

Monika Wróblewska
UNIwersytet w Białymstoku

Czy twórcze zasoby podmiotowe podnoszą jakość życia? Analiza uwarunkowań

ABSTRAKT

Celem prezentowanych badań jest ukazanie związku twórczych zasobów podmiotowych (aktywacja osobowościowa nonkonformizmu i konformizmu) z procesami wartościowania różnych sfer życia i poziomem satysfakcji życiowej z ich realizacji oraz poczuciem zadowolenia z życia. Przyjęto założenie, iż osobowościowa aktywacja pozytywna, rozumiana jako specyficzne działanie zespołu cech nonkonformistycznych, stymulujących potencjalną kreatywność człowieka w sferze poznawczej i w zachowaniu, wiązać się będzie z procesami wartościowania różnych sfer życia i poziomem satysfakcji życiowej. Analiza wyników przeprowadzonych badań potwierdziła, iż osoby z przewagą twórczych zasobów podmiotowych osiągają wyższe wskaźniki poczucia zadowolenia z życia szacowanego na podstawie różnicy między wartością tego, co określa człowiek jako źródło satysfakcji życiowej a poczuciem zaspokojenia potrzeb w tym obszarze. Osoby te uzyskały wyższe wskaźniki poczucia zaspokojenia potrzeb w obrębie obszarów satysfakcji życiowej. Zakładając działanie specyficznego mechanizmu regulującego funkcjonowanie osoby zachowawczej i twórczej (por. Popek, 2000) może on stanowić podstawę interpretacji wyników uzyskanych w grupie z wysokim poziomem zasobów twórczych.

SŁOWA KLUCZOWE: jakość życia, podmiotowość, twórcze zasoby podmiotowe, zadowolenie z życia, aktywacja osobowościowa

Do creative resources symptoms improve the quality of life? The analysis of conditions

ABSTRACT

The aim of this study was to show the relationship between creative resources and valuation symptoms of different walks of life and levels of life satisfaction. It is assumed that the activation of positive personality will be associated with the processes of evaluation of different walks of life and levels of life satisfaction. The analysis of the results of the study confirmed that people with a predominance of creative resources have higher rates of a subjective feeling of satisfaction with life estimated based on the difference between the value of what defines man as a source of life satisfaction and a sense of the needs in this area. People with a predominance of creative resources received higher rates of a sense to meet the needs within the areas of life satisfaction. The assumption of the operation of a specific mechanism that regulates the functioning of conservative and creative people (Popek, 2000) may provide a basis for the interpretation of the results obtained in the group with high levels of creative resources.

KEY WORDS: quality of life, subjectivity, creative resources, subjective life satisfaction, activation of personality

Wprowadzenie

Poczucie jakości życia ulega stałym przekształceniom wraz z rozwojem człowieka w cyklu życia i jest traktowane jako efekt tego rozwoju. Problematykę jakości życia można rozpatrywać w odniesieniu do rozwiązywania kryzysów na poszczególnych etapach rozwojowych. Wyróżnione przez Erika Eriksona (2004) w koncepcji psychospołecznego rozwoju człowieka stadia i zmiany, jakie w nich zachodzą, ukazują znaczenie pozytywnego rozwiązania kryzysu w podniesieniu do jakości życia. W zależności od wybranej alternatywy wyjścia z kryzysu (twórcze rozwiązanie *versus* regresja) jakość życia osiąga określoną wartość. Kryzys rozwojowy każdego kolejnego etapu musi zostać pozytywnie rozwiązany, aby kolejne nowe jakości ego, czyli cnoty podstawowe mogły się pojawiać i umacniać jako nowa podstawa działania. Zgodnie z teorią Eriksona, każdy ze skutecznie rozwiązanych kryzysów niesie ze sobą wypracowanie pewnych sił, które pozwalają człowiekowi lepiej radzić sobie z wymaganiami psychospołecznymi (Erikson, 1997).

Tadeusz Tomaszewski, autor jednej z wcześniejszych polskich koncepcji teoretycznych wyjaśniających zjawisko jakości życia zakładał, że poziom jakości życia człowieka wzrasta wraz z poziomem zgodności przebiegu rozwoju podmiotu z procesem rozwoju świata. Podnoszenie jakości życia jednostki we wszystkich jego aspektach jest możliwe dzięki wszechstronnemu rozwojowi podmiotu. Zdaniem autora niezależnie od zmieniających się okoliczności, istnieją stałe psychologiczne wymiary jakości życia, np. bogactwo przeżyć, poziom świadomości, aktywność, twórczość i współuczestnictwo w życiu społecznym. Rozpatrując jakość życia w perspektywie podnoszenia jej na wyższy poziom, określono **pięć podstawowych kryteriów**, które mają umożliwić ocenę jakości życia ludzkiego (Tomaszewski, 1998). Według Tomaszewskiego są to:

