

KAROLINA KURYŚ-SZYNCCEL

*Uniwersytet im. Adama Mickiewicza
w Poznaniu*

PERSONALIZACJA JAKO WYZWANIE ROZWOJOWE DOROSŁOŚCI - WOKÓŁ PROBLEMU AUTOKREACYJNYCH MOŻLIWOŚCI PODMIOTU

ABSTRACT. Kuryś-Szyncel Karolina, *Personalizacja jako wyzwanie rozwojowe dorosłości - wokół problemu autokreacyjnych możliwości podmiotu* [Personalization as a Developmental Challenge of Adulthood - Around the Question of Personal Self-creation Possibilities]. *Studia Edukacyjne* nr 29, 2013, Poznań 2013, pp. 255-271. Adam Mickiewicz University Press. ISBN 978-83-232-2738-0. ISSN 1233-6688

The article refers to personalization patterns which stimulate development in adulthood. These are: confrontation with the circumstances of life, implementation of life's tasks, seeking and adapting patterns of personal self-creation. The author notes that each of these mechanisms can be seen and experienced as a conflict. Particular attention is paid to the pattern of self-creation, subjected to empirical verification. The text analyses personal stories provoked by the narrative impulse: "Who is this I?" The analysis helps reconstruct the three orientations of the narrative and indicates the characteristics of the wholeness type of personality.

Key words: personalization, self-creation, development in adulthood, narrative

Uwagi wstępne

Podjmując zadanie wyjaśnienia rozwoju człowieka w ciągu życia, stajemy przed dylematem wyboru odpowiedniego paradygmatu, który wykazałby się wysoką użytecznością w opisie zmian rozwojowych zachodzących w dorosłości. O ile bowiem jesteśmy w posiadaniu klarownych narzędzi (konceptyjnych i empirycznych) dla opisu rozwoju w okresie dzieciństwa i dorastania, o tyle kiedy „przekraczamy próg” adolescencji wybór staje się niejednoznaczny. Pojawiający się dylemat dotyczy w głównej mierze ujęcia pedagogicznego. Okazuje się bowiem, iż dwa procesy, które odgrywają klu-

czową rolę w opisie zmian zachodzących w obszarze *psyche, soma i polis* w okresie dzieciństwa i dorastania, a mianowicie: socjalizacja i wychowanie (czasem też nauczanie), nie dają prostych i czytelnych odpowiedzi na pytania o źródła i motywy zmian zachodzących w dorosłości. Zgodnie z obowiązującym w naukach o rozwoju człowieka paradygmatem psychologii *life-span* przyjmujemy, że rozwój człowieka trwa przez całe życie we wszystkich sferach funkcjonalnych (poznawczej, emocjonalno-motywacyjnej, behawioralnej). Pojawia się jednak pytanie: co jest stymulatorem zmian rozwojowych w dorosłości? Skąd człowiek dorosły czerpie motywację do rozwoju? Czy, a jeżeli tak, to w jaki sposób podejmuje kolejne zadania rozwojowe? Czy, a jeżeli tak, to jakim stopniu społeczny imperatyw pełni podczas wybierania zadań i sposobów ich realizacji funkcję kontrolną?

Wydaje się, iż pomocny w poszukiwaniu i udzielaniu odpowiedzi na postawione pytania może okazać się paradygmat personalizacji¹. Wprowadzenie do teorii wychowania pojęcia personalizacji (również jako nowego sposobu wyjaśniania mechanizmów rozwojowych) stawia wyrażone powyżej dylematy i wątpliwości w nowym świetle, pozwalając na lepsze zrozumienie zmian rozwojowych (ich źródeł, przebiegu i skutków) w biegu życia człowieka (przede wszystkim, choć nie tylko, w dorosłości). Muszyński pisze:

Mamy do czynienia z dwoma procesami osobotwórczymi spoczywającymi u podłoża rozwoju osobowości: socjalizacją i personalizacją. Pierwszy z nich wyjaśnia, jak jednostka staje się członkiem grupy społecznej (ewentualnie grup społecznych) i uczestnikiem jej (ich) kultury, drugi natomiast wyjaśnia, jak jednostka odnosi się w sposób wybiórczy i zróżnicowany do wymogów, które stawia jej społeczeństwo i kultura, uruchamiając wewnętrzne struktury poznawcze i reagowania emocjonalnego, dokonuje wyborów w określonych warunkach społeczno-kulturowych i w ten sposób nadaje własnemu życiu niepowtarzalny przebieg².

Człowiek zostaje tu przedstawiony jako kreator zmian w swoim życiu, aktywny i świadomy podmiot podejmujący wybory i w ten sposób nadający indywidualny i niepowtarzalny bieg swojemu życiu. Pojęcie personalizacji obejmuje całokształt procesów budowania osobowości jednostki pod wpływem jej własnej aktywności. W bardzo ogólnym sensie personalizacja jawi się jako proces przeciwstawny do procesu socjalizacji, czyli „stawania się takim, jakim chce nas mieć nasze otoczenie społeczne”³.

¹ H. Muszyński, *Socjalizacja – personalizacja – wychowanie*, [w:] *Wychowanie. Profilaktyka. Resocjalizacja. W poszukiwaniu doskonalszych systemów w skali makro i mikro. Część 1 – Wychowanie i opieka*, red. J. Sowa, E. Piotrowski, J. Rejman, Rzeszów 2002, s. 172.

² Tamże, s. 174.

³ B. Szacka, *Wprowadzenie do socjologii*, Warszawa 2003, s. 137.

Kluczowe dla zrozumienia istoty procesu personalizacyjnego (a co za tym idzie, dla zrozumienia przebiegu rozwoju w dorosłości) jest pojęcie podmiotowości.

Podmiotowość rozumiana jest jako zdolność do wolicjonalnego, intencjonalnego wyboru sposobów bycia w świecie⁴. Człowiek staje się podmiotem, niezależnym bytem w momencie, gdy zaczyna posługiwać się myśleniem abstrakcyjnym, kiedy, jak twierdzi Kazimierz Obuchowski⁵, doświadcza potrzeby dystansu psychicznego i potrzeby sensu życia, kiedy jest w stanie świadomie oddzielać „ja” podmiotowe od przedmiotowego.

