

**Grażyna Mendecka**  
*Instytut Psychologii, UŚ w Katowicach*

## **Twórczość i psychoterapia**

### **Wprowadzenie**

Tytuł artykułu uwzględnia współwystępowanie dwóch zjawisk: twórczości i psychoterapii, nie wskazując kierunku ich współzależności. Czy zatem twórczość stanowi formę psychoterapii, czy też w skrajnych przypadkach może prowadzić do utraty zdrowia psychicznego, co wiąże się z koniecznością terapii. Problem dotyczy pytania, czy twórczość jest przejawem zdrowia czy też wynika z braku psychicznego zrównowżenia. Wiązanie twórczości z chorobą pojawiło się w literaturze i społecznym odbiorze dzięki rozprawie C. Lombroso (1987), w której autor, dokumentując istnienie związku między geniuszem a obłąkaniem, zaprezentował jedną z pierwszych – dodajmy – dziś już przebrzmiałych, psychopatologicznych teorii twórczości. Powołując się na tradycję podobnych poglądów, wywodzących się od Arystotelesa, Lombroso wskazywał na zaburzenia psychiczne wybitnych twórców, począwszy od starożytności. Sokrates, Platon i Empedokles cierpieli na melancholię i obłąd.

K. Dąbrowski (1975) w teorii dezintegracji pozytywnej uznał, że twórczość wynika z neurotyczności, której przypisywał ważną, konstruktywną rolę (Dąbrowski, 1979). Wyniki badań wykazują, że wśród pisarzy i artystów depresja występuje dziesięć, a skłonności samobójcze dwadzieścia razy częściej (Richards, 1981) niż w populacji ogólnej. Nie podzielał tezy o psychopatologicznych źródłach twórczości E. Nęcka (2001) argumentuje, że większość twórców nie wykazuje zaburzeń, zaś znaczna część osób zaburzonych nie posiada żadnych wyraźnych twórczych osiągnięć. We współczesnej literaturze (Schulberg i Sass, 1999) podkreśla się, że badania psychologiczne poznawczego funkcjonowania osób chorych na schizofrenię wykazały podobieństwo przebiegu ich myślenia do procesów przebiegających u osób zdrowych w okresach ich nasilonej kreatywności. Posługują się wtedy odległymi i niecodziennymi skojarzeniami, mają przyspieszone tempo przetwarzania informacji (gonitwa myśli), z łatwością rezygnują z logicznego, ale przy tym stereotypowego, szablonowego myślenia. Interesujące rozważania dotyczące zależności przyczynowo-skutkowych między zaburzeniami zachowania a twórczością przeanalizowała

Ruth Richards (1990, 1999), a wzorce tej współzależności cytuje za tą autorką E. Nęcka (2001, s. 140) w swej monograficznej pracy dotyczącej psychologii twórczości.

W teoriach psychoanalitycznych i w psychologii humanistycznej twórczość uważana jest za przejaw pomyślnego rozwoju psychicznego i zdrowia jednostki. Współzależność zdrowia, twórczości i psychoterapii będzie przedmiotem prezentowanej analizy.

## Podmiotowa natura twórczości

*Twórczość* w rozumieniu potocznym i w literaturze psychologicznej jest terminem wieloznacznym (Nęcka, 2001), podobnie jak pojęcie *postawy twórczej* (Maslow, 1983) czy *twórczej aktywności* (Fromm, 1985). Popek (2001) zauważa, że każdy z wpływowych kierunków psychologicznych swoiście ujmuje i definiuje twórczość. Psychologia humanistyczna podkreśla podmiotowy charakter twórczości. Na gruncie tej teorii *twórczość* jest aktywnością człowieka, polegającą na odczytywaniu i kształtowaniu przedmiotów, obrazów rzeczywistości, własnej osobowości i stylu życia, według osobistych idei i standardów. Aktywność twórcza stanowi autonomiczny akt, powodowany wewnętrzną motywacją osoby posiadającej określoną koncepcję siebie i świata, świadomej celu, do którego jej działanie zmierza. Twórczość jest przejawem podmiotowości jednostki, wynika z poczucia tożsamości i autonomii. Jako cecha gatunkowa stanowi przejaw osobowego funkcjonowania człowieka.

Z. Freud natomiast twierdził, że niewykorzystana w aktywności seksualnej człowieka energia może ujawnić się zarówno w symptomach neurotycznych, jak i w twórczej aktywności, i ten rodzaj transformacji owej energii nazwał *sublimacją*. W studium o Leonardzie da Vinci twierdził, że wzrost poziomu *libido* w wieku dojrzałym powoduje eksplozję twórczej aktywności. Dzieląc myślenie na pierwotne i wtórne – pierwsze uznawał za proces spontaniczny, podporządkowany *libido*, niestereotypowy, drugiemu, logicznemu i podporządkowanemu zasadzie realizmu, będącemu rezultatem działania kultury, przypisywał stereotypowość (zob. Rosińska, 1985). W jego przekonaniu, tylko myślenie pierwotne umożliwia aktywność twórczą, polegającą na symbolicznej ekspresji konfliktów rozgrywających się w nieświadomej sferze. W późniejszych rozważaniach Freud docenił również myślenie wtórne, które pozwala świadomie i intencjonalnie kierować własną, twórczą ekspresją.

A. Adler w koncepcji twórczej jaźni sformułował doktrynę, zgodnie z którą człowiek sam kształtuje swą osobowość. Twórcza jaźń oddziałuje na fakty realnego świata i przekształca je w osobowość – subiektywną, dynamiczną, zintegrowaną i indywidualną. Adlerowska twórcza jaźń, przypisując człowiekowi niepowtarzalność, świadomość i twórczość, daje mu prawo do indywidualnego rozwoju (Hall i Lindzey, 1990). W ujęciu C.G. Junga, człowiek mocą własnego wysiłku nieustannie rozwija się i doskonali. Samourzeczywistnienie, jako cel owego rozwoju, prowadzi do powstania nowego centrum psychiki – jaźni, która zastępując *ego* jest manifestacją twórczego rozwoju człowieka.

Dla E. Fromma (1971) akt twórczy stanowi przeciwieństwo egocentryzmu, pozwalając człowiekowi przekraczać siebie ku czemuś innemu niż *ja*. Twórczość to jedyny sposób istnienia człowieka (Fromm, 1959). To, że twórczość jest istotna w procesie budowania kultury, dla twórcy ma drugorzędne znaczenie, bo liczą się tylko podmiotowe skutki twórczości – rozwój niepowtarzalnej osoby ludzkiej. Dzięki twórczości człowiek może ko-

rzystnie rozwiązać swój ludzki dylemat, przezwyciężyć podkreślaną przez R. Maya (1989) dwubiegunowość w jednoczesnym doświadczaniu siebie jako przedmiotu i podmiotu. Twórczość sprawia, że doświadczenia podmiotowe dominują nad przedmiotowymi.

Przedstawiciele psychologii humanistycznej, zarówno C.R. Rogers (1961), jak i A.H. Maslow (1983) wiązali twórczość z samorealizacją, przeciwstawiając się obrazowi człowieka bezwolnego, targanego mrocznymi popędami lub, zgodnie z koncepcją behawiorystyczną, zdanego na udzielanie mechanicznej odpowiedzi na bodźce zewnętrzne.

## Twórczość a zdrowy rozwój psychiczny człowieka

Wbrew psychopatologicznym teoriom psychoanaliza i psychologia humanistyczna łączy twórczość ze zdrowiem psychicznym i pomyślnym rozwojem. Uogólniając teorię Freuda można stwierdzić, że nerwice są chorobami *ego*, stanowią efekt konfliktu między słabym *ego* a innymi sferami psychiki. Przezwyciężająca nerwicę twórczość świadczy o silnym *ego*, wprzęgniętym w służbę procesu twórczego. R. May (1994), w książce poświęconej odwadze tworzenia, stwierdza zdecydowanie: „Musimy więc ostro przeciwstawić się wnioskowi [...], że talent jest chorobą, a twórczość nerwicą”. „Proces tworzenia musi być rozpatrywany nie jako produkt choroby, ale jako oznaka pełnego, emocjonalnego zdrowia, jako wyraz samorealizacji normalnych ludzi” (s. 36–37). C.R. Rogers (1978) utrzymywał, że twórczość, podobnie jak wolność, jest warunkiem optymalnego funkcjonowania człowieka.

Dla Maslowa (1959) ideałem rozwoju człowieka jest osoba samorealizująca się i twórcza. Samorealizację, obok specjalnych uzdolnień, uważał za źródło twórczości. Człowiek urzeczywistniający siebie to jednostka zdrowa, rozwinięta i dojrzała, ponieważ jej podstawowe potrzeby są zaspokojone na takim poziomie, że przestały dominować nad jej zachowaniem. Osoby, które osiągnęły poziom samorealizacji posiadają cechy właściwe dla twórczej osobowości. Podchodzą twórczo do każdej dziedziny własnego działania, są otwarte na doświadczenie i mogą uczyć się od każdego, kto ma im coś do zaoferowania. Akceptują siebie i zachowują naturalny, pozbawiony odruchów obronnych sposób bycia, niezależność i śmiały stosunek do rzeczywistości.

## Istota psychoterapii

W akademickim podręczniku psychologii znajduje się wyjaśnienie, że psychoanaliza to: „Specjalistyczne metody leczenia, polegające na intencjonalnym stosowaniu zaprogramowanych oddziaływań psychologicznych, wykorzystujące wiedzę teoretyczną i umiejętności psychoterapeuty w procesie niesienia pomocy osobom głównie z zaburzeniami neurotycznymi, zaburzeniami osobowości i zaburzeniami psychosomatycznymi” (Strelau, 2000, s. 570). S. Kratochvil (1974) i L. Grzesiuk (2000) podkreślają brak jednolitej teorii psychoterapii. Istnieją tylko jej orientacje wyrosłe na gruncie poszczególnych kierunków psychologii. Do najsilniejszych należą nurty: psychoanalityczny, behawioralno-poznawczy, humanistyczno-egzystencjalny i systemowy (Czabała, 1997). W szerokim ujęciu psychoterapia jest zjawiskiem kulturowym. Jest koncentrowaniem się na człowieku, który cierpi i szuka pomocy u osób, które muszą najpierw udzielić sobie odpowiedzi na pytania

dotyczące zdrowia i choroby, a także natury i kondycji człowieka (Rosińska i Olender-Dmowska, 1997).

Psychoterapia w podejściu psychoanalitycznym odkrywa mechanizmy zaburzeń neurotycznych, chociaż w nurcie relacji z obiektem stara się dotrzeć do zaburzeń głębszych, np. tożsamości. Jej celem jest ukazanie pacjentom ich mechanizmów obronnych, nieświadomych motywów i chorobotwórczych konfliktów. Pacjent przedstawia terapii wszystkie myśli związane z objawami chorobowymi, skojarzenia, marzenia senne, fantazje itp. Psychoanalityk interpretuje i wyjaśnia nieświadomione znaczenie prezentowanych przez pacjenta symboli, umożliwiając mu wgląd we własne mechanizmy obronne i uświadomienia sobie własnych potrzeb. Pacjent może, odróżniając fantazję od rzeczywistości, uwolnić się od neurotycznych dolegliwości. Aby jednak mógł to uczynić, potrzebna mu pomoc drugiego człowieka – psychoterapeuty. Człowiek potrafi jednak bardziej racjonalnie rozwiązywać konflikty wewnętrzpsychiczne i interpersonalne niż to przyznają teorie psychoanalityczne (zob. Koziński, 1980). Szczególnie silnie fakt ten jest akcentowany w psychologii poznawczej i humanistycznej. Rogers i Maslow dowodzili, że mechanizmy obronne nie odgrywają tak znaczącej roli w życiu człowieka, jak potrzeby harmonijnego rozwoju, samorealizacji i ekspansji *ja*.

C.R. Rogers (1991) spozstrzegał klientów psychoterapii jako osoby niepowtarzalne, obdarzone zasobami sił i możliwościami rozwoju. Zaburzenia psychiczne powstają w dzieciństwie, gdy rodzice akceptują dziecko nie bezwarunkowo, lecz przy spełnieniu określonych oczekiwań. Sądy narzucone przez innych, przede wszystkim rodziców, działają destrukcyjnie, powodują, że jednostka działa nieefektywnie, przeżywa napięcie i nie doświadcza życiowych satysfakcji. Psychoterapeuta może działać jak chirurg składający złamaną kość, zaś terapia odbywa się tak, jak zrastanie się kości dzięki samoistnie przebiegającym procesom życiowym tkanki. Postulat ten realizuje poprzez nie ocenianie, lecz bezwarunkowe akceptowanie klienta, empatyczne wczuwanie się w jego przeżycia, zachowując przy tym własną autentyczność. Dzięki takiej, skoncentrowanej na osobie klienta psychoterapii, wytwarza się atmosfera zaufania i możliwość pozytywnych kontaktów. Klient rozumie i akceptuje siebie, staje się autentyczny i gotowy do nawiązania konstruktywnych kontaktów z innymi ludźmi.

W wywodzącej się z nurtu humanistyczno-egzystencjalnego terapii Gestalt przyjmuje się, że wszystkie doświadczenia przeżywane przez jednostkę porządkowane są w całości, figury, postaci (Kolańczyk, 1999). Doświadczenie (np. wzrokowe – obraz) staje się figurą w określonym czasie, wtedy gdy człowiek świadomie skupi na nim uwagę. Koncentrowanie się w terapii Gestalt na tym, co aktualnie się dzieje, powoduje skupienie się na własnych **odczuciach**, a nie na opowiadaniu o nich. Gdy klient odczuwa niepokój, psychoterapeuta pyta, **jak** go odczuwa, oczekując opisu doznań cielesnych, zmysłowych, nie psychicznych. Klient stopniowo zaczyna polegać na własnym doświadczeniu, zamiast grzeznąć w niekończących się werbalizacjach i interpretacjach (Levitsky, 1983). Świadomość odczuć płynących z własnego ciała jest jedyną, pewną wiedzą o sobie, nie wymagającą psychoanalitycznej interpretacji. U neurotyka proces tworzenia i rozpadania się figur jest zaburzony. W jego nie zintegrowanej osobowości pewne doświadczenia mogą być nierozpoznane i nie zorganizowane w figurę. Nietrafne identyfikowanie własnych doświadczeń prowadzi do podejmowania działań zgodnych z oczekiwaniami społecznymi a nie do realizowania własnych, autentycznych pragnień. Terapia Gestalt prowadzi do wzrostu świadomości *ja* poprzez pełne doświadczanie siebie, między innymi przeciwieństw, np. własnej

odwagi i tchórzliwości. Pozwala to na dokonywanie wyborów zgodnych z własnymi, autentycznymi pragnieniami i na szczere, niezakłamane kontakty z innymi.

Terapia egzystencjalna, zdaniem Lainga (1997), koncentruje się na schizofrenikach, osobach ontologicznie zdezorientowanych, zagrożonych utratą tożsamości, z obronnym systemem *Ja fałszywego*. *Ja fałszywe* schizofrenika, pozostając w kontakcie z otoczeniem, tworzy ochronę dla *Ja prawdziwego*, które dla zachowania własnej autonomii jest od otoczenia izolowane (Laing, 1995). Psychoterapeuta w warunkach poczucia bezpieczeństwa, zrozumienia i pozytywnego nastawienia do pacjenta oraz pacjenta do psychoterapeuty doprowadza do ujawnienia się *Ja prawdziwego*, czego pacjent i boi się, i pragnie. Ujawnienie się tego *Ja* umożliwia identyfikację własnych uczuć i pragnień, a także stanowi podstawę integracji osobowości pacjenta.

Psychoterapię prowadzi się w formie indywidualnych lub grupowych spotkań, indywidualna opiera się na kontakcie psychoterapeuty z pacjentem, terapia grupowa wykorzystuje również interakcje zachodzące między członkami grupy terapeutycznej.

## Twórczość artystyczna jako forma psychoterapii

Źródłem świadomie podejmowanej przez człowieka twórczej aktywności jest dążenie do zaspokojenia następujących, istotnych potrzeb: 1) pełnego wykorzystania własnych możliwości intelektualnych; 2) dorastania i rozwoju poprzez doskonalenie siebie i świata; 3) ekspresji siebie; 4) potrzeby komunikowania się z innymi. Najprostszą odpowiedzią na pytanie o to, dlaczego człowiek tworzy byłoby stwierdzenie: bo ma taką intelektualną możliwość. Wykorzystanie w pełni własnych intelektualnych możliwości jest źródłem satysfakcji osobników, nawet na niższych szczeblach rozwojowych. W eksperymencie Köhlera małpy tak cieszyły się z rozwiązania zadania, że odwlekały moment jedzenia, wielokrotnie posługując się „stworzonym” przez siebie narzędziem (zob. Guilford, 1978). Badając naukowców A. Roe (1952) stwierdziła, że wybitni twórcy nie tylko cieszą się z własnego mistrzostwa, lecz także z aprobaty ich dobroczynnych i użytecznych społecznie osiągnięć. Pomnażając społecznie doniosłe dzieła, odkrywając to, czego wcześniej ludzki umysł nie ogarnął, twórcy zaspokajają swą potrzebę doskonalenia siebie i świata.

Potrzeba ekspresji siebie jest jednym z najsilniejszych motorów twórczości. Jest ona, zgodnie z definicją W. Tatarkiewicza (1962), ujawnieniem rzeczywistych zjawisk emocjonalnych (uczuć), które występują jedynie w istotach posiadających życie psychiczne. Twórcza ekspresja jest formą zaistnienia w otaczającym świecie, zaznaczenia swej obecności, wykazania własnej odrębności, indywidualizmu. Możliwość pozostawienia po sobie śladu prowokuje ludzką aktywność, bo sprawia człowiekowi wielką satysfakcję. Wystarczy zobaczyć, jak dziecko chętnie pozostawia ślady swej ręki na czystej ścianie. W wielu miejscach kuli ziemskiej przetrwały na wapiennych skałach liczące wiele tysięcy lat ślady ludzkich rąk, które zapewne również były źródłem radości. Malowidła ścienne (np. z jaskini Lascaux) zadziwiają ekspresywnością. Ekspresja ta nie tylko wyraża przeżycia autora, lecz wyrasta również z jego potrzeby komunikowania się.

Dzieła artystyczne w życiu potocznym zwykło się utożsamiać z ekspresją emocjonalną, nie są one spostrzegane, tak jak w estetyce (zob. Gołaszewska, 1984), z przekazem istotnej wiedzy o świecie. Dzieło sztuki za pomocą sobie właściwych środków ukazuje w skondensowanej, przetworzonej formie cechy rzeczywistego świata, jego istotę

i właściwy sens, nadane im przez percepcję artysty i jego przekaz. Dzieło sztuki, stając nową, niepodobną do realnej rzeczywistością, może – podobnie jak twórczość wynalazcza – usuwać i równoważyć niedostatki rzeczywistego świata (Gołaszewska, 1986). R. May (1994), w książce poświęconej odwadze tworzenia stwierdza: „Chcąc zrozumieć psychologiczny i duchowy nastrój jakiegoś okresu historycznego najlepiej zapoznać się wszechstronnie i wnikliwie z jego sztuką. To właśnie w sztuce duchowa istota danego okresu wyrażona jest bezpośrednio za pomocą symboli” (str. 49).

Studiując twórczość artystyczną możemy poznawać nie tylko świat odkryty przez artystę, ale także i jego samego, podobnie jak on sam poznaje siebie tworząc. Zaspokajając szereg istotnych potrzeb przez akt tworzenia twórca przede wszystkim poznaje siebie – swe nieuświadomione motywy, swe lęki, potrzeby, odsłania i poznaje własną indywidualność i tożsamość. Twórczość artystyczna pozwala człowiekowi zgromadzić wszechstronną wiedzę, dotyczącą własnego, autentycznego *Ja*.

Przechodzący męki tworzenia artysta (zob. Mendecka, 2003) – dobierając właściwe środki wyrazu, którymi chce przekazać swą wiedzę o świecie – w mozole poszukuje także wiedzy o sobie samym. Śledząc przebieg procesu tworzenia można stwierdzić, że artysta przez swą aktywność osiąga podobne cele, jak psychoterapeuci w swoich sesjach z pacjentem – dociera do swej podświadomości, odczytuje ją poprzez symbole, którymi posługuje się tworząc dzieło. Poprzez swe dokonania artysta poznaje swą wartość, ma możliwość samorealizacji i rozwoju. Jest osobą biegłą w doświadczaniu siebie, z dużą swobodą uświadamia sobie własne procesy zmysłowo-afektywne jak i analityczne, a więc dochodzi do tego, do czego dąży terapia Gestalt – świadomości, że *ja* „to *ja*, który myślę, czuję i robię to” (zob. A. Kolańczyk, 1999).

Twórczość ma tyle wspólnego z psychoterapią, że można ją utożsamić z autoterapią. Nie bez powodu przedstawiciele teorii, z których wywodzą się najpoważniejsze nurty terapeutyczne, poczynając od Freuda, często w swych rozważaniach odnoszą się i nawiązują do twórczości. Współpracujący z Freudem Kris (zob. Rosińska, 1985) określał twórczość jako regresję w służbie *ego*. Regresja w procesie twórczym nie jest mechanizmem obronnym, lecz działa w sposób odwracalny i kontrolowany (zob. Stasiakiewicz, 1999).

Psychoterapia, która, jak twierdzą znawcy, pomaga w około 60% przypadków (zob. Grzesiuk, 2000), niesie ze sobą szereg zagrożeń. Zależy od poziomu wiedzy psychoterapeuty i na takim poziomie jest wykonywana, co już może być zagrożeniem. W trakcie psychoterapii obie strony wchodzą z sobą w skomplikowane relacje o dużym ładunku emocjonalnym – stąd pojawiają się niebezpieczne tendencje do wzajemnego manipulowania sobą. Psychoterapeuta może zdominować, podporządkować sobie pacjenta, uzależnić go od siebie. Sam z kolei może ulec wypaleniu. Stosowanie psychoterapii niesie więc wiele problemów, także natury etycznej. Twórczość, będąc aktem podmiotowym, pozwala jednostce samodzielnie, bez uzależnienia od innych osób, odbyć podróż w głąb własnego *ja* i dlatego może w niektórych przypadkach odnieść skutek porównywalny do psychoterapii.