- bogactwo przeżyć – chodzi tutaj o ilość, różnorodność i intensywność przeżyć, stały dopływ wrażeń jako niezbędny element dla normalnego przebiegu aktywności organizmu; życie pełne wrażeń i przeżyć uczuciowych uważane jest powszechnie za jakościowo lepsze życie niż monotonne i nudne
- poziom świadomości – zdolność wytwarzania poznawczego obrazu rzeczywistości, wiąże się z silną potrzebą wiadomości o świecie i rozumienia świata; życie człowieka, który wiele wie i rozumie, ceni się wyżej niż życie człowieka o słabym rozeznaniu
- poziom aktywności – działalność fizyczna oraz umysłowa, aktywność jako oznaka zdrowia i rozwoju, wolność rozwijania aktywności jako jedna z największych wartości w życiu człowieka
- twórczość – szczególnego rodzaju aktywność skierowana na przekształcanie rzeczywistości, wprowadzanie określonych zmian, stwarzanie nowych

sytuacji, nowych idei i nowych wartości; życie ludzi, których działalność pozostawiła po sobie wartościowe skutki, ocenia się jako dobrze przeżyte

- współuczestnictwo w życiu społecznym – współżycie z innymi ludźmi, dzielenie się przeżyciami, podejmowanie wspólnych zadań, włączanie wyników własnej działalności do dorobku ogólnego; życie samotne w izolacji od innych jest powszechnie oceniane jako gorsze.

Tomaszewski zwraca uwagę na komplementarność kryteriów jakości życia. Wyodrębnienie któregośkolwiek z nich i uczynienie go jedynym wyznacznikiem jakości życia prowadzi do jej obniżenia, gdyby nawet wyróżniony aspekt osiągnął szczytowy poziom rozwoju. Jedynie rozpatrywane łącznie, i w perspektywie rozwojowej, parametry mogą stanowić czynnik podnoszący jakość życia. W wielowymiarowej koncepcji człowieka Marii Straś-Romanowskiej (2005) poczucie jakości życia ujmowane jest w kategoriach egzystencjalnych, nawiązujących do koncepcji personalistyczno-egzystencjalnej. Przedstawia ona człowieka jako osobę, która w szczególny sposób przeżywa siebie i postrzega swoje istnienie. Zakłada też, że człowiek jest istotą złożoną, wielowymiarową, co oznacza, że ma niejednorodną strukturę potrzeb i dążeń. W związku z tym jakość życia należy również rozpatrywać jako zjawisko złożone, wielowymiarowe, odnoszące się do głównych sfer egzystencji człowieka: psychofizycznej, psychospołecznej, podmiotowej i metafizycznej. Autorka zaproponowała model, który mieści się w ramach współczesnej psychologii rozwojowej (*life-span*) pod hasłem psychologii zorientowanej na osobę (*person-centered*), gdzie głównymi i specyficznymi formami poczucia jakości życia są: przeżywanie świata i siebie w świecie, pozostawanie w relacji dialogu z innymi, działanie intencjonalne oraz twórczy rozwój osobowy. Wszystkie one wpływają na integralność wewnętrzną człowieka w procesie jego rozwoju w ciągu życia, ale jednocześnie są od siebie względnie niezależne. Zarówno sfery psychofizyczna, psychospołeczna, podmiotowa, jak i metafizyczna, współtworząc holistyczny obraz człowieka, działają w obrębie ściśle określonych reguł przemian rozwojowych, które na różnym etapie życia człowieka wykazują swoją siłę i znaczenie. Ocena jakości życia w toku rozwoju jest uzależniona od nabywanych doświadczeń i zmian rozwojowych. Sferę psychofizyczną dynamizuje rozwój przypadkowy, sferę psychospołeczną rozwój adaptacyjny, sferę podmiotową samorealizacja, a sferę metafizyczną autotranscendencja. Sfery psychofizyczna i psychospołeczna mieszczą się w wymiarze naturalistycznym, sfery podmiotowa i metafizyczna mieszczą się w wymiarze duchowym. Trzy sfery: psychospołeczna, podmiotowa i metafizyczna należą do obszaru kultury. Stanisław Kowalik (2000) traktuje jakość życia psychicznego jako sumę przeżyć doświadczanych przez człowieka w określonym czasie. Przeżycia te mogą być zróżnicowane u tych samych osób w poszczególnych okresach życia. Jakość życia psychicznego będzie tym wyższa, im bardziej napływające informacje będą