Ja synkretyczne przestaje nim być, gdy jakiś jego składnik wyodrębni i nadam mu status przedmiotu. Pozostaje on wprawdzie składnikiem mojego „ja”, ale jest to już inne Ja. Nazwiemy je konsekwentnie ja przedmiotowym. Od tego momentu ja synkretyczne znika, a na jego miejscu pojawiają się Ja intencjonalne i przeciwstawione mu Ja przedmiotowe. (...) Autonomia jednostki dokonuje się natomiast w drodze nieustannego uogólniania tych swoich doświadczeń, odrywania ich od siebie, a więc „schładzania” ich przez nadanie im statusu Ja przedmiotowego⁶.

To nieustanne „schładzanie” i uprzedmiotawianie jest, zdaniem Obuchowskiego, warunkiem rozwoju osobowości. Wiedza wynikająca z psychologii rozwoju człowieka nie pozostawia przy tym złudzeń, iż myślenie abstrakcyjne jest osiągnięciem rozwojowym późnego dzieciństwa, a biegłość w posługiwaniu się zaproponowanymi przez Obuchowskiego mechanizmami zdobywamy (o ile w ogóle) dopiero w dorosłości – związana jest ona bowiem ze strukturami postformalnymi i rozwojem myślenia twórczego⁷.

Z kolei, według Marii Jarymowicz, podmiotowość człowieka przejawia się we wszystkich sferach funkcjonowania: poznawczej, emocjonalno-motywacyjnej i wykonawczej. W sferze poznawczej podmiotowość to

zdolność do dystansowania się wobec siebie samego i samoobserwacji, zdolność rozumienia własnych relacji ze światem i dookreślenia własnej tożsamości oraz zdolność budowania wizji idealnych własnej osoby⁸.

⁴ Na ten temat patrz: K. Obuchowski, *Przez galaktykę potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich*, Poznań 1995; M. Jarymowicz, *Psychologiczne podstawy podmiotowości*, Warszawa 2008.

⁵ K. Obuchowski, *Przez galaktykę potrzeb*.

⁶ Tamże, s. 326-327.

⁷ Na ten temat patrz: J. Trempała, *Rozwój poznawczy*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka. Tom 3 – Rozwój funkcji psychicznych*, red. B. Harwas-Napierała, J. Trempała, Warszawa 2002, s. 13-44.

⁸ M. Jarymowicz, *Psychologiczne podstawy*, s. 181.

W sferze emocjonalno-motywacyjnej podmiotowość przejawia się

rozeznaniem, co złe, a co dobre i dlaczego, zdolnością dokonywania wyborów i rozpoznawania ich przesłanek, zdolnością do kierowania się własną wolą, formułowania celów, programów własnych działań, przewidywania ich następstw⁹,

zaś w sferze wykonawczej

zdolnością sprawstwa, a także zdolnością samokontroli, sterowania sobą, podejmowania odpowiedzialności za własne dokonania i kierowania własnym rozwojem¹⁰.

Zdaniem tej autorki, o rozwoju podmiotowości świadczy umiejętność abstrahowania od: doświadczeń i informacji konkretnych, perspektywy „tu i teraz”, egocentrycznego spostrzegania rzeczywistości¹¹.

Pojęcie personalizacji pozwala jednak nie tylko spojrzeć na rozwój człowieka w biegu jego życia (choć szczególnie w dorosłości, czyli w okresie bycia zdolnym do abstrahowania i intencjonalności wyborów) przez pryzmat jednostkowego procesu autotworzenia się i swoistej separacji od społecznych (często stereotypowych) sposobów rozwiązywania zadań i problemów, ale także

na przyjęcie formuły, w myśl której człowiek kształtuje siebie nie tylko przez intencjonalność skierowaną na własne *Ja*, lecz także - i przede wszystkim - przez intencjonalność skierowaną na życie¹².

Badacze zwracają również uwagę na istotne w procesie rozwoju w dorosłości ważność i kierunek wzajemnych oddziaływań między jednostką a środowiskiem jej życia.

Stosownie do posiadanych cech osoba wybiera odpowiednie dla siebie środowisko, a kumulujące się doświadczenia gromadzone w podobnym kontekście środowiskowym wzmacniają posiadane cechy i styl przystosowania (ciągłość kumulatywna). Z kolei, styl przystosowania wywołuje podobne reakcje otoczenia nawet w odmiennych środowiskach, przyczyniając się tym samym do utrwalenia wzorców reagowania i charakterystycznych, na przykład konfliktowych, interakcji z otoczeniem (ciągłość interaktywna)¹³.

W związku z powyższym, powraca pytanie o źródła i sposoby podejmowania wysiłku intencjonalnego kreowania siebie i swojego życia, czyli

⁹ Tamże.

¹⁰ Tamże.

¹¹ Tamże, s. 92.

¹² H. Muszyński, *Socjalizacja – personalizacja – wychowanie*, s. 175.

¹³ A. Caspi, D. Bem, G.H. Jr., Elder, *Continuity and consequences of interaction styles cross life span*, *Journal of Personality*, 1989, 57, p. 375-406 cyt. za: P.K. Oleś, *Psychologia człowieka dorosłego*, Warszawa 2011, s. 31.

o mechanizmy personalizacyjne. Muszyński wyróżnia ich cztery. Są to: mechanizm transakcji z okolicznościami życia, mechanizm stawiania przed sobą i realizacji zadań życiowych, mechanizm poszukiwania i adaptacji wzorów osobowych oraz mechanizm autokreacji¹⁴.

Mechanizmy personalizacyjne jako stymulatory rozwoju - teoretyczne dylematy

Każdy wymieniony mechanizm personalizacyjny może być postrzegany i doświadczany jako konflikt. Człowiek zostaje postawiony w polu działania sił przeciwstawnych i zmuszony do podjęcia decyzji, która często jest ryzykowna, bo nie wiadomo, czy konsekwencją owej decyzji będą zyski czy straty¹⁵. Wybór, którego dokonujemy może być ponadto motywowany zarówno intencjonalnie – podmiotowo, jak i społecznie – przedmiotowo. Jeśli zwycięży podmiot (zysk osobisty), to istnieje szansa na autokreację, jeśli przedmiot (zysk społeczny), wówczas pojawia się ryzyko zachowań konformistycznych. Autokreacja rozumiana jest tutaj jako szansa na rozwój indywidualne, konformizm zaś jako jego (rozwoju) zagrożenie. Wydaje się, iż jednostka zdolna do autokreacji musi posiadać swoistą odporność, której warunkiem jest dojrzała struktura osobowości oraz jasny i czytelny obraz siebie samego (reprezentacja „ja”). Wymienione mechanizmy personalizacyjne odgrywają zatem rolę specyficznych konfliktów rozwojowych (nienormatywnych kryzysów), które zawierają w sobie potencjalną dwuwartościowość, gdyż podjęcie trudu zmagania się z nimi może zaprowadzić jednostkę na wyższe piętra rozwoju lub spowodować upadek, a może nawet regres. Można zaryzykować tezę, iż konfrontacja z mechanizmami personalizacyjnymi przypomina proces zmagania się z krytycznymi wydarzeniami życiowymi¹⁶.

