

Abstract in Polish

Przedmiotem tych badań była eksploracja znaczenia oraz wpływu jaki doświadczanie własnego samorozwoju ma na człowieka. Obecność w przestrzeni publicznej jak i indywidualnej zagadnień dotyczących „stawania się najlepszą wersją siebie”, „bycia sobą”, „drogi najlepszego samorozwoju”, wskazują, na ważność tych kwestii w życiu człowieka. Koncept Sumienia Stawania się Sobą, jest operacjonalizacją intuicji obecnej w humanistycznej i egzystencjalnej psychologii, która to wskazuje, iż człowiek jest świadomym, doświadczającym siebie bytem. W obszarze tego doświadczenia istotne jest rozpoznanie poziomu swojego samorozwoju i adekwatności własnych działań względem pewnego prawdziwego, „ja”. Założeniem tej pracy jest, iż powyższe aspekty uzyskują w perspektywie indywidualnej człowieka, ważność obowiązku etycznego względem samego siebie. Dlatego celem niniejszego badania jest eksploracja i opisanie w jaki sposób Sumienie Stawania się Sobą jest doświadczane przez pojedynczych ludzi, oraz jakie są jego psychologiczne manifestacje. Aby to osiągnąć zastosowano paradygmat badań jakościowych. Przeprowadzono dwa badania, gdzie pierwsze uwzględnia szerszą perspektywę tego zjawiska, ujęte za pomocą analizy tematycznej (76 badanych, z których 61 było narodowości polskiej) oraz drugie badanie skupiające uwagę na indywidualnej percepcji Sumienia Stawania się Sobą, u grupy czterech artystów, których doświadczanie było analizowaną za pomocą Interpretacyjnej Analizy Fenomenologicznej. Wynikiem tych analiz było wyłonienie dwuwymiarowej struktury zjawiska Sumienia Stawania się Sobą. *Wymiar behawioralny* odnosi się do rozwojowych i nierozwojowych strategii zachowania w kontekście samorozwoju. Z kolei *wymiar wewnętrzny* ma wyraźne dwa odcienie, pozytywne (*siła motywacyjna*) i negatywne (*wyrzuty*). *Siła motywacyjna* objawia się jako kierująca ku właściwemu - w postrzeganiu osoby -samorozwojowi. *Wyrzuty* z kolei to wewnętrznie doświadczana niespójność między rozwojem realizowanym a tym odczuwanym

jako optymalny. Badanie drugie uzupełniło ten obraz o głębszy wgląd w poczucie wewnętrznego prowadzenia oraz uwzględnienie motywacyjnego aspektu braku satysfakcji, ciekawości oraz potrzeby przekraczania siebie.

Ponadto analizy badań dały możliwość wglądu w percepcję osób badanych w kontekście kreacji swojego bycia poprzez doświadczanie i proces uzyskiwania wglądu tj. świadomości samych siebie. Co więcej utworzono również kategorie, obrazujące jak badani doświadczają autentyczności i jej braku.