w stanie zaangażować pamięć, wyobraźnię, myślenie, spostrzeganie i uaktywnienie jego sfery przeżyciowej. Według Kowalika w jakości życia dostrzec można **dwa komponenty** – wartościujący i przeżyciowy (Kowalik, 1995). Pierwszy polega na samodzielnym ustosunkowaniu się do sytuacji, które stają się udziałem jednostki i działań z niej wynikających. Poznawcze ustosunkowanie się człowieka do własnego Ja, a także stylu życia przez niego przeżywanego, została opisana przez autora jako „świadomość refleksyjna”. W niej wyraża się podmiotowość człowieka, gdyż przez fakt refleksji nad własną egzystencją rozwija on w sobie dystans i zwiększa własną autonomię wobec bezpośrednich wpływów otoczenia. Drugi komponent **przeżyciowy** jest charakteryzującym nasze życie psychiczne zbiorem stanów subiektywnych: złości, zastanawiania się nad czymś, niepewności, podziwiania kogoś lub czegoś, znużenia (Kowalik, 1994). Subiektywna jakość życia jest kategorią podmiotową poznawczo-emocjonalną, wyrażającą się satysfakcją życiową i zadowoleniem z życia; może ona mieć charakter przejściowego poczucia lub uogólnionego nastawienia do życia (por. Sęk, 1993). Subiektywna jakość życia odnosi się do procesów wartościowania, czyli ocen i samopoczucia jednostki we wszystkich sferach egzystencji. Procesy wartościowania przebiegają na dwóch poziomach – na poziomie **emocjonalnym** i na poziomie **poznawczym** – a ich rezultaty wyrażane są w ocenach emocjonalnych (co czuję) oraz ocenach poznawczych (co myślę). Rezultatem wartościowania na poziomie emocjonalnym są bezpośrednie doznania i reakcje emocjonalne. Rezultatem wartościowania na poziomie poznawczym są sądy ewaluatywne (przemyślane opinie i sądy poznawcze), wymagające refleksji nad własnym życiem oraz dokonywania wielu porównań. Augustyn Bańka ujmuje jakość życia jako kategorię zmieniającą się wskutek doświadczania codzienności i **funkcję** jakości rozwoju w cyklu życia. Jego zdaniem zarówno szczęście, dobrostan, jak i jakość życia stanowią rezultat ciągłego rozwoju człowieka, a ściślej – procesu wypracowywania kryteriów i standardów dla porównywania uzyskiwanych w czasie informacji (Bańka, 2005). Wcześniejsze etapy rozwoju mają wpływ na postrzeganie i ocenę zdarzeń na późniejszych etapach życia. Nie tylko jakość życia zależy od jakości rozwoju, ale istnieje również zależność **odwrotna**, jakość rozwoju wynika z poczucia jakości życia. Na danym etapie życia decydującymi są zmienne oraz mechanizmy ewaluacyjne charakterystyczne dla danego stadium rozwojowego. Jakość życia zmienia się więc wraz z wiekiem, fazą życia oraz celami, jakie stoją do realizacji przed jednostką. Kompleksowa ocena jakości życia wymaga od człowieka oparcia się na analizie bardzo wielu pochodzących z różnych źródeł informacji, do których można zaliczyć przeżywane przez podmiot stany afektywne, sytuacje i wydarzenia, jakich doświadczył on w przeszłości, jego cele i oczekiwania wobec przyszłości oraz porównania społeczne (Bańka, 2002).