Ze względu na tematykę niniejszego artykułu, szczególną uwagę poświęcę w tym opracowaniu mechanizmom autokreacji. Pozostałe mechanizmy personalizacyjne zostaną omówione pobieżnie – przez pryzmat ich znaczenia dla zmian rozwojowych w dorosłości.

Pierwszym mechanizmem personalizacyjnym jest mechanizm transakcji z okolicznościami życia. Polega on na konfrontowaniu pragnień i dążeń jednostki z różnymi sytuacjami życiowymi. Jednostka pozostając w rela-

¹⁴ H. Muszyński, *Socjalizacja – personalizacja – wychowanie*, s. 147-179.

¹⁵ Por. J. Koziński, *Czynności podejmowania decyzji*, [w:] *Psychologia*, red. T. Tomaszewski, Warszawa 1976, s. 534-565.

¹⁶ Na ten temat szerzej: K. Kuryś, *Urodzenie pierwszego dziecka jako wydarzenie krytyczne w życiu kobiet i mężczyzn*, Kraków 2010, s. 33-46.

cji z otoczeniem, w którym żyje, dokonuje ciągłych wartościowań, zawierających się w wyróżnionych przez Richarda Lazarusa¹⁷ transakcjach: wyzwania, straty i zagrożenia. Zgodnie z modelem Lazarusa, dokonanie oceny pierwotnej w jednej ze wskazanych wyżej kategorii znaczeniowych implikuje konkretne sposoby reakcji (oceny wtórnej) w postaci odpowiednio: podjęcia działania, załamania i ucieczki. Transakcje z okolicznościami życia stymulują do zmian o charakterze mentalnym, emocjonalnym i motywacyjnym, i pozwalają na wyznaczenie tzw. czasu psychologicznego¹⁸.

Mechanizm stawiania przed sobą i realizacji zadań życiowych wymaga z kolei od jednostki dokonania wyboru takiego biegu życia, który „najbardziej odpowiadałby zarówno jej systemowi wartości, jak też jej własnym możliwościom”¹⁹. Dokonując wyboru, jednostka często „waży” i konfrontuje ze sobą tzw. zadania rozwojowe, obarczone społecznym imperatywem, z zadaniami życiowymi, wynikającymi z intencjonalnej motywacji jednostki²⁰. Mechanizm ten pozostaje w ścisłym związku z podejmowaniem i realizacją rozmaitych ról, które wynikają z bardziej lub mniej intencjonalnych wyborów jednostki, np. podjęcie pracy, założenie rodziny. Role wyznaczają z kolei tzw. czas społeczny i stymulują do zdobywania nowych kompetencji o charakterze społecznym²¹.

W odniesieniu do trzeciego mechanizmu personalizacyjnego, za który przyjmuje się mechanizm poszukiwania i adaptacji wzorów osobowych, należy zauważyć, iż jest on oparty w głównej mierze na modelowaniu. Janusz Trempała i Dorota Czyżowska tak piszą:

Bandura (1989) przywiązuje dużą wagę do procesu uczenia się obserwacyjnego (...) podkreślając, że w uczeniu się obserwacyjnym uczestniczy również modelowanie abstrakcyjne (*abstrakt modeling*). Obserwator uczy się bowiem nie tylko obserwowanych u modela zachowań, ale także leżących u ich podstaw systemów wartości, sposobów rozwiązywania problemów oraz standardów samooceny²².

Poszukiwanie, wybór i adaptacja wzorów osobowych mają niebagatelne znaczenie dla rozwoju moralnego, szczególnie na poziomie moralności po-

¹⁷ R.S. Lazarus, *Paradygmat stresu i radzenia sobie*, Nowiny Psychologiczne, 1986, 3-4, s. 2-39.

¹⁸ Por. P.K. Oleś, *Psychologia człowieka dorosłego*, Warszawa 2011, s. 21.

¹⁹ H. Muszyński, *Socjalizacja – personalizacja – wychowanie*, s. 176.

²⁰ Na ten temat szerzej: K. Kuryś, *Pierwsze rodzicielstwo – doświadczenie rozwojowe dorosłości*, [w:] *Teoria pedagogiczna i praktyka edukacyjna*, red. J. Modrzewski, K. Maćkowiak, Leszno 2007, s. 125-144.

²¹ Por. P.K. Oleś, *Psychologia*, s. 21.

²² J. Trempała, D. Czyżowska, *Rozwój moralny*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka*, s. 112.

konwencjonalnej. W ten sposób omawiany mechanizm staje się stymulatorem rozwoju mądrości życiowej²³.

Wreszcie, mechanizm autokreacji zakłada, iż człowiek jest kreatorem siebie samego. Kreacja autonomicznego „ja” dokonuje się w procesie konfrontowania obrazu siebie samego z doświadczeniami życiowymi, własną aktywnością, komunikatami otoczenia oraz osobistymi obserwacjami siebie samego²⁴. Mechanizm ten wymaga wysoko zaawansowanej kompetencji abstrakcyjnego myślenia, niezbędnego w wyodrębnianiu struktury Ja podmiotowego (intencjonalnego) i Ja przedmiotowego²⁵. Autokreacja jest tym mechanizmem, który w najwyższym stopniu staje się stymulatorem zmian zarówno w sferze poznawczej, emocjonalno-motywacyjnej, jak i społecznej.

Autokreacja jako dylemat rozwojowy – empiryczna egzemplifikacja

Jednostka zdolna do autokreacji musi mieć swoistą odporność, której warunkiem jest dojrzała struktura osobowości oraz jasny i czytelny obraz siebie samego (reprezentacja „ja”). Z autokreacją wiąże się jednak także pewne ryzyko, polegające na „byciu innym”, niedopasowanym. Podjęcie decyzji o zastosowaniu mechanizmu autokreacji na drodze do rozwoju siebie w dorosłości wymaga zatem swoistej odwagi ze strony podmiotu i może stanowić poważny dylemat, gdyż wybór „ścieżki autokreacyjnej” jest jednym z trudniejszych rozwiązań biograficznych.

Wskazaniem do podjęcia aktywności autokreacyjnej jest wiedza o sobie samym. Maria Jarymowicz twierdzi, iż

podstawowym warunkiem autorefleksji jest ukształtowanie się poznawczej reprezentacji samego siebie, pojęcia Ja i takiego schematu samowiedzy, który byłby wyodrębniony spośród innych schematów poznawczych (zwłaszcza schematów innych ludzi, choć istotne wglądy Ja zyskać przecież można, myśląc także o sobie jako części przyrody czy wszechświata)²⁶.

Oddzielenie „ja” od „nie-ja” daje z kolei podstawę dla postawienia podstawowego pytania tożsamościowego: „Kim jestem?”. Dopiero odpowiedź na to pytanie daje podmiotowi możliwość formowania siebie, nadawania kształtu. W podobnym tonie wypowiada się Justyna Pawlak, zwracając

²³ Por. tamże, s. 121-122.

²⁴ Por. H. Muszyński, *Socjalizacja – personalizacja – wychowanie*, s. 177.

²⁵ Por. K. Obuchowski, *Przez galaktykę potrzeb*, s. 321-327.

²⁶ M. Jarymowicz, *Psychologiczne podstawy*, s. 179-180.

uwagę na zależności między dwoma procesami: autoidentyfikacją i autokreacją, pisząc:

(...) nadawanie sobie kształtu musi wiązać się z jakąś oceną sytuacji obecnej – obecnego *kształtu* (więc mamy do czynienia z samooceną) i dążeniem do jakiejś formy, innego sposobu bycia. Jest to jednak samowiedza szczególna, gdyż dotycząc problematyki kształtu, musi odpowiedzieć również na pytanie o to, kto przyjmuje ten kształt, a zatem kto jest rzeczywistym podmiotem tego działania, tak więc odpowiedź na nie musi zawierać swoistą metateorię siebie danej jednostki. Aby zatem dokładniej przyrzeć się temu uwarunkowaniu procesu nadawania sobie kształtu, należało wprowadzić pojęcie *autoidentyfikacji* jako wstępnej (a może równoległej) fazy autokreacji²⁷.

Autorka sugeruje również, iż rozpoznanie związku między wskazanymi terminami pozwoli zastanowić się nad pytaniem (dylematem): „Czy poznając siebie odkrywamy tylko to, co już istnieje, czy też dopiero stwarzamy nową rzeczywistość?”²⁸ Rozstrzygnięcie tego dylematu pozostaje poza obszarem rozważań niniejszego opracowania.

Jednym ze źródeł samopoznania jest autonarracja, która stanowi poznawczy kontekst rozumienia świata, jak i rozumienia siebie samego.

Wiedza autokreacyjna (czy raczej „synteza wiedzy autobiograficznej”) zdobywana w trakcie opowiadania historii własnego życia stanowi dogodny punkt wyjścia dla budzenia świadomości autokreacyjnej danego człowieka, przejawiającej się w jego zdolności do autorefleksji i kierowania własnym rozwojem²⁹.

Ponadto, jednym ze sposobów bycia podmiotem jest, jak pisze J. Pawlak:

wyrażanie siebie, przejawiające się głównie w tworzeniu tzw. koncepcji siebie, autorefleksyjności (...) oraz w dialogu wewnętrznym skierowanym na siebie. Szczególnymi polami zainteresowania tego sposobu „bycia podmiotem” są kwestie związane z pytaniami o to: Co to właściwie jest ja? Kim ja jestem? Co to znaczy, że jestem taki oto?³⁰

Autorka zauważa, iż są to pytania dostępne każdemu, a odpowiedź na nie „może pozwolić jednostce na odkrycie sensu własnego istnienia i lepsze samorozumienie, a w efekcie skuteczniejszą autokreację³¹.”

Jednostka może nadawać różny kształt swojej strukturze, formować się w dowolny sposób. Erik Erikson³² mówi o trzech możliwych strukturach

²⁷ J. Pawlak, *Autokreacja. Psychologiczna analiza zjawiska i jego znaczenie dla rozwoju człowieka*, Kraków 2009, s. 13-14.

²⁸ Tamże, s. 14.

²⁹ U. Tokarska, *Narracja autobiograficzna w terapii i promocji zdrowia*, [w:] *Narracja jako sposób rozumienia świata*, red. J. Trzebiński, Gdańsk 2001, s. 252.

³⁰ J. Pawlak, *Autokreacja*, s. 21.

³¹ Tamże.

organizacji „ja”: rozproszonej (*diffusion*), jednolitej (*totality*) oraz swobodnie organizującej się (*wholeness*)³³. Wskazane struktury determinują sposób funkcjonowania jednostki zarówno w obszarze poznawczym, emocjonalno-motywacyjnym, jak i behawioralnym.

Jednostka, która charakteryzuje się rozproszeniem w obrębie „ja” ma niewidoczne i przepuszczalne granice psychologiczne, brakuje jej wyraźnego rdzenia, np. w postaci stabilnego systemu wartości, w związku z tym wewnątrz tej struktury panuje chaos i nadmierna różnorodność. W sytuacji wymagającej podjęcia decyzji o zmianie zachowuje się jak „chorągiewka na wietrze”.

Z kolei, jednolita struktura organizacji „ja” charakteryzuje się silnym uporządkowaniem w obrębie wewnętrznego układu oraz sztywnymi, nieprzepuszczalnymi granicami psychologicznymi. Jednostka dysponująca taką strukturą ma jasno określony rdzeń, który pozostaje odporny na jakiegokolwiek zmiany i zewnętrzne wpływy. W sytuacji wymagającej zmiany jednostka o strukturze totalnej będzie stosowała stare sposoby działania, często nieskuteczne i nieadekwatne do zmieniających się okoliczności. Sposobem rozwiązania sytuacji będzie najczęściej lękowe zastosowanie mechanizmu obronnego – projekcji, co może doprowadzić do zahamowania działań, stagnacji, a nawet regresu rozwojowego.

