


Agnieszka Janiszewska-Szczepanik*

 ORCID 0000-0001-6745-5040

agnieszka.janiszevska.szczepanik@edu.uni.lodz.pl

Zbyt wrażliwi, żeby tworzyć? Wpływ wybuchu pandemii na twórczość profesjonalnych artystów

Prawdziwie twórczy umysł w dowolnej dziedzinie jest niczym więcej
jak ludzką istotą urodzoną nienormalnie, nieludzko wrażliwą.

Pearl S. Buck (cyt. za: Kaufman, Gregoire, 2018: 171)

Wprowadzenie

Tematem mojej powstającej pracy doktorskiej jest „przymus tworzenia”, czyli szczególnie silna, regularnie występująca potrzeba oraz wynikająca z niej motywacja wewnętrzna do wyrażania własnej kreatywności poprzez podejmowanie działań o charakterze twórczym. Występowanie potrzeby zaobserwować można często u jednostek zajmujących się twórczością w sposób profesjonalny (przez co poświęcają oni na twórczość znaczną część dorosłego życia), dlatego też grupę badanych stanowią artyści (niezależnie od dziedziny sztuki, z jaką są związani). Co istotne z punktu widzenia niniejszej publikacji, badania do rozprawy przypadły dokładnie na początek wybuchu pandemii w Polsce, gdyż większość wywiadów przeprowadziłam w marcu i kwietniu 2020 r. – czyli w okresie największej społecznej niepewności, co do kierunku rozwoju sytuacji epidemiologicznej, dużego natężenia niepokojących informacji z mediów i największych ograniczeń rządowych (ograniczenia w przemieszczaniu się, zakaz

* Szkoła Doktorska Nauk Społecznych Uniwersytetu Łódzkiego (kierunek: pedagogika).

korzystania z terenów zielonych, zawieszenie funkcjonowania lub ograniczenie użytkowania wielu punktów usługowych i przestrzeni publicznych). Jednym z zagadnień, zawartych w dyspozycjach do wywiadów swobodnych z elementami narracji, była „obecna sytuacja” w kontekście odczuwania przez badanych potrzeby tworzenia i zaangażowania w twórczość. Biorąc pod uwagę szczególnie okres, w którym prowadzono rozmowy, odpowiedzi artystów w tym aspekcie w dużej mierze koncentrowały się na własnych reakcjach i refleksjach wobec niepokojących doniesień medialnych i odgórnie narzuconych zmian w codziennym funkcjonowaniu, wynikających z zagrożenia koronawirusem.

W przeprowadzonych 21 wywiadach z artystami pojawiły się dwa typy wypowiedzi – reakcji na wspomniane powyżej wydarzenia zewnętrzne – z których pierwszy określić można jako podejście zdystansowane („u mnie się nic nie zmieniło”, „pracuję w domu, tak jak to było wcześniej”, „staram się nie słuchać mediów”, „mam swój świat i po prostu robię swoje”) oraz drugie, które nazwać by można niepokojem oraz zahamowaniem aktywności twórczej (np. „teraz jest mi trudno”, „tworzy mi się źle”, „odczuwam stres, nie mogę się skupić”, „nie mogę tworzyć, kiedy to wszystko się dzieje” itp.).

W niniejszym artykule stawiam sobie trzy cele. Po pierwsze zamierzam przeanalizować zależność potrzeby twórczości od potrzeby bezpieczeństwa, po drugie, opierając się na literaturze przedmiotu, wskazać na możliwe reakcje twórców na sytuację zagrożenia zewnętrznego oraz ich przyczyny, a po trzecie na podstawie przeprowadzonych wywiadów podjąć rozważania na temat tego, na ile zaangażowanie w działania artystyczne wymaga poczucia bezpieczeństwa twórcy i jaki jest wpływ tzw. wrażliwości artystycznej na utrzymanie aktywności w warunkach powszechnego niepokoju i trudności zewnętrznych (na przykładzie pandemii). Przytoczone wypowiedzi stanowią część materiału (odpowiedź na jedno zagadnienie z opracowanych dyspozycji) do powstającej pracy doktorskiej. Na potrzeby niniejszego tekstu przeprowadziłam kilka krótkich wywiadów uzupełniających z tymi samymi artystami w celu dopytania ich o refleksje i doświadczenia, związane z wybuchem pandemii w kontekście ich zaangażowania w działania artystyczne i nasilenia odczuwanej potrzeby tworzenia.