Zadowolenie z życia (satysfakcja życiowa) jako dynamiczny mechanizm adaptacyjny

Pojęcie ogólne „zadowolenie z życia” jest terminem niejednoznacznym i jest określane również jako szczęście, satysfakcja z życia, dobrostan czy jakość życia (Czapiński, 1992). Zadowolenie z życia zwiększa się w wyniku pomyślnej interakcji dwu procesów adaptacyjnych: aktywności służącej uzgodnieniu kierunku osobistego rozwoju z celami osobistymi (asymilacja) i dostosowaniu celów do warunków, w jakich miałyby być realizowane oraz osobistych możliwości i dostępnych zasobów środowiskowych (akomodacja). Dynamika procesów asymilacji i akomodacji oraz ich względna równowaga jest zależna od stopnia kontroli nad celami i od oceny ich ważności. Duże znaczenie ma również giętkość adaptacyjna wyrażająca się w elastycznej akomodacji. Satysfakcja z życia jest pochodną zaangażowania w realizację zadań i celów. Pomyślna realizacja celów wzmacnia samoocenę i przyczynia się do większej satysfakcji z życia. Pozytywny związek z satysfakcją z życia ma wysoka samoocena, optymizm i energia w działaniach. Największym źródłem satysfakcji może być „wychodzenie poza istniejący układ” – czyli charakterystyczna dla człowieka transgresja – zaangażowanie w zupełnie nowe działania, przekraczanie ograniczeń i poznawanie granic własnych możliwości, eksploracja nieznanego (Kozielecki, 2001, 2007). Satysfakcja z życia łączy się ze spełnianiem wewnętrznych potrzeb człowieka, realizacją celów autonomicznie wybranych i uznanych za wartościowe. W perspektywie hedonistycznej dobrostan psychiczny definiuje się jako poznawczą i emocjonalną ocenę własnego życia, która obejmuje trzy zasadnicze czynniki: wysoki poziom pozytywnych emocji, niski poziom negatywnych emocji oraz wysoki poziom zadowolenia z życia (Diener, Lucas, Oishi, 2004). Zgodnie z podejściem eudajmonistycznym, dobrostan psychiczny rozumie szczęście w kategoriach posiadania i dążenia do wartościowych atrybutów. Człowiek jest szczęśliwy i posiada dobre życie wtedy, gdy żyje według wartości, stara się odkrywać rzeczy istotne i rozwija w sobie dobre cechy osobowości i charakteru. Według Martina Seligmana (2002, 2008) prawdziwe szczęście jest trwałą postawą obejmującą zdolność wzbudzania emocji pozytywnych, przewycięzania przeciwności, wykorzystywania życiowych szans oraz kształtowania pozytywnych cech charakteru. Życie człowieka polega według Carol Ryff (2004) na wzbogacaniu osobistego potencjału i kultywowaniu wartościowych elementów życia i bliskie jest koncepcji eudajmonistycznego dobrostanu psychicznego. Autorka zaproponowała sześć jego aspektów (wymiarów):

- Autonomia – Niezależność, nieuleganie naciskom zewnętrznym, ocena siebie według wewnętrznych standardów

- Panowanie nad otoczeniem – Poczucie sprawstwa, kompetencji, zdolność do spostrzegania otoczenia zgodnie ze swoimi potrzebami i wartościami, podejmowanie wyzwań
- Samoakceptacja – Pozytywny stosunek do samego siebie, akceptacja swoich zalet i wad
- Pozytywne relacje z innymi – Doświadczanie ciepłych i pełnych zaufania relacji interpersonalnych i kontaktów społecznych
- Cel życiowy – Przekonanie o ukierunkowaniu własnego życia na realizację ważnego celu, zdolność do stawiania i realizowania zadań życiowych
- Osobisty rozwój – Umiejętność doskonalenia swoich umiejętności, realizacji swojego potencjału, poszukiwanie dróg dalszego rozwoju, poczucie, że podejmowane wyzwania prowadzą do wzrostu kompetencji.

Aktywacja osobowościowa konformizmu i nonkonformizmu

Zdaniem Stanisława Popka (2001) mamy do czynienia z działaniem **specyficznego mechanizmu** regulującego funkcjonowanie osoby zachowawczej i twórczej. Istotą tego mechanizmu jest **interakcja** na zasadzie sprzężenia zwrotnego następujących elementów: 1) poznawczych, potencjalnych zdolności twórczych, 2) **osobowościowej aktywacji** (działanie hamujące lub stymulujące sfery emocjonalno-motywacyjnej na rozwój kreatywności w sferze poznawczej i przejawianie jej w zachowaniu), 3) oceny przez człowieka rezultatów własnej aktywności (twórczej lub adaptacyjnej) (Popek, 2000). Opisując mechanizm rozwoju bądź regresji zdolności potencjalnych Popek argumentuje, iż aktywacja pozytywna jest związana z pozytywnymi doświadczeniami indywidualnymi, samoakceptacją, afirmacją emocjonalną, samosterownością i wysoką motywacją oraz skuteczną działalnością akceptowaną społecznie. Aktywacja negatywna oznacza odczuwanie niskiej skuteczności lub braku skuteczności w działaniu, negatywne doświadczenia indywidualne, niską samoocenę, zahamowanie emocjonalne, brak samosterowności i niską motywację (Popek, 1996). W przypadku osoby konformistycznej osobowościowa aktywacja jest negatywna – hamuje potencjalną kreatywność człowieka w sferze poznawczej i zachowaniu, natomiast w przypadku osoby nonkonformistycznej osobowościowa aktywacja jest pozytywna i sprzyja rozwijaniu twórczych, poznawczych oraz realizacyjnych możliwości człowieka. Współwystępowanie konformizmu z zachowaniami algorytmicznymi Popek określa jako „postawę odtwórczą, natomiast połączenie nonkonformizmu z zachowaniami heurystycznymi jest – według niego – czynnikiem kształtującym postawę twórczą, skupiającą te właściwości wewnętrzne, które są przypisywane ludziom twórczym” (Popek, 1996, s. 118). Nonkonformizm charakteryzuje się m.in. niezależnością, aktywnością, oryginalnością myślenia, odwagą i odpowiedzialnością oraz poczu-