Trzeci rodzaj struktury organizacyjnej „ja” to tzw. swobodnie organizująca się całość (*wholeness*). Osoba dysponująca taką konstrukcją ma jasno określony rdzeń, uporządkowaną wewnętrzną strukturę, ale jednocześnie jej psychologiczne granice są otwarte. Sytuacja zmiany nie powoduje ani zburzenia struktury, ani też nie wywołuje lęku, jest natomiast traktowana jako wyzwanie i szansa na zdobycie nowych kompetencji. Jednostka o strukturze *wholeness* jest gotowa sama kierować swoim rozwojem w sposób systematyczny i uporządkowany. Z punktu widzenia omawianych w ramach niniejszego opracowania mechanizmów personalizacyjnych, a szczególnie auto-kreacji, najbardziej pożądanym sposobem organizacji „ja” jest właśnie struktura *wholeness*.

Czy możliwe jest rozpoznanie opisanych powyżej struktur w osobistych wywoływanych wypowiedziach autonarracyjnych? Czy typ autonarracji

³² E.H. Erikson, *A Memorandum on Identity and Negro Youth*, *Journal of Social Issues*, 1964, 20, 4, p. 29-42.

³³ Wskazane struktury organizacyjne odnoszą się również do systemów społecznych (np. rodziny), których kreatorami są jednostki o zróżnicowanych osobistych strukturach organizacyjnych. Na ten temat piszę szerzej w książce: K. Kuryś, *System rodzinny wobec zmian rozwojowych*, Poznań 2013, s. 24-34. Por. także: A. Brzezińska, K. Appelt, *Tożsamość zawodowa psychologa*, [w:] *Etyczne dylematy psychologii*, red. J. Brzeziński, M. Toeplitz-Winiewska, Poznań 2000, s. 13-44.

(opowieści o sobie samym) może w jakikolwiek sposób sugerować typ struktury organizacyjnej „ja” i czy możliwe jest rozpoznanie źródeł ewentualnych mechanizmów autokreacyjnych uruchamianych przez podmiot?

W celu udzielenia odpowiedzi na postawione powyżej pytania, podjęłam próbę empirycznego zrekonstruowania autonarracyjnych wypowiedzi na temat siebie samego. Badania miały charakter pilotażowy i przebiegały dwuetapowo. W pierwszym etapie osoby badane (93 osoby – studenci ostatnich lat pedagogiki opiekuńczo-wychowawczej) zostały poproszone o wypełnienie Kwestionariusza Radzenia Sobie w Sytuacjach Stresowych (CISS)³⁴. Badanie miało charakter dobrowolny i zbiorowy, kwestionariusze zostały wypełnione w sposób anonimowy (każdy kwestionariusz został oznaczony numerem, który osoba badana zobowiązywała się zapamiętać). Celem pierwszego etapu było wyodrębnienie osób, które charakteryzują się trzema stylami radzenia sobie ze stresem: stylem skoncentrowanym na zadaniu (SSZ), stylem skoncentrowanym na emocjach (SSE) i stylem skoncentrowanym na unikaniu (SSU). Do dalszych badań zaproszono tylko te osoby, które uzyskały wysokie wyniki w jednej z badanych skal (SSZ, SSE, SSU), z istotną statystycznie dominacją jednego stylu. Osoby badane mogły odmówić wzięcia udziału w dalszych badaniach. Na tej podstawie do drugiego etapu zaproszono 17 osób (5 osób z dominującym SSZ, 7 osób z dominującym SSE, 5 osób z dominującym SSU). W drugim etapie badań zastosowano bodziec narracyjny w postaci pytania: „Kto to jest ja?” Osoby badane proszone były o swobodną wypowiedź. Badania miały charakter *face to face* (osoby badane przebywały w pomieszczeniu tylko z osobą badacza). Wypowiedzi osób badanych zostały utrwalone z użyciem dyktafonu, każda z osób badanych wyraziła zgodę na nagranie wypowiedzi. Celem drugiego etapu była rekonstrukcja autonarracyjnych sposobów nadawania znaczeń wyrażonych w osobistych odkodowaniach zastosowanego bodźca narracyjnego oraz znalezienie odpowiedzi na pytanie: Czy istnieje podobieństwo w sposobie nadawania znaczeń osobistych wśród osób charakteryzujących się tym samym stylem radzenia sobie ze stresem? Ze względu na tematykę niniejszego opracowania, poniżej zaprezentowane zostaną tylko wyniki analiz będące próbą jakościowej rekonstrukcji znaczeń osobistych³⁵.

³⁴ J. Strelau, A. Jaworowska, K. Wrześniewski, P. Szczepaniak, *Kwestionariusz Radzenia Sobie w Sytuacjach Stresowych CISS. Podręcznik*, Warszawa 2007.

³⁵ Przeprowadzone badania pozwoliły stwierdzić, iż wśród osób o dominującym SSZ zaznacza się wyraźna tendencja (4/5 osób) do stosowania Orientacji III, u osób o dominującym SSE zaznacza się wyraźna tendencja (6/7 osób) do stosowania Orientacji II, a wśród osób badanych o dominującym SSU nie ma wyraźnej tendencji w nadawaniu znaczeń (2 osoby Orientacja II; 2 osoby Orientacja III; 1 osoba Orientacja I). Szczegółowa analiza prezentowane-

Analiza swobodnych wypowiedzi osób badanych (po dokonaniu transkrypcji) dotyczyła trzech komponentów narracji: formy gramatycznej wypowiedzi (forma pierwszoosobowa *vs* trzecioosobowa); tematu opowieści oraz statusu narratora (zgodność tożsamości narratora z bohaterem opowieści).

Na podstawie poczynionych analiz udało się zrekonstruować trzy orientacje narracyjne. Orientacjom nadano tytuły będące metaforycznym uogólnieniem zrekonstruowanych osobistych odkodowań bodźca narracyjnego „Kto to jest ja?”. Wyróżnione orientacje narracyjne odpowiadają następującym metaforycznym odkodowaniom:

Pierwsza Orientacja (I) – odkodowanie: „Co to jest JA”;

Druga Orientacja (II) – odkodowanie: „Kim JA jestem”;

Trzecia Orientacja (III) – odkodowanie: „ja sam w konstrukcie JA”.

Poniżej dokonam charakterystyki każdej wyróżnionej orientacji narracyjnej oraz wskażę przykłady wypowiedzi ilustrujących omawianą kategorię. Ze względu na ograniczoną objętość niniejszego opracowania, dokonam analizy pozyskanych narracji przez pryzmat uruchamianych mechanizmów personalizacyjnych, z naciskiem na poszukiwanie wskaźników posługiwania się autokreacją. Zastosowane w cytatach pogrubienia służą podkreśleniu charakterystycznych dla danej orientacji komponentów.

Pierwsza Orientacja narracyjna (I), zatytułowana „co to jest JA”, charakteryzuje się następującym układem analizowanych komponentów:

Forma gramatyczna narracji: narracja trzecioosobowa

Temat opowieści: zjawisko, konstrukt teoretyczny, Wielkie Narracje

Status narratora: narrator nie jest tożsamy z bohaterem

Przykład I Orientacji narracyjnej stanowi poniższy fragment wypowiedzi:

*Ja to jest takie coś, co w przypadku kiedy muszę coś zrobić konkretnego np. napisać jakąś pracę, a wychodzę i idę na piwo, mówi mi „M. nie idź na to piwo”(…) Ja to by była **jakąś taka racjonalna część** tego co tutaj w głowie siedzi, tak mi się wydaje. I jest to też **coś takiego, co** staramy się prezentować na zewnątrz. U **Hermana Hessego** też było w „Wilku stepowym” coś takiego, że on był i wilkiem stepowym i był tym Harrym i miał dwie osobowości (...) (mężczyzna, SSE).*

Narrator wypowiada się w trzeciej osobie liczby pojedynczej (mimo że pojawiają się fragmenty pierwszoosobowe, to stanowią one jedynie tło dla właściwej treści wypowiedzi), „ja” zostaje zaprezentowane jako niejednoznaczny konstrukt teoretyczny („to jest takie coś, co”, „jakąś taka racjonalna

go problemu badawczego znajduje się w fazie opracowania i zostanie zaprezentowana w odrębnym opracowaniu.

część”, „coś takiego”) i jest osadzone w kontekście konstruktów literackiego Hermmana Hessego (czyli Wielkiej Narracji). Nie dostrzegamy tożsamości między „ja” jako bohaterem opowieści a narratorem. Omawiana wypowiedź może stanowić przykład omówionego wcześniej mechanizmu oddzielenia „ja podmiotowego” od „ja przedmiotowego”; narrator przywołuje tylko „ja przedmiotowe”. Analiza powyższej wypowiedzi pozwala przyrównać konstrukt narratora do znanego z koncepcji psychoanalitycznych konstruktów „superego”, czyli tej struktury osobowości, która kieruje się zasadą racjonalności i przeciwstawia się impulsom „id”³⁶ („mówi mi ‹M. nie idź na to piwo›”).

Ponadto warto zauważyć, iż Orientacja I wydaje się najbliższa strukturze rozproszonej, z dość przypadkowo dobranymi elementami, bez wyraźnego rdzenia wyznaczającego kierunek dokonywanych wyborów. Powyższa narracja dodatkowo mogłaby wskazywać na stosowanie w procesie personalizacji mechanizmu modelowania (wyraźne wpływy Wielkich Narracji i teoretycznych konstruktów, będących z pewnością efektem peregrynacji literaturowych podejmowanych w ramach studiowanego kierunku).

Z kolei, Orientacja II, zatytułowana „Kim JA jestem”, charakteryzuje się następującym układem analizowanych komponentów:

Forma gramatyczna narracji: narracja pierwszoosobowa, autodiegetyczna³⁷

Temat opowieści: osobiste doświadczenia, losy, historia życia

Status narratora: narrator jest tożsamy z bohaterem

Przykładem II Orientacji narracyjnej są poniższe fragmenty wypowiedzi:

Wydaje mi się, że ›ja‹ to jestem ja, czyli osoba wesola, fajna, śmieszna, pozytywnie nastawiona do świata, pomocna, osoba z optymizmem spoglądająca w przyszłość, mająca też swoje problemy i smutki, ale zawsze myślę, że jakoś da się to wszystko rozwiązać. ›Ja‹ to jestem osoba szczęśliwa (kobieta, SSU).

Dostrzegam też te negatywne strony wszystkiego, na pewno jestem pesymistką. Ja to też osoba, która robi dużo szumu, często o nic. Mam takie specyficzne poczucie humoru, które nie wszystkim się podoba i wiem, że tym też zrażam do siebie niektórych ludzi, aczkolwiek w tym względzie nie chciałabym się zmieniać, bo

³⁶ Por.: C.S. Hall, G. Lindzey, *Teorie osobowości*, przekł. J. Kowalczevska, J. Radzicki, Warszawa 1990, s. 57.

³⁷ Gérard Genette w odniesieniu do sytuacji zastosowania przez narratora gramatycznej formy pierwszoosobowej wyróżnia dwa typy narracji: autodiegetyczną i homodiegetyczną. Kiedy narrator jest tożsamy z głównym bohaterem, mówimy o narracji autodiegetycznej, natomiast kiedy mimo zastosowania pierwszoosobowej formy gramatycznej narrator nie jest identyczny z bohaterem, wówczas mówimy o narracji homodiegetycznej. Por. P. Lejeune, *Pakt autobiograficzny*, [w:] *Wariacje na temat pewnego paktu. O autobiografii*, przekł. W. Grajewski, S. Jaworski, A. Labuda, R. Lubas-Bartoszyńska, Kraków 2001, s. 24.

*lubię takie sarkastyczne, ironiczne poczucie humoru (...) Czasem też **udaje mi się osiągnąć takie ważne cele, które sobie założyłam** (...) (kobieta, SSE).*

Powyższe wypowiedzi, poprzez zastosowanie przez narratorki formy pierwszoosobowej, stanowią przykład odniesienia bodźca narracyjnego do osobistych doświadczeń składających się na historię życia badanych. Mamy w obu przypadkach do czynienia z narracją autodiegetyczną – narrator i bohater („ja”) są tożsami. Poprzez obserwowaną tożsamość narratora z bohaterem (z „ja”) oraz podejmowane w toku opowieści tematy uzyskujemy możliwość zrekonstruowania procesu personalizacyjnego z wykorzystaniem dwóch mechanizmów: konfrontacji z okolicznościami życia (cyt.: „mająca też swoje problemy i smutki”) oraz stawiania przed sobą i realizacji zadań życiowych (cyt.: „Czasem też udaje mi się osiągnąć takie ważne cele, które sobie założyłam”). Przytoczone wypowiedzi nie pozwalają jednak zrekonstruować tematów mogących wskazywać na uruchomienie mechanizmu autokreacji. Jedynie fragment wypowiedzi drugiej narratorki (cyt.: „Mam takie specyficzne poczucie humoru, które nie wszystkim się podoba i wiem, że tym też zrażam do siebie niektórych ludzi, aczkolwiek w tym względzie nie chciałabym się zmieniać”) może pośrednio dowodzić, iż osoba badana ma świadomość mechanizmu autokreacji i nie ulega konformizmowi, gdyż wybrany przez nią sposób funkcjonowania odpowiada jej osobistemu systemowi wartości.

Natomiast, trzecia z wyróżnionych orientacji narracyjnych, zatytułowana „ja sam w konstrukcie JA” charakteryzuje się następującym układem analizowanych komponentów:

Forma gramatyczna narracji: narracja trzecioosobowa vs. homodiegetyczna

Temat opowieści: konstrukt teoretyczny i osobista refleksja

Status narratora: narrator nie jest tożsamy z bohaterem

Dobry przykład Orientacji III narracyjnej stanowi poniższa wypowiedź:

*Jedyne co mi przychodzi do głowy to: **ja to ja**. No więc tak: wydaje mi się, że ja to jestem, to jest, to jakby są dwie części ja, w tym sensie, że **jedna część to jest to, co ja przetwarzam**, od siebie daję coś, a **cała reszta to albo to jest to, co łapię od innych ludzi albo z otoczenia, jakieś moje doświadczenia, jakieś wydarzenia, które mi się przytrafiają**. I to, w jaki sposób ja je przetwarzam później i w jaki sposób radzę sobie z podobnymi sytuacjami. Mogę więcej czerpać z otoczenia albo mniej, ale i tak zawsze czerpię. Więc **nie jestem, w sensie >ja< nie jest**, takie zupełnie odcięte od świata, nie ma takiej opcji w ogóle, żebym była tylko i wyłącznie sobą, tylko zawsze jeszcze jest coś dodatkowego. Czerpię po prostu z różnych źródeł i potem to albo przerabiam albo to zostawiam tak jak to dostałam.*

*Pewnie tu by się można jeszcze rozdrabniać, bo to wiadomo, że rodzina, że przyjaciele, że jakieś tam traumatyczne przeżycia, jakieś dobre przeżycia i potem to się przemiela i potem ja to jakoś od siebie daję innym i cały czas czerpię i to się tak zmienia cały czas. No i to jest właśnie »ja« według mnie. (...) **Myślę sobie i mam takie poczucie, że o »ja« wiem całkiem sporo** (kobieta, SSZ).*

Powyższa narracja została skonstruowana z wykorzystaniem gramatycznej formy pierwszoosobowej, a mimo tego nie mamy tutaj do czynienia z tożsamością narratora i bohatera („ja”) – jest to przykład narracji homodiegetycznej. Narratorka opisuje teoretyczny konstrukt i konfrontuje go z własnymi doznaniem. Nosi on jednak znamiona podmiotowości i został stworzony (wykreowany) przez osobę badaną pod wpływem autodiagnozy i poddany autorefleksji (cyt.: „jakieś moje doświadczenia, jakieś wydarzenia, które mi się przytrafiają. I to, w jaki sposób ja je przetwarzam później i w jaki sposób radzę sobie z podobnymi sytuacjami”). Narratorka wskazuje ponadto na różnorodne źródła wiedzy o sobie oraz na osobiste zaangażowanie w proces przetwarzania owej wiedzy (cyt. „Czerpię po prostu z różnych źródeł i potem to albo przerabiam albo to zostawiam tak, jak to dostałam”). W powyższej narracji dają się wyodrębnić kategorie treściowe, mogące wskazywać na zastosowanie w procesie personalizacji mechanizmu autokreacji, który jawi się jako swego rodzaju ciąg sprzężonych ze sobą cyrkularnie zdarzeń (cyt. „bo to wiadomo, że rodzina, że przyjaciele, że jakieś tam traumatyczne przeżycia, jakieś dobre przeżycia i potem to się przemiela i potem ja to jakoś od siebie daję innym i cały czas czerpię i to się tak zmienia cały czas”).

Należy ponadto zauważyć, iż gotowość osoby badanej do poddawania osobistego konstruktowi „ja” przemianom i świadomość konieczności tego procesu mogą pośrednio dowodzić, iż narratorka dysponuje strukturą *wholeness*. Całość wypowiedzi (zarówno w formie gramatycznej, treści, jak i sposobie oddzielenia narratora od bohatera) można określić mianem „swobodnie organizującej się”.

Maria Jarymowicz zauważa, iż o dojrzałej podmiotowości mówimy wówczas, kiedy „w sferze samopoznania możliwy staje się dystans wobec samego siebie i postrzeganie własnej osoby w kategoriach poznawczych, a nie emocjonalnych. W sferze emocjonalnej możliwy staje się autokrytycyzm, poczucie pokory i umiłowanie ascezy. Realne staje się przekroczenie dziecięcego bycia „pępkim świata”, w miejsce którego może pojawić się poczucie bycia częścią świata, akceptacji własnego losu i dostrzegania w nieszczęśliwych zrzędzeniach stron pozytywnych (...). W sferze wykonawczej mogą się pojawić programy życia ukierunkowanego na powściągliwość oraz odwaga (nie brawura, pochodna od popędów, lecz odwaga

wynikająca z wyboru określonych form zachowania, uznanych za zgodne z własnymi standardami)³⁸. Cytowana wypowiedź narratorki o Orientacji III zdaje się w dużej części odpowiadać wskazanym przez M. Jarymowicz cechom dojrzałej podmiotowości.

Wnioski końcowe

Podjęte w niniejszym opracowaniu rozważania oraz zaprezentowane rekonstrukcje autonarracji prowadzą do wniosku, iż mechanizm autokreacji, rozumianej jako proces zmian oparty na autodiagnozie i prowadzący do samowiedzy stanowi bazową strukturę organizacyjną procesu personalizacji w dorosłości. Podjęcie wysiłku autokreacji wymaga od podmiotu zarówno odwagi, jak i kompetencji. Łatwo bowiem ulec pokusie kreowania siebie samego tylko po to, by dać wyraz swojej niezależności i autonomii (takie postępowanie byłoby typowe dla osób w okresie adolescencji, z dyfuzyjnym statusem tożsamości), nie mając ku temu wystarczających zasobów i środków (poznawczych, emocjonalnych i behawioralnych). Dojrzała i intencjonalna autokreacja winna być oparta na racjonalnej ocenie zasobów zarówno osobistych, jak i społecznych (przy pełnym zrozumieniu dla ich wzajemnej nieuchronnej interakcji). Podmiot podejmujący wyzwanie dojrzałej autokreacji zastępuje brawurę systematycznym, konsekwentnym i refleksyjnym dążeniem do wyznaczonych celów osobistych. Czy porzuca przy tym cele społeczne, izoluje się od kontekstu ról, w których funkcjonuje? Uważam, że nie ma powodu, by to czynił. Autokreacja wymaga pogłębionej świadomości własnych dążeń oraz motywów podejmowanych działań i wymóg ten sprawia, iż jest ona najtrudniejszym (wymagającym największego osobistego zaangażowania) mechanizmem personalizacyjnym. Człowiek, który wie, co jest mu potrzebne, by mógł odczuwać satysfakcję, zadowolenie, komfort, a jednocześnie ciekawość i motywację do podejmowania kolejnych wyzwań i stawiania nowych celów, nie będzie doświadczał konfliktu między rolą społeczną a tzw. życiem osobistym. Człowiek – dojrzały autokreator – dokonując wyboru, pokonuje bowiem konflikt między społecznym i osobistym imperatywem. Jak mówi Jarymowicz³⁹, w biegu życia człowieka, wraz ze wzrostem jego podmiotowości, pojawiają się zasoby w postaci nowych jakości funkcjonowania. Z punktu widzenia pierwotnych funkcji regulacyjnych (dostępnych na wcześniejszych etapach rozwoju osobowości, bliskich konformizmowi) są one źródłem negatywnych napięć i cierpień (mogą być

³⁸ M. Jarymowicz, *Psychologiczne podstawy*, s. 182.

³⁹ Tamże, s. 181-182.

uznane za zagrażające dla *status quo* jednostki), natomiast z punktu widzenia regulacji podmiotowej (autokreacyjnej) stają się źródłem poczucia szczęścia i satysfakcji (są interpretowane jako wyzwanie, bo burzą *status quo*).

Można na zakończenie postawić pytanie: Czy, a jeżeli tak, to w jakim stopniu (w jaki sposób) personalizacja jako proces, poprzez swoje mechanizmy, jest wystarczającym źródłem budowania trwałej struktury osobowości typu *wholeness*? Odpowiedź wymaga zastosowania pogłębionego studium indywidualnych przypadków, z uwzględnieniem wszystkich wymienionych w niniejszym opracowaniu mechanizmów personalizacyjnych. Autokreacja jawi się jednakowoż jako mechanizm kluczowy w złożonym procesie dochodzenia człowieka do wiedzy o sobie samym i budowania mądrości życiowej – zasobów stanowiących *conditio sine qua non* osobowości typu *wholeness*.

BIBLIOGRAFIA

- Brzezińska A., Appelt K., *Tożsamość zawodowa psychologa*, [w:] *Etyczne dylematy psychologii*, red. J. Brzeziński, M. Toeplitz-Winiewska, Wydawnictwo Fundacji Humaniora, Poznań 2000.
- Caspi A., Bem D., Elder G.H. Jr., *Continuity and consequences of interection styles cross life span*, *Journal of Personality*, 1989, 57.
- Erikson E.H., *A Memorandum on Identity and Negro Youth*, *Journal of Social Issues*, 1964, 20, 4.
- Hall C.S., Lindzey G., *Teorie osobowości*, przekł. J. Kowalczyńska, J. Radzicki, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1990.
- Jarymowicz M., *Psychologiczne podstawy podmiotowości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.
- Kozielecki J., *Czynności podejmowania decyzji*, [w:] *Psychologia*, red. T. Tomaszewski, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1976.
- Kuryś K., *Pierwsze rodzicielstwo – doświadczenie rozwojowe dorosłości*, [w:] *Teoria pedagogiczna i praktyka edukacyjna*, red. J. Modrzewski, K. Maćkowiak, Wydawnictwo PWSZ, Leszno 2007.
- Kuryś K., *Urodzenie pierwszego dziecka jako wydarzenie krytyczne w życiu kobiet i mężczyzn*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2010.
- Kuryś K., *System rodzinny wobec zmian rozwojowych*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2013.
- Lazarus R.S., *Paradygmat stresu i radzenia sobie*, *Nowiny Psychologiczne*, 1986, 3-4.
- Lejeuene P., *Pakt autobiograficzny*, [w:] *Wariacje na temat pewnego paktu. O autobiografii*, przekł. W. Grajewski, S. Jaworski, A. Labuda, R. Lubas-Bartoszyńska, Wydawnictwo Universitas, Kraków 2001.
- Meeus W., *Toward a psychosocial analysis of adolescent identity: an evaluation of the epigenetic theory (Erikson) and the identity status model (Marcia)*, [in:] *Adolescence careers and culture*, eds W. Meeus, K. Hurrelmann, Walter de Gruyter, Berlin-New York 1992.

- Muszyński H., *Socjalizacja – personalizacja – wychowanie*, [w:] *Wychowanie. Profilaktyka. Resocjalizacja. W poszukiwaniu doskonalszych systemów w skali makro i mikro. Część 1 – Wychowanie i opieka*, red. J. Sowa, E. Piotrowski, J. Rejman, Podkarpacki Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli, Rzeszów 2002.
- Obuchowski K., *Przez galaktykę potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 1995.
- Oleś P.K., *Psychologia człowieka dorosłego*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2011.
- Pawlak J., *Autokreacja. Psychologiczna analiza zjawiska i jego znaczenie dla rozwoju człowieka*, Wyższa Szkoła Filozoficzno-Pedagogiczna „Ignatium”, Wydawnictwo WAM, Kraków 2009.
- Strelau J., Jaworowska A., Wrześniewski K., Szczepaniak P., *Kwestionariusz Radzenia Sobie w Sytuacjach Stresowych CISS. Podręcznik*, Pracownia Testów Psychologicznych, Warszawa 2007.
- Szacka B., *Wprowadzenie do socjologii*, Oficyna Naukowa, Warszawa 2003.
- Tokarska U., *Narracja autobiograficzna w terapii i promocji zdrowia*, [w:] *Narracja jako sposób rozumienia świata*, red. J. Trzebiński, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2001.
- Trempała J., *Rozwój poznawczy*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka. Tom 3 – Rozwój funkcji psychicznych*, red. B. Harwas-Napierała, J. Trempała, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2002.
- Trempała J., Czyżowska D., *Rozwój moralny*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka. Tom 3 – Rozwój funkcji psychicznych*, red. B. Harwas-Napierała, J. Trempała, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2002.

