym wszystkim na piątym roku studiów zostałem zatrudniony na etacie zastępcy asystenta w Instytucie Psychologii UW.

#### **I pojechał pan do ZSRR. Nie czuł pan niechęci do Rosjan?**

Nie. Polityka polityką, a ludzie ludźmi. Rzadko gdzie spotykałem tak życzliwe mi osoby jak w Moskwie. Co prawda nie zapraszali mnie wtedy do domów, ale ja to rozumiałem. Tam prowadziłem badania, których wyniki stanowiły podstawę rozprawy habilitacyjnej. I co zabawne, kierownik tego laboratorium potraktował mnie jako eksperta od EEG. W Polsce

nie miałem z tym sprzętem żadnego doświadczenia, ale wszyscy pracownicy się sprężyli i szybko mnie doszkolono. Studenci za 90 kopiejek uczestniczyli w moich badaniach. Ponieważ moja rozprawa dotyczyła w dużym stopniu neuropsychologii, jednym z jej recenzentów była prof. Irena Petrusiewicz-Hausmanowa, wybitna neurolog. A doktorat robiłem u prof. Mieczysława Kreutza, ale na temat nawiązujący do badań Iwana Pawłowa, dziedzinie obcej profesorowi. Był introspekcjonistą, a ja koncentrowałem się na pomiarze podstawowych cech układu nerwowego stanowiących podstawę biologiczną temperamentu. Konsultowałem więc swoją pracę z prof. Tadeuszem Tomaszewskim, znawcą tej problematyki.

#### **Przed 1971 rokiem miał pan zaproszenie na Zachód. Nie udawało się...**

Po doktoracie, w 1963 roku, Amerykańskie Towarzystwo Psychologiczne zaprosiło mnie na międzynarodowy kongres w Waszyngtonie. Przygotowywałem się, cieszyłem. I dosłownie parę dni przed wyjazdem dostałem wiadomość, że Ministerstwo Szkolnictwa Wyższego nie wyraża zgody na mój wyjazd.

Ale byłem w stanie się „przemebłować”. Powiedziałem sobie: trudno, dalej będę siedział w pawłowizmie. I to nie miało na mnie destruktywnego wpływu. Od magisterium, czyli od 56 lat, nie ma takiego roku w kalendarzu, żebym nie publikował. Żaden rok nie był pusty.

#### **Ale wreszcie pojechał pan do Stanów.**

Zajmowałem się już temperamentem, więc jechałem z zamiarem badania jego genetycznych podstaw. Genetyka zachowania polega na tym, że o determinantach różnic indywidualnych wnioskuje się na podstawie stopnia pokrewieństwa genetycznego w porównywanych parach. W ten sposób określa się, jaką pulę genów te osoby ze sobą dzielą. Im większy stopień pokrewieństwa genetycznego, tym większy wkład genów w różnice indywidualne. Na przykład bliźnięta monozygotyczne mają 100% wspólnych genów. Bliźnięta dwujajowe - 50%, tak jak zwykłe rodzeństwo. Na tej podstawie wnioskuje się, w jakim stopniu różnice indywidualne

w cechach temperamentu, osobowości, inteligencji i innych konstruktów psychologicznych są uwarunkowane genetycznie, a w jakim zależą od środowiska.

W Stanach prowadziłem badania w laboratorium prof. Jerry'go Hirscha, który zajmował się heliotropizmem i geotropizmem muszek owocowych. Zbudował do tego specjalny labirynt. Wykorzystałem go do badań, selekcjonując muszki, które w różnym tempie docierały do umieszczonego na końcu pokarmu. Tempo przemieszczania się muszki przez labirynt można w dużym uproszczeniu potraktować jako charakterystykę temperamentalną. Po 10 pokoleniach udało mi się wyhodować dwie czyste linie muszek: wolno przemieszczających się przez labirynt, czyli leniwych, oraz szybkich, czyli bystrych. Mieliśmy te dane - jako unikatowe w obszarze badań nad *Drosophila melanogaster* - opublikować, ale przeszkodziły w tym względy personalne. To chyba jedyna rzecz, której mi zawodowo żal.

Tak czy inaczej wróciłem z USA z przekonaniem, że najważniejsze dla mnie jest publikowanie w czasopismach międzynarodowych. W przeciwnym razie byłbym regionalnym czy prowincjonalnym uczonym. W moim gabinecie na UW powiesiłem hasło „Publish or perish!” (Publikuj albo giń!) - było tam aż do mojego przejścia na emeryturę.

#### **Dlaczego zajął się pan właśnie temperamentem?**

Bo na początku lat 50. prof. Kreutz dał mi do przetłumaczenia na seminarium referat Borysa Tieptowa. Nie znałem wtedy rosyjskiego. „No, panie Strelau - usłyszałem - to nie problem. Ja panu daję trzy miesiące, więc się pan naucz”. Nauczyłem się, a ten artykuł zaszczerpił we mnie zainteresowanie temperamentem, typologią Pawłowa.

#### **Czy temperament człowieka się zmienia?**

Najpierw trzeba powiedzieć, czym w ogóle jest temperament. To jedna z charakterystyk psychologicznych, która jest obecna tuż po narodzeniu dziecka i którą można mierzyć. Głośność śmiechu, krzyku, płaczu, ich długotrwałość, rytm karmienia, budzenia - wszystkie te charakterystyki,



Rodzina prof. Strelaua to teraz w sumie 14 osób – córki, zięciowie, wnuki. Najważniejszą osobą w domu jest oczywiście żona Krystyna

jeżeli są powtarzalne, mogą być wykorzystane jako wskaźniki cech temperamentu. Temperament ma silną podstawę biologiczną. To niekoniecznie znaczy, że tylko genetyczną, płód bowiem rozwija się w tonie matki. A to przecież już środowisko, które ma wpływ na rozwój mechanizmów neurobiochemicznych leżących u podstaw temperamentu.

Temperament dotyczy formalnych cech zachowania. U niemowlęcia nie sposób dopatrzeć się stosunku do świata, systemu wartości, czy postaw. Nie jest ono jeszcze

ekstrawertykiem ani introwertykiem. To są cechy, które się kształtują w wyniku oddziaływania środowiska, w tym głównie społecznego. To, co jest typowe dla cech temperamentu, to charakterystyki energetyczne i czasowe zachowania. Te charakterystyki zachowania zależą przede wszystkim od specyficznego dla danego człowieka poziomu aktywacji. Należy przez to rozumieć, że jedni z nas są chronicznie od urodzenia bardziej pobudzeni, inni – mniej. Czyli jedni są bardziej wrażliwi na bodźce świata ze-

wnętrznego, inni mniej wrażliwi, jedni są bardziej odporni, inni mniej na bodźce stresogenne.

Ci, którzy są silnie pobudzeni wyjściowo, sytuację stresową odbierają silniej niż osoby, które są mniej pobudzone na poziomie neurofizjologicznym. Są tacy, którzy mają duże zapotrzebowanie na stymulację, czyli poszukiwacze doznań. Ich mózg jest chronicznie niżej pobudzony. Oni muszą się dostymulować, szukają zatem bodźców, żeby poziom aktywacji doprowadzić do optymalnego, co pozwala im na optymalne funkcjonowanie.

#### Zbyt niski poziom pobudzenia jest niekorzystny, ale zbyt wysoki również?

Tak, tłumaczy to krzywa o odwróconym kształcie litery U. Jest takie prawo – Yerkesa-Dodsona – które mówi o tym, że jeżeli jesteś nisko pobudzony, to efektywność funkcjonowania jest niższa niż wtedy, kiedy jesteś średnio pobudzony. Ale znowu, jeżeli dalej ten poziom pobudzenia się podnosi, to efektywność funkcjonowania, zachowania czy zaburzenia w zachowaniu wzrastają. Właściwe funkcjonowanie człowieka jest optymalne wtedy, kiedy potrafi się poruszać w tym paśmie, które jest z grubsza na poziomie wierzchołka odwróconej litery U. Głównym regulatorem poziomu pobudzenia odpowiednio do zapotrzebowania jednostki jest cecha temperamentu znana jako aktywność, a także ruchliwość zachowania. To dzięki nim jednostka wybiera takie sytuacje i zachowania, które są dla niej optymalne bądź zbliżają się do tego poziomu.

#### Czy szybkość reakcji można sobie wypracować?

Cechy temperamentu trudno poddają się zmianie, ale jest to możliwe, choć z pewnymi ograniczeniami. Posłużę się niekiedy cytowanym przeze mnie przykładem rodziny z dziećmi, które są pierwszy raz nad morzem, choć dotyczy on nie szybkości reakcji, lecz poziomu lęku. Jedno z nich biegnie do wody bez problemu, drugie płacze, nie pójdzie do wody. Rozsądni rodzice mogą jednak bojaźliwym dzieckiem tak posterować, że ono w końcu do niej wejdzie. Zabieg polega na tym, żeby poprzez zabawę w piasku dziecko przybliżyć stop-

## Wywiad z profesorem Janem Strelauem



**Profesor ma wiele pozanaukowych pasji i umiejętności. Odpoczywa przy pracy w drewnie, majsterkowaniu i modelarstwie. Tu wykonana przez niego miniatura jachtu, na którym rodzina spędziła kiedyś wakacje**

niowo do brzegu morza – budowa zamków i różnego rodzaju fos w tym pomaga. Ale pozbycie się lęku przed wodą w tym morzu nie powoduje jego obniżenia w innych sytuacjach.

W psychologii w zasadzie dominuje pogląd, że pewne cechy temperamentu mogą się zmieniać, szczególnie pod wpływem silnych sytuacji stresowych – wykazaliśmy to także w naszych badaniach. Jednak najczęściej rzecz polega na tym, że nie tyle się zmieniają cechy temperamentu, ile jego przejawy w zachowaniu człowieka. Ja jako kilkunastoletek przepływałem w Tczewie przez Wisłę. Inny tego nie będzie robił, natomiast chętnie popływa w basenie, co jest bardziej bezpieczne. Czyli mówimy o zachowaniach, które różnią się wartością stymulacyjną.

W zależności od warunków kulturowych i cywilizacyjnych w sposób różny można zaspokoić zapotrzebowanie na stymulację. Człowiek mieszkający w buszu będzie je przejawiał np. w polowaniu na lwy. Mieszkaniec Europy będzie np. uprawiał wyścigi samochodowe. Czyli cecha znana jako poszukiwanie doznań przejawia się w różnych zachowaniach i sytuacjach i jest uwarunkowana kulturowo.

**Cechy temperamentu są mierzone za pomocą eksperymentów, wskaźników i testów. Czy człowiek może wprowadzić badacza w błąd?**

Owszem, może, ale dotyczy to mało doświadczonego badacza nieobeznanego z metodami, które pozwalają na wykrycie symulacji osoby badanej. Ja przez wiele lat

byłem związany z Wojskowym Instytutem Medycyny Lotniczej. Prowadzono tam rekrutację kandydatów na kosmonautów. Komendant WIML zaprosił mnie któregoś dnia do siebie i mówi: „Panie profesorze, dokonaliśmy selekcji kandydatów na kosmonautów, w tym także pod względem ich odporności na stres. Mam prośbę o złożenie swojego podpisu pod ich diagnozą psychologiczną, dzięki czemu unikniemy nacisków ze strony czynników zewnętrznych, aby zmienić wyniki badań selekcyjnych”. Wśród godnych uwagi kandydatów byli dwaj spełniający warunki zapewniające bezpieczny lot. Jeden z nich był niezbyt wysoki. Powiedziałbym, idealny do lotu z punktu widzenia parametrów fizycznych. Natomiast miał większy poziom lęku i mniejszą odporność na stres niż drugi kandydat, który z kolei przestał go pod względem budowy fizycznej. A pomiar poziomu lęku i testy określające odporność na stres były dobrym predyktorem odporności efektywnego funkcjonowania w czasie lotu kosmonauty. Postawiłem więc na drugiego. Był nim płk Mirosław Hermaszewski.

**Czyli to pan wysłał naszego człowieka w Kosmos?**

To gruba przesada. Można jednak powiedzieć, że uczestniczyłem w procedurze selekcji.

Rozmawiały **Anna Zawadzka**  
i **Katarzyna Czarnecka**  
zdjęcia **Jakub Ostalowski**

**Profesor Jan Strelau** (ur. 30 maja 1931 w Gdańsku), psycholog zajmujący się badaniami nad temperamentem. Od 1957 roku związany z Uniwersytetem Warszawskim, a od 2001 z Szkołą Wyższą Psychologii Społecznej, gdzie był pierwszym dziekanem Wydziału Psychologii, a w latach 2002–2012 pełnił funkcję prorektora ds. nauki. Obecnie kieruje Radą Powierniczą SWPS. Na UW stworzył pierwszą w Polsce Katedrę Psychologii Różnic Indywidualnych oraz Interdyscyplinarne Centrum Genetyki Zachowania. Był pierwszym przewodniczącym Europejskiego Towarzystwa Psychologii Osobowości (1984–1988), a także przewodniczącym Międzynarodowemu Towarzystwu Psychologii Różnic Indywidualnych (1993–1995). Był również wiceprezydentem Międzynarodowej Unii Nauk Psycho-

logicznych (1996–2000) oraz wiceprezesem Polskiej Akademii Nauk (2003–2006). Jest członkiem Europejskiej Akademii Nauk (Academia Europaea), członkiem rzeczywistym Polskiej Akademii Nauk i członkiem zagranicznym Fińskiej Akademii Nauk i Literatury. Otrzymał tytuł doktora honoris causa Uniwersytetu Gdańskiego, Uniwersytetu im. A. Mickiewicza w Poznaniu oraz Państwowego Uniwersytetu Nauk Humanistycznych w Moskwie. Uniwersytet Warszawski uhonorował go odnowieniem doktoratu, a Europejskie Towarzystwo Psychologii Osobowości wyróżniło go nagrodą „Lifetime Achievement Award”. W 2014 roku ukazała się książka podsumowująca 50-letnie badania prof. Strelaua: „Różnice indywidualne. Historia – determinanty – zastosowania” (wyd. Scholar, SWPS, PAN).