

# Monika Wróblewska

---

## Rozwój przez nabywanie kompetencji (w aspekcie uwarunkowań aktywności twórczej)

---

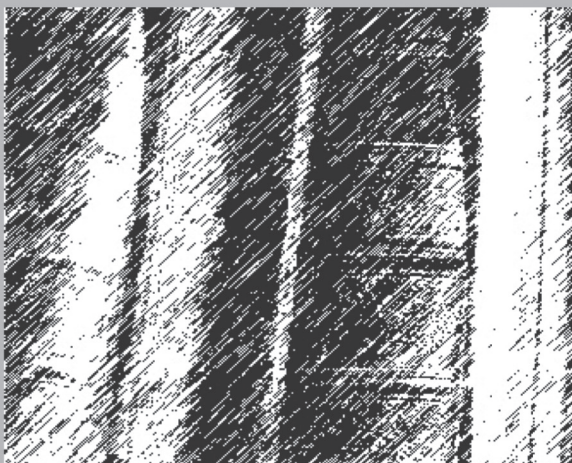
Chowanna 1, 59-69

---

2011

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach  
dozwolonego użytku.



MONIKA WRÓBLEWSKA

## Rozwój przez nabywanie kompetencji (w aspekcie uwarunkowań aktywności twórczej)

Umiejętność myślenia kreatywnego i twórczego przekształcania otaczającego nas świata jest kluczowa w rozwoju osobistym, zawodowym i społecznym.

Józef Koziński (1997, s. 25)

Twórczość jest specyficznym ludzką aktywnością.

Abraham Maslow (1986)

### **The development of the acquisition of competence (in terms of determinants of creative activity)**

**Abstract:** The acquisition of competence is one of the determinants of growth. Creative activity can be considered as competencies. The article concerns the combination of creative activity of individuals with the purchase of major powers, including powers of creative, emotional, social competence. Underlying the process of self-creation is a need for creativity and creative expression. Autocreation is a constant process of self-determination and self-improvement. Emotional competencies are closely linked with the development and implementation process of self-realization of human potential. Condition the effectiveness of social competence to cope in certain social situations. Human competence to implement a component of the creative development of key competencies. Educational environment should be treated as general revenue pro-development. Education should be organized around four pillars: learning to know, learn to work, learn to live together, learn to be.

**Key words:** creativity, creative skills, development, creative expression, social competence, autocreation, emotional competence, self-realization.

## Wprowadzenie

Jednym z wyznaczników procesu rozwoju jest nabywanie kompetencji. Człowiek dąży do samoukierunkowania, wyrażającego się coraz lepszym kierowaniem sobą i zwiększeniem stopnia własnej sprawczości. Potrzeba kompetencji motywuje ciągły proces poszukiwania i podejmowania optymalnych wyzwań, jakich dostarcza otoczenie. Zaspokojenie potrzeby kompetencji umożliwia pełniejszą ekspresję i osiągnięcie wyższego stopnia własnej autonomii. Tym samym zaspokojenie kompetencji staje się kluczowe dla możliwości optymalnego funkcjonowania, poczucia dobrostanu, sprzyja wzrostowi integracji wewnętrznej oraz właściwemu rozwojowi społecznemu jednostki (Ryan, Deci, 2000).

Umiejętność tworzenia traktować można również jako kompetencję. Aktywność twórcza stwarza szansę na pełny rozwój i wyrażanie siebie oraz ekspresję emocji.

Interesujące wydaje się więc sprzężenie aktywności twórczej jednostki — podmiotowo sprawczej i kompetentnej w realizacji twórczego rozwoju — z nabywaniem ważnych kompetencji, w tym przede wszystkim kompetencji kreatywnych, emocjonalnych, społecznych i autokreacyjnych.

## Istota kompetencji

Szeroki zakres treści pojęcia „kompetencje” wyznacza jego interdyscyplinarny charakter. Główne ujęcia problematyki kompetencji dotyczą traktowania kompetencji jako potrzeby i tendencji motywacyjnej; jako przekonania o własnej skuteczności i możliwości poradzenia sobie w danej sytuacji; jako wyznacznika dojrzałości osobowościowej; jako złożonego wymiaru osobowościowych uwarunkowań efektywności działania.

Poczucie kompetencji można definiować jako system przekonań na temat własnej wiedzy i umiejętności w różnych dziedzinach (co wiem, co umiem, co stanowi mój atut, jakie są moje słabości, co jest moim ograniczeniem) (Brzezińska, 1993). Kompetencje wiążą się z określonymi właściwościami osobowości (potrzeby, postawy, przekonania, układ cech). Najczęściej kompetencje odnoszą się do określonej działalności człowieka i definiuje się je jako osobiste dyspozycje człowieka w zakresie posiadanej wiedzy, umiejętności i postaw, które zapewniają efektywność w realizowaniu zadań na odpowiednim poziomie. Kompetencje umożli-

wiąją zdobywanie osiągnięć i same postrzegane są jako osiągnięcia; stanowią wyższy etap rozwoju potencjalności człowieka. Rozwijanie kompetencji może doprowadzić do osiągnięcia mistrzostwa (*expertise*) w danej dziedzinie (Sternberg, 2001). Kompetencje są nabywane i doskonalone w procesie samodzielnego uczenia się (własne doświadczenie) bądź w określonym systemie wychowawczo-dydaktycznym. Rozwój tak rozumianych kompetencji może postępować w ciągu całego życia i przebiega na drodze rekonstrukcji — wzbogacania już posiadanych umiejętności o nowe.

## Twórczość jako aktywność podmiotowo sprawcza

Twórczość ma charakter interakcyjny i jest efektem interakcyjnym wielu zmiennych. Podmiotowa kompetencja twórcza stanowi jedną z tych zmiennych.

Aktywność twórcza jest najwyższą formą aktywności podmiotowej prowadzącej do powstania nowych i społecznie wartościowych wytworów. Podstawą twórczej aktywności człowieka są zdolności, czyli indywidualne właściwości osobowości, których nie da się sprowadzić do wykształconych nawyków, ale dzięki którym można kształtować różnego rodzaju nawyki, sprawności i umiejętności, w tym także twórcze (Obuchowski, 1985). U podstaw wszelkich działań twórczych leży potrzeba twórcza, siła rozwojowa i dynamizm wszelkiej aktywności, w której realizuje się potencjalność człowieka. W ramach humanistycznej refleksji o samorealizacji człowieka w miejsce pojęcia „twórczość” pojawiło się pojęcie „kreatywność”. Twórczość rozumiana jako kreatywność przestaje być cechą umysłu wybitnych twórców. Zastąpienie czy też zaakceptowanie pojęcia kreatywności przesuwają punkt ciężkości z wytworu na wewnętrzną aktywność podmiotu, na traktowanie twórczości jako działalności podmiotowo sprawczej (Limont, 2003). Takie rozumienie twórczości wiąże się bardzo wyraźnie ze sferą wychowawczą i rozwojową. Rozwijanie postawy twórczej i twórczych kompetencji odbywa się w przestrzeni interakcyjnej i systemowej, jako wzajemne oddziaływanie czynników zewnętrznych oraz podmiotowych jednostki. W obecnej dynamicznie zmieniającej się rzeczywistości niezbędny jest rozwój kompetencji, które zapewnią sukces. W sytuacji, kiedy konieczność stanowią: permanentne uczenie się oraz zdobywanie nowej wiedzy i umiejętności, elastyczność działania i gotowość do zmiany, poznawcza otwartość, perspektywność postaw i sposobów myślenia umożliwiających antycypowanie wyzwań i tworze-

nie nowych możliwości działania — istnieje ogromne zapotrzebowanie na rozwój różnego typu kompetencji, w tym szczególnie kompetencji twórczych.

## Kompetencje realizacji twórczego rozwoju

Rozwijamy się wówczas, gdy radość rozwoju i niepokój związany z bezpieczeństwem są silniejsze niż niepokój rozwoju i radość bezpieczeństwa (Maslow, 1990). Rozwój jest procesem wielowymiarowych oraz indywidualnie zróżnicowanych zmian. Polega na gromadzeniu i opracowywaniu indywidualnego doświadczenia, które podlega procesom strukturyzacji i restrukturyzacji w rezultacie aktywności, jaką jednostka przejawia w pełnym cyklu życia w stale podejmowanych relacjach ze światem. Doświadczenie jest materiałem rozwoju, a sam rozwój — ciągiem zmian wynikających z organizowania się struktur tego doświadczenia (strukturyzacji) i ich przekształcania się (restrukturyzacji). Gromadzenie, odkładanie się oraz strukturowanie doświadczeń jest funkcją własnej aktywności podmiotu, przejawianej w stosunkach stałej wymiany ze środowiskiem, lecz równocześnie jest funkcją indywidualnych możliwości kumulowania i organizowania się tych doświadczeń w struktury psychiczne. Struktury doświadczenia mogą się organizować w różny sposób, według różnych zasad, w zależności od tego, jaki aspekt tego procesu bierzemy pod uwagę. Kluczem do sukcesu w realizacji planów osobistych, zawodowych, społecznych jest umiejętność „wychodzenia poza”, przekraczania własnych możliwości, efektywne zarządzanie osobistymi zasobami, aktywność ukierunkowana na zmiany. Twórczość jest więc indywidualną inwestycją w osobisty rozwój jednostki, której realizacja wiąże się z ryzykiem; jest przedsięwzięciem, które często przebiega w warunkach niepewności co do jego skutków. Podejmowanie takiej aktywności zawsze stanowi innowację.

Motywy ważne dla uzyskania twórczych rezultatów to: motyw ekspresji własnych stanów psychicznych, motyw „tworzenia dla tworzenia”, komunikowania się z innymi ludźmi, motyw sprawowania poznawczej kontroli nad otoczeniem, dążenia do wartości, których nie sposób osiągnąć inaczej, jak przez działania twórcze, motyw pozostawienia po sobie śladu, motyw godzenia sprzecznych dążeń (Nęcka, 1987).

## Kompetencje kreatywne

### Kreatywność jako twórczy potencjał

Kreatywność to osobowościowy potencjał ludzi do osiągania znaczących wyników w zakresie twórczości; opisywana jest jako cecha indywidualna (Nęcka, 2001), dyspozycja (Dobrołowicz, 1995), twórczość bez dzieł (Kocowski, 1991). Kreatywność stanowi wyraz pewnej potencjonalności, aktywności potencjalnie twórczej, która odnosi się do zachowania jakościowo zbliżonego do zachowania twórców liczących się dzieł. Potencjał ten opisuje się jako styl psychologicznego funkcjonowania, cechujący się określonymi właściwościami procesów psychicznych — otwartością, wrażliwością na problemy oraz motywacją do działania. Stąd zasadne jest wiązanie kreatywności zarówno z postawą twórczą, jak i ze zdolnościami twórczymi. Kreatywność może być traktowana jako wyjściowy, elementarny poziom twórczości, charakterystyczny dla większości zdrowych osób, warunek konieczny, ale niewystarczający, każdej aktywności o charakterze twórczym.

Decyzją Parlamentu Europejskiego i Rady Unii Europejskiej rok 2009 ogłoszono Europejskim Rokiem Kreatywności i Innowacji. Kreatywność i zdolność do innowacji to cechy stanowiące siłę napędową rozwoju ludzkości na przestrzeni wieków. Umiejętność myślenia kreatywnego i twórczego przekształcania otaczającego nas świata jest kluczowa w rozwoju osobistym, zawodowym i społecznym. Rozwój tych kompetencji powinien być wspierany w procesie uczenia się człowieka przez całe jego życie, by mógł on dostosowywać się do szybko zmieniającej się rzeczywistości i ją współtworzyć — tak brzmi uzasadnienie listu krajowego koordynatora odpowiedzialnego za organizację i podejmowanie działań związanych z Europejskim Rokiem Kreatywności i Innowacji. Inicjatywa ta w odniesieniu do obszaru edukacji ma stworzyć warunki do upowszechniania różnorodnych kreatywnych form autoekspresji, zarówno przez edukację formalną, jak i poprzez pozaformalne i nieformalne zajęcia dla młodzieży i dorosłych.

## Kompetencje kluczowe

Ważną rolę wspierającą inicjatywę Europejskiego Roku Kreatywności i Innowacji odgrywa program „Uczenie się przez całe życie”. Parla-

ment Europejski w porozumieniu z Radą Unii Europejskiej zlecił państwom członkowskim UE podjęcie działań mających na celu rozwijanie ośmiu kompetencji kluczowych, które mają istotne znaczenie w procesie uczenia się przez całe życie. W powstałym dokumencie (2006/962/WE) kompetencje zdefiniowane zostały jako połączenie wiedzy, umiejętności i postaw, m.in.: kompetencji językowych, informatycznych, matematycznych, społecznych i obywatelskich, umiejętności uczenia się, świadomości i ekspresji kulturalnej oraz zdolności podejmowania inicjatyw i przedsiębiorczości. Wiedza to forma trwałej reprezentacji rzeczywistości, mająca postać uporządkowanej i wzajemnie powiązanej struktury informacji, kodowanej w pamięci długotrwałej (Nęcka, Orzechowski, Szymura, 2006, s. 137). Dzięki temu, że następuje przyrost wiedzy, jednocześnie mamy do czynienia ze wzrostem kompetencji. Nabywanie umiejętności dokonuje się w działaniu praktycznym. W postawie konstytuują się preferencje jednostki wynikające z reprezentowanego systemu wartości oraz cech osobowości. W kontekście kompetencji postawa oznacza zarówno chęć i gotowość do zastosowania posiadanej wiedzy i umiejętności, jak i wartościowanie podejmowanych zadań.

Kompetencje człowieka do realizacji twórczego rozwoju można dopisać do wymienionych kompetencji kluczowych.

## Uczenie się jako proces twórczy

Środowisko edukacyjne traktować należy jako ogół wpływów sprzyjających rozwojowi. Celem edukacji (w tym również twórczej) jest wspomaganie i ukierunkowywanie rozwoju dzieci i młodzieży zgodnie z ich potencjałem i możliwościami rozwojowymi, wspieranie działań twórczych w różnych dziedzinach aktywności. Pomoc w tworzeniu, rozumiana jako stymulowanie, pobudzanie i rozwijanie umiejętności niezbędnych w twórczym myśleniu i działaniu w okresie dzieciństwa i adolescencji — adekwatna do potrzeb i możliwości — to główna zasada wychowania do twórczości, początek kształtowania się twórczych orientacji życiowych.

Nie tylko edukacja stanowi czynnik kształtujący doświadczenie człowieka w wymiarze społecznym i osobowościowym. Rozwój wiąże się nie tylko z osiągnięciem formalnych szczebli edukacji, dalsza nauka przebiega także w obszarze działań indywidualnych.

Przyjmuje się, że twórczość jest indywidualną i osobistą inwestycją jednostki — realizacja tej inwestycji wiąże się z ryzykiem — i przedsięwzięciem, które często przebiega w warunkach niepewności co do jego

skutków. Przy czym działalność ta ma prowadzić do ściśle określonych efektów, będących realizacją założonych celów. Motywacja do zachowań twórczych ma zatem ściśle zadaniowy lub poznawczy charakter. Warto to odnieść do oddziaływań edukacyjnych dotyczących „kształcenia twórczości” i dostosowania strategii edukacyjnych do głównej tendencji współczesnego świata, jaką jest zmienność. Wylania się zatem potrzeba kreowania i wzmacniania postaw edukacji ustawicznej (założenia deklaracji bolońskiej i raport Delorsa — Delors, ed., 1998). Edukacja powinna organizować się wokół czterech filarów: uczyć się, aby wiedzieć; uczyć się, aby działać; uczyć się, aby żyć wspólnie; uczyć się, aby być.

## Kompetencje społeczne

Kompetencje społeczne warunkują efektywność radzenia sobie w określonych sytuacjach społecznych. To złożone umiejętności nabywane przez jednostkę w toku treningu społecznego, a jego efektywność zależna jest nie tylko od cech osobowościowych i temperamentu, ale także od poziomu inteligencji, głównie emocjonalnej i społecznej (Matczak, 2001). Jednostki kompetentne społecznie można określić jako zdolne do wywierania pożądanego wpływu na innych (Moscovici, ed., 1998). Poziom kompetencji społecznych, które ujawniają się w konkretnych sytuacjach, warunkuje inteligencja społeczna, rozumiana jako swoisty potencjał poznawczy jednostki pozwalający na spostrzeganie i analizowanie bodźców o charakterze społecznym (Piotrowska, 1997). Jeżeli inteligencja społeczna przyczynia się do wzrostu poziomu kompetencji społecznych, to czyni zachowanie człowieka bardziej refleksyjnym. Osoba o wysokim poziomie kompetencji społecznych i inteligencji społecznej nie tylko osiąga zamierzone cele, ale także dokonuje trafnej analizy sytuacji i potrafi do niej podejść w sposób zaplanowany. Może stawiać przed sobą bardziej złożone wyzwania w sferze społecznego funkcjonowania. Osoby twórcze mogą radzić sobie w sytuacjach społecznych nie tylko dzięki wysokiemu poziomowi kompetencji społecznych, ale i dzięki inteligencji społecznej.

Waga posiadania kompetencji społecznych wynika nie tylko z tego, że pozwalają one na wywieranie określonego wpływu na inne osoby i umożliwiają osiąganie poszczególnych celów, ale także ze znaczenia konkretnych kompetencji dla prawidłowego i efektywnego funkcjonowania człowieka. Z badań prowadzonych w nurcie psychologii pozytywnej wynika, że kompetencje społeczne mają ogromny wpływ na poczucie zadowolenia z własnego życia, zdrowie psychiczne i ogólne dobre samopoczucie. Kon-



takty interpersonalne z innymi ludźmi, warunkowane posiadaniem kompetencji społecznych, są wyznacznikiem poziomu życiowej satysfakcji.

## Kompetencje emocjonalne

„Emocje są pierwszym językiem nas wszystkich. Emocja spowodowana jest zazwyczaj przez świadome lub nieświadome wartościowanie przez podmiot jakiegoś zdarzenia jako istotnego dla jakiejś ważnej dla niego sprawy. Rdzeniem emocji jest gotowość do działania i podsuwanie planów” (Oatley, Jenkins, 2003, s. 53).

Emocje w dużym stopniu wpływają na funkcjonowanie człowieka w zakresie rozwoju, relacji społecznych, dokonywania ocen, wyborów, realizacji celów (Jarymowicz, 1997). Jedną z miar kompetencji w tym obszarze jest inteligencja emocjonalna, rozumiana jako zespół umiejętności umożliwiających wykorzystywanie wiedzy i energii płynącej z emocji do lepszego funkcjonowania inter- i intrapersonalnego (Jaworowska, Matczak, 2001). Inteligencja emocjonalna umożliwia monitorowanie emocji własnych i cudzych oraz pomaga w kierowaniu procesami motywacyjnymi, co sprzyja zaangażowaniu w dążenie do celów; jest źródłem optymizmu, który chroni przed utratą nadziei na sukces, nawet w przypadku wystąpienia trudności (Mayer, Caruso, Salovey, 1999, 2001).

Kompetencje emocjonalne związane są ściśle z rozwojem i realizacją potencjału człowieka w procesie samorealizacji. W tym kontekście szczególnie istotna jest inteligencja intrapersonalna, która pomaga w poznaniu i zrozumieniu samego siebie. Świadoma regulacja emocji wspomaga rozwój, umożliwia akceptację różnych emocji i refleksyjną kontrolę, poprzez wyciszanie negatywnych emocji i wzmacnianie pozytywnych, bez ignorowania ich wartości informacyjnej (Goleman, 1995, 1998; Maruszewski, Ścigała, 1998).

Osoby samorealizujące się charakteryzują się poczuciem satysfakcji z życia, satysfakcjonującymi relacjami interpersonalnymi, otwartością na doświadczenia, akceptacją rzeczywistości, siebie i innych, zdolnością do odraczania gratyfikacji, poszukiwaniem nowości, elastycznością myślenia (Maslow, 1986; Obuchowski, 1985; Koziński, 2001). Właściwości te w znacznym stopniu odpowiadają zdolnościom i kompetencjom składającym się na opisaną inteligencję emocjonalną.

## Kompetencje twórcze jako rezultat samorealizacji osobowości

„[...] motywacja do zachowań twórczych jest cechą w mniejszym lub większym stopniu przysługującą wszystkim ludziom bez wyjątku, gdyż wszyscy posiadają potencjalne zdolności twórcze; są one głęboko zakorzenione w naturze człowieka. Człowiek tworzy dla samego tworzenia. Impulsem do twórczości nie są więc potrzeby i wymogi społeczne, lecz dążenie do samorealizacji” (Fromm, 1997, s. 109).

Samorealizacja jest jednym z atrybutów twórczości i w kontekście twórczego rozwoju jednostki można ją ująć jako proces rozwojowy, aktualizujący możliwości jednostki, jako proces stałego doskonalenia siebie oraz rezultat działalności skierowanej na przekształcanie świata. Twórczość, czy też osobowość twórcza, jest — w ujęciu humanistycznym — kategorią aksjologiczną. To wartość bycia człowiekiem w rozwoju — człowiekiem aktywnym, niezależnym, otwartym na doświadczenie, tolerancyjnym wobec odmienności. Osoby twórcze samorealizują się nie tyle poprzez zadania „tu i teraz”, ile — głównie — poprzez zadania przeszłościowe. Twórczość jest rozumiana jako proces tworzenia idei i rzeczy nowych bądź jako postawa (cechy charakteru), która nie musi prowadzić do tworzenia rzeczy ujmowanych materialnie. W kategoriach osobowych postawa twórcza to cel i wartość człowieka, gdyż zabarwia w swoisty sposób postrzeganie świata i przekształcanie rzeczywistości społecznej i materialnej.

W nurcie humanistycznym wyodrębnione zostały dwa rodzaje twórczości: twórczość oparta na talencie (*special-talent creativity*), której wytwory mają mniejszą lub większą wartość społeczną, i twórczość będąca wynikiem samorealizacji (*self-actualized creativity*), która spełnia się głównie w rozwiązywaniu codziennych problemów życiowych (Maslow, 1990).

Na podstawie badań osób o wysokim poziomie samorealizacji ustalono istnienie określonych właściwości, które warunkują efektywność twórczą ludzi. Do najistotniejszych należą: zdolność dziwienia się (prowadzi do stawiania znaków zapytania i wytwarzania nowych problemów), zdolność koncentracji na zadaniu twórczym, doświadczenie własnego „ja” i poczucie tożsamości, zdolność do akceptowania konfliktów i napięć, chęć do „rodzenia wciąż na nowo”.

## Kompetencje autokreacyjne Twórcza ekspresja źródłem rozwoju

Autokreacja stanowi nieustanny proces samookreślenia i samodoskonalenia. Z jednej strony jest procesem kreowania własnej tożsamości w toku autorefleksji, z drugiej zaś — procesem świadomego wpływania na własny rozwój w systemie „ja” — świat poprzez regulację stosunków z otoczeniem (Pietrasiński, 1990). Podejmowane przez człowieka czynności autokreacyjne skierowane są na inicjowanie „przemian wewnętrznych”; wiążą się z procesami samowychowania, samokształcenia, ale także z działaniami, które odnoszą się do wyboru drogi życiowej, formułowania celów życiowych, realizowania cenionych wartości, wzbogacania swojego życia. Autokreacja może realizować się jako działanie intencjonalne, w ramach którego jednostka w sposób świadomy i celowy kreuje zmiany rozwojowe, ale także jako spontaniczne oddziaływanie na swój rozwój (Pietrasiński, 1990). Realizowanie tych celów wymaga dysponowania wiedzą autokreacyjną (jaki jestem?, dlaczego taki jestem?, do czego dążę?) (Pietrasiński, 1992); jej elementem jest samowiedza. Aktywność autokreacyjna przyczynia się do wzbogacania samowiedzy, a jej podstawą są kompetencje autokreacyjne.

U podstaw procesu autokreacji leży potrzeba twórcza i potrzeba ekspresji twórczej, będące wyrazem głęboko zakorzenionej tendencji człowieka do podejmowania twórczej aktywności — skierowanej na świat lub konstytuującej się w osobowości — stanowiącej źródło i warunek intencjonalnego rozwoju.

### Bibliografia

- Brzezińska A., 1993: *Wspomaganie rozwoju*. „Edukacja i Dialog”, nr 5, s. 131—139.
- Delors J., ed., 1998: *Edukacja — jest w niej ukryty skarb. Raport dla UNESCO Międzynarodowej Komisji do spraw Edukacji dla XXI wieku*. Warszawa.
- Dobrołowicz W., 1995: *Psychodydaktyka kreatywności*. Warszawa.
- Fromm E., 1959: *The creative attitude*. In: *Creativity and its Cultivation*. Ed. H.H. Anderson. New York.
- Fromm E., 1997: *Mieć czy być?* Tłum. J. Karłowski. Wstęp M. Chałubiński. Wyd. 2. Poznań.
- Goleman D., 1995: *Inteligencja emocjonalna*. Tłum. A. Jankowski. Poznań.
- Goleman D., 1998: *Inteligencja emocjonalna w praktyce*. Tłum. A. Jankowski. Poznań.

- Jarymowicz M., 1997: *Dociekania nad naturą emocji. O emocjach poza świadomością i o emocjach poza spontanicznością*. „Czasopismo Psychologiczne”, nr 3 (3), s. 153—170.
- Jaworowska A., Matczak A., 2001: *Kwestionariusz Inteligencji Emocjonalnej. Podręcznik*. Warszawa.
- Kocowski T., 1991: *Szkice z teorii twórczości i motywacji*. Poznań.
- Kozielecki J., 1997: *Transgresja i kultura*. Warszawa.
- Kozielecki J., 2001: *Psychotransgresjonizm*. Warszawa.
- Limont W., 2003: *Twórczość w aspekcie cyklu życia*. W: *Twórczość — wyzwanie XXI wieku*. Zebrały i oprac. E. Dombrowska, A. Niedźwiedzka. Kraków.
- Maruszewski T., Ścigała E., 1998: *Emocje — alekstytmia — poznanie*. Poznań.
- Maslow A.H., 1986: *W stronę psychologii istnienia*. Tłum. I. Wyrzykowska. Warszawa.
- Maslow A.H., 1990: *Motywacja i osobowość*. Tłum. P. Sawicka. Warszawa.
- Matczak A., 2001: *Kwestionariusz kompetencji społecznych KKS*. Warszawa.
- Mayer J., Caruso D., Salovey P., 1999: *Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence*. „Emotion”, no. 5, s. 254—265.
- Mayer J., Caruso D., Salovey P., 2001: *Emotional intelligence as a standard intelligence*. „Emotion”, no. 3, s. 232—242.
- Moscovici S., ed., 1998: *Psychologia społeczna w relacji ja — inni*. Tłum. M. Cielecki. Warszawa.
- Nęcka E., 1987: *Proces twórczy i jego ograniczenia*. Kraków.
- Nęcka E., 2001: *Psychologia twórczości*. Gdańsk.
- Nęcka E., Orzechowski J., Szymura B., 2006: *Psychologia poznawcza*. Warszawa.
- Oatley K., Jenkins J.M., 2003: *Zrozumieć emocje*. Tłum. J. Radzicki, J. Suchecki. Warszawa.
- Obuchowski K., 1985: *Adaptacja twórcza*. Warszawa.
- Pietrasiński Z., 1990: *Rozwój człowieka dorosłego*. Warszawa.
- Pietrasiński Z., 1992: *Wiedza i „rola” autokreacyjna jednostki jako przedmiot rozwoju*. „Przegląd Psychologiczny”, nr 1, s. 9—18.
- Piotrowska A., 1997: *Z badań nad inteligencją społeczną*. „Psychologia Wychowawcza”, nr 31, s. 347—356.
- Ryan R.M., Deci E.L., 2000: *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being*. „American Psychologist”, no. 55, issue 1, s. 68—78.
- Sternberg R.J., 2001: *Psychologia poznawcza*. Tłum. E. Czerniawska, A. Matczak. Warszawa.