ciem wartości własnego „ja”, zachowanie heurystyczne zaś zdolnością do samodzielnej obserwacji, myślenia dywergencyjnego i uczenia się przez rozumowanie, refleksyjność, samodzielność intelektualną i elastyczność myślenia.

Problem i metoda badań

Zasadniczym celem badań było ukazanie związku cech podmiotowych twórczych (aktywacja osobowościowa nonkonformizmu i konformizmu) z procesami wartościowania różnych sfer życia i **poziomem satysfakcji życiowej** z ich realizacji oraz poczuciem **zadowolenia z życia**. Przyjęto założenie, iż osobowościowa aktywacja pozytywna, rozumiana jako specyficzne działanie zespołu cech nonkonformistycznych, stymulujących potencjalną kreatywność człowieka w sferze poznawczej i w zachowaniu, wiązać się będzie z procesami wartościowania różnych sfer życia i poziomu satysfakcji życiowej. Osoby z przewagą cech podmiotowych twórczych mają wyższe wskaźniki poczucia zadowolenia z życia szacowanego na podstawie różnicy między wartością tego, co określa człowiek jako źródło satysfakcji życiowej a poczuciem zaspokojenia potrzeb w tym obszarze.

W badaniach wzięło udział 180 osób, w przedziale wiekowym 20-28 lat. W badaniach zastosowano następujące metody: „Kwestionariusz Twórczego Zachowania (KANH-I)” Stanisława Popka oraz kwestionariusze: „Poczucie ważności potrzeb” i „Poczucie zaspokojenia potrzeb”. Kwestionariusze dotyczące ważności i poczucia zaspokojenia potrzeb opracowano na podstawie listy obszarów satysfakcji życiowej zastosowanej w badaniach Flanagan w USA (por. Brzezińska, 1996). Zawierały one listę 15 pozycji, a przy każdej z nich 7-punktową skalę szacunkową (od 0 pkt do 6 pkt.). Zadaniem badanych było oszacowanie ważności danego obszaru, a następnie ocena poczucia zaspokojenia potrzeb w każdym z uwzględnionych obszarów aktywności człowieka. Po uzyskaniu danych dokonano analizy porównawczej dla wszystkich pozycji kwestionariusza (por. Brzezińska, 2000, s. 25-29) a następnie wyróżnione obszary podzielono na pięć grup:

1. **Bezpieczeństwo (BE)** czyli materialne warunki życia i bezpieczeństwo finansowe, zdrowie i bezpieczeństwo osobiste
2. **Związki z ludźmi (ZL)** czyli związki z partnerem życiowym, rodzicami, rodzeństwem i innymi krewnymi oraz z przyjaciółmi
3. **Działalność dla innych (DI)** czyli posiadanie i wychowywanie dzieci, pomaganie innym i wspieranie ich, działania na poziomie społeczności lokalnej i państwa
4. **Aktywność i praca (AP)** czyli rozwój intelektualny, twórczość i swoboda, rozumienie tego, co się dzieje i planowanie, aktywność zawodowa
5. **Wypoczynek i czas wolny (WY)** czyli działalność rekreacyjna bierna i czynna, uprawianie sportu.