Twórczość w teoriach potrzeb

Właściwym wstępem do rozważań na temat tego, jaki wpływ może mieć globalna pandemia na aktywność artystyczną twórców, wydaje się umiejscowienie samej potrzeby tworzenia w hierarchii potrzeb człowieka. Pierwszym nasuwającym się na myśl modelem jest klasyczna piramida potrzeb A. Masłowa, której zwieńczenie stanowi samorealizacja. Twórczość ujmowana jest przez Masłowa jako przede wszystkim wynik potrzeby samorealizacji¹ – czyli realizacji swojego potencjału i manifestacji indywidualnych talentów (Maslow, 1943). Badacz wskazuje wyraźnie, że potrzeba ta ujawnia się u jednostek „zdrowych” w tym sensie, że ich potrzeby niższego rzędu są w dużym stopniu zaspokojone, a przynajmniej nie występuje stała i poważna deprywacja żadnej z nich (Maslow, 1943: 18). Jak pisze też kolejny przedstawiciel psychologii humanistycznej, C. Rogers, o ile wpływ otoczenia nie działa nadmiernie hamująco, dążenie do samorealizacji „niezawodnie się ujawnia i kieruje człowieka ku temu, co określamy jako rozwój, dojrzałość, pełnia życia” (Rogers, 1991: 31).

Inną klasyfikację znaleźć można w (bardziej rozbudowanej) systemowej koncepcji potrzeb polskiego psychologa i badacza T. Kocowskiego. Zgodnie z nią, twórczość przypisać można do potrzeb „prokreacji i rozwoju”, której podkategorię stanowi potrzeba samorealizacji (Kocowski, 1982: 182). Również sam proces samorealizacji jest u Kocowskiego traktowany jako twórczy: „Szczególnym przykładem aktywności twórczej człowieka jest aktywność autokreatywna, w której ramach człowiek ulepsza lub wręcz świadomie kształtuje samego siebie” (Sękowska, Tokarz, 1991: 24). Jako że autor koncepcji podkreśla, iż „kategoryzacja nie jest i nie może być klasyfikacją rozłączną” (Kocowski, 1982: 174), potrzebę tworzenia równocześnie przypisać można do grupy potrzeb psychicznych, a konkretnie „subiektywnej potrzeby rozwoju” (Kocowski, 1982: 199). Podobnie jak

¹ Przede wszystkim, ponieważ Maslow uwzględnia możliwość rekompensowania braku zaspokojenia potrzeby niższego rzędu działaniami, których charakter sugerowałby potrzebę realizacji wyższej natury, co opisane zostanie w dalszej części tekstu (Maslow, 1943).

w teorii Masłowa, również tutaj wyraźnie wskazana jest hierarchia potrzeb: „każdy cel nadrzędny jest uzależniony od realizacji niemal wszystkich potrzeb podstawowych”, (Kocowski, 1982: 175), a więc samorealizacja warunkowana jest w dużej mierze gratyfikacją potrzeb niższego rzędu, określanymi przez badacza egzystencjalnymi (Kocowski, 1982: 175).

Odmienne podział – tym razem z perspektywy socjologicznej (a nie psychologicznej, jak w poprzednich koncepcjach) – zaproponował J. Szczepański, który skategoryzował potrzeby według kryterium natury ujawniającego się braku, który stwarza napięcie w organizmie człowieka. Brak ten może być więc mniej lub bardziej realny, a potrzeby dzielą się na rzeczywiste (np. brak witaminy C w organizmie, który powoduje głód i ochotę na zjedzenie np. owocu), otoczkowe (np. ochota na wypicie koktajlu o smaku pomarańczowym w wykwintnej restauracji, co jest już pewnego rodzaju rozbudowaniem faktycznej potrzeby uzupełnienia witaminy C w organizmie) oraz pozorne (np. chęć napicia się piwa w wykwintnej restauracji, za czym nie stoi już żaden realny brak w fizjologiczno-psychicznej strukturze organizmu człowieka) (Szczepański, 1981: 145–147). Natomiast w nieco później powstałej teorii potrzeb K. Obuchowskiego potrzeby otoczkowe czy też pozorne nazywane są pragnieniami – „[p]ragnienia to pożądania i apetyty, które nie raz odpowiadają temu, co potrzebne jednostce naprawdę, a nie raz są dla niej szkodliwe” (Obuchowski, 2000: 15), w odróżnieniu od potrzeb, które wskazują na to „co jest człowiekowi niezbędne, aby istniał jako organizm, rozwijał się jako osoba i był wolny psychicznie” (Obuchowski, 2000: 15). Warto dodać, że ludzkie działania mogą być podejmowane w wyniku chęci zrealizowania więcej niż jednej potrzeby, co w historycznej teorii potrzeb amerykańskiego psychologa osobowości H.A. Murraya nazwane zostało fuzją potrzeb. Kontynuując przytoczony powyżej przykład – chęć napicia się koktajlu pomarańczowego może być motywowana równocześnie potrzebą zaspokojenia pragnienia oraz chęcią pogłębienia więzi społecznych, jeśli wyjściu do restauracji towarzyszy spotkanie z przyjaciółmi (Murray, 2007: 86; zob. też: Obuchowski, 2000: 63; Parsons, Shils, 2017).

Wspomniane potrzeby rzeczywiste w koncepcji Szczepańskiego to nie tylko potrzeby natury biologicznej (takie jak głód), ale również psychiczne, gospodarcze, społeczne i kulturalne (Szczepański, 1981). Dla niniejszych rozważań istotny jest fakt usytuowania potrzeby tworzenia w zbiorze potrzeb kulturalnych, bez zaspokojenia których – jak pisze autor omawianej koncepcji – „nigdy nie jesteśmy w pełni ludźmi” (Szczepański, 1981: 262), ponieważ zdolność do tworzenia wytworów kultury wyróżnia człowieka w świecie przyrody (Szczepański, 1981). Tutaj warto ponownie wspomnieć o teorii Obuchowskiego, który wprawdzie w swojej klasyfikacji nie nadaje osobnej pozycji potrzebie twórczości, ale – podobnie jak Szczepański – twierdzi, że „kultura jako taka jest niezbędna do utrzymania przez jednostkę statusu osoby ludzkiej” (Obuchowski, 2000: 320). Potrzeba tworzenia wpisывałaby się w tym modelu w zakres potrzeb dystansu psychicznego (jest to próba zrozumienia siebie i swoich motywacji niejako z dystansu, oddzielenie swoich nawykowych zachowań, myśli, przekonań itp. od tzw. „Ja intencjonalnego”), gdyż twórcy poprzez swoją aktywność dążą do zrozumienia siebie i swojego życia, a dzieła sztuki pomagają odbiorcom rozumieć ich doświadczenia lub nawet odnaleźć sens życia (Obuchowski, 2000). K. Szmidt do ważnych elementów postawy twórczej zalicza mądrość, definiowaną w sposób zbliżony do potrzeby dystansu psychicznego, która według Obuchowskiego może stymulować twórcze aktywności – a mądrość to właśnie „zdolność do refleksji o własnym myśleniu i dystansowania się do niego” (Szmidt, 2019: 276). U Szczepańskiego natomiast „[z]dolność do twórczości jest [...] przejawem indywidualności, jest »wypromieniowaniem« tego, co jest właściwe tylko tej jednostce; potrzeby twórczości są więc wynikiem spontanicznego procesu życiowego, skłaniającego każdego człowieka do przejawienia siebie i realizacji siebie w swoim otoczeniu” (Szczepański, 1981: 263). Jak widać, opis ten jest w dużej mierze spójny z pojęciem samorealizacji (np. w ujęciu Masłowa), chociaż badacz nie wyróżnia tej potrzeby w swojej klasyfikacji.

U Szczepańskiego nie pojawia się też wyraźne wskazanie na zależność konieczności zaspokojenia w pierwszej kolejności potrzeb „niższych”, aby móc zaspokajać te „wyższe”, choć pewna hierarchia

(analogiczna do powyżej omawianych modeli) wynika ze sