

Wydział Pedagogiki i Psychologii  
Zakład Psychologii Ogólnej

GRAŻYNA E. KWIATKOWSKA

*Samorealizacja jako kategoria  
psychologiczno-pedagogiczna*

---

Self-Realization as a Psychological-Pedagogic Category

Przegląd literatury przedmiotu w zakresie innowacji oddziaływań terapeutycznych w kształceniu i wychowaniu wskazuje, że jednym z najczęstszych postulatów tego typu procesów jest hasło samorealizacji. Pojęcie to ugruntowane przez humanistyczny nurt psychologii wyszło poza jej ramy. Rosnąca popularność nie przyczyniła się jednak do jego uściślenia. Jeśli zaczynamy porównywać ze sobą różne stanowiska, to okazuje się, że albo przez to samo pojęcie rozumiane są różne treści, albo odwrotnie – podobne treści pod różnie brzmiącymi terminami. Już wstępne analizy wskazują na brak jednomyślności w tym zakresie, chociaż samo pojęcie – jak trafnie ujął J. Koziński – „stało się obiektem masowej wyobraźni” (J. Koziński 1987, s. 407). Pojawiają się w związku z tym pytania: Czy różne dookreślenia samorealizacji to przede wszystkim efekt specyficznej opcji badawczej, przyjętej przez poszczególnych autorów, czy też raczej wskazanie na różne aspekty jednego i tego samego fenomenu? Czy też może jest to skutkiem jeszcze innej przyczyny? Próba udzielenia odpowiedzi na te pytania zostanie podjęta w niniejszym opracowaniu.

Postulat samorealizacji, samoaktualizacji czy samospelnienia przewija się w pismach wielu filozofów, psychiatrów, terapeutów, pedagogów, psychologów. Historycy wskazują m. in. na Sokratesa, który głosił, że zadaniem wychowania jest nauczenie człowieka umiejętności samodzielnego dochodzenia do istoty problemów, jakie musi rozwiązywać w życiu.

Z kolei Platon kładł nacisk na cnoty mądrości i roztropności, które powinny ujawniać się w poszukiwaniu w sobie samym sił do ciągłego rozwoju. Człowiek bowiem dążyć powinien do osiągnięcia swego „wzorca” ze świata idei.

Według stoików człowiek musi odnajdywać siebie w sobie samym, w swojej refleksji i w działaniach. Stopień jego samorealizacji uzależniony jest od poziomu wiedzy o naturze ludzkiej i rozumienia tej wiedzy (por. J. Górniewicz 1991, s. 9–18; V. J. McGill 1967).

Pewne założenia koncepcji samorealizacji – dzisiaj uznawane w psychologii za aksjomaty – można odnaleźć już w pismach Epikura, który pisał:

„[...] najwyższym dobrem dla człowieka jest samo życie, w którym wyzbywa się on pożądań i potrzeb, które są źródłem cierpienia. Można powiedzieć, że droga wiodąca człowieka do samorealizacji polega na respektowaniu zasad życia godziwego, życia w cnocie, na ograniczaniu potrzeb i rozkoszowaniu się produktami naszego rozumu i dziełami artystycznymi (Górniewicz 1991, s. 13).

Wskazuje się również na pisma biblijnych proroków i nauk mistrzów Zen (por. McGill 1967).

W w. XVIII uważano, że „we wszystkich działaniach, w tym także w sztuce, człowiek jedynie odtwarza wzorce dostarczone mu przez naturę” (Cz. Dziekanowski 1963, s. 115).

Ale kategoria samorealizacji – *sensu stricto* – pojawiła się w niemieckim romantyzmie, gdzie rozpatrywana była na kanwie filozoficznej koncepcji powołania człowieka. Przed przełomem romantycznym niemożliwością było przypisywanie człowiekowi takich cech, jak autonomiczność, twórczość, ponieważ pojęcie twórczości rezerwowano tylko dla Boga. Termin „samorealizacja” pojawił się w w. XIX w pracach S. Kierkegaarda (1976). Wiązał on samorealizację z szerszym kontekstem funkcjonowania człowieka i wynikających stąd jego problemów egzystencjalnych. Człowiek ustawicznie dąży do odnawiania form kontaktów ze światem. Urzeczywistnia przy tym pewne wartości. Wówczas zachodzi proces samorealizacji.

Autor rozumie ją jako dążenie do właściwego pełnienia roli własnej osoby. Samorealizacja jest autentycznym wyrażaniem siebie samego w swoich aktualnych działaniach. Jednostka poszukuje różnych form kontaktu ze światem społecznym (J. Górniewicz 1991, s. 14).

S. Kierkegaard wskazuje też warunki zaistnienia samorealizacji.

Upatruje je w poczuciu wolności jednostki, w jej odpowiedzialnym funkcjonowaniu w świecie społecznym oraz w chwilach refleksji nad sobą, życie chwilą w zmiennej rzeczywistości. Samorealizacja dokonuje się w danej chwili (*ibid.*, s. 15).

Z kolei H. Marcuse (1983) wyraził pogląd, że potrzeba samorealizacji wyraża się w dążeniu jednostki do stałego odnawiania form życia społecznego i wartości kultury. Aby zaistniał proces samorealizacji, jednostka powinna mieć poczucie swobody twórczej, wolności sumienia, być odpowiedzialna, charakteryzować się wysokim poziomem aktywności oraz elastycznością w działaniach w środowisku społecznym.

W wieku XX powołanie człowieka stało się przedmiotem zainteresowania psychologii, która wyeksponowała i zajęła się wieloma pojęciami, w tym także i samorealizacją.

#### UWAGI TERMINOLOGICZNE

Przegląd literatury przedmiotu uwidacznia duże rozbieżności w poglądach dotyczących samorealizacji. Przejawia się to już na poziomie pojęciowym, gdzie synonimicznie traktuje się takie pojęcia, jak: samorealizacja, samoaktualizacja, samorozwój, autokreacja, tworzenie siebie, samokształcenie, samowychowanie.

A. H. Maslow w pracy *W stronę psychologii istnienia* tak definiuje samoaktualizację:

Możemy ją określić jako epizod lub zryw, w którym siły jednostki łączą się razem w sposób szczególnie wydajny oraz nadzwyczaj przyjemny i podczas którego jest ona bardziej zintegrowana, mniej rozdwojona, bardziej otwarta na doświadczenie, bardziej zindywidualizowana, doskonalej ekspresyjna lub spontaniczna bądź w pełni funkcjonująca, bardziej twórcza, pogodna, bardziej wychodząca poza *ego*, bardziej niezależna od swych niższych potrzeb itd. W takich epizodach jednostka staje się naprawdę sobą, doskonalej aktualizuje swe możliwości, jest bliższa sedna swego Bytu, jest pełniej ludzka (1986, s. 101).

W innej zaś swej pracy *Motywacja i osobowość* posługuje się terminem „samorealizacja”:

Ludzie samorealizujący się zdają się spełniać swoje możliwości i robić to, do czego są zdolni, najlepiej jak potrafią, co nam przypomina wezwanie Nietzschego: „Stań się tym, kim jesteś”. Są ludźmi, którzy rozwinęli się lub rozwijają tak, by osiągnąć pełną miarę tego, do czego są zdolni (1990, s. 213-214).

Inny przedstawiciel psychologii humanistycznej C. R. Rogers w ogóle odżegnywał się od stosowania pojęcia „samorealizacja”:

Gdy próbowałem zrozumieć przeżycia moich klientów stopniowo doszedłem do wniosku, że tego czym jest dobre życie, nie da się określić pozytywnie. Wydaje mi się bowiem, że życie takie nie jest niezmiennym stanem. Według mnie nie jest to ani stan czystości, ani stan zadowolenia, ani nirwany, ani szczęścia. Nie jest to też stan przystosowania, spełnienia czy urzeczywistnienia. Nie jest to też, używając języka psychologii, stan redukcji popędu, redukcji napięcia czy homeostazy (za: Cz. Dziekanowski 1963, s. 115).

Z. Pietrański posługuje się z kolei terminem „samorozwój”, kierowanie własnym rozwojem, który rozumie w następujący sposób:

[...] jako wszelkie świadome decyzje i poczynania danego człowieka, które przyczyniają się do korzystniejszego ukształtowania jego osobowości, drogi życiowej, dorobku, kariery [...] kierowanie własnym rozwojem może się sprowadzać do zwalczania jakichś wad, może polegać na kształceniu

zdolności albo dążeniu do wyrobienia w sobie nowych cech charakteru, a także na próbie jego radykalnej zmiany i „rozpoczęcia życia od nowa” (Z. Pietrasiński 1977, s. 8).

W. Szewczuk pisze o samosterowaniu, kierowaniu własnym życiem, samodoskonaleniu. Samosterowanie ma dwa poziomy:

Jeden, niższy, obejmuje sprawy bieżące jednostki, drugi, wyższy, ogarnia byt jednostki jako autentycznego podmiotu działania, obejmuje osobowość jednostki (1982, s. 267).

To co nazywamy samosterowaniem, kierowaniem sobą i własnym życiem, nie jest w istocie niczym innym jak nakreśleniem i urzeczywistnieniem planu życiowego.

W kategorii „sensu życia”, czyli w sposób zbliżony do interpretacji W. Szewczuka, ujmuje problem tworzenia siebie K. Obuchowski (1983). Stawiając sobie i realizując odległe cele, angażując się w osiągnięcie dalekosiężnych i wartościowych społecznie zadań, człowiek staje się twórcą samego siebie.

R. Schultz (1990) traktuje zamiennie pojęcia „samorozwój” i „autokreacja”:

Terenem, na którym ten typ twórczości się pojawia, jest sfera kierowania przez jednostkę samą sobą i swym życiem (s. 216).

M. Szyszkowska (1981, 1985) używa pojęcia „tworzenie siebie”. Poglądy na ten temat rozwija w kontekście problematyki zdrowia psychicznego.

Zdrowia psychicznego nie osiąga się poprzez przystosowanie się do rzeczywistości, która jest; rzeczywistości pojmowanej zarówno w sensie środowiska wewnętrznego, jak i zewnętrznego względem człowieka. Tworzy się je na coraz wyższych poziomach i płaszczyznach, przekraczając siebie samego w dążeniu do urzeczywistnienia ideału własnej osobowości, a więc w kierunku coraz to wyższych wartości (1981, s. 363-364).

W podobnym kontekście – zdrowia psychicznego – pisze o tendencji do samorealizacji M. Grzywak-Kaczyńska (1981, 1988).

Tendencja do samorealizacji (samourzeczywistniania się) to wrodzony pęd do funkcjonowania w pełni swoich możliwości i do rozwijania tych możliwości (1981, s. 515).

Podobnie pojęciem „samorealizacja” posługuje się B. Suchodolski (1981, 1988), który pisze:

Samorealizacja ważna i wartościowa zachodzi tylko w takiej działalności, która daje wyniki wytrzymujące kryteria obiektywne; samorealizacja w dziełach lichych i byle jakich staje się źródłem fałszywej zarozumiałości, bezkrytycyzmu, nawet hochsztaplerstwa; jej efektem staje się dekompozycja osobowości. Człowiek rzeczywiście realizuje siebie, to znaczy urzeczywistnia swe maksymalne możliwości, gdy staje się „większy” niż był dotychczas, a to jest możliwe tylko wówczas, gdy poddaje się obiektywnym rygorom i obiektywnym sprawdzianom jakości efektów działań, które podejmuje (1981, s. 85).

W. Łukaszewski (1984) stosuje termin „samorealizacja” na oznaczenie „twórczego rozwoju osobowości”.

Z przedstawionych tu rozważań wylaniają się trzy sposoby rozumienia konotacji pojęcia „samorealizacja”. Wskazuje na nie W. Łukaszewski (1984). Ujęcie pierwsze, bodaj najpowszechniejsze, traktuje samorealizację jako proces rozwojowy spełniania, aktualizacji własnych potencjalnych możliwości (por. stanowisko A. Masłowa z 1990; Z. Pietrasińskiego z 1977; R. Schultza 1990). W drugim ujęciu „[...] samorealizacja pojmowana jest jako proces stałego doskonalenia siebie samego, jako stały wzrost, ekspansja własnego »ja«. Miarą własnej doskonałości jest ideał własnej osoby” (por. A. Masłow 1986; M. Szyszkowska 1981; M. Grzywak-Kaczyńska 1981). Wreszcie trzecia koncepcja samorealizacji „[...] traktuje ją jako jeden z wielu rezultatów działalności skierowanej na przekształcanie świata [...]. Rozwój osobowości nie jest tu ani celem, ani środkiem, czy warunkiem osiągnięcia jakiegoś celu. Jest raczej – rzecz nieco upraszczając – produktem ubocznym ludzkiej działalności, efektem jej zaangażowania w przekształcanie świata” (W. Łukaszewski 1984, s. 379–380; por. C. R. Rogers 1983; W. Szewczuk 1982; B. Suchodolski 1981).

Z zaprezentowanego tu przeglądu wynika także, że obecnie w literaturze przedmiotu nie ma zgodności w poglądach na temat samorealizacji. Różna, synonimicznie traktowana terminologia nie zawsze niesie ze sobą tę samą konotację pojęcia – „samorealizacja”. Kwestionuje to domniemaną jednorodność różnych ujęć kategorii samorealizacji.

Jednorodność ta ma być pozorna, zaś pozór ten powstaje w rezultacie operowania nie jednym, a co najmniej kilkoma pojęciami samorealizacji, różniącymi się między sobą stopniem konkretności. Ogólne pojęcie samorealizacji jest pojęciem formalnym, nie wyposażonym w żadną konkretną treść. Obok niego stosuje się też pojęcia samorealizacji mniej lub bardziej treściowo dookreślone (Cz. Porębski 1979, s. 92).

Brak jednorodności na poziomie pojęciowym spowodował, iż koncepcje dotyczące samorealizacji także znacznie się między sobą różnią.

#### PSYCHOLOGICZNE KONCEPCJE SAMOREALIZACJI

Już A. Adler pisał, że czynnikiem napędowym człowieka, jak i w ogóle wszystkiego co żyje, jest dążenie do doskonałości, które realizować można na drodze np. walki z przeciwnościami, w tym z własną niedoskonałością (por. A. Adler 1985). Zdaniem A. Adlera o celach człowieka, o kierunkach jego działania nie decyduje jakaś istniejąca poza świadomością aktywna rzeczywistość psychiczna, ale po prostu wiedza o świecie i o sobie. Człowiek uczy się kierunków i rodzajów działania, korzysta z wzorów społecznych, a przede wszystkim sam wytwarza sobie określone koncepcje, i to ostatnie

jest najważniejsze, bo, jak to A. Adler podkreśla, odniesieniem tych działań jest to, co wiemy o rzeczywistości, jak ją rozumiemy, a nie to jaka jest ona obiektywnie. W opracowaniach z ostatnich lat dotyczących psychologii indywidualnej coraz częściej podkreśla się fakt, że psychologia humanistyczna jest kontynuacją kierunku zapoczątkowanego przez Adlera (por. K. Obuchowski 1989, s. 119–155).

Jednym z najważniejszych przedstawicieli nurtu humanistycznego w psychologii jest A. H. Maslow, dla którego samorealizacja wydaje się wstępnym i koniecznym warunkiem „etyczności” czy moralności człowieka. Inaczej mówiąc, bez spełnienia siebie, bez stawania się sobą nie ma dobrego człowieka.

A. H. Maslow podkreśla warunki, w jakich w ogóle dojść może do samorealizacji. Według niego potrzeba samourzeczywistnienia ma najwyższą rangę i może wystąpić tylko wtedy, gdy niższe potrzeby są w dostatecznym stopniu zaspokojone, tj. potrzeby fizjologiczne, bezpieczeństwa, przynależności i miłości, szacunku i samopoznania. Człowieka samorealizującego się cechuje twórczość. Ale utożsamienie twórczości z samorealizacją niesie ze sobą tę podstawową trudność, że samorealizacja różnie bywa definiowana.

Maslow dokonuje przede wszystkim rozróżnienia między specjalnym talentem twórczym a twórczą tendencją do osiągania samourzeczywistnienia, wywodzącą się bardziej bezpośrednio z osobowości. To drugie ujęcie pozwala mu podkreślać raczej improwizowanie i inspirację, niż oświetlanie twórczości z wygodniejszej pozycji skończonych dzieł sztuki, wielkiej pracy twórczej (Cz. Dziekanowski 1983, s. 124).

Ujęcie twórczości nie od strony skończonych wytworów zakłada odróżnienie twórczości pierwotnej od wtórnej i pozwala uznać produkty twórcze za epifenomeny emitowane przez osobowość i wtórne w stosunku do niej. A. H. Maslow odróżnia twórczość pierwotną (fazę inspiracyjną) od dalszego opracowywania i rozwoju inspiracji z tego powodu, że ta druga faza kładzie nacisk nie tylko na twórczość, ale opiera się też w znacznym stopniu na uczciwej, ciężkiej pracy, na dyscyplinie artysty, który może spędzić połowę swego życia na nauce posługiwania się narzędziami, na opanowaniu umiejętności i materiałów, zanim stanie się gotowy do pełnego wyrażenia tego, co widzi (por. A. H. Maslow 1986, s. 135–146). W ten oto sposób A. H. Maslow istotnie utożsamia samorealizację z ogólną twórczością, która wyraża się w twórczym życiu, twórczej postawie czy twórczej osobie.

Twórczość SA jest trudna do zdefiniowania, ponieważ czasem zdaje się być synonimem samego zdrowia [...]. Skoro zaś samoaktualizację lub zdrowie trzeba ostatecznie określić jako dojdęcie do pełni człowieczeństwa lub jako „Byt” jednostki, to można powiedzieć, że twórczość SA jest prawie synonimem bądź aspektem *sine qua non* lub cechą określającą istotę człowieczeństwa (*ibid.*, s. 146).

Do podobnego utożsamienia samorealizacji z twórczością doszło w koncepcji C. R. Rogersa. Motywem rozwoju człowieka jest tendencja aktualizacyjna,

skłonność do rozwijania wszystkich potencjalnych zdolności i możliwości organizmu.

Siłą napędową twórczości jest ta sama tendencja, która stanowi „siłę uzdrawiającą” w psychoterapii – tendencja człowieka do samoaktualizacji, do stawania się sobą na miarę własnych możliwości. Rozumiem przez to ukierunkowane dążenia (ujawniające się tak w życiu biologicznym, jak i psychicznym) – pragnienie ekspansji, rozwoju, dojrzałości, tendencja do wyrażenia i zaktywizowania wszystkich możliwości organizmu i własnego „ja” w celu osiągnięcia wyższego poziomu rozwoju (C. R. Rogers 1980, s. 100).

C. R. Rogers snuje także analogię między procesem terapeutycznym a procesem twórczym. Warunkiem twórczości jest u niego zintegrowana osobowość łączona ze zdrowiem psychicznym. W pewnym sensie twórczość jest koniecznością na takiej samej zasadzie, na jakiej koniecznością jest samourzeczywistnienie – człowiek posiada pewne zdolności, potencjały i musi się nimi posługiwać.

Z kolei A. Janov (1976) pisze o samorealizacji w kategorii spełniania uczuć. Koncepcja ta oparta jest na postępowaniu terapeutycznym. Uwalnia się pacjenta – w trakcie tego procesu – od urazów, od „nieautentycznego ja”, gdy postawi się go w obliczu bólu powstałego z ponownego doświadczenia nie zaakceptowanych, „wzgardzonych” potrzeb i uczuć okresu niemowlęcego i dzieciństwa.

Terapia pierwotnościowa podkreśla, że ból jest umiejscowiony w ciele, tak że jedynie przez pamięć ciała może być odkryty i ponownie przeżyty. Kiedy pacjent odczuje ból – uwalnia się tym samym od potrzeby obrony przed dawnymi uczuciami. Odczuty ból staje się energią, która zasila pacjenta, jego produktywność, twórczość, poczucie wolności. Autentyczne „ja” niejako otwiera automatycznie proces samorealizacji.

Psychiatra A. Kępiński rozpatruje człowieka w kategorii samoaktualizacji, zahamowania rozwoju osobowego, „ja realnego” i „ja idealnego”, samoaktualizacji, idealizacji „ja” itp. Logiczną konsekwencją tego jest identyczny z Rogersowskim cel psychoterapii, m. in. poprzez zwiększenie samoaktualizacji (tj. zmniejszenie rozbieżności między „ja realne” – „ja idealne”), zwykle za pomocą obniżenia stopnia idealizacji własnego „ja”.

Profesor sądzi, że u podłoża ludzkich dążeń do zaspokojenia ambicji (poszukiwanie akceptacji otoczenia) leży patologia obrazu własnego „ja”. Sukcesy mają poprawić realny obraz samego siebie, który dzieli zbyt wielką przepaść od obrazu idealnego, niemożliwego do zrealizowania ze względu na znaczny stopień idealizacji (A. Jakubik, J. Masłowski 1981, s. 279).

Sam Kępiński pisze tak:

Obraz własnej osoby jest z reguły rozszczepiony, składa się on jakby z dwóch obrazów: jaki chciałbym być i jaki jestem naprawdę [...] Im większe rozszczepienie, tym bardziej człowiek jest z samego siebie niezadowolony, tym bardziej koloryt jego autoportretu się zaciemnia. Czynnikiem istotnym w psychoterapii jest nauczenie chorego bardziej obiektywnego spojrzenia na siebie

i akceptacji własnej osoby. Zmniejsza to dysonans między autoportretem idealnym (jaki chciałbym być) a realnym (jaki jestem). Dysonans ten jest jednak konieczny dla rozwoju człowieka. Dzięki bowiem niezadowoleniu z siebie człowiek wciąż siebie poprawia i zmienia, a na tym właśnie polega ewolucja (A. Kępiński 1974, s. 111-112).

J. Kozielecki (1987) zaproponował transgresyjną koncepcję człowieka, opartą na założeniu, że wykonywanie tego rodzaju działań stanowi najbardziej charakterystyczną cechę *homo sapiens*. Są to czynności inwencyjne i ekspansywne, wykraczające poza typowe granice działania, dzięki którym jednostka lub zbiorowość kształtują nowe struktury lub niszczą struktury już ustabilizowane, tworzą wartości pozytywne i negatywne. Czynności te są źródłem rozwoju i regresu. J. Kozielecki pisze o transgresji indywidualnej i zbiorowej. Ta pierwsza występuje w sytuacjach, w których jednostka intencjonalnie wychodzi poza to, czym jest i co posiada, rozszerza własne terytorium, dokonuje wynalazków i tworzy siebie według własnego projektu. Najbardziej specyficznym rodzajem transgresji są działania twórcze i innowacyjne. Ich źródłem są zarówno konflikty motywów, frustracje, wewnętrzne sprzeczności, jak i potrzeba aktualizacji naturalnych potencji jednostki; jest rodzajem samospelnienia. Transgresje twórcze mają charakter osobowotwórczy.

Z tym obrazem rozwoju osobowości jako narastania wewnętrznej harmonii, postępującej integracji, stopniowego uwalniania się od wewnętrznych konfliktów, który ma jakoby znajdować oparcie w biografjach twórców nauki i sztuki, z tą charakterystyką twórczej postawy jako pełnej pogody, zrównowazenia, spokoju i radości sprzeczne są zarówno pewne teorie psychologiczne inaczej ujmujące rozwój psychiczny człowieka, jak i niezwykle liczne dane biograficzne oraz opinie samych twórców (Cz. Porębski 1979, s. 96).

Teoria dezintegracji pozytywnej, której twórcą jest K. Dąbrowski, stanowi próbę stworzenia modelu teoretycznego, wyjaśniającego rolę i znaczenie objawów nerwicowych w formowaniu się ludzi zdolnych do oryginalnej twórczości. Ów przeciwstawny omawianym dotychczas poglądom punkt widzenia pozwala odmiennie spojrzeć na wiele zjawisk życia psychicznego, które w oczach rzeczników samorealizacji zasługiwałyby na jednoznacznie negatywną ocenę.

Ludziom twórczym – według Dąbrowskiego – właściwa jest nie tyle radość, pogoda, równowaga wewnętrzna, harmonia, co raczej niezadowolenie z siebie, poczucie wstydu, winy i niższości oraz inne symptomy „nerwicowe”. Muszą oni w celu opuszczenia niższego poziomu rozwojowego i przejścia na wyższy przebyć mniejszą lub większą dezorganizację struktur i czynności prymitywnych. Dezorganizacja ta prowadzi jednak niejako nieuchronnie do „zorganizowania się” na poziomie wyższym. Celem takiego procesu jest osobowość, do której dochodzi się na drodze postępu od struktur i czynności instynktowych, afektywnych i poznawczych poziomu egocentrycznego, determinowanego biologicznie i konstytucjonalnie, do poziomu autonomicznego, świadomego i moralnego.



Powstaje wydzielony ideał osobowości, który cechuje się silnym napięciem. Inne dynamizmy działają w niej i przez nią z głęboką, gotową, uczuciową i intelektualną dojrzałością bez nadmiernych napięć (K. Dąbrowski 1979, s. 29).

Złożone i zróżnicowane psychiczne środowisko wewnętrzne jest odzwierciedleniem tego, że życie wewnętrzne jednostki staje się ważniejsze niż jej aktywność w świecie potoczności, że rosną w znaczenie autentyczne i autonomiczne dynamizmy („przedmiot – podmiot” w sobie, „czynnik trzeci”, poznanie siebie i innych na wyższym poziomie, świadoma identyfikacja ze sobą, esencje – indywidualna i społeczna).

Dla K. Dąbrowskiego konflikty są niezbędne do pozytywnego i przyspieszonego rozwoju; są źródłem twórczości. W psychoterapii zmierza on do odślonięcia pozytywnych elementów potencjału rozwojowego pacjenta i do ośmielenia go do ich aktualizowania.

Tu akcent nie pada na intelektualne wyposażenie, tylko raczej na jakość emocji, które przede wszystkim nadają człowiekowi wartość. A człowiek, który chciałby się w pełni urzeczywistnić, musiałby umieć przekroczyć najpierw ograniczenia biologiczne, następnie uwarunkowania społeczne i wreszcie swój własny typ psychiczny, a wszystko to po to, aby w obrębie swej osobowości zinkorporować, zmieszać cechy na przykład przeciwstawnego typu psychicznego i stać się naraz zarówno introwertykiem, jak i ekstrawertykiem, i tą drogą dojść do przeciwstawienia się istniejącym u niego stereotypom (Cz. Dziekanowski 1979, s. 72-73).

W tym momencie pojawia się pytanie: Czy istnieje możliwość syntezy koncepcji zwolenników teorii samorealizacji i teorii dezintegracji pozytywnej? Odpowiedź musi mieć charakter twierdzący, gdyż zasadnicze tendencje są zbieżne. Proces osobniczego rozwoju zbliżania się do – jak pisze K. Dąbrowski – właściwego danej jednostce ideału osobniczego ujmuje teoria dezintegracji pozytywnej bardziej wszechstronnie. Dostrzega istnienie konfliktów wewnętrznych, wahań, niechęci, już stworzonych własnych struktur psychicznych itp.

Tę bardziej realistyczną wizję postępu psychicznego człowieka łączy Dąbrowski z pewnymi tezami mniej już realistycznymi, odnoszącymi się do stanu finalnego osobniczego rozwoju – integracji wtórnej – osiągalnego po przejściu przez stadium czy stadia dezintegracji. Stan ten ma udostępnić człowiekowi cały wachlarz wartości, który przedstawia się nie mniej bogato niż u Rassella, Fromma czy Masłowa. Jak daleko sięga prawdopodobieństwo integracji wtórnej i stanu prawdziwej samorealizacji, trudno stanowczo powiedzieć, gdyż K. Dąbrowski w swych pracach omawia samą dynamikę rozwoju osobowości (Cz. Porębski 1979, s. 104).

Z tego wybiórczego przeglądu niektórych psychologicznych koncepcji samorealizacji wynika, że mamy do czynienia z różnymi wersjami postulatu samorealizacji.

1. Samorealizacja ma polegać na aktualizowaniu się jakichkolwiek potencji tkwiących w jednostce.

Często twierdzi się, że jednostka winna realizować wszystkie swe talenty, zdolności i zadatki, tak jak gdyby istotnie nie czyniło się różnicy pomiędzy owymi potencjami. Podkreśla się wtedy, że człowiek powinien być tym, kim być może, że powinien dążyć do maksymalnej autentyczności, niezależności, suwerenności. Nie rozstrzyga się natomiast, jak bliżej będzie wyglądał stosunek człowieka osiągnąjącego tak rozumianą samorealizację siebie i innych ludzi (Cz. Porębski 1979, s. 92).

2. Samorealizacja jest aktualizacją tylko potencji „naturalnych”, „zdrowych”, składających się na prawdziwą „naturę ludzką”. Autorzy sporządzają listy potrzeb ludzkich, które znacznie różnią się między sobą. Związane jest to z faktem, iż wszyscy autorzy odwołują się do dobrze znanej „natury ludzkiej”, a samorealizacja stanowi doktrynę jakby zindywidualizowanego prawa natury.

Z tego powodu, choć wszyscy [...] autorzy powołują się ciągle na tę samą naturę ludzką, to jednak ich wypowiedzi bardziej konkretne zaczynają wykazywać różnice. Mówiąc o tym, które potencje są zdrowe czy naturalne, mają oni bowiem na oku różne wyobrażenia na temat tego, czym jest zdrowie, dojrzała osobowość czy szczęście (Cz. Porębski 1979, s. 93).

Wiąże się to z faktem, iż większość twierdzeń w różnych koncepcjach samorealizacji wyprowadza się z przyjętej *a priori* idei człowieka, a nie z jego rzeczywistego obrazu, a przynajmniej takiego, jak go opisuje nauka.

Wypowiedzi zwolenników samorealizacji budzą też wiele innych zastrzeżeń. Jak np. należy rozumieć pełną realizację danych człowiekowi potencji? Czy istotnie chodzi o rozwój wszystkich możliwości? A jak można sprawdzić, na jakim poziomie rozwoju samorealizacji znajduje się dana osoba, jeśli rozwój obejmuje tylko cząstkowy stan samorealizacji? Zdarza się przecież, że jednostka jest wyposażona w możliwości wykluczające się nawzajem. Jakiego rodzaju czynniki są siłą napędową samorealizacji? Jaki jest mechanizm? Po co człowiek się samorealizuje? Czy po to, by osiągnąć poczucie szczęścia, „pełnię życia”, czy też z jakiegoś innego powodu? Czy wreszcie na czym polega osobowość zdrowa, dojrzała?

Okazuje się, że uzyskane odpowiedzi, w których autorzy powołują się na biologię, biologicznie wyznaczoną naturę człowieka, nie chronią przed błędnym kołem w definiowaniu zdrowia czy prawdziwej samorealizacji (por. także: J. Sowa 1969 i 1984).

Mimo tych wszystkich zastrzeżeń termin „samorealizacja” zadomowił się w psychologii. I coraz częściej pojawiają się tendencje do wyeksponowania tych wszystkich treści, które są wspólne dla większości autorów.

V. J. McGill stwierdza, że autorzy, odwołujący się do hasła samorealizacji, akceptują zgodnie następujące tezy:

1. Skoro cnota i naturalny proces samospelnienia są tym samym, przeciwstawianie pragnień i cnoty jest bezpodstawne.

2. Jeśli egoizm właściwie pojęty oznacza takie rozszerzenie własnego „ja”, w wyniku którego człowiek zaczyna uwzględniać interesy innych ludzi, to i przeciwstawianie egoizmu altruizmowi staje się w części bezpodstawne.

3. Ponieważ osiągnięcia naukowe i artystyczne stanowią kulminację naturalnego procesu samospelnienia, przeto osiągnięcia tego rodzaju mają wartość moralną.

4. Choć przyjemność nie jest ani głównym celem, ani miarą wartości różnych czynów, to jednak przyjemność towarzyszy wypełnianiu gatunkowych funkcji człowieka i realizowaniu jego indywidualnych zdolności (za: Cz. Porębski 1979, s. 90).

Zarysowuje się w ten sposób pewien ideał osobowości dojrzałej, zdrowej psychicznie, szczęśliwej. [...] Otóż człowiek zbliżający się – dzięki zaspokajaniu podstawowych potrzeb swego organizmu i respektowaniu jego głównych tendencji rozwojowych – do samospelnienia odznaczałby się przede wszystkim pozytywnym stosunkiem do samego siebie. Obce mu będzie poczucie winy, wstydu, pogardy dla własnej osoby. Będzie on raczej świadomy swej godności, będzie i sobie okazywał szacunek. Ten pozytywny stosunek do swojego „ja” rozciągnie on na swe kontakty z innymi ludźmi (*ibid.*, s. 90-91).

Reprezentanci koncepcji samorealizacji zdają się zgodni nie tylko wtedy, gdy kreślą ideał osobowości zdrowej i szczęśliwej. Wspólne im wszystkim jest także przekonanie, że obecnie większość ludzi daleko odbiega od tego ideału. Pojawia się natomiast wizerunek człowieka o neurotycznej osobowości, zachwianego w swej równowadze, wymagającego psychoterapii.

#### SAMOREALIZACJA JAKO KATEGORIA PEDAGOGICZNA

Poglądy pokrewne z zaproponowanymi przez psychologów, a dotyczącymi wszechstronnego rozwoju osobowości były głoszone przez pedagogów z nurtu Nowego Wychowania:

[...] w Nowym Wychowaniu istniał już nurt „mistyczny”, inspirowany przez J. J. Rousseau i jego negatywny ideał swobodnego wychowania, a także przez Lwa Tołstoja, głosiciela idei swobodnego rozwoju jednostki ludzkiej. Przełom XIX i XX stulecia stał się okresem narodzin nurtu „filozoficznego”, który reprezentowali John Dewey i Henri Bergson, głoszący koncepcje działania, doświadczenia, twórczości oraz nurtu „naukowego”, który wiązał się z osiągnięciami psychologii i pedagogiki eksperymentalnej. Nazwiska psychologów i pedagogów, jak Stanley Hall, Alfred Binet, Edward Claparède, Maria Montessori, Ovide Decroly, Adolphe Ferrière, stały się już niemal symboliczne (I. Wojnar 1985, s. 7).

Idee Nowego Wychowania eksponowały rolę aktywności typu artystycznego, rolę ekspresji twórczej, stanowiącej niejako „istotę” samego aktu ekspresyjnego. Twierdzono, że wszystkim dzieciom właściwa jest potrzeba tworzenia.

Lata późniejsze przyniosły wzrost zainteresowania tym programem wychowania w wielu krajach europejskich i w Stanach Zjednoczonych – J. Dewey, C. Freinet, H. Read. Lata powojenne przyniosły dalszy rozkwit Nowego

Wychowania, pogłębiły się zwłaszcza badania nad istotą procesów twórczych – W. Lowenfeld, J. P. Guilford, E. Torrance, H. Wallon, M. Debesse. Zaowocowało to nowym programem wychowania estetycznego wiążącego się z aktualnymi potrzebami, jakie wytwarza bieżące życie kulturalne i społeczne.

Wychowanie ma kształtować postawę człowieka wszechstronnego, żyjącego w określonych warunkach cywilizacyjnych, a więc uczestniczyć w formowaniu określonej jakości życia. [...] Wychowanie estetyczne, w ściślejszym tego słowa znaczeniu, obejmuje inspirację działalności twórczej i kształcenie wrażliwości, co oznacza syntezę zachowań emocjonalnych i kulturowych (*ibid.*, s. 19).

Tak więc w tym nurcie wychowania samorealizacja utożsamiana jest z twórczością, aktywnością twórczą.

Nie istnieje ważniejsze zagadnienie dla tego, kto uświadomił sobie, że człowiek kształtuje się dzięki aktywności twórczej, w procesie otwierania się ku światu i w samym procesie życia: każdy człowiek jest tylko tym, co stworzył dla siebie i dla innych w toku indywidualnego procesu samorealizacji (R. Gloton, C. Clero 1985, s. 30).

Dlatego postulowanym celem nadrzędnym procesu nauczania–wychowania jest przygotowanie młodzieży do twórczego stylu życia (por. Z. Pietrański 1980, s. 139-158).

W praktyce pedagogicznej trening twórczości możliwy jest w zasadzie wszędzie. Zawsze bowiem znajdzie się miejsce na innowację czy choćby weryfikację już istniejących sposobów funkcjonowania systemu szkolnego. Podkreślić jednak należy bardzo wyraźnie, że wszystko, co dzieje się wyłącznie lub głównie dzięki stymulowaniu z zewnątrz przez nauczyciela, wychowawcę, osobę znaczącą – nie ma tej „mocy kreacyjnej”, co aktywność motywowana od wewnątrz. Chcąc uzyskać efekt w postaci twórczego uaktywnienia jednostki nie wystarczy kierować jej rozwojem, dostarczać odpowiedniej bazy informacyjnej, warunkującej rozwój intelektualny, ale przede wszystkim uświadomić jej, iż posiada określony potencjał twórczy, który może wykorzystać, ale także wyrobić zdolność samooceny (D. Zarębska-Piotrowska 1985, s. 188).

Akcentowanie roli ekspresji twórczej i aktywności w działaniu dziecka przybliżyły metody współdziałania ucznia z nauczycielem do procesu twórczego (por. J. Janowska 1993).

Do obecnego czasu pokutuje wśród nauczycieli i władz oświatowych przekonanie, że do twórczości przysposobione są w swojej istocie tylko „zajęcia plastyczne”, niekiedy „muzyka”, a także na niższych szczeblach nauczania „praca-technika”. Jest to pogląd błędny, ciasny i powierzchowny. Każda dziedzina wiedzy, teoretyczna i praktyczna, może być traktowana jako zbiór reguł do wyuczenia się bądź też jako materiał do przekształcenia, kombinacji i twórczych zastosowań (S. Popek 1988, s. 31).

Inny sposób rozumienia „samorealizacji” na gruncie pedagogiki związany jest z utożsamieniem go z procesem samorozwoju, z procesem stawania się przez jednostkę tym, kim ona jest naprawdę. Człowiek realizuje to, z czym przychodzi

na świat, aktualizuje się jego potencjalność. Ale i ten nurt pośrednio związany jest z koncepcją twórczości. Miejscem, na którym ten typ aktywności się pojawia, jest sfera kierowania przez jednostkę samą sobą i swym życiem. Polega ona na tworzeniu przez człowieka pewnego idealnego, a zarazem całościowego obrazu samego siebie oraz na dążeniu do jego urzeczywistnienia w ciągu całego swego życia. Jest to pewna forma czynnego, świadomego podejścia człowieka do siebie i do własnych problemów osobowościowych.

Wyraża się w tym podejściu dążenie do sprawowania kontroli nad sobą, nad własnym życiem, do samodzielnego sterowania jego biegiem. Istotnym składnikiem tak rozumianego wysiłku autokreacyjnego jest tendencja do samorozwoju, do ustawicznego rozwijania samego siebie, swego własnego, indywidualnego „ja”. W autokreacji wyraża się zatem aktywne podejście jednostki do podmiotowej sfery swej egzystencji, chęć kształtowania, formowania, rozwijania własnej osobowości, własnego, indywidualnego „ja” – zgodnie z przyjętym światopoglądem, z własną filozofią życia, z aprobowanym systemem wartości. Autokreacja jest pewną formą kształtowania przez człowieka samego siebie poprzez samodzielne wyznaczenie sobie, a następnie realizację określonych, dalekosiężnych celów. Zadania te odnoszą się przy tym nie do specjalistycznych wymogów, realizowanych w ramach poszczególnych ról, ale do osobowości jako całości, i obejmują swym zasięgiem całe życie człowieka (R. Schultz 1990, s. 217-218).

Łączenie pojęcia „samorealizacji” z „samorozwojem” ze wskazaniem na pokrewieństwo, a nawet tożsamość obydwu tych procesów, związane jest z faktem, iż samorealizacja – co już wykazano – jest pojęciem wieloznacznym i niedookreślonym, i to zarówno przez psychologów, jak i pedagogów. Może mieć ono dużo wspólnego z samorozwojem, w przypadku gdy oznacza potencjalizację wszystkich możliwości podmiotowych.

Ale samorealizacja może mieć niewiele wspólnego z samorozwojem, a nawet przeciwstawiać mu się, gdy oznacza jedynie jakąś formę aktualizacji własnego, z góry preformowanego „ja”, w działaniach aksjologicznie naturalnych lub drugorzędnych pod względem swej wartości (*ibid.*, s. 221-222).

Wskazuje się również na związek pomiędzy edukacją i samorealizacją. Samorealizacja może towarzyszyć edukacji, jeśli tę ostatnią pojmuje się zgodnie z etymologią tego pojęcia.

Edukowanie to inaczej wyciąganie czegoś w górę, przekraczanie kolejnego szczebla rozwoju. Edukacja jest formą interwencji w życie ludzkie, stwarzanie możliwości do pokonywania kolejnych etapów rozwoju. Edukacja może pomóc człowiekowi odnaleźć bądź sformułować cele jego rozwoju. Może jednak zdarzyć się tak, że edukacja dąży do unicestwienia samorealizacji. Wówczas traktuje się ją jako coś obcego naturze ludzkiej, jako coś zewnętrznego i zniewalającego. [...] Jednakże samorealizacja może być też celem edukacji. Kiedy edukację pojmuje się jako proces optymalizowania rozwoju człowieka, stwarzania mu warunków do osiągnięcia zadowolenia w życiu, do pełnego uczestniczenia w kulturze, do wyzwiania jego potencjalnych zdolności (E. Górniewicz, J. Górniewicz 1991, s. 87-88).

Z przedstawionych rozważań wynika, że także na gruncie pedagogiki pojęcie „samorealizacja” nie zostało dookreślone zakresowo i znaczeniowo. Utoż-

samianie go albo z twórczością, z samorozwojem, albo z edukacją dopuszcza wielość interpretacyjną w zależności od przyjętej koncepcji (twórczości – samorozwoju – edukacji), w ramach której operujemy tym terminem.

## DYSKUSJA

Zaprezentowany w sposób wybiórczy i skrótowy zarys poglądów na samorealizację z punktu widzenia psychologa i pedagoga upoważnia do kilku uwag.

1. Sam termin „samorealizacja” jest pojęciem niedookreślonym denotacyjnie i konotacyjnie. Często – jak to wynika z literatury przedmiotu – niesie ze sobą różne treści. Kwestionuje to domniemaną jednorodność różnych ujęć kategorii samorealizacji.

2. Implikuje to pojawianie się różnych wersji postulatu samorealizacji. Okazuje się, że czym innym jest samorealizacja np. dla Masłowa, czym innym dla Dąbrowskiego. Związane jest to nie tylko z faktem, iż autorzy różnie postulują treściowo puste właściwości typu: autentyczność, niezależność, pozostawanie zawsze sobą, ale w różny sposób kreślą ideał osobowości ukształtowanej w tym procesie. Przykładowo dla E. Fromma – którego poglądy nie były prezentowane – człowiek zdrowy jest wzorem kosmopolitycznego intelektualisty, emigranta, tęskniącego do wspólnoty społecznej, opartej na uniwersalistycznych więzach miłości, do przewyciężenia, poczucia wyobcowania, zaś dla K. Horney – wzorem pozbawionego ryzykownych ideałów i niecodziennych aspiracji członka współczesnych organizacji demokratycznych, dobrego ich funkcjonowania.

3. Podkreśla się, że człowiek samorealizujący się jest dobry i racjonalny. Jeżeli dochodzi do powstania zaburzeń, które powodują, że człowiek gubi lub tłumi swoją kreatywność, to jest to negatywny wpływ otoczenia. Stanowisko takie budzi szereg kontrowersji.

Otóż trzeba zakwestionować koncepcję, że oto jest dobre wewnątrz człowieka, lecz zła, przytłumiająca zewnętrzność, gdy maski – jak pokazuje np. Simmel czy współcześnie Goffman – należą do istoty społeczeństwa i nie można sobie wyobrazić życia społecznego bez fałszu. Masłow i Rogers dzielają więc w poważnym zakresie utopię Rousseau, że człowiek tylko z natury jest dobry, gdyż w stanie tym postępuje zgodnie ze swymi uczuciami i wrodzonymi sobie skłonnościami. Dystansując się od poglądu Freuda, że człowiek z natury jest zły, bo w swoim rozwoju bez reszty zdeterminowany jest przez wrodzony, a więc głuchy na wpływ warunków zewnętrznych, układ sił popędowych, główni przedstawiciele ideologii tego kierunku i tak nie są w stanie uniknąć przed zarzutem niedoceny możliwości twórczych przeobrażeń jednostki poprzez jej aktywne, podmiotowe uczestnictwo w świecie zewnętrznym (Cz. Dziekanowski 1983, s. 130).

Wydaje się, że fascynacja wartościami pozytywnymi, „[...] chęć ich jak najszybszego odsiania czy oddzielenie od tego, co »złe«, prowadzi niekiedy do

pewnego rodzaju zaślepienia w działaniu. Ignorowanie intymnych związków zachodzących pomiędzy różnymi porządkami wartości manifestujących się w życiu psychicznym człowieka może okazać się szczególnie niebezpieczne” (Cz. Porębski 1979, s. 105). Niebezpieczeństwa te wyartykułował w otwartym liście do Stowarzyszenia Psychologii Humanistycznej Rollo May. Stwierdził on, że ów ruch ma nie tylko aspekt „antyintelektualny”, ale i „antyhumanistyczny”. Pomija bowiem człowieka myślącego, refleksyjnego, historycznego na korzyść czującego.

Może to być niebezpieczne – ostrzega ów psychoanalityk – jak już było w Niemczech, gdzie Hitler doszedł do władzy na wysokich, romantycznych i antyintelektualnych falach. Sam Rollo May oraz wielu psychoanalityków ostro skrytykowali pościg za natychmiastową miłością i przyjaźnią w grupach, nazywając je mizernym substytutem długotrwałych więzi” (Cz. Dziekanowski 1983, s. 130-131).

4. W takiej perspektywie koncepcja samorealizacji wydaje się mieć charakter utopijny. I jak każda idea tego rodzaju niesie ze sobą zarówno pozytyw, jak i negatyw. Te ostatnie były już podnoszone w literaturze przedmiotu.

Ideał samorealizacji związany jest z dwojakim niebezpieczeństwem. Jedna jego interpretacja idzie w kierunku realizacji planu życiowego konstruowanego jako określona seria zdobyczy i powodzeń, jako „osiągnięcia”; interpretacja druga akcentuje raczej wewnętrzny sens działań, których rzeczowa i społeczna wartość może być obojętna. W pierwszym przypadku jednostka potwierdza się i sprawdza w życiu przez sukces, w drugim – życie jest dla niej wielką grą, w której wyniki ona sama tylko ocenia. Na krańcach horyzontu pierwszej koncepcji ukazuje się władza, bogactwo i konsumpcja jako elementy sukcesu, który – w ostatecznym obrachunku – zwraca się przeciwko osobowości – wyjąławiąjącą z wszelkich wartości wewnętrznych; krańce horyzontu drugiej koncepcji wyznaczone są przez introwertyzm i egotyzm, które oddzielają jednostkę od ludzi i wyjąławią jej życie w inny sposób (B. Suchodolski 1981, s. 84-85).

Podnosi się także fakt, iż hasła typu: „samorealizacja”, „twórczość” izolują człowieka od otoczenia. Pozbawiony wiary współczesny człowiek – odwracając się od natury – szuka schronienia w nierzeczywistym, estetycznym otoczeniu jego własnej twórczości. Prowadzi go to do wyobcowania, poczucia braku autentyzmu.

5. Pojawia się w związku z tym pytanie: Co zrobić z kategorią samorealizacji, która jako pojęcie, i jako zjawisko zadomowiła się zarówno na terenie psychologii, jak i pedagogiki?

Wydaje się, że odpowiedź na to pytanie zarysowała się już w literaturze przedmiotu. Jest to ów trend, który głosi, że samorealizacja jako kategoria jest tożsama w konsekwencji z twórczością. Jest to pogląd najpowszechniejszy. Twórczy proces i twórcze innowacje prowadzą do powstania zarówno nowej sztuki czy nauki, a więc tego, co istnieje na zewnątrz, jak i do jednostkowego rozwoju. Jest to jednak zajęcie wymagające coraz to nowych, wyższych kwalifikacji. A więc zakłada się, że jest to proces wymagający od jednostki

znacznego poszerzenia swego zasobu wiedzy zarówno o sobie, jak i o swym otoczeniu, a ponadto, że jest to proces długofalowy. „Wszyscy ludzie są amatorami w dziedzinie własnego życia” – piszą M. J. Mann i H. A. Otto (1981, s. 34).

## BIBLIOGRAFIA

- Adler A., *Sens życia*, Warszawa 1985.
- Biernacki K., *Elementy teorii dochodzenia jednostki do samorealizacji w świetle teorii Kierkegaarda*, „Colloquia Communia” 1983, 4-5.
- Dąbrowski K., *Psychoterapia przez rozwój*, Warszawa 1979.
- Dziekanowski Cz., *Maslow i Rogers o samorealizacji*, „Studia Filozoficzne” 1983, 7.
- Dziekanowski Cz., *Samorealizacja a teoria dezintegracji pozytywnej*, „Studia Filozoficzne”, 1979, 12.
- Gloton R., Clero C., *Twórcza aktywność dziecka*, Warszawa 1985.
- Górniewicz E., Górniewicz J., *Edukacja i samorealizacja. Krótki zarys problematyki* [w:] J. Górniewicz (red.), *Studia nad problematyką samorealizacji*, Toruń 1991.
- Górniewicz J., *Zagadnienia samorealizacji człowieka* [w:] id. (red.) *Studia nad problematyką samorealizacji*, Toruń 1991.
- Grzywak-Kaczyńska M., *Trud rozwoju*, Warszawa 1988.
- Grzywak-Kaczyńska M., *Zdrowie psychiczne nauczyciela* [w:] K. Dąbrowski (red.), *Zdrowie psychiczne*, Warszawa 1981.
- Jakubik A., Masłowski J., *Antoni Kępiński – człowiek i dzieło*, Warszawa 1981.
- Janov A., *Revolution der Psyche, Erfolge der Primar – Therapie*, Frankfurt am Main 1976.
- Janowska J., *Samoaktualizacja w teorii i praktyce kształcenia nauczycieli*, Lublin 1993.
- Kępiński A., *Melancholia*, Warszawa 1974.
- Kierkegaard S. A., *Albo-albo*, Warszawa 1976.
- Kozielecki J., *Koncepcja transgresyjna człowieka*, Warszawa 1987.
- Łukaszewski W., *Szanse rozwoju osobowości*, Warszawa 1984.
- Mann M. J., Otto H. A., *Potencjał człowieka* [w:] K. Jankowski (red.), *Psychologia w działaniu*, Warszawa 1981.
- Marcuse H., *Filozofia i teoria krytyczna*, „Colloquia Communia” 1983, 4-5.
- Maslow A. H., *W stronę psychologii istnienia*, Warszawa 1986.
- Maslow A. H., *Motywacja i osobowość*, Warszawa 1990.
- McGill V. J., *The Idea of Happiness*, New York 1967.
- Obuchowski K., *Psychologia dążeń ludzkich*, Warszawa 1983.
- Obuchowski K., *W poszukiwaniu wartości człowieka*, Warszawa 1989.
- Pietrasiński Z., *Kierowanie własnym rozwojem*, Warszawa 1977.
- Pietrasiński Z., *Przygotowanie do aktywności twórczej* [w:] Z. Siwek, D. Zarębska-Piotrowska, *Psychologia twórczości*, Kraków 1980.
- Popek S., *Aktywność twórcza dzieci i młodzieży*, Warszawa 1988.
- Porębski Cz., *Krytyka wzoru osobowości twórczej*, „Studia Filozoficzne” 1979, 2.
- Rogers C. R., *W kierunku teorii twórczości* [w:] Z. Siwek, D. Zarębska-Piotrowska, *Psychologia twórczości*, Kraków 1980.
- Schultz R., *Twórczość. Społeczne aspekty zjawiska*, Warszawa 1990.
- Sowa J., *Niektóre definicje zdrowia psychicznego* [w:] *Moralność i społeczeństwo*, Warszawa 1969.
- Sowa J., *Kulturowe założenia pojęcia normalności w psychiatrii*, Warszawa 1984.
- Suchodolski B., *Kim jest człowiek*, Warszawa 1988.
- Suchodolski B., *Osobowość i alternatywy cywilizacji współczesnej* [w:] K. Dąbrowski (red.), *Zdrowie psychiczne*, Warszawa 1981.



- Szewczuk W., *Psychologia w służbie zdrowia*, Warszawa 1982.
- Szyszkowska M., *Filozofia zdrowia psychicznego* [w:] K. Dąbrowski (red.), *Zdrowie psychiczne*, Warszawa 1981.
- Szyszkowska M., *Twórcze niepokoje codzienności*, Łódź 1985.
- Wojnar I., *Przedmowa do wydania polskiego* [w:] R. Gloton, C. Clero, *Twórcza aktywność dziecka*, Warszawa 1985.
- Zarębska-Piotrowska D., *Trening twórczości jako możliwość i szansa współczesnej szkoły* [w:] S. Popek, *Twórczość artystyczna w wychowaniu dzieci i młodzieży*, Warszawa 1985.

## SUMMARY

A postulate for self-realization appears in the writings of many philosophers, psychiatrists, therapists, teachers and psychologists. However, a review of the literature on this subject shows a lot of discrepancies in the views concerning self-realization. This is manifested both on notional and conceptual levels.

An analysis of some psychological and pedagogic concepts of self-realization shows that we have to do with different versions of the postulate for self-realization. The most common view, however, is the one which identified self-realization with creation. Hence, it is assumed that this is a process which requires an individual to broaden his knowledge both about himself and about his environment. Besides, it is agreed that this is a long-term process.