## Bibliografia

- Czabała, J.C. (1997). *Czynniki leczące w psychoterapii*. Warszawa: PWN.
- Dąbrowski, K. (1975). *Osobowość i jej kształtowanie przez dezintegrację pozytywną*. Warszawa: PTHP.
- Dąbrowski, K. (1979). *Psychoterapia przez rozwój*. Warszawa: PTHP.
- Fromm, E. (1959). *The creative attitude*. [w:] Anderson, H.H. (Red.), *Creativity and its cultivation*, (s. 44–54). New York: Harper and Row.
- Fromm, E. (1971). *O sztuce miłości*. Warszawa: PIW.
- Fromm, E. (1995). *Mieć czy być?* Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Gołaszewska, M. (1984). *Zarys estetyki*. Warszawa: PWN.
- Gołaszewska, M. (1986). *Kim jest artysta?* Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Grzesiuk, L. (2000). *Psychoterapia*. [w:] Strelau, J. (Red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki* t. 3, (s. 768). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Guilford, J.P. (1978). *Natura inteligencji człowieka*. Warszawa: PWN.
- Hall, C.S., Lindzey, G. (1990). *Teorie osobowości*. Warszawa: PWN.
- Kolańczyk, A. (1999). *Czuję, myślę, jestem*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Kratochwil, S. (1974). *Psychoterapia*. Warszawa: PWN.
- Kozielecki, J. (1980). *Koncepcje psychologiczne człowieka*. Warszawa: PIW.
- Laing, R.D. (1995). *Podzielone „Ja”*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Laing, R.D. (1997). *„Ja” i inni*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Levitsky, A. (1983). *Zasady i techniki terapii Gestalt*. *Nowiny Psychologiczne*, 6–7, s. 7–17.
- Lombroso, C. (1987). *Geniusz i obłąkanie*. Warszawa: PWN.
- Maslow, A. H. (1983). *Postawa twórcza*. *Nowiny Psychologiczne*, 8–9, 58–71.
- Maslow, A.H. (1959). *Creativity in self-actualizing people*. [w:] Anderson, H.H. (Red.), *Creativity and its cultivation*. (s. 83–95). New York: Harper and Row.
- May, R. (1989). *Psychologia i dylemat ludzki*. Warszawa: Pax.
- May, R. (1994). *Odwaga tworzenia*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Mendecka, G. (2003). *Środowisko rodzinne w percepcji osób aktywnych twórczo*. Częstochowa: WSP.
- Nęcka, E. (2001). *Psychologia twórczości*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Popek, S. (2001). *Człowiek jako jednostka twórcza*. Lublin: UMCS.
- Richards, R. (1981). Relationship between creativity and psychopathology: an evaluation and interpretation of the evidence. *Genetic Psychology Monographs*, 103, 261–324.
- Richards, R. (1990). Everyday creativity, eminent creativity, and health. *Creativity Research Journal*, 3, s. 300–326.
- Richards, R. (1999). *Five-part typology*. [w:] Runco, M.A., Pritzker, S. (Red.). *Encyclopedia of Creativity* (t.1, s. 717–723). New York: Academic Press.
- Roe, A. (1952). *The making of a scientist*. New York: Dodd, Mead.

- Rogers, C.R. (1961). *On becoming a person*. Boston: Mifflin Company.
- Rogers, C.R. (1978). *Uczyć się być wolnym*. [w:] Jankowski, K. (Red.) *Przełom w psychologii*. (289–302) Warszawa: Czytelnik.
- Rogers, C.R. (1991). *Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe*. Wrocław: The-saurus-Press.
- Rosińska, Z. (1985). *Psychoanalityczne myślenie o sztuce*. Warszawa: PWN.
- Rosińska, Z., Olender-Dmowska, E. (Red.), (1997). *Psychoterapia i kultura*. Warszawa: Wydział Filozofii i Socjologii UW.
- Stasiakiewicz, M. (1999). *Twórczość i interakcja*. Poznań: Wydawnictwo UAM.
- Strelau, J. (Red.), (2000). *Psychologia. Podręcznik akademicki*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Schuldberg, D., Sass, L.A. (1999). *Schizophrenia*. [w:] Runko, M.A., Pritzker, S. (Red.). *Encyclopedia of Creativity* t. 2, (s. 501–514). New York: Academic Press.
- Tatarkiewicz, W. (1962). Ekspresja i sztuka. *Estetyka*. R. III, 49.