

Mgr Aneta Bartnicka-Michalska
Wydział Filozofii Chrześcijańskiej
Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego
w Warszawie

Współwystępowanie wielu postaci motywacji w realizacji pozytywnego programu rozwojowego artystów interpretujących

Co-Occurrence of Multiple Motivation Forms in Implementation of a Positive Development Programme of Interpretive Artists

Abstrakt:

W artykule poruszone zostały zagadnienia dotyczące udziału wielu postaci motywacji w realizacji pozytywnego programu rozwojowego. Opierając się na holistycznym podejściu do badań nad rozwojem i funkcjonowaniem człowieka przyjęto, że miarą realizacji pozytywnego programu rozwojowego może być subiektywny dobrostan. Zgodnie z założeniami Systemowej teorii potrzeb oraz koncepcji Psychotransgresji przyjęto także, że typowa dla aktywności człowieka jest polimotywacja. Zachowania nakierowane na dobrostan będą zaś dynamizowane przez wiele motywacji o charakterze transgresyjnym, wśród których są: motywacja hubrystyczna, motywacja sensu i celowości życia oraz motywacja własnej skuteczności. Sprawdzano również udział spójności obrazu *Ja* w realizacji pozytywnego programu rozwojowego. Wyniki badań wskazują, że skuteczność podejmowanych działań jest miarą nie tylko siły motywacji, ale także spójność posiadanej wiedzy na własny temat. W celu zweryfikowania postawionych hipotez zbadano grupę artystów interpretujących (*interpreters*): 38 tancerzy (63, 3%) i 22 muzyków (36, 7%) ($N=60$), zatrudnionych w renomowanych teatrach operowych w Polsce. Wszyscy badani wypełniali, Kwestionariusz do badania Samopoczucia (KBS), Kwestionariusz Skalę Motywacji Mocy (SMM), Kwestionariusz Skalę Uogólnionej Skuteczności, skalę Self -Cocept Clarity (SCC) i Wielowymiarowy Kwestionariusz Postaw Życiowych (KPŻ). Uzyskane wyniki pokazały, że udział poszczególnych motywacji o charakterze transgresyjnym oraz klarowności obrazu *Ja* jest różny ze względu na charakter trzech badanych dobrostanów.

Słowa kluczowe: subiektywny dobrostan, artyści interpretujący, polimotywacja, obraz *Ja*

Abstract:

The author of the article discusses issues pertaining to the share of multiple forms of motivation in implementation of a positive development programme. Relying on a holistic approach to the studies on development and functioning of man it was assumed that the subjective well-being may be the measure of fulfilment of a positive development programme. In accordance with the premises of the theory of the system of needs and the concept of psycho-transgression, it was also speculated that polymotivation is typical for man's activities. Behaviour focused on well-being is dynamised by multiple types of motivation of transgressive nature, including: hubristic motivation, motivation of sense and purposefulness of life and self-efficiency motivation. What is more, the share of self-concept clarity in implementation of a typical development programme was also verified. The study results show that efficiency of undertaken activities is the measure not only of the strength of motivation, but

also the consistency of knowledge about oneself. To verify the presented hypotheses, a group of interpretive artists was examined: 38 dancers (63.3%) and 22 musicians (36.7%) ($N=60$), hired in renowned operatic theatres in Poland. All respondents completed a Well-Being Questionnaire (WBQ), Power Motivation Scale Questionnaire (PMSQ), Generalised Efficiency Scale Questionnaire, Self-Concept Clarity Scale Questionnaire and Multi-Dimensional Life Stances Questionnaire (MLSQ). The received results show that the share of individual types of motivation of transgressive nature and the self-concept clarity differs on the account of the nature of the examined well-being.

Key words: subjective well-being, interpretive artists, polymotivation, self-concept

Wprowadzenie

Jedną z możliwości prowadzenia badań nad zagadnieniami związanymi z rozwojem człowieka dorosłego jest analiza jego zachowań w odniesieniu do możliwości realizowania tzw. pozytywnego programu rozwojowego (Wojciechowska, 2005, s. 35). W takim ujęciu uwaga psychologów skierowana jest głównie na poznawanie tych czynników - dyspozycyjnych i środowiskowych, które warunkują generalnie pozytywne funkcjonowanie jednostki (Wojciechowska, 2008). Wydarzenia życiowe - nierozzerwalnie związane z dorosłym życiem - rozumiane są więc, jako wyzwania rozwojowe, które mogą stanowić impuls do osiągnięć i progresu (Gurba, 2011; Appelt, Wojciechowska, 2002).

Wyniki badań potwierdzają, że w proponowanym ujęciu znajdują zastosowanie teorie *well-being* - teorie subiektywnego dobrostanu (*subjective well-being*) (Kwiatek, Wilczewska, 2015). Mają one bowiem moc wyjaśniania zachowań człowieka całościowo. Możliwe staje się więc zarówno pozytywne spojrzenie na jednostkę, jak i poznania subiektywnej oceny, której dokonuje ona w odniesieniu do własnej sytuacji życiowej w różnych aspektach (Wojciechowska, 2008).

Takie, całościowe ujęcie zachowania człowieka proponują np. Keyes i Waterman (2003) - autorzy Trójwymiarowej koncepcji dobrostanu. Opierając się dorobku psychologii jakości życia, psychologii rozwoju człowieka, a także na teoriach klinicznych, badacze wyodrębnili trzy wymiary funkcjonowania człowieka, które odpowiadają trzem dobrostanom (osobowościowemu, społecznemu i emocjonalnemu). Odnosząc się do założeń tej koncepcji, realizację pozytywnego programu rozwojowego osób dorosłych można rozumieć, jako pochodną:

1) osobistych ocen dotyczących własnego funkcjonowania w odniesieniu do poczucia samoakceptacji, osobistego rozwoju, posiadania celu w życiu, panowania nad otoczeniem, autonomii oraz posiadania pozytywnych relacji z innymi (dobrostan osobowościowy),

2) oceny własnego funkcjonowania w sferze publicznej, społeczeństwie ze względu na poziom akceptacji tego społeczeństwa, możliwości społecznej aktualizacji, a także społecznej koherencji i integracji (dobrostan społeczny),

3) poczucia szczęścia i zadowolenia w z różnych sfer życia, a także poziomu zrównoważenia uczuć pozytywnych względem negatywnych w dłuższej perspektywie czasu (dobrostan emocjonalny) (Cieślińska, 2013, s. 9).

Dobrostan osobowościowy i dobrostan społeczny w Trójwymiarowej koncepcji dobrostanu nawiązują do kryteriów eudajmonistycznych szczęścia (dążenie do życia dobrego i wartościowego), dobrostan emocjonalny nawiązuje zaś do kryteriów hedonistycznych (minimalizowanie przykrości i maksymalizowanie przyjemności oraz radości) (Diener, Biswas-Diener, 2010).

Opisywane koncepcja dobrostanu była już wykorzystywana w badaniach z obszaru psychologii rozwoju człowieka m.in. nad zjawiskiem pustego gniazda (Wojciechowska, 2008), realizacją rozwojowych zadań społecznych u adolescentów czy badaniu bliskich relacji adolescentów (Wojciechowska, 2016). Nie była jednak podstawą dla badań nad poznaniem możliwości realizowania pozytywnego programu rozwojowego w grupie artystów interpretujących (*interpreters*) (Thomson i in., 2009; Thomson, Jaque, 2017). W literaturze tematu w ogóle nie ma systematycznych badań, w których problem ten byłby podejmowany, tym samym wiedza o czynnikach warunkujących pozytywne, całościowe funkcjonowanie zawodowych artystów jest niewielka (Kogan, 2002). Biorąc jednak pod uwagę fakt, że to wśród profesjonalnych artystów odnotowuje się wyższy poziom zaburzeń psychicznych w porównaniu z populacją nie artystów (Kogan, 2002; Thomson, Jaque, 2012, 2015) zaplanowanie badań, by poznać czynniki sprzyjające pozytywnemu funkcjonowanie osób uzdolnionych artystycznie jest uzasadnione.

1. Teoretyczne wprowadzenie do badań własnych

1.1. Znaczenie motywacji oraz obrazu *Ja* dla realizacji pozytywnego programu rozwojowego

Badacze wydają się zgodni, że to udział m.in. czynników motywacyjnych i osobowościowych umożliwia sprawne dynamizowanie zachowań ku rozwojowi, a więc realizowaniu własnego potencjału (samorealizacja), a także przekraczanie własnych możliwości w procesie nabywania nowych kompetencji - kompetencji człowieka dorosłego - i dystansowania się do własnego człowieczeństwa (autotranscendencja) (Obuchowski, 1985; Soińska, 2002; Trempała, 2011). W tej pracy przyjęto, że tak rozumiany rozwój jest pochodną urzeczywistniania wielu potrzeb i

uformowanych na ich bazie motywacji o charakterze wzrostowym (Kocowski, 1991), a także właściwości struktury *Ja* (Czapiński, 2012; Pilarska, 2012; Waterman, 2005). Wyniki badań wskazują, że to m.in. siła motywacji (Nęcka, 2001; Trzebińska, 2008) wzmocniona poprzez współwystępowanie wielu motywacji (polimotywacja) oraz poczucie spójności posiadanej wiedzy na swój temat warunkują utrzymanie sprawności działania w dłuższej perspektywie czasowej (Campbell i in., 1996). Taka sprawność niewątpliwie może się przekładać na efektywność realizowania celów życiowych - celów stymulujących rozwój w danym etapie życia i przekładających się na trwałe poczucie sensu życia, satysfakcji z życia, osobistego spełnienia, a także subiektywnego dobrostanu (Czapiński, 2012; Pilarska, 2012; Soińska, 2002).

1.2. Polimotywacja - charakterystyka zjawiska

Pojęcie "polimotywacja" jest ściśle związane z założeniami Systemowej "Teorii" Potrzeb (Kocowski, 1991), a której zakłada się, że aktywność człowieka dorosłego jest pochodną współwystępowania wielu postaci motywacji podporządkowanych realizacji dominującego celu. W literaturze tematu termin ten opisywany jest także w odniesieniu do procesu, który polega na dobieraniu adekwatnych (stymulujących lub inhibitujących) bodźców motywacyjnych ze względu na wymagania realizowanego celu (Scholar, Miele, 2016). W efekcie siła dynamizująca działania jest zwielokrotniona poprzez współdziałanie motywacji, a nie jedynie poprzez zsumowanie poszczególnych ich oddziaływań (Karwowski, 2014).

Kocowski zauważa, że polimotywacja charakteryzuje osoby dorosłe z "wyżej rozwiniętą psychiką" (Kocowski, 1991, s. 108). Człowiek, który zdolny jest do kierowania się nie tylko jedną motywacją, ale także koalicją wielu motywacji musi bowiem działać racjonalnie ("negocjować" i uwzględniać kompromisy między różnymi naciskami). Badacz podkreśla, że podejmowane działania są nie tylko bardziej skuteczne, ekonomiczne, ale także mniej ryzykowane, ponieważ dynamizowane są przez cały system motywów, który włącza się w proces podejmowania decyzji (tamże, s. 105).

Wyniki badań potwierdzają, że współwystępowanie wielu motywacji - gdzie rolę aktywatora lub inhibitora może pełnić każda z nich - przybiera różne formy. Może więc współwystępowanie to zachodzić według zasad synergii tzn. koalicji hamujących i stymulujących motywacji (np. Amabile i in., 1994) lub według zasad polimorficzności, tzn. koalicji wielu motywacji będąca odmianą jednej - głównej motywacji (Bartnicka-Michalska, 2015b; Florida, 2004; Koziński, 2009). Badania prowadzone wśród naukowców (Tokarz, 1998), przedsiębiorców (Amabile i in.,

1994), pracowników firm telekomunikacyjnych (Florida, 2004) oraz artystów (np. Piechota, Tokarz, 2014) potwierdzają, że opisana wyżej, złożona struktura motywacji jest typowa dla osób twórczych i najbardziej efektywnych zawodowo. Wiele też wskazuje, że może charakteryzować osoby realizujące pozytywny program rozwojowy (Watermana, 2005).

1.3. Znaczenie klarowności obrazu *Ja* dla prawidłowego funkcjonowania

W literaturze tematu można znaleźć wiele doniesień, w których podkreśla się udział *Ja* - głównego regulatora zachowania (Reykowski, 1986), jako kluczowego czynnika warunkującego prawidłowe funkcjonowanie człowieka (np. Hufleyt-Łukasik, 2010). Badacze wydają się być zgodni, że *Ja* rozumiane jako obraz *Ja* (*self-concept*), a więc system schematów posiadający wewnętrzną strukturę poznawczą w istotny sposób warunkuje zachowanie jednostki. Odgrywa bowiem ważną rolę w selekcjonowaniu informacji z otoczenia (spostrzeganiu, modyfikowaniu i przechowywaniu w pamięci) i samoregulacji (Markus, Wurf, 1987). Wyniki badań wskazują, że sprawność procesów samoregulacji jest ściśle związana m.in. z klarowności obrazu *Ja* (Pilarska, 2012). Wysoki poziom klarowności - utożsamianej ze stabilnością w czasie przekonań dotyczących *Ja* - jest także jednym z czynników warunkujących zdrowie i dobrostan psychiczny (Hufleyt-Łukasik, 2010, Hufleyt-Łukasik i in., 2015). Niski poziom karnowości *Ja* sprawia, że osoba "zatrzymuje się w cyklu samoregulacji", pozostając zbyt długo w stanie wysokiej koncentracji na sobie. W efekcie procesy poznawcze skierowane są ku sobie i negatywnym myślom zamiast na planowaniu i rozwiązaniu problemów (Hufleyt-Łukasik, 2010, s. 280). Ograniczona poważnie możliwość realizowania celów - także życiowych sprawia, że następuje wzrost negatywnych emocji, jako następstwo braku osiągnięć. Nieskuteczność samoregulacji, która nakierowana jest na ochronę *Ja* (ochroną przed niekontrolowanymi zmianami, nowymi wydarzeniami), przyczynia się zatem do wycofania się z sytuacji postrzeganych, jako zagrażające (Oleś, Batory, 2008). Tym samym wydaje się, że ograniczona jest możliwość realizacji pozytywnego programu rozwojowego.

2. Badania własne

2.1. Problem badawczy

Problem, który stał się podstawą do zaprojektowania tego badania dotyczy poznania udziału wielu postaci motywacji oraz klarowności obrazu *Ja* w realizacji pozytywnego programu rozwojowego, którego miarą jest subiektywny dobrostan w

trzech wymiarach opisach w Trójwymiarowej koncepcji dobrostanu Keyes i Waterman (2003). Za Kozieleckim (2007), autorem koncepcji Psychotransgresji przyjęto, że główną siłą napędzającą rozwój osobowości i kultury jest transgresja - zdolność do przekraczania granic symbolicznych, fizycznych i osobowych w nadziei na nowa jakość (Ślaski, 2017). Zdaniem badacza, to poprzez działania transgresyjne człowiek buduje swój dobrobyt i dobrostan, czyli - mówiąc inaczej szczęście (Kozielecki, 2007, s. 24).

W tym projekcie zdecydowano się poznać udział trzech postaci motywacji, które spełniają kryteria motywacji transgresyjnej - ukierunkowującej zachowania na transgresje. Analizom poddano: motywację hubrystyczną, motywację celowości i sensu życia oraz motywację własnej skuteczności. Wyboru dokonano kierując się przekonaniem, że u podstaw każdej z wymienionych postaci motywacji leży jedna z tzw. potrzeb wyższych - transgresyjnych, do których Kozielecki zaliczył m. in.: potrzebę hubrystyczną, potrzebę poznawczą, potrzebę społeczną oraz potrzebę osobistą (Kozielecki, 2007, s. 39).

W przypadku motywacji sensu i celowości życia - opisanej przez Frankla (1984) - działania transgresyjne miałyby przyczyniać się do modyfikowania, zmieniania istniejących ideałów, by ukształtować bardziej elastyczny obraz siebie i swoich celów. Motywacja ta miałaby być uformowana na potrzeby osobistej. Działania transgresyjne w przypadku motywacji hubrystycznej miałyby z kolei zwiększać poczucie własnej wartości i wyjątkowości (*need for self-esteem*), a także samowywyższanie się (*ego aggrandizing*) w poczuciu dumy i swoistej próżności (Tokarz, 2005). U podstaw tej motywacji leży potrzeba hubrystyczna. W przypadku motywacji skuteczności (*self-efficiency*) (Bandura, 2008), działania transgresyjne dynamizować miałyby zachowania ku zwiększaniu poczucia własnych kompetencji i sprawczości w zetknięciu z sytuacją problemową (Juczyński, 2009). Potrzeba, na której motywacja ta byłaby uformowana miałaby mieć charakter osobisty.

Jak już wspomniano, w tym badaniu uwzględniono także klarowności *Ja* (Campbell i in., 1996). Wyniki badań potwierdzają, że poziom spójności własnego wizerunku wpływa istotnie na utrzymanie zdrowia psychicznego oraz subiektywny dobrostan. Zdaniem niektórych badaczy wyższy poziom klarowności *Ja* można być traktowany, jako wskaźnik realizacji jednej z podstawowych potrzeb psychologicznych (osobistych) jaką jest utrzymanie spójności i tożsamości (Hufley-Lukasik, 2010, s. 10).

2.2. Cele badania i hipotezy

Celem badania jest poznanie udziału wielu postaci motywacji (polimotywacja) oraz klarowności obrazu *Ja* w realizacji pozytywnego programu rozwojowego,

którego miarą jest subiektywny dobrostan w wymiarze społecznym, emocjonalnym i osobowościowym. Ze względu na eksploracyjny charakter badania w ramach tak ujętego celu sformułowano trzy hipotezy:

H1. Istnieje pozytywny związek między motywacją hubrytyczną, motywacją sensu i celowości życia oraz motywacją własnej skurczności a wymiarem osobowościowym, społecznym i emocjonalnym subiektywnego dobrostanu.

H2. Istnieje pozytywny związek między motywacją hubrytyczną, motywacją sensu i celowości życia oraz motywacją własnej skurczności

H3. Istnieje pozytywny związek między klarownością *Ja*, ze względu a wymiarem osobowościowym, społecznym i emocjonalnym subiektywnego dobrostanu.

H4. Motywacja hubrytyczna, motywacja sensu i celowości życia, motywacja własnej skurczności oraz klarowność obrazu *Ja* są istotnymi predyktorami trzech wymiarów dobrostanu: osobowościowego, społecznego i emocjonalnego.

2.3. Opis grupy badawczej

Podjęty problem będzie weryfikowany w grupie dorosłych artystów interpretujących (*interpreters*): tancerzy, muzyków instrumentalistów i chórzystów (Kagan, 2002). Grupę tę wybrano ze względu na charakter wykonywanej przez nich pracy i związane z tym koszty, które mogą wpływać na sposób realizowania pozytywnego programu rozwojowego (Bille, 2013). Praca ich polega na twórczej interpretacji dzieł artystów generujących (*generators*) (m.in. choreografów, kompozytorów, czy dramaturgów). Trema, rywalizacja oraz stała ocena, zarówno ze strony widowni, innych członków zespołu oraz choreografów, kierowników artystycznych czy reżyserów, to tylko niektóre wyzwania z jakimi spotykają się profesjonalni artyści interpretujący (Thomson, Jaque, 2017). Istniejące wyniki badań ukazują artystów jako dość jednolitą grupę zawodową, u których norma i patologia zachowania wzajemnie się przenikają, podobnie jak poczucie szczęścia i dramatu (Gooldwin i Janison, 2007). Aspekt rozwojowy podejmowany jest zaś głównie w odniesieniu do rozwoju kariery zawodowej (Kogan, 2002). Można się spodziewać, że uzyskane wyniki będą miały wartość nie tylko poznawczą, ale także praktyczną.

2.4. Metodologia badań własnych

2.4.1. Opis badania

Badaniami objęto 133 artystów interpretujących (m.in. tancerze, muzycy, chórzyci i aktorzy), 95 kobiet (71, 4%) i 38 mężczyzn (28, 6%) posiadających wykształcenie artystyczne (min.9 lat) i zatrudnionych w renomowanych teatrach

operowych w Warszawie (Opera Narodowa, Opera Kameralna, Filharmonia) w Krakowie (Opera Krakowska) w przedziale wiekowym 22-65 lat. Średnia wieku wyniosła $M=37,39$ lat ($SD=10,16$). Wykształcenie wyższe zdobyło 84 osoby (63, 2%), wykształcenie średnie 49 osób (36, 8%). Wśród badanych artystów znalazło się: 73 chórzystów, 38 tancerzy, 22 muzyków.

2.4.2. Metody badawcze

Wykorzystano cztery narzędzia badawcze, za pomocą których mierzono: subiektywny dobrostan, motyw hubrystyczny, motyw własnej skuteczności, motyw dążenia do tożsamości i motyw dążenia do sensu oraz celowości życia.

1. Do pomiaru subiektywnego dobrostanu użyto Kwestionariusza do Badania Samopoczucia (KBS) stworzonego pod kierunkiem Wojciechowskiej (Wojciechowska, 2008). Kwestionariusz ten mierzy subiektywny dobrostan w trzech wymiarach: osobowościowym, społecznym i emocjonalnym. Badani, odpowiadają na 83 szczegółowe pytania o własne samopoczucie oraz na jedno pytanie o ogólne poczucie szczęścia. Pierwsza część kwestionariusza zawiera 67 pytań, w tym 37 pytań o dobrostan osobowościowy i 30 – o dobrostan społeczny. Osoby badane mają do wyboru jedną z czterech odpowiedzi 1 - 4 (*zdecydowanie nie zgadzam się - zdecydowanie zgadzam się*). Ostatnia część kwestionariusza, również mierząca dobrostan emocjonalny i składa się z pięciu pytań odnoszących się do doświadczania w ostatnim czasie emocje pozytywne, oraz pięciu pytań o emocje negatywne. W tej części badani wybierają jedną z czterech odpowiedzi: *bardzo rzadko, rzadko, często, bardzo często*. Na koniec jest sześć pytań o poczucie satysfakcji z różnych obszarów życia (pracy, domu, finansów, zdrowia, relacji ze znajomymi) oraz z życia w ogóle. Tutaj badani wybierają jedną z czterech odpowiedzi: *bardzo niezadowolony, niezadowolony, zadowolony i bardzo zadowolony*.

Wynik ogólny oblicza się zliczając wyniki poszczególnych pozycji dotyczących dobrostanu osobowościowego, społecznego i emocjonalnego, zgodnie z kluczem. Za każdą odpowiedź można uzyskać od 1 do 4 punktów. Za odpowiedź na pytanie o poczucie szczęścia – od 0 do 10 punktów. Im wyższy wynik, tym wyższe poczucie dobrostanu. Współczynnik rzetelności tego narzędzia wynosi α -Cronbacha: dla dobrostanu osobowościowego $\alpha = 0,78$, dla dobrostanu społecznego $\alpha = 0,79$, dla dobrostanu emocjonalnego $\alpha = 0,86$ (Wojciechowska, 2008b).

2. Do pomiaru motywu sensu i celowości życia użyto wielowymiarowego Kwestionariusza Postaw Życiowych KPŻ w polskiej narzędzia *Life Attitude Profile* (LAP-R) skonstruowanego przez Rekerę (1992, za: Klamut, 2010). Oryginalne narzędzie zbudowane zostało w oparciu o teorię Frankla (1984) i służyć miało empirycznej weryfikacji wprowadzanych przez niego egzystencjalnych pojęć.

Autorem polskiego opracowania jest Klamut (2010). Kwestionariusz pozwala na badanie „podstawowych odniesień egzystencjalnych tworzących globalną ocenę własnego życia definiowaną jako sens życia” (Klamut, 2010, s. 70). Umożliwia pomiar motywacji człowieka do określania celu i nadawania życiu sensu, a także określenie poziomu doświadczanego sensu życia. Pozwala na opis egzystencjalnego funkcjonowania człowieka na wymiarach sześciu wyróżnionych przez Requera (1992, za: Klamut, 2010) wymiarów: *Cel (Celowość)*, *Spójność wewnętrzna (koherencja)*, *Akceptacja śmierci*, *Pustka egzystencjalna*, *Kontrola życia*, *Poszukiwanie celów*. Kwestionariusz obejmuje również dwie skale złożone: *Osobowy sens i Równowaga postaw życiowych*. Kwestionariusz Postaw Życiowych, podobnie jak jego oryginalna wersja LAP-R składa się z 48 pozycji. Każdej z wyróżnionych sześciu skal prostych odpowiada 8 twierdzeń w kwestionariuszu. Badany ocenia na siedmiostopniowej skali Likerta, w jakim stopniu są one prawdziwe w stosunku do jego osoby. 1- określone jest tu jako „całkowicie nieprawda”, 7- jako „całkowicie prawda”. Im wyższy wynik dla mierzonego czynnika, tym intensywniej osoba badana przejawia dana postawę egzystencjalną. Na wyniki skal złożonych, jak wspomniano już wyżej, składają się sumy poszczególnych skal prostych z odpowiednimi wagami. Kwestionariusz KPŻ odznacza się satysfakcjonującymi właściwościami psychometrycznymi. Współczynnik α Cronbacha dla poszczególnych skal wynoszą: *Cel* = 0, 77; *Spójność wewnętrzna* = 0, 74; *Kontrola życia* 0, 72; *Akceptacja śmierci* = 0, 83; *Pustka egzystencjalna* = 0, 70; *Poszukiwanie celów* = 0, 71; *Osobowy sens* = 0, 87; *Równowaga postaw życiowych* α = 0, 85.

3. Do pomiaru motywacji hubrystycznej użyto Kwestionariusza „Power Motivation Scale” czyli Skala Motywacji Mocy (SMM) w polskiej adaptacji Trzebińskiej (2008) metody autorstwa Schmidt i Frieze (1997). Metoda składa się z czterech podskal: „Wpływ”, „Podziw”, „Przywódcztwo”, „Pomoc” i zawiera 20 itemów. Zadaniem osób badanych jest ustosunkować się do każdego z 20 stwierdzeń, zaznaczając jedną odpowiedź na skali 1 – 5 (zdecydowanie się nie zgadzam - zdecydowanie zgadzam się). Współczynnik α Cronbacha kwestionariusz SMM wynosi 0, 80.

4. Do pomiaru spostrzeganej własnej skuteczności użyto Sali Uogólnionej Skuteczności (Juczyński, 2010). Skala pozwala zmierzyć siłę ogólnych przekonań jednostki odnośnie skuteczności radzenia sobie z trudnymi sytuacjami i przeszkodami w różnych obszarach ludzkiej aktywności. Skala składa się z 10 stwierdzeń, które wchodzi w skład jednego czynnika. Badani odpowiadają zaznaczając jedną odpowiedź na skali 1 – 4. Suma wszystkich punktów składa się na ogólny wskaźnik poczucia własnej skuteczności. Im wyższy wskaźnik, tym wyższe poczucie własnej skuteczności. Współczynnik α Cronbacha wynosi 0, 85.

7. Do pomiaru klarowności *Ja* użyto skali Klarowności *Ja* (*Self -Cocept Clarity*) (SCC) autorstwa Campbell i współpracowników (1996) w tłumaczeniu Olesia i Jankowskiego. Skala mierzy klarowność, pewność definiowania, wewnętrzną spójność i stałość czasową treść indywidualnego obrazu *Ja* - pochodną tożsamości (np. w odniesieniu do osobistych cech). Skala składa się z 12 pozycji i 5-stopniowej skali. Współczynnik α Cronbacha wynosi dla polskiej wersji językowej wynosi 0, 85. Wskaźnikiem klarowności *Ja* jest suma uzyskanych punktów.

2.3. Uzyskane wyniki

Przed przystąpieniem do analiz wyników obliczono statystyki opisowe dla badanych zmiennych. Przeprowadzona analiza pozwala stwierdzić, że występujący odstęp od symetryczności rozkładu (ze względu na skośność i kurtozę) dopuszcza możliwość stosowania danych do analizy metodami parametrycznymi bazujących na założeniach rozkładu normalnego.

W celu określenia związku zachodzącego między poszczególnymi wymiarami subiektywnego dobrostanu a wynikami ogólnymi Kwestionariusza do Badania Samopoczucia, Kwestionariusza Motywacji Mocy, Kwestionariusza Postaw Życiowych, Scali Poczucia Skuteczności, Skali Klarowności *Ja* przeprowadzono analizę korelacji Pearsona r (Tab. 1).

Tabela 1a. Wartości korelacji Pearsona r pomiędzy wynikami ogólnymi Kwestionariusza do Badania Samopoczucia, Kwestionariusza Motywacji Mocy, Kwestionariusza Postaw Życiowych, Kwestionariusz Skala Uogólnionej Skuteczności dla grupy artystów; $n=133$

	M. H	M. S	KJ	S. S	D. O	D. S	D. E
Motywacja hubrystyczna	-	0, 34**	-	0, 26**	0, 41**	0, 32**	0, 17**
Motyw sensu i celu	-	-	-	0, 44**	0, 61**	0, 50**	0, 38**
Klarowność <i>Ja</i>	-	-	-	-	-	-	0, 30**
Motywacja skuteczności	-	-	-	-	0, 60**	0, 45**	0, 35**
Dobrostan osobowościowy	-	-	-	-	-	0, 77**	0, 40**
Dobrostan Społeczny	-	-	-	-	-	-	0, 36**

* Korelacja jest istotna na poziomie 0, 05 (dwustronnie).

** Korelacja jest istotna na poziomie 0, 01 (dwustronnie).

Objaśnienie:

M.H - motywacja hubrystyczna,
M.S - motywacja sensu i celu,
KJ - klarowności *Ja*,
S. S - motywacja skuteczności,
D. O - dobrostan osobowościowy,
D. S - dobrostan społeczny,
D. E - dobrostan emocjonalny.

Pozytywne korelacje wystąpiły między motywacją hubrystyczną, motywacją sensu i celowości życia oraz spostrzeganym poczuciem skuteczności a trzema wymiarami subiektywnego dobrostanu.

Najwyższą relację odnotowano między motywacją sensu i celowości oraz dobrostanem osobowościowym (0, 61), co oznacza, że wraz ze wzrostem motywacji dynamizującej zachowania na potwierdzanie sensu podejmowanych działań wzrasta także pozytywna ocena swojej osobowości.

Najniższą korelację odnotowano między motywacją hubrystyczną a dobrostanem emocjonalnym (0, 17). Tym samym została potwierdzona hipoteza pierwsza.

Klarowność *Ja* jest dodatnio skorelowana jedynie z dobrostanem emocjonalnym. Oznacza to, że wraz ze wzrostem poziomu klarowności *Ja* wzrasta tylko poziom zrównoważenia uczuć pozytywnych względem negatywnych oraz poczucie zadowolenia z różnych sfer życia oraz poczucie szczęścia. Tym samym tylko częściowo została potwierdzona hipoteza trzecia.

Odnotowano także pozytywne związki między trzema badanymi motywacjami. Uzyskany wynik zgodny jest z założeniami hipotezy drugiej. Najwyższą między motywacją sensu i celowości oraz motywacją własnej skuteczności (0, 44). Oznacza to, że wraz ze wzrostem motywacji dynamizującej działania nakierowane na potwierdzanie sensu i celowości własnej aktywności wzrasta także siła motywująca do podejmowania działań nakierowanych na potwierdzanie własnej skuteczności.

W kolejnym etapie, analizę korelacji przeprowadzono w celu określenia związku zachodzącego między trzema wymiarami subiektywnego dobrostanu a wynikami z poszczególnych skal trzech motywacji oraz klarowności obrazu *Ja* (Tab. 2.).

Tabela 2. Wartości korelacji r Pearsona pomiędzy poszczególnymi wynikami Kwestionariusza do Badania Samopoczucia, Kwestionariusza Motywacji Mocy, Kwestionariusza Postaw Życiowych, Kwestionariusz Skala Uogólnionej Skuteczności dla grupy artystów; $n=133$

	MM1	MM2	MM3	MM4	KPŻ1	KPŻ2	KPŻ3	KPŻ4	KPŻ5	KPŻ6	KPŻ7	KPŻ8	SS	KJ	DO	DS	DE
MM1	-	0,57**	0,65**	0,37**	0,23**	-	-	-	-	0,34**	-	-	0,19*	-	0,28**	-	-
MM2		-	0,58**	0,50**	0,38**	0,24**	-	-	-	0,41**	0,33**	-	-	-	0,33**	0,31**	-
MM3			-	0,26**	0,31**	-	-	-	-	0,38**	0,26**	-	0,31**	0,28**	0,39**	0,31**	0,20*
MM4				-	0,24**	0,19*	-	-	0,19*	0,29**	0,23**	-	0,22**	-	0,45**	0,42**	-
KPŻ1					-	0,75**	0,24**	-0,25**	0,56**	0,20*	0,94**	0,75**	0,34**	0,18*	0,60**	0,48**	0,41**
KPŻ2						-	0,41**	-0,33**	0,61**	-	0,93**	0,83**	0,35**	-	0,56**	0,49**	0,35**
KPŻ3							-	-0,19*	0,45**	-	0,34**	0,74**	0,24**	-	0,25**	0,32**	0,29**
KPŻ4								-	-0,28**	0,25**	-0,31**	-0,33**	-0,29**	-0,17*	-0,51**	-0,48**	-0,30**
KPŻ5									-	0,31**	0,62**	0,81**	0,53**	-	0,63**	0,41**	0,28**
KPŻ6										-	0,17*	-	0,18*	-0,20*	0,30**	0,26**	0,47**
KPŻ7											-	0,84**	0,37**	-0,18*	0,62**	0,52**	0,41**
KPŻ8													0,45**	-	0,61**	0,52**	0,42**
SS														-	0,60**	0,44**	0,33**
KJ															-	-	0,30**
DO																0,76**	0,40**
DS																	0,35**

* Korelacja jest istotna na poziomie 0, 05 (dwustronnie).

** Korelacja jest istotna na poziomie 0, 01 (dwustronnie).

Objaśnienie:

MM - Kwestionariusz Motywacji Mocy, MM1- Wpływ, MM2 -Podziw, MM3 - Przywództwo, MM4 - Pomoc

KPŻ - Kwestionariusz Postaw Życiowych, KPŻ1 - Cel, KKPŻ 2- Spójność wewnętrzna, KPŻ3 - Akceptacja śmierci, KPŻ4- Pustka egzystencjalna, KPŻ5 - Kontrola życia, KPŻ6 - Poszukiwanie celów, KPŻ7 - Osobowy sens, KPŻ8- Równowaga postaw życiowych

SS - Motywacja skuteczności

K J- Motywacja klarowności *Ja*

DO - Dobrostan osobowościowy, DS- Dobrostan społeczny, DE - Dobrostan emocjonalny

Negatywną korelację odnotowano jedynie między skalą pustka egzystencjalna (Kwestionariusz Postaw Życiowych) a dobrostanem osobowościowym (- 0, 51), dobrostanem społecznym (-0, 48) i dobrostanem emocjonalnym (-0, 30) . Wynik ten pokazuje, że wzrost poczucia niedostatku sensu życia, a co za tym idzie brak celów, brak ukierunkowania w życiu i odczuwana obojętność wiążą się z mniejszą możliwością urzeczywistniania swego potencjału w sferze społecznej, osobowościowej. Wzrost pustki egzystencjalnej zmniejsza także ogólną satysfakcję z życia, poczucie szczęścia i sprzyja dominacji afektu negatywnego nad pozytywnym (dobrostan emocjonalny).

Kolejne analizy wskazały, że dobrostan osobowościowy nie koreluje jedynie ze skalą Klarowność *Ja*. W przypadku dobrostanu społecznego brak korelacji odnotowano zarówno ze skalą Klarowność *Ja*, jak i ze skalą Wpływ (Kwestionariusz Motywacji Mocy). Brak korelacji odnotowano także między skalami Wpływ, Podziw, Pomoc a dobrostanem emocjonalnym.

W przypadku dobrostanu osobowościowego najwyższe pozytywne korelacje odnotowano ze skalą Kontrola życia (0, 63) i dwóch złożonych skalach z Kwestionariusza Postaw Życiowych: Osobowy sens - 0, 62 oraz Równowaga postaw życiowych - 0, 61. Korelację najniższą odnotowano ze skalą wpływ (0, 28) Kwestionariusz Motywacji Mocy.

W przypadku dobrostanu społecznego najwyższe pozytywne korelacje odnotowano ze skalami złożonymi (Kwestionariusz Postaw Życiowych): Osobowy sens - 0, 52, Równowaga postaw życiowych - 0, 52. Korelację najniższą odnotowano ze skalą Poszukiwanie celów - tego samego kwestionariusza. W przypadku dobrostanu emocjonalnego najwyższe pozytywne korelacje odnotowano w ze skalą Kontrola życia (0, 47) i złożoną skalą Równowaga postaw życiowych (0, 42). Korelację najniższą odnotowano ze skala Przywództwo (Kwestionariusz Motywacji Mocy).

W celu zweryfikowania hipotezy czwartej dotyczącej możliwości określenia predykcji na podstawie zmiennych motywacyjnych i osobowościowych poczucia subiektywnego dobrostanu w trzech jego wymiarach metodą selekcji postępującej (*step-wise*) na podstawie wyników ogólnych: Skali klarowności *Ja* (SCC), Kwestionariusza Skali Motywacji Mocy (SMM) i Skali Uogólnionej Własnej Skuteczności (SUWS) (Tab. 3).

Dla dobrostanu osobowościowego do modelu weszły trzy najsilniejsze predyktory, kolejno: motywacja własnej skuteczności (0, 40), motywacja sensu i celowości (0, 37), motywacja hubrystyczna (0, 22). W kroku pierwszym motyw hubrystyczny wyjaśnia 17% zmienności. W kroku drugim, po wprowadzeniu do modelu spostrzeganej skuteczności procent wyjaśnianej wariancji wzrósł do 45% zmienności. W kroku trzecim, po wprowadzeniu zmiennej motywacji sensu i celowości procent wyjaśnienia wzrósł do 55% zmienności. Ze względu na znak zależności można przyjąć, że wraz z ujawnianymi kolejno: motywem hubrystyczny, spostrzeganej własnej skuteczności i motywacją sensu i celowości, wzrasta także poziom dobrostanu osobowościowego.

Tabela 3. Porównanie współczynników regresji dla ogólnych wyników dla Kwestionariusza do Badania Samopoczucia, Kwestionariusza Motywacji Mocy, Kwestionariusza Postaw Życiowych, Kwestionariusz Skala Uogólnionej Skuteczności dla grupy artystów; $n=133$

	R ²	B	B	SD	t	R ²	B	β	SD	t	R ²	B	β	SD	t
	Dobrostan osobowościowy					Dobrostan społeczny					Dobrostan emocjonalny				
Krok 1															
M.H	0,17	0,47	0,41**	0,09	5,15	0,10	0,26	0,32**	0,07	3,87	0,03	0,10	0,17*	0,04	2,01
Krok 2															
M.H	0,45	0,32	0,28**	0,07	4,19	0,30	0,17	0,21**	0,06	2,83	0,12	0,05	0,09	0,04	1,06
S.S		0,12	0,54**	0,01	8,08		0,07	0,44**	0,01	5,80		0,43	0,31**	0,00	4,30
Krok 3															
M.H	0,55	0,25	0,22**	0,07	3,56	0,34	0,14	0,18*	0,06	2,32	0,18	0,03	0,05	0,04	0,66
S.S		0,09	0,40**	0,01	5,98		0,05	0,34**	0,01	4,26		0,03	0,19*	0,12	3,11
M.S		1,07	0,37**	0,19	5,53		0,50	0,25**	0,16	3,05		0,27	0,30**	0,01	2,19
Krok 4															
M.H											0,25	0,02	0,03	0,04	0,44
S.S										0,23		0,16*	0,12	1,92	
M.S										0,03		0,28**	0,01	3,30	
KJ										0,20		0,26**	0,06	3,37	

* istotność na poziomie 0, 05 (jednostronnie).

** istotność na poziomie 0, 01 (jednostronnie).

Objaśnienie: M.H - Motywacja hubrystyczna, S. S - Motywacja skuteczności, M.S - Motywacja sensu i celu, KJ - Klarowność *Ja*

Korelacje poszczególnych zmiennych pokazują zaś, że β dla zmiennej motywacja hubrystyczna zmniejsza się przy włączaniu do modelu kolejne zmienne. To samo zjawisko zaobserwowano w przypadku motywacji spostrzeganej własnej skuteczności.

Analogiczne analizy przeprowadzono w odniesieniu do dobrostanu społecznego i dobrostanu emocjonalnego. Dla dobrostanu społecznego do modelu weszły trzy najsilniejsze predyktory, kolejno: motywacja własnej skuteczności (0, 34), motywacja sensu i celowości (0, 25), motywacja hubrystyczna (0, 18). Poziom wyjaśnianej zmienności w przypadku dobrostanu społecznego wzrastał wraz z dołączaniem poszczególnych sił motywacyjnych. W pierwszym kroku po wprowadzeniu zmiennej motywacja hubrystyczna wynosił on 10%, by w kolejnych krokach po wprowadzeniu zmiennej spostrzegana własne skuteczność oraz zmiennej motywacja sensu i celowości życia wzrosnąć do 30%, a w trzecim kroku do 34% zmienności. Z kolei dla dobrostanu emocjonalnego do modelu weszły trzy najsilniejsze predyktory, kolejno: klarowność *Ja* (0, 26), motywacja sensu i celowości (0, 28), motywacja własnej skuteczności (0, 16). Poziom wyjaśnianej zmienności

w przypadku dobrostanu emocjonalnego po wprowadzeniu trzech kolejno wymienionych wyżej zmiennych wzrastał z 3%, przez 12% do 18%. Po wprowadzeniu w czwartym kroku zmiennej klarowność *Ja* procent wyjaśnienia zmienność wzrósł do 25%.

Dyskusja wyników i podsumowanie

Celem badania było poznanie udziału wielu postaci motywacji (polimotywacja) oraz klarowności obrazu *Ja* w realizacji pozytywnego programu rozwojowego. Odwołując do koncepcji Keyes i Waterman (2003) sprawdzano, czy pozytywne funkcjonowanie profesjonalnych artystów w wymiarze osobowościowym, społecznym i emocjonalnym dobrostanu będzie warunkowane przez współdziałanie wielu motywacji o charakterze wzrostowym - transgresyjnym oraz klarownością obrazu *Ja*. Cel ten sformułowano w nawiązaniu do poglądu, że typowa dla aktywności człowieka dorosłego jest polimotywacja (Kocowski, 1991), a zdrowie i subiektywny dobrostan jest pochodną spójnej wiedzy o sobie (Huflejt-Łukasik 2010; Oleś, 2012).

Uzyskane wyniki w dużym stopniu potwierdziły sformułowane hipotezy. Działania nakierowane na subiektywny dobrostan w trzech opisanych przez Keyes i Waterman (2003) dobrostanach dynamizowane były przez koalicję wielu motywacji o charakterze wzrostowym - transgresyjnym. Udział poszczególnych motywacji w trzech dobrostanach był różny, co podkreśla różny charakter poszczególnych wymiarów. W wymiarze osobowościowym i społecznym siła motywacji dynamizowana była przede wszystkim przez motywację własnej skuteczności i związane z nią motywację sensu i celowości oraz motywację hubrystyczną. Biorąc pod uwagę fakt, że opisane wymiary spełniają kryteria eudajmonistyczne można przyjąć, że taki właśnie układ sił motywujących sprzyja budowaniu: poczucia autonomii, panowania nad otoczeniem, budowania pozytywnych relacji z innymi, osobistego rozwoju, samoakceptacji (dobrostan osobowościowy) i urzeczywistniania siebie w społeczeństwie w poczuciu m.in. akceptacji i integracji społecznej (dobrostan społeczny). W wymiarze emocjonalnym charakteryzującym poczucie zadowolenia z różnych sfer życia oraz satysfakcji, a także zrównoważenie afektu negatywnego i pozytywnego odnotowano koalicję motywacji sensu i celowości z motywacją własnej skuteczności. Brak istotnego udziału motywacji hubrystycznej przy obecności klarowności *Ja* może wskazywać, że podejmowane działania nakierowane są na utrzymanie pozytywnego wizerunku siebie oparty na poczuciu sensu podejmowanych działań, a nie poczuciu własnej wyjątkowości (motywacja hubrystyczna).

Interpretacja uzyskanych wyników w kontekście możliwości realizowania przez badanych artystów pozytywnego programu rozwojowego wymaga uwzględnienia kwestii wynikających z uprawianego przez nich zawodu. Wyzwania rozwojowe, jakie przypisywane są osobom we wczesnej (m.in. wybór partnera życiowego, start w rolach rodzinnych, opieka nad dziećmi) czy średniej dorosłości (m.in. kryzys związany z konfrontacją własnej śmierci, odejście dzieci z domu czy przeciążenia związane z licznymi obowiązkami) (Erikson, 2002) w przypadku artystów mogą być rozwiązywane nieco inaczej (Kogan, 2002). Jak już wspomniano, wymagania związane z rozwojem zawodowym wiążą się z szeregiem wyznień (np. rezygnacją z posiadania dzieci czy stałego partnera, ograniczenie kontaktów pozazawodowych) (Thomson, Jaque, 2017). Realizację pozytywnego programu rozwojowego należy więc rozumiana, jako przejaw kompromisów, jakie artysta zawiera ze sobą i otoczeniem na rzecz własnego komfortu psychicznego (Erikson, 2002).

Poprzez kumulację sił motywacyjnych o charakterze transgresyjnym nakierowanych na wzrost posiadanych kompetencji i skuteczności (motywacja skuteczności), zmianę istniejących ideałów, by ukształtować bardziej elastyczny obraz siebie i swoich celów (motywacja sensu i celu) oraz podnoszenie poczucia własnej wartości i ważności (motywacja hubrystyczna) badani artyści realizują swój pozytywny program rozwojowy w wymiarze osobowym i społecznym. Obecność motywacji hubrystycznej (czulej na wzmocnienia zewnętrzne) wskazuje jednocześnie na rolę porównań społecznych w realizacji pozytywnego programu rozwojowego w badanej grupie (Tokarz, 2005). Brak istotnego udziału klarowności *Ja* może być interpretowany w odniesieniu do charakteru pracy badanych artystów. Wiąże się ona często z "wcielaniem się" w odgrywaną postać, tak więc gotowość przekraczania granic *Ja* w nadziei na nową jakość ma głębokie uzasadnienie twórcze (np. Majewski, 2013). Równocześnie pamiętając o tym, że artyści jawią się w badaniach, jako osoby charakteryzujące się silnym ego - zdolnością niezbędną m.in. do utrzymywania własnej stabilności psychicznej naruszenie granic *Ja* przyczynia się w ich przypadku raczej do rozwoju niż destrukcji (Nęcka, 2001).

Podsumowując, zaprezentowane wyniki z pewnością wpisują się w nurt badań opartych na analizie mocnych stron człowieka (Kwiatek, Wilczewska, 2015). Fakt, że badano artystów do pewnego stopnia ogranicza możliwość generalizowania uzyskanych informacji. W kolejnych pracach warto więc poddać badaniom inne grupy - nieartystyczne i porównać uzyskane tu wyniki. Warto także uwzględnić inne jeszcze postacie motywacji (np. poznawczą czy celową) oraz zastosować bardziej złożone metody statystyczne (np. modele równań strukturalnych), które pozwalają badać ścieżki relacji i weryfikować hipotezy przyczynowo skutkowe (Szymański,

2016). W kolejnych badaniach zasadne jest także podjęcie tematu związanego z poznaniem mechanizmów uczestniczących w wyborze i dopasowywaniu różnych postaci motywacji ze względu na wymogi realizowanego celu. Niewątpliwie mechanizmy takie charakteryzują umysł dojrzały, w którym ukształtowane są nadrzędne struktury decyzyjne i mechanizmy wykonawcze (np. Kocowski, 1991; Strus, 2006). Wyniki badań m.in. Scholar i Miele (2016) wskazują, że ważną rolę w tym aspekcie może pełnić metamotywacja i procesy kontroli wolicjonalnej.

Mimo niewątpliwych ograniczeń tego projektu, ze względu na wartość poznawczą i praktyczną uzyskanych informacji zdecydowano się przedstawić wyniki na tym etapie prac badawczych w nadziei, że staną się inspiracją do dyskusji i kolejnych prac badawczych.

Bibliografia:

- Amabile T.M., Hill, K. G., Hennessey, B. A., Tighe, E. M. al. (1994). The Work preference Inventory: Assessing intrinsic and extrinsic motivational orientations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, s. 950-967.
- Appelt, K., Wojciechowska, J. (2002). *Zadania i role społeczne w okresie dorosłości*. Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (2008). Reconstrual of "free will" from the agentic perspective of social cognitive theory, (w:) *Are we free? Psychology and free will*, red. John Baer, James Kaufman i Roy Baumeister, 86-127. Oxford: Oxford University Press.
- Bartnicka-Michalska, A. (2015). Wizerunek artysty interpretującego: między sprawnością a zaburzeniem. Perspektywa psychologiczna. *Albo albo. Problemy psychologii i kultury*, 1, s. 105-115.
- Bartnicka-Michalska, A. (2017). Struktura motywacji artystów interpretujących. *Seminare* t. 38, 3, s. 143-156.
- Bille, T., Bryld, C., Fjællegaard, B., Frey, B., Steiner, L. (2013). Happiness in the arts_International evidence on artists' job satisfaction. *Economics Letters*, 121, 1, s. 15-18.
- Campbell, J. D., P. D., Heine, S. J., Katz, I. M., Lavalley, L. F., Lehman, D. R. (1996). Measurement, Personality Correlates, and Cultural Boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1, s. 141-156.
- Cieślińska, J. (2013). Poczucie dobrostanu i optymizmu życiowego kadry kierowniczej placówek oświatowych. *Studia Edukacyjne*, 27, 95-112.
- Czapiński J. (1992), *Psychologia szczęścia: Przegląd badań i zarys teorii cebulowej*. Poznań: Oficyna Wydawnicza Academos.