Wyniki badań

Wyniki uzyskane dla wszystkich pozycji kwestionariusza Poczucie ważności potrzeb i Poczucie zaspokojenia potrzeb zawierają listę obszarów satysfakcji życiowej: Bezpieczeństwo (BE), Związki z ludźmi (ZL), Działalność dla innych (DI), Aktywność i praca (AP) Wypoczynek i czas wolny (WY). Wartości średnie obliczone zostały na podstawie wyników surowych (punktów na skali 0–6) (X. min.=0 pkt.; X. max.=6 pkt.) dla badanej grupy w obu kwestionariuszach, celem porównania poczucia ważności potrzeb i poczucia ich zaspokojenia we wszystkich 15 obszarach aktywności. Poczucie ważności potrzeb w pięciu obszarach satysfakcji życiowej wskazuje, iż wartości najwyższe (powyżej 5 pkt.) osiągnęły: zdrowie i bezpieczeństwo osobiste (obszar I), związki z rodzicami, rodzeństwem i krewnymi, związki z partnerem życiowym (małżonkiem) (obszar II), posiadanie i wychowywanie dzieci (obszar III). Wskaźniki wysokie (powyżej 4 pkt.) uzyskały potrzeby działań związane z pomaganiem innym i wspieraniem ich (obszar III), rozwoju intelektualnego, rozumienia tego co się dzieje i planowania, aktywności zawodowej (obszar IV), związków z przyjaciółmi (obszar II), materialnych warunków życia i bezpieczeństwa finansowego (obszar I) oraz działalności rekreacyjnej aktywnej (obszar V). Wskaźniki niskie poczucia ważności (poniżej 4 pkt.) – wychowywanie innych (obszar III). Najniższe średnie wskaźniki poczucia ważności potrzeb (poniżej 3 pkt.) uzyskano w zakresie działań na poziomie społeczności lokalnej i państwa (obszar III) oraz działalności rekreacyjnej biernej (obszar V). Poczucie zaspokojenia potrzeb w analizowanych obszarach wskazuje na wartości wysokie (powyżej 4 pkt.) w zakresie zdrowia i bezpieczeństwa osobistego (obszar I), związków z rodzicami, rodzeństwem i krewnymi, rozwoju intelektualnego, związków z partnerem życiowym (małżonkiem) oraz związków z przyjaciółmi. Najniższe średnie wskaźniki poczucia ważności potrzeb (poniżej 2 pkt.) uzyskano w zakresie działań na poziomie społeczności lokalnej i państwa oraz posiadania i wychowywania dzieci. Pozostałe potrzeby osiągnęły niskie wskaźniki poczucia zaspokojenia (poniżej 4 pkt.).

Poziom wskaźników zadowolenia z życia (satysfakcji życiowej)

Porównanie wskaźników poczucia ważności każdej z piętnastu potrzeb z oceną ich stopnia zaspokojenia w badanej grupie osób (N=180) pokazuje najwyższe wskaźniki zadowolenia z życia (satysfakcji życiowej) w zakresie: związków z rodzicami, rodzeństwem i krewnymi (0,66), rozwoju intelektualnego (0,66), związków z przyjaciółmi (0,64), działań związanych z pomaganiem innym i wspieraniem ich (0,77), materialnych warunków życia i bezpieczeństwa finansowego (0,82), działalności rekreacyjnej aktywnej (0,86). Poziom umiarkowany zadowolenia z ży-

cia osiągnęły: wskaźniki rozumienia tego, co się dzieje i planowania (1,0), zdrowia i bezpieczeństwa osobistego (1,02), działań na poziomie społeczności lokalnej i państwa (1,16), aktywności zawodowej (1,25), wychowywania innych (1,25), związków z partnerem życiowym (małżonkiem) (1,27). Najniższe wskaźniki zadowolenia z życia (satisfakcji życiowej) uzyskano w zakresie posiadania i wychowywania dzieci (3,82).

Podmiotowe zasoby twórcze a poczucie zadowolenia z życia

Dla potrzeb weryfikacji założenia badawczego dotyczącego związku podmiotowych cech twórczych i oceny poziomu zadowolenia z życia, wyłoniono dwie grupy osób różniące się poziomem cech podmiotowych twórczych uzyskane w Kwestionariuszu KANH Stanisława Popka. Do pierwszej grupy (typ o przewadze podmiotowych cech twórczych) – zakwalifikowano osoby (N=20), których wyniki w Kwestionariuszu KANH w odniesieniu do sfery charakterologicznej (N) i sfery poznawczej (H) były wysokie (7-10 sten). Do drugiej grupy (typ z niskim poziomem podmiotowych cech twórczych) zakwalifikowano osoby (N=45) których wyniki w Kwestionariuszu KANH były niskie (1-4 sten). Analiza uzyskanych rezultatów ujawniła, że osoby o cechach twórczych (Tw) charakteryzują się wysokim nasileniem postawy twórczej w aspekcie sfery charakterologicznej (N-K: M=8,1) i zawyżonym w aspekcie myślenia heurystycznego ((H-A: M=6,2). Ujawniają podwyższone nasilenie myślenia heurystycznego (H) (M=7,15) i niskie algorytmicznego (A) (M=3,40) Występuje też u nich wysokie nasilenie nonkonformizmu (N) (M=6,8) i niskie konformizmu (K) (M=5,56). Można zatem stwierdzić wysoki poziom cech twórczych w zakresie sfery poznawczej i charakterologicznej w badanej grupie. Oznacza to, że w grupie osób twórczych dominuje nasilona niezależność osobowościowa, aktywność i niestereotypowość oraz przewaga myślenia dywergencyjnego (rozbieżnego, otwartego) w stosunku do konwergencyjnego (reprodukcyjne, ukierunkowane, logiczne). Grupę z niskim poziomem podmiotowych cech twórczych (NTw) charakteryzuje niskie nasilenie postawy twórczej w aspekcie sfery charakterologicznej (N-K: M=4,25) i w aspekcie sfery poznawczej (H-A: M=5,2). Oznacza to, że osoby te charakteryzuje zależność osobowościowa, pasywność, sztywność adaptacyjna, uległość i zahamowanie. W zakresie stylów myślenia występuje przewaga myślenia konwergencyjnego (reprodukcyjnego) w stosunku do dywergencyjnego (rozbieżnego, otwartego). Porównanie wskaźników poczucia zaspokojenia każdej z piętnastu potrzeb w grupach różniących się poziomem cech twórczych, wskazuje na różnice w zakresie: działań związanych z pomaganiem innym i wspieraniem ich, wychowywaniem innych ludzi, aktywnością zawodową oraz twórczością i swobodą (wyższy wskaźnik w grupie z wysokim poziomem cech twórczych). Porównanie wskaźników poczucia ważności

każdej z piętnastu potrzeb z oceną ich stopnia zaspokojenia w grupach różniących się poziomem cech twórczych wskazuje na to, iż osoby z wysokim poziomem cech twórczych ($N=20$) mają wyższe wskaźniki zadowolenia z życia ($x=11,77$) w porównaniu z całą badaną grupą ($x=15,07$) oraz osobami z niskim poziomem cech twórczych ($N=45$) ($x=16,61$). Osoby te uzyskały również wyższe wskaźniki poczucia zaspokojenia potrzeb w obrębie obszarów satysfakcji życiowej ($x=61,83$) w porównaniu z całą badaną grupą ($x=57,88$) oraz osobami z niskim poziomem cech twórczych ($x=55,01$).

Dyskusja

Celem prezentowanych badań było ukazanie związku cech podmiotowych twórczych (aktywacja osobowościowa nonkonformizmu i konformizmu) z procesami wartościowania różnych sfer życia i poziomem satysfakcji życiowej z ich realizacji oraz poczuciem zadowolenia z życia. Przyjęto założenie, iż osobowościowa aktywacja pozytywna, rozumiana jako specyficzne działanie zespołu cech nonkonformistycznych, stymulujących potencjalną kreatywność człowieka w sferze poznawczej i w zachowaniu, wiązać się będzie z procesami wartościowania różnych sfer życia i poziomu satysfakcji życiowej. Takie podejście zawiera interpretację subiektywnej jakości życia jako kategorii podmiotowej poznawczo-emocjonalnej, wyrażającej się satysfakcją życiową i zadowoleniem z życia. Może ona mieć charakter przejściowego poczucia lub uogólnionego nastawienia do życia (Sęk, 1993). Subiektywna jakość życia odnosi się do procesów wartościowania, czyli ocen i samopoczucia jednostki we wszystkich sferach egzystencji. Zgodnie z argumentacją S. Popka (2001) aktywacja pozytywna jest związana z pozytywnymi doświadczeniami indywidualnymi, samoakceptacją, afirmacją emocjonalną, samosterownością, wysoką motywacją i skuteczną działalnością akceptowaną społecznie. Wyniki badań wskazują na występowanie związków między mechanizmem osobowościowej aktywacji pozytywnej i procesami wartościowania różnych sfer życia oraz poziomem satysfakcji życiowej. Analiza wyników przeprowadzonych badań potwierdziła przyjęte założenie, że osoby z przewagą cech podmiotowych twórczych osiągają wyższe wskaźniki poczucia zadowolenia z życia. Oszacowane zostało na podstawie różnicy między wartością tego, co określa człowiek jako źródło satysfakcji życiowej a poczuciem zaspokojenia potrzeb w tym obszarze. Analiza wyników przeprowadzonych badań wskazała na różnice w zakresie działań związanych z pomaganiem innym i wspieraniem ich, wychowywaniem innych ludzi, aktywnością zawodową oraz twórczością i swobodą. Wyższy wskaźnik poczucia zadowolenia z życia uzyskały osoby w grupie z wysokim poziomem cech twórczych. Co istotne, osoby te uzyskały również wyższe wskaźniki poczucia zaspokojenia potrzeb w obrębie obszarów satysfakcji życiowej, w porównaniu z całą badaną grupą oraz osobami z niskim poziomem cech twórczych.

czych. Zakładając działanie specyficznego mechanizmu regulującego funkcjonowanie osoby zachowawczej i twórczej (por. Popek, 2000) może on stanowić podstawę interpretacji wyników uzyskanych w grupie z wysokim poziomem cech twórczych. Zachodzi tutaj opisywana interakcja na zasadzie sprzężenia zwrotnego poznawczych, potencjalnych zdolności twórczych, osobowościowej aktywacji (działanie stymulujące sfery emocjonalno-motywacyjnej) oraz oceny przez człowieka rezultatów własnej aktywności (twórczej lub adaptacyjnej). Warto podkreślić, iż w prezentowanych badaniach wyniki poczucia ważności potrzeb i poczucia zaspokojenia potrzeb odnoszą się do istotnych z punktu widzenia rozwoju obszarów satysfakcji życiowej: **bezpieczeństwa, związków z ludźmi, działalności dla innych, aktywności i pracy, wypoczynku i czasu wolnego**. Pomyślna realizacja potrzeb związanych z tymi obszarami umożliwiła satysfakcjonującą realizację zadań rozwojowych, co jednocześnie służy wzbogacaniu osobistego potencjału i wiąże się z osiąganiem dobrostanu psychicznego. Wpływa na rozwój poczucia sprawstwa i kompetencji, podnosi zdolność do spostrzegania otoczenia zgodnie ze swoimi potrzebami i wartościami, ułatwia podejmowanie wyzwań. Stymuluje rozwój pozytywnych relacji interpersonalnych i kontaktów społecznych oraz wpływa na osobisty rozwój (por. Ryff, Singer, 2004).

BIBLIOGRAFIA

- Bańka, A. (2005). *Psychologia jakości życia*. Poznań: Stowarzyszenie Psychologia i Architektura.
- Bańka, A. (2002). *Spółeczna psychologia środowiskowa*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Brzezińska, A. (1996). *Źródła satysfakcji życiowej w okresie dorosłości*. Poznań: Instytut Psychologii UAM (maszynopis niepublikowany).
- Brzezińska, A. (2000). *Spółeczna psychologia rozwoju*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Czapiński, J. (1992). *Psychologia szczęścia: przegląd badań i zarys teorii cebulowej*. Warszawa – Poznań: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Diener, E., Lucas, R.E., Oishi, S. (2004). Dobrostan psychiczny. Nauka o szczęściu i zadowoleniu z życia, (W:) J. Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Erikson, E.H.(2004). *Tożsamość a cykl życia*. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Erikson, E.H.(1997). *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Kozielecki, J.(2007). *Psychotransgresjonizm: nowy kierunek psychologii*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak.
- Kowalik, S. (2000). Jakość życia psychicznego. (W:) R. Derbis (red.), *Jakość rozwoju a jakość życia*. Częstochowa: Wydawnictwo WSP.
- Kowalik, S. (1995). Pomiar jakości życia – kontrowersje teoretyczne. (W:) A. Bańka, R. Derbis (red.), *Pomiar i poczucie jakości życia u aktywnych zawodowo i bezrobotnych*. Poznań – Częstochowa: Print-B.
- Kowalik, S. (1994). Temporalne uwarunkowania jakości życia. (W:) A. Bańka, R. Derbis (red.), *Psychologiczne i pedagogiczne wymiary jakości życia*. Poznań – Częstochowa: Wydawnictwo WSP.
- Popek, S. (1996). *Zdolności i uzdolnienia jako osobowościowe właściwości człowieka*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu im. M. Curie-Skłodowskiej.

- Popek, S. (2000). *Kwestionariusz Twórczego Zachowania KANH*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu im. M. Curie-Skłodowskiej.
- Popek, S. (2001). *Człowiek jako jednostka twórcza*. Lublin: Wydawnictwo Uniwersytetu im. M. Curie-Skłodowskiej.
- Ryff, C.D., Singer, B. (2004). Paradoxy kondycji ludzkiej: Dobrostan i zdrowie na drodze ku śmierci. (W:) J. Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Seligman, M.E.P. (2008). *Prawdziwe szczęście. Psychologia pozytywna a urzeczywistnienie naszych możliwości trwałego spełnienia*. Poznań: Media Rodzina.
- Sęk, H. (1993). Jakość życia a zdrowie. *Ruch prawniczy, ekonomiczny i socjologiczny*, 2, s. 72-89.
- Straś-Romanowska, M. (2005). Jakość życia w świetle założeń psychologii zorientowanej na osobę. *Kolokwia Psychologiczne*, 13, s. 262-274.
- Tomaszewski, T. (1998). *Główne idee współczesnej psychologii*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak.