

## WSPIERANIE ROZWOJU OSOBOWEGO W RODZINIE

Wspieranie rozwoju osobowego człowieka w rodzinie to wychowywanie ku pełni człowieczeństwa, ku dojrzałości osobowej, tzn. takie wychowanie, aby młody człowiek chciał się rozwijać, aby chciał wypracować ideał swojej osoby i aby pragnął do niego dążyć. Sama zaś dojrzałość ujmowana jest na dwa sposoby - jako idealny wzorzec, który ma wskazywać dokąd i którędy zmierzać winien rozwój, lub jako proces przemian, w wyniku którego tenże wzorzec realizuje się albo aktualizuje. Proces rozwoju jest kierowany świadomie. To dzięki niemu człowiek wybiera dla siebie najlepszą z możliwych dróg<sup>1</sup>.

Bycie osobą to nieustający proces przewyżniania siebie<sup>2</sup>. Praca nad samym sobą nierzadko wiąże się z wielkim trudem i cierpieniem, co w prawidłowym rozwoju stanowi warunek konieczny<sup>3</sup>. Człowiek, by się mógł rozwijać, musi sam wytworzyć w swojej psychice całe bogactwo sposobów zachowań w różnych sytuacjach oraz nauczyć się wybierać wśród nich najbardziej dojrzałe dla siebie i swego otoczenia.

Fundamentalną potrzebą, odpowiedzialną za rozwój człowieka jest - według znanego psychologa, przedstawiciela nurtu humanistycznego C. Rogersa - samoaktualizacja. Stawanie się osobą w pełni funkcjonującą dokonuje się właśnie poprzez proces stałej samoaktualizacji, który - jak już podkreślono - często jest procesem trudnym i bolesnym, gdyż człowiek uczy się „odwagi bycia sobą”. Bycie świadomym siebie uwalnia osobę od stosowania różnego typu masek, zasłon i fasad zarówno w życiu emocjonalnym tej osoby, jak i podczas spotkań z innymi ludźmi.

---

<sup>1</sup> Z. Płużek, *Rozwój jest procesem stawania się*, (w:) *Jak sobie z tym poradzić. Nieuniknione pytania*, W. Szewczyk (red.), Wydawnictwo Diecezji Tarnowskiej „Biblos”, Tarnów 1994, s. 22.

<sup>2</sup> K. Obuchowski, *Człowiek intencjonalny*, Warszawa 1993, s. 187.

<sup>3</sup> M. Grzywak-Kaczyńska, *Trud rozwoju*, Warszawa 1988, s. 7.

## **I. Zasadnicze cechy dojrzałej osoby**

### **1. Odkrywanie prawdy**

Podstawą dojrzałej osobowości jest chęć realnego poznania świata, w wyniku którego człowiek potrafi odróżnić prawdę od pozorów i od ocen innych. Proces ten powinien obejmować zdobywanie wiedzy i doświadczeń, poszerzanie kręgu zainteresowań, coraz głębsze zaangażowanie się w sprawy otoczenia, ale także poznawanie własnej osoby i wsłuchiwanie się w samego siebie. Człowiek dojrzały potrafi pogodzić się z realną rzeczywistością, nie unika odpowiedzialności, umie przystosować się do zmian zachodzących w warunkach życia i podchodzić do nich w sposób twórczy<sup>4</sup>.

Osiąganie dojrzałej osobowości związane jest z pasją poznawania, odkrywania, poszukiwania i stawania w prawdzie. Prawda cechuje poznanie dojrzałej osoby, tej prawdy także wciąż szuka, nie boi się jej ani w odkrywaniu samego siebie, ani w relacjach z innymi, ani w ocenie rzeczywistości.

W pragnieniu rozwoju konieczne jest także poszukiwanie ostatecznej Prawdy dotyczącej celu i sensu życia, Prawdy dotyczącej odpowiedzi na najważniejsze i najgłębsze pytania człowieka: kim jestem, po co żyję, jak najpełniej zrealizować własne życie, jak odkryć, co w życiu najważniejsze, najpiękniejsze, najlepsze?

### **2. Dojrzałość sfery emocjonalnej**

#### **2.1. Postawa wobec samego siebie**

Istotnym elementem dojrzałej osobowości jest obiektywna postawa wobec siebie. Jest to umiejętność wglądu w siebie. Ważne jest tu unikanie mechanizmu rzutowania, który polega na przypisywaniu innym osobom własnych, nie aprobowanych cech. Człowiek o dojrzałej osobowości w pełni akceptuje samego siebie, zna swoje mocne i słabe strony, wobec ludzi nie jest nieśmiały, ale też nie chce nad innymi nimi dominować. Człowiek taki żyje w prawdzie. Szanując i ceniąc siebie, swoje wartości nie obawia się dezaprobaty i odrzucenia. Posiada realistyczny

---

<sup>4</sup> M. Ryś, *Ku dojrzałości osobowej w małżeństwie. Rozwijanie dojrzałej osobowości*, Centrum Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 1997.

obraz samego siebie, nie dąży do nierealnych dla siebie celów, zna swoje prawdziwe motywy działania i pragnienia.

Wielu badaczy, naukowców, terapeutów podkreśla znaczenie zdrowej emocjonalności w dojrzałości osobowej człowieka. Człowiek dojrzały emocjonalnie jest pogodny, zadowolony z życia, zdolny do osiągnięcia emocjonalnej równowagi i spokoju. Jego reakcje emocjonalne są proporcjonalne do bodźców, tak więc są adekwatne w stosunku do zdarzeń. Osoba taka jest zdolna do doznawania i wyrażania przeżyć emocjonalnych w odpowiedni sposób. Działa skutecznie i potrafi być zdecydowana, rozumie swoje postępowanie i postępowanie innych oraz potrafi we właściwy sposób bronić słusznych swoich stanowisk. Człowiek o dojrzałej osobowości umie cieszyć się zarówno pracą, jak i wolnym czasem. Potrafi czerpać zadowolenie ze związków z innymi ludźmi, jest odpowiedzialny, tolerancyjny, zdolny do miłości i rozumienia innych<sup>5</sup>.

Tak więc dojrzały człowiek charakteryzuje się dojrzałą uczuciowością. Nie oczekuje się, aby człowiek dojrzały nigdy nie przeżywał takich uczuć, jak smutek, nieufność czy niechęć. Także duże bogactwo emocjonalne i nastrojowe nie jest niedojrzałością. Jednak przeżywając negatywne uczucia człowiek dojrzały nie powinien ranić innych ludzi. Uczucia te nie powinny być także motywami postępowania<sup>6</sup>.

Człowiek o obiektywnie wysokiej samoocenie jest zrównoważony emocjonalnie, pogodny i zadowolony z życia. Potrafi stawiać czoło wyzwaniom, z popełnionych błędów umie wyciągać konstruktywne wnioski na przyszłość, korzystać z uzasadnionej krytyki, ale potrafi także zachowywać dystans w stosunku do krytyki nieuczciwej<sup>7</sup>.

Zachowanie równowagi emocjonalnej współwystępuje z poczuciem bezpieczeństwa. Człowiek dojrzały emocjonalnie godzi się z tym, co przeżywa. Jego

---

<sup>5</sup> S. Siek, *Struktura i formowanie osobowości*, ATK, Warszawa 1986, s. 118.

<sup>6</sup> Z. Płużek, *Rozwój jest procesem stawiania się...* dz. cyt., s. 23n.

<sup>7</sup> Tamże.

Krytyczne spojrzenie na samego siebie jest ważnym kryterium w określaniu dojrzałości osobowej. Uporczywe trzymanie się obrazu własnej osoby może stać się źródłem konfliktów z otoczeniem społecznym. Stanowi także podstawę doświadczenia lęku związanego z postawą obronną. Zdolność do obiektywnej oceny własnego „ja” i spojrzenia na siebie oczyma innych ludzi, to cecha osobowości dojrzałej (Allport, za: A. Gałdowa, *Powszechność i wyjątek. Rozwój osobowości człowieka dorosłego*, Wydawnictwo UJ, Kraków 2000, s. 111).

błędy w działaniach nie są przez niego wyolbrzymiane. Potrafi stanąć w prawdzie, przyznać się do popełnionego zła, naprawić je. Charakterystyczne jest zachowanie proporcji między wagą problemów a poziomem odczuwanego niepokoju. Osoba dojrzała nie boi się innych ludzi o odmiennych postawach i przekonaniach<sup>8</sup>.

Dojrzałość osobowości w relacji do samego siebie znany psycholog Marshal B. Rosenberg<sup>9</sup> ujmuje jako: branie odpowiedzialności za swoje myśli, uczucia i postępowanie; rozpoznawanie swoich uczuć i wyrażanie ich; identyfikację potrzeb tkwiących u źródła tych uczuć; wybór właściwych sposobów realizacji własnych potrzeb; zerwanie z tymi szablonami myślenia, które prowadzą do gniewu i depresji; spostrzeganie rzeczywistości bez osądów i tego typu porównań, które sprzyjają agresji i przemocy.

## 2.2. Relacje z innymi

Jak podkreśla wielu naukowców samoakceptacja jest podstawą prawidłowych relacji międzyludzkich. Właściwy stosunek do samego siebie jest podstawą prawidłowych relacji z innymi.

Człowiek o dojrzałej osobowości potrafi wchodzić z najbliższymi sobie osobami w intymne relacje, które obejmują obdarzanie uczuciem, zaufaniem i zrozumieniem, udzielanie opieki i pomocy. Ważne tu jest okazywanie własnych uczuć oraz dzielenie uczuć cudzych<sup>10</sup>.

---

<sup>8</sup> M. Wolicki, *Dojrzała osobowość, dojrzałe sumienie*, TUM, Wydawnictwo Wrocławskiej Księgarni Archidiecezjalnej, Wrocław 2000, s. 13-15.

<sup>9</sup> Marshall B. Rosenberg - jest doktorem psychologii, byłym współpracownikiem twórcy psychologii humanistycznej Carla Rogersa. Działa na rzecz szerzenia pokoju i rozwiązywania konfliktów poprzez światową organizację Center for Nonviolent Communication (CNVC - zrzesza ona obecnie ponad 140 trenerów, którzy docierają do dwudziestu kilku krajów, tak odległych jak Ruanda i USA, Sierra Leone, Rosja, Szwecja, Izrael. Według M. B. Rosenberga większość ludzi posługuje się w życiu „językiem szakala”, którego uczymy się żyjąc w społeczeństwach, które narzucają taki właśnie wzorzec komunikowania się. Opiera się on na ocenie i osądzaniu innych, co w rezultacie prowadzi do przemocy. PBP uczy słuchania tego, co mówią inni, odczytywania ich potrzeb, nawet ujawniających się w formie oskarżeń czy rozkazów. Umiejętność odczytania ukrytych za tymi negatywnymi komunikatami pragnień innych pozwala na zrozumienie siebie nawzajem. Ułatwia nawiązanie głębszych i bardziej satysfakcjonujących kontaktów: w intymnych związkach, w rodzinie, w szkole, w pracy, w terapiach, w negocjacjach, w dyskusjach. Jest to „język żyrafy” - (żyrafa ma wielkie serce, a PBP jest językiem współczucia, wypływającym z serca. W języku żyrafy nie krytykujemy, ale jasno mówimy o swoich uczuciach i potrzebach. Celem PBP jest stwarzanie związków międzyludzkich opartych na szczerości i empatii).

<sup>10</sup> Niezdolność do rozwoju w tej sferze prowadzi do wyobcowania człowieka i jest powodem do izolacji i osamotnienia.

Maslow, znany psycholog z nurtu psychologii humanistycznej uważa, że człowiek dojrzały powinien czuć się członkiem wspólnoty, w której żyje i być przekonanym o jej akceptacji. Powinien liczyć się z normami i wymogami społecznymi, ale także zachowywać własną indywidualność. W kontaktach z ludźmi powinien być naturalny i spontaniczny, nie przejawiać agresji i drażliwości. Ważne jest posiadanie umiejętności współpracy, to znaczy wysokiego poziomu inteligencji społecznej. Człowiek taki ujawnia własną aktywność, bez popadania w konflikty z innymi ludźmi,; jest lojalny wobec grupy, w której żyje, ale nie ulega żadnym formom dominacji. Potrafi być opiekuńczy i przyjmować konieczną opiekę nad sobą<sup>11</sup>.

Człowiek dojrzały społecznie stara się współpracować z innymi, gdyż rozumie, że poprzez wymianę usług i wartości każdy dając coś z siebie sam także sam się wzbogaca. Potrafi również podejmować bezinteresowną aktywność na rzecz innych. Żyjąc z innymi ludźmi i dla innych człowiek dojrzały powinien zachować jednak wysoki stopień autonomii. Dla dojrzałej, samorealizującej się osoby nie wystarczy poczucie wspólnoty ze wszystkimi ludźmi, potrzebne są bliskie więzi przyjaźni i miłości. Zdolność do wchodzenia w takie głębokie relacje osobowe oznacza prawidłowo rozwiniętą osobowość<sup>12</sup>.

Według Allporta dojrzałą osobowość charakteryzuje dobre społeczne przystosowanie. Człowiek dojrzały jest pozytywnie i serdecznie nastawiony do innych. Serdeczność interpersonalna wyraża się w zdolności do wchodzenia w intymne relacje, w okazywaniu współczucia. Intymność jest zdolnością okazywania głębokiej miłości bliskim osobom bez obciążania tej relacji uczuciami zaborczymi, władczymi lub zazdrośnymi. Współczucie to zdolność do tolerancji różnic między sobą a innymi, poprzez okazywanie im głębokiego szacunku<sup>13</sup>.

---

<sup>11</sup> Za: J. Moczydłowska, *Osobowość dojrzała - ideał do którego zmierzamy*, Zeszyty Naukowe WSZiP w Łomży, Łomża 2000, nr 1, s. 118.

<sup>12</sup> M. Wolicki, *Dojrzała osobowość, dojrzałe sumienie...* dz. cyt., s. 25-28.

Radością z obecności drugiego człowieka nie są zainteresowane osoby skoncentrowane wyłącznie na posiadaniu. Pragną one mieć tego kogo lubią lub podziwiają tylko dla siebie. Jest to powodem tworzenia związków pełnych konfliktów i zazdrości. E. Fromm, *Mieć czy być*, Dom Wydawniczy „Rebis”, Poznań 2000, s. 179n.

<sup>13</sup> Za: Z. Chlewiński, *Postawy a cechy osobowości*, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 1987, s. 63.

Oznaką dojrzałej osobowości jest empatia. Empatia jest tak istotna w dzisiejszych czasach, że warto poświęcić jej szczególną uwagę.

Empatia to otwartość na problemy innych ludzi, zdolność do spostrzegania ich uczuć i emocji, trafnego spostrzegania ich położenia życiowego, jak również zdolność do „emocjonalnego współbrzmienia”. Empatia powoduje skracanie dystansu między ludźmi<sup>14</sup>.

Emocjonalna wrażliwość w stosunku do innej osoby uważana jest za istotny czynnik tworzenia dojrzałych relacji międzyludzkich. Umiejętność nawiązywania prawdziwie empatycznych związków jest świadectwem dojrzałości psychicznej, umożliwiającej rozwój relacji międzyosobowych, a także odnoszenie się z szacunkiem do innych osób bez obawy o zachowanie poczucia własnej tożsamości<sup>15</sup>.

Empatia utożsamiana jest także często z umiejętnością wejścia w rolę drugiej osoby oraz przyjęcia jej punktu widzenia. Umiejętności te stanowią podstawę dla procesu rozumienia uczuć innych, a także przewidywania przyszłych zachowań osób z najbliższego otoczenia<sup>16</sup>.

Relacje z innymi, zdaniem Rosenberga, cechuje więc: kierowanie pełnej szacunku uważności na potrzeby i uczucia innych osób. Budowanie relacji opartych na zrozumieniu i empatii; jasne wyrażanie swoich wartości; świadome pogłębianie relacji i związków z innymi; zapobieganie konfliktom i rozwiązywanie ich poprzez nawiązywanie kontaktu empatycznego; tworzenie rozwiązań opierających się na bezpieczeństwie, szacunku, porozumieniu.

Cechą dojrzałej osobowości jest jej silna integracja, scalenie i zharmonizowanie.

---

<sup>14</sup> W. Łukaszewski, *Szanse rozwoju osobowości*, Książka i Wiedza, Warszawa 1984, s. 335.

<sup>15</sup> Teoria empatii Hoffmana zakłada, iż zdolności empatyczne stanowią początkowo subiektywną reakcję człowieka na widok cudzego cierpienia. Wraz ze wzrostem poznawczego rozeznania społecznego część empatycznego cierpienia przetwarzana jest we współodczuwanie zorientowane na innych oraz współczucie w odpowiedzi na cudze cierpienie. W efekcie oznacza to, że im wyższy jest poziom zdolności przyjmowania ról, tym bardziej reaktywne, a mniej analogiczne stają się jego odpowiedzi emocjonalne (za: M. Kalliopuska, *Holistyczny model empatii*, Nowiny Psychologiczne, 1994 nr 4, s. 59).

<sup>16</sup> Tamże, s. 57.

### 3. Wartości i ideały

Ważną cechą osoby dojrzałej jest posiadanie ideału własnej osobowości, z którym człowiek się utożsamia, do którego dąży przez całe życie<sup>17</sup>.

Dojrzałym jest ten, kto rozumie innych, jednocześnie nie domagając się zrozumienia z ich strony, ten kto szanuje innych ludzi, sam nie domagając się od nich szacunku i ten kto kocha - nie żądając miłości od innych<sup>18</sup>.

Ważnym elementem dojrzałej osobowości - według Allporta - jest własny wypracowany światopogląd, właściwa hierarchia wartości. Przyjęte przez człowieka wartości są czynnikiem integrującym i scalającym funkcjonowanie osobowości. Ukierunkowują też aktywność człowieka na realizowanie tych wartości, które są uznane za najważniejsze w życiu<sup>19</sup>.

Ukształtowana postawa wobec danych wartości powoduje, że człowiek wyznacza sobie zadania i cele życiowe, będące wyrazem ich afirmacji, pragnienia chronienia ich. Przy takich postawach nawet zwykłe czynności życiowe i codzienne zadania człowiek realizuje zgodnie z najwyższymi cenionymi wartościami. Jest to szczególnie ważne w sposobach zaspokajania potrzeb<sup>20</sup>.

Wartości mają duże znaczenie dla funkcjonowania osobowego<sup>21</sup>. Wyznaczają one i integrują postawy, decydując w dużej mierze o tym, które rzeczy, zdarzenia, zjawiska, osoby będą oceniane przez jednostkę pozytywnie, jak i o tym, które będą uznane za szczególnie ważne i istotne.

Ważne jest także to, że uznanie określonych wartości wywołuje uczucia i emocje pozostające w związku z postawami wobec różnych zjawisk, a uznanie wartości stanowi warunek sprzyjający powstaniu pewnego rodzaju motywacji, aby daną wartość afirmować.

W rozwoju osobowym człowieka ważne są szczególnie wartości prospołeczne. Prospołeczność wiąże się z takimi nastawieniami, zachowaniami, postawami, jak:

---

<sup>17</sup> S. Szuman, *Natura, osobowość i charakter człowieka*, Wydawnictwo WAM, Kraków 1995, s. 161.

<sup>18</sup> N. de Martini, *Być dojrzałym*, Wydawnictwo Salezjańskie, Warszawa 1993, s. 99.

Człowiek, który domaga się zrozumienia, szacunku i miłości staje się niewolnikiem tych odniesień ze strony innych ludzi. Jest to niebezpieczna psychologicznie i moralnie sytuacja niepotrzebnej zależności.

<sup>19</sup> Za: S. Siek, *Struktura i formowanie osobowości*, ... dz. cyt., s. 115.

<sup>20</sup> A. Gałdowa, *Rozwój i kryteria dojrzałości osobowej*, Przegląd Psychologiczny, 1990 r. 1, s. 23.

<sup>21</sup> H. Świda, *Młodość a wartości*, Warszawa 1979, s. 48.

bycie dla innych, altruizm, życzliwość, sympatia, dobroć współczucie, empatia, zaufanie, przyjaźń, solidarność, dobro wspólne, zaangażowanie społeczne, ofiarność na rzecz innych, dzielenie się, kooperacja, poświęcenie się dla innych, zdolność zrozumienia innych itp. Postawa prospołeczna wyraża się w gotowości do pozytywnego działania w stosunku do innych ludzi, obowiązujących norm i wartości, a także wobec sytuacji życiowych wykraczających poza interes jednostkowy<sup>22</sup>.

Prawość życia wyrasta szczególnie z afirmacji wartości ostatecznych. Wartości ostateczne to takie, które nie mogą być uzasadnione wartościami innymi, są wartościami-aksjomatami; ich ranga społeczna wynika z treści, jaką zawierają. Przykładem takich wartości może być: dojrzałość osobowa, patriotyzm, ojczyzna, wartości religijne, szczęście itp. Wartości ostateczne określają ważność najważniejszych rozwiązań problemów życia, wpływ na wybór celów strategicznych w życiu jednostki<sup>23</sup>. Wartości ostateczne to te, które czynią życie ludzkie cennym i godnym. Wynikają z godności osoby ludzkiej, jej nienaruszalnych i niezbywalnych praw. Źródłem tych wartości nie mogą być tymczasowe i zmienne opinie tzw. większości, lecz wyłącznie uznanie obiektywnego prawa moralnego<sup>24</sup>.

Nie można mówić o prawości życia bez poszanowania przez niego wartości godnościowej każdego człowieka. Wiąże się z gotowością obrony godności osoby, a nawet poświęcenia dla niej innych ważnych dóbr, z własnym życiem włącznie. Wartości są „drogowskazami”, pełnią funkcję wyznaczników celów dążeń ludzkich, są względnie stałym czynnikiem regulacji zachowania.

Posiadanie właściwej hierarchii wartości jest zadaniem bardzo ważnym. Wartości cenione jako najważniejsze ukierunkowują aktywność człowieka na realizację celów ostatecznych, a nie tylko cząstkowych czy etapów celów.

Właściwa hierarchia wartości powoduje wprowadzenie ładu w życie każdego człowieka, prowadzi do kształtowania umiejętności porządkowania spraw według ich ważności, do koniecznej systematyzacji życia oraz do poszukiwania życiowego

---

<sup>22</sup> I. Wrońska, J. Mariański, *Wartości życiowe młodzieży*, Lublin 1999, s. 168.

<sup>23</sup> Cz. Matuszewicz, *Psychologia wartości*, Warszawa - Poznań 1975, s. 63.

<sup>24</sup> I. Wrońska, J. Mariański, *Wartości życiowe młodzieży*, ... dz. cyt., s. 245n.



celu, który jest zgodny z wyznawanym światem wartości. Tak więc właściwa hierarchia wartości porządkuje wewnątrz człowieka.

Decyzje podejmowane na podstawie własnej, głęboko przemyślanej hierarchii wartości ułatwiają odnalezienie swojego miejsca w świecie, a więc pomagają kształtować życie, rozwijać poczucie odpowiedzialności, osiągać cele bez błędzenia, z zachowaniem wewnętrznego spokoju oraz szacunku dla siebie i innych. Szczególną rolę hierarchia wartości odgrywa w trudnych sytuacjach, a także przy próbach nacisku innych osób w celu wymuszenia określonych decyzji.

Właściwa hierarchia wartości przyczynia się do integracji osobowości. Ogromną rolę odgrywa także w podejmowaniu decyzji życiowych. Wartości najważniejsze najczęściej stają się życiowym celem, podstawą na bazie której osoba tworzy i realizuje swoją „życiową misję”<sup>25</sup>.

Istotną rolę w kształtowaniu dojrzałej osobowości odgrywa odkrywanie przez człowieka sensu własnego życia. Dzięki ugruntowanemu poczuciu pewności celu w życiu człowiek odnajduje samego siebie, zyskuje siłę i motywację do przetrwania przeciwności. Cel jest silnie związany z wartościami człowieka. Wartości najwyższe stają się najczęściej celem życia, natomiast niższe stanowią cele pośrednie<sup>26</sup>.

Potrzeba sensu życia jest jedną z najważniejszych potrzeb psychicznych człowieka. Zaspokojenie jej ma wpływ na zadowolenie z życia, na rodzaj stosunków międzyludzkich oraz na rozwój sił twórczych.

Bardzo ważną cechą ludzi dojrzałych jest traktowanie trudności i problemów życiowych jako zadań do spełnienia, a nie jako powodów do zamartwiania się. Jednym więc z istotnych wymiarów dojrzałości osobowej jest optymizm życia, wiara w siebie i innych, stałe udoskonalanie sposobów działania, relacji z innymi, opartych o poszanowanie godności osobowej swojej własnej i drugiego człowieka, o poszanowanie niepowtarzalności i wyjątkowości każdej osoby, szczególnych i tylko jej właściwych cech, talentów, umiejętności.

---

<sup>25</sup> M. Ryś, *Ku dojrzałości osobowej w małżeństwie*, ... dz. cyt.

<sup>26</sup> M. Ryś, *Konflikty w rodzinie. Niszczą czy budują?* Centrum Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 1998.

W życiu człowieka dojrzałego dużą rolę odgrywają szerokie zainteresowania. Pobudzają one do aktywności, poszukiwania coraz głębszych odpowiedzi, poszerzają możliwości wyboru i wykorzystywania swoich uzdolnień.

Cechą osoby o dojrzałej osobowości jest rozwijanie autentycznych i autonomicznych zainteresowań, zainteresowań innymi ludźmi, kulturą, polityką oraz posiadanie przyjaciół i dzieci. Ważne jest też nabywanie ideału siebie oraz wzoru moralnego, społecznie aprobowanego postępowania i działania zgodnie z nimi<sup>27</sup>.

Człowiek dojrzały jest twórczy, przejawia pasję życia nie ograniczając go do wąskich ram. Niezależnie od tego, jakiej dziedziny dotyczy twórczość, oznacza ona dynamikę, wymaga całościowego zaangażowania i dlatego doskonalenie twórczości odgrywa ważną rolę w rozwoju osobowości. Człowiek dojrzały to człowiek wrażliwy na piękno świata, który potrafi głębiej przeżywać rzeczywistość, kreować ją i rozwijać talenty<sup>28</sup>.

Allport opisał siedem kryteriów potrzebnych do osiągnięcia dojrzałości. Należą do nich:

- aktywność człowieka, udzielanie się na zewnątrz (działanie związane z innymi ludźmi, ideami, lub zadaniami);
- okazywanie ciepła w kontaktach z innymi ludźmi (umiejętność rozumienia, współodczuwania, tolerancja);
- poczucie emocjonalnego bezpieczeństwa,
- realistyczne spostrzeganie rzeczywistości;
- potrzeba posiadania kompetencji, czyli nabywanie nowych bądź doskonalenie posiadanych już umiejętności;
- otwartość na opinie innych ludzi;
- umiejętność budowania własnej filozofii życia<sup>29</sup>.

---

<sup>27</sup> Allport, za: S. Siek, *Struktura i formowanie osobowości* ...dz. cyt., s. 114n.

<sup>28</sup> M. Ryś, *Konflikty w rodzinie. Niszczą czy budują?* ... dz. cyt. .

<sup>29</sup> za: M. Wolicki, *Dojrzała osobowość, dojrzałe sumienie*, ... dz. cyt., s. 15.

## II. Postawa miłości rodziców-wychowawców warunkiem wspierania rozwoju osobowego młodego człowieka

### 1. Autentyczność i troska o własny rozwój osób wychowujących

Wspieranie rozwoju osobowego wymaga od rodziców i wychowawców odpowiedniego przygotowania, odpowiedniej dojrzałości, ale – poprzez wiele uwarunkowań -wpływa na pogłębianie ich osobowej dojrzałości. Właściwe wychowanie to nie tylko zdobyta wiedza teoretyczna czy praktyczna, ale przede wszystkim praca nad sobą i dawanie przykładu postaw miłości. Aby wychowywać w miłości, ku miłości i dla miłości rodzice, wychowawcy muszą sami żyć miłością<sup>30</sup>.

Tylko człowiek wewnętrznie wolny, akceptujący siebie i innych, podejmujący trud rozwoju samego siebie, może w sobie ukształtować postawę miłości.

Warto podkreślić, że podstawą wychowania jest świadomość wychowującego, iż każdy, także najmniejszy człowiek, jest kimś jedynym, wyjątkowym, niepowtarzalnym, godnym szacunku.

Postawa miłości jest postawą otwartą na wspólną afirmację wartości. Zgodność w afirmacji wartości wzmacnia oraz pogłębia przyjaźń i więź międzypersonalną w każdej relacji międzyludzkiej, także w relacji pomiędzy wychowawcą a młodym człowiekiem.

Proces tworzenia wspólnej hierarchii wartości prowadzący do budowania głębokiej więzi przebiega wtedy prawidłowo, gdy dane osoby uznają jako wspólne wartości najważniejsze, w mniej istotnych uznają swoją odmienność, jak również szanują różnorodność wartości najniższych w swych hierarchiach wartości, mając świadomość ich ubogacającego wpływu na wzajemne relacje<sup>31</sup>.

Dzięki wspólnie uznawanym podstawowym wartościom osoby mają podobną wizję życia, mówią jednym językiem i wobec tego lepiej się rozumieją. Wspólne wartości są czynnikiem trwałości i rozwoju relacji międzypersonalnych. Spełniają także funkcję motywów działań, kształtujących sposób myślenia, wyzwajających energię,

---

<sup>30</sup> Por. G. Malcher: *Wychowanie do miłości. Rodzina szkołą miłości*, (w:) *Wychowanie w rodzinie*, F. Adamski, (red.), Kraków 1982, s. 216.

<sup>31</sup> M. Ryś, *Psychologia małżeństwa w zarysie...* dz. cyt.

wyznaczających kierunek postępowania. Wspólne wartości umożliwiają ustalenie pewnej hierarchii spraw poprzez określenie tego, co jest naprawdę ważne i cenne.

## **2. Prawidłowe zaspokajanie potrzeb warunkiem kształtowania postaw miłości**

Najważniejszymi potrzebami, które trzeba zaspokoić u dziecka i młodego człowieka, aby uruchomić u nich pragnienie rozwoju, świadomość tego, że jest się osobą kochaną, godną miłości są: potrzeba przynależności do kogoś i związana z tym potrzeba bezpieczeństwa, potrzeba miłości, czułości i opiekuńczości, szacunku, uznania ze strony najbliższego otoczenia, potrzeba bycia podziwianym, potrzeby bliskości i więzi, afirmacji, kontaktu.

Miłość, jako postawa służenia innym, staje się głównym źródłem rozwoju uczuć<sup>32</sup>. Rozwój miłości może nastąpić jedynie z chwilą zaspokojenia potrzeby miłości<sup>33</sup>. Zdolność kochania musi się ukształtować w psychice człowieka, aby stać się ośrodkiem jego życia, nadawać mu sens i wartość. Człowiek, który pragnie miłości, sam nie umiejąc kochać i pragnie brać nie umiejąc dawać, popada w stałe konflikty z innymi, prowadząc do cierpienia i załamania życiowych<sup>34</sup>.

Najściślej z zaspokojeniem potrzeby miłości wiąże się realizacja potrzeby bezpieczeństwa. Potrzeba ta według P. Poręby<sup>35</sup> ma swoje znaczenie zwłaszcza w obecnym świecie, gdy rodzice, wychowawcy winni stać się dla każdego dziecka pewnego rodzaju azylem, dającym schronienie przed samotnością, jak i przed zagubieniem w anonimowym otoczeniu.

Szczególne znaczenie wśród potrzeb ważnych w kształtowaniu miłości odgrywa potrzeba kontaktu. W życiu każdego człowieka potrzeba kontaktu najżywiej przejawia się w poszukiwaniu miłości i przyjaźni. W kontakcie z innymi ludźmi i dzięki nim człowiek zdobywa wiedzę o sobie, przeżywa poczucie własnej wartości. W relacjach z innymi stopniowo zarysowuje się, kształtuje i koryguje kształt osobowości. W nawiązanym kontakcie dokonuje się akceptacja drugiego

---

<sup>32</sup> S. Sławiński, *Ślubuję ci miłość. Przygotowanie do życia w rodzinie*, Warszawa 1986, s. 55.

<sup>33</sup> M. Braun-Gałkowska, *Rozmowy o życiu i miłości*, Warszawa 1986, s. 90.

<sup>34</sup> M. Grzywak-Kaczyńska (red.), *Erotyka w aspekcie zdrowia psychicznego*, Warszawa 1973.

<sup>35</sup> P. Poręba, *Psychologiczne uwarunkowania życia małżeńskiego*, Lublin 1978, s. 240.

człowieka. Z zaspokojonej potrzeby kontaktu rodzi się dobre samopoczucie psychiczne. Przyjaźń i miłość stwarzają takie formy kontaktu, które wzbogacają osobowość poprzez szczerą akceptację i przeżywanie wartości zarówno własnej, jak i drugiego człowieka, a także zmuszają do stopniowego wyrastania z egocentryzmu psychicznego. W postawie miłości realizacja potrzeby kontaktu osiąga szczególną wielkość we wzajemnym oddaniu<sup>36</sup>.

### **3. Pomoc w budzeniu odpowiedzialności za własny rozwój osobowy**

Można przyjąć, że celem wychowania człowieka jest pomaganie mu, by coraz lepiej rozumiał siebie i innych ludzi oraz by coraz dojrzalej kochał siebie i innych<sup>37</sup>. Efektem takich oddziaływań jest ukształtowanie człowieka, który jest zdolny do budowania więzi opartych na miłości i odpowiedzialności za siebie i innych, prowadzących w konsekwencji do uczynienia z siebie bezinteresownego daru zgodnie z odczytanym sensem i powołaniem swego istnienia.

Proces wychowania jest niezwykle trudnym zadaniem, które wiąże się z ogromną odpowiedzialnością.

Szukając odpowiedzi na pytanie: Jak można wspomagać rozwój dziecka? warto podkreślić następujące postawy i zachowania rodziców i wychowawców:

- pomoc w poznaniu i zaakceptowaniu siebie przez rozwijające się dziecko,
- mądre i odpowiedzialne zaspokajanie jego potrzeb,
- pomoc w rozwijaniu jego talentów i uzdolnień,
- pomoc w tych działach, które służą harmonijnemu, integralnemu rozwojowi człowieka we wszystkich jego sferach (biologicznej, psychicznej, społecznej i duchowej),
- pomoc w zaakceptowaniu własnej płci oraz w integracji seksualności,
- pomoc w kształtowaniu właściwych postaw, w odkrywaniu wartości i kształtowaniu właściwej ich hierarchii, a także w poszanowaniu norm moralnych,

---

<sup>36</sup> E. Sujak, Kontakt psychiczny w małżeństwie i rodzinie... dz. cyt., s. 18.

<sup>37</sup> M. Dziewiecki, Wychowanie w dobie ponowoczesności. Wydawnictwo JEDNOSĆ, Kielce 2002, s. 44.

- pomoc w nabywaniu umiejętności właściwego podejścia do sukcesów i porażek<sup>38</sup>. Wiele postaw jest tu przekazywanych w sposób uświadomiony, bądź nieświadomiony poprzez:
- stosunek do innych ludzi (np. poszanowanie innych, troska o ich dobro, zaspokojenie potrzeb, gościnność, działania na rzecz potrzebujących);
- postawy wobec siebie (np. troska o zdrowie, o własny rozwój);
- postawy wobec narodu, państwa, religii, wobec kultury, sztuki (np. patriotyzm, poszanowanie wspólnego dobra, troska o rozwój duchowy, kontynuowanie tradycji, szacunek dla dorobku intelektualnego, rozwijanie umiejętności korzystania z dóbr kultury, krytyczna ocena przemijającej mody).

Każdy rodzic, nauczyciel czy wychowawca powinien postawić sobie pytanie: w jaki sposób pomóc wychowankowi, by rozwinął wszystkie potencjalne możliwości, lepiej rozumiał siebie i innych ludzi, a co za tym idzie dojrzałej kochał siebie i swoich bliźnich.

Najważniejszym celem wychowania jest pomaganie wychowankowi, by uczył się dojrzałe myśleć i kochać, tworzyć, współuczestniczyć w tworzeniu w świecie wspólnego dobra.

Oddziaływanie rodzica, nauczyciela-wychowawcy możliwe jest przede wszystkim poprzez osobisty przykład życia, kierowanie się zawsze integralnie rozumianym dobrem osoby dziecka i jego możliwościami rozwoju; poprzez umiejętność spojrzenia oczyma dziecka na jego problemy; przez bezpośredni i serdeczny kontakt z dzieckiem; przez stawianie rozsądnych granic pozwalających na samodzielne zwrócenie się ku wartościom (podjęcie działań samowychowawczych).

Ważnym także celem jest budowanie postawy szacunku dla indywidualności i odrębności każdej osoby, zaakceptowanie bogactwa różnorodności osób i wykorzystanie go dla wspólnego dobra. W rozwoju osobowym tak ważna staje się wolność wyboru, nadawanie znaczenia swemu istnieniu, stałe kształtowanie pozytywnych postaw.

---

<sup>38</sup> Por. np. *Wychowanie do życia w rodzinie. Książka dla nauczycieli i wychowawców*, K. Ostrowska, M. Ryś (red.), Centrum Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, Warszawa 1999.

Można więc przyjąć, że wychowanie do dojrzałej osobowości to taka pomoc w rozwoju, aby młody człowiek był zawsze autentyczny i szczery, akceptujący siebie, o prawidłowej samoocenie, otwarty na innych, wolny prawdziwą wolnością szanującą najważniejsze wartości, umiejący wybaczyć sobie i innym, aby potrafił spotykać się z innymi w wyjątkowej relacji prawdziwej miłości. Ważne jest także, aby to była osoba o głębokiej empatii, rozumiejąca drugiego człowieka i potrafiąca z miłością wejść w jego świat.

Aby jednak młody człowiek chciał się rozwijać ku pełni człowieczeństwa, na drodze swojego życia musi spotkać takich rodziców, nauczycieli, wychowawców, którzy zachwycą go swoją osobą i pociągną swoim przykładem.