- Czapiński, J. (2012). Psychologiczne teorie szczęścia. Dwa ujęcia: „dół góra” i „góradół”, (w:) J. Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna: nauka o szczęściu, zdrowiu, sile i cnotach człowieka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Diener, E., Biswas-Diener, R. (2010). *Szczęście. Odkrycie bogactwa psychicznego*. Sopot: Smak Słowa.
- Erikson, E. (2002). *Dopełniony cykl życia*. Warszawa: Rebis.
- Florida, R. (2004). *The rise of creative class*. New York: Basic Book.
- Frankl, V. E. (1984). *Homo Patiens*. Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX.
- Goodwin, F. K, Jamison, K. R. (2007). *Manic-Depressive Illness: Bipolar Disorders and Recurrent Depression*, 2nd Edition. University Press Oxford.
- Gurba, E. (2011). Wczesna dorosłość, (w:) J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka. Podręcznik akademicki* (s. 287-311). Warszawa: PWN.
- Huflejt-Łukasik, M. (2010). *Ja i procesy samoregulacji: różnice między zdrowiem a zaburzeniami psychicznymi*. Warszawa: Scholar.
- Huflejt-Łukasik, M., Bąk, W., Styła, R., Klajs (2015). Zmiany w Ja w toku psychoterapii. *Roczniki Psychologiczne*, 18 (3), 433-448.
- Juczyński, Z. (2009). Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia. *Pracownia Testów Psychologicznych*, Warszawa.
- Karwowski, M. (2014). Creative mindsets: Measurement, correlates, consequences. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 8(1), 62-70.
- Keyes C.L.M., Waterman, M.B. (2003), Dimensions of well-being and mental health in adulthood, (w:) M. Bornstein, L. Davidson, C.L.M. Keyes and K.A. Moore (red.), *Well being: Positive development across the life course*, 477–497. London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Klamut, R. (2010). Kwestionariusz Postaw Życiowych KPŻ. Podręcznik do polskiej adaptacji kwestionariusza Life Attitude Profile- Revised (LAP-R) Gary'ego T.Rekera. *Pracownia Testów Psychologicznych*.
- Kocowski, T. (1991). *Szkice z teorii twórczości i motywacji*. Instytut Psychologii. Kraków: SAWW.
- Kogan, N. (2002). Career in the Performing Art: A Psychological Perspective. *Creativity Research Journal*, 14, 1, s. 1-16.
- Kozielecki, J. (2007). *Psychotransgresjonizm. Nowy kierunek psychologii*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „ŻAK”
- Kozielecki, J. (2009) (red.). *Nowe idee w psychologii. Psychologia XXI wieku*. Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Kuś. G. (2016). Specyfika zarządzania kadrami wysoko wykwalifikowaną w organizacjach nastawionych na rozwój. *Zeszyty Naukowe Uczelni Warszawskiej im. Marii Skłodowskiej-Curie*, 3, 53, s. 225-257.

- Kwiatek, P., Wilczewska, K. (2015). Czym jest, a czym nie jest psychologia pozytywna? Poszukiwanie paradygmatu. *Seminare*, 4, s. 135-145.
- Majewska, J. (2013) (red.). *Świadomość ruchu. teksty o tańcu współczesnym*. Kraków: Korporacja HA!ART.
- Markus, H., Wurf, E. (1987). The dynamic self-concept: A social psychological perspective. *Annual Review of Psychology*, 38, 299-337.
- Nęcka, E. (2001). *Psychologia twórczości*. Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Obuchowski, K. (1985). *Adaptacja twórcza*. Warszawa: KiW.
- Oleś, P.K., Batory, A. (red.) (2008). *Tożsamość i jej przemiany a kultura*. Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Oleś, P. (2012). Dialogowe funkcje Ja - implikacje dla zdrowia. *Chowanna* Tom specjalny, 47-65.
- Piechota, A., Tokarz, A. (2014). Zastosowanie analizy konstytucji znaczenia (MCA) w badaniu motywacji do twórczości artystycznej. *Przegląd Socjologii Jakościowej*, 10(1), 158-185.
- Pilarska, A. (2012). *Ja i tożsamość a dobrostan psychiczny*. Poznań: Wydawnictwo Naukowe Wydziału Nauk Społecznych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza.
- Reykowski, J. (1986). *Motywacja, postawy prospołeczne a osobowość (Prosocial Motivation, Prosocial Attitudes and Personality)*, Warszawa: PWN.
- Scholar, A., Miele, D. (2016). The role of metamotivation in creating task-motivation fit *Motivation Science*, 3, s. 171-197.
- Schmidt, L.C., Frieze, I.H. (1997). A mediational model of power, affiliation and achievement motives and product Involvement. *Journal of Business and Psychology*. 11, 4, s. 425-446.
- Soińska, L. (2002). Samoocena a realizacja celów życiowych w okresie dorosłości, (w:) *Zagadnienia i role społeczne w okresie dorosłości*, K. Appelt, J. Wojciechowska (red.), Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.
- Sotwin, W. (2010). *Wola czyli dynamika umysłu*. Warszawa: Wydawnictwo SWPS.
- Strus, W. (2006). Poziom dojrzałości emocjonalnej a zachowania moralne. *Studia Psychologica* nr 6, s. 149-170.
- Ślaski, S. (2017). Transgresja twórcza a style zachowania i przywiązania u studentów. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*, 2, 30, s. 65-83.
- Thomson, P., Jaque, V. (2012). Dissociation and the Adult Attachment Interview in artists and performing artists. *Attachment & Human Development*, Vol. 14, No. 2, 145-160.

- Thomson, P., Jaque, V. (2015). Posttraumatic, stress disorder and psychopathology in dancers and athletes. *Medical Problems of Performing Artists*, 38(1), 32-39.
- Thomson, P., Jaque, S. V. (2017). *Creativity and the Performing Artist. 1st Edition. Behind the Mask*. Academic Press.
- Tokarz, A. (1998). Motywacja hubrystyczna i poznawcza jako dominanty systemu motywacji do pracy naukowej. *Przegląd Psychologiczny* 41, 1/2, s. 121 - 134.
- Tokarz, A. (2005). O motywacji hubrystycznej. *Kolokwia Psychologiczne* 15, s. 197-215.
- Trzebińska, E. (2008). *Psychologia pozytywna*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Waterman., A. (2005). When Effort Is Enjoyed: Two Studies of Intrinsic Motivation for Personally Salient Activities. *Motivation and Emotion*, 29, s. 165-188.
- Wojciechowska, L. (2005). Teoria dobrostanu w badaniach rozwojowych nad rodziną: dobrostan w stadium pustego gniazda. *Psychologia Rozwojowa*, 10, 4, s. 35-45.
- Wojciechowska, L. (2008). *Syndrom pustego gniazda: Dobrostan matek usamodzielniających się dzieci*. Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN
- Wojciechowska, L. (2016). Przyjaźń a subiektywny dobrostan psychiczny adolescentów. *Psychologiczne Zeszyty Naukowe*, 1, s. 75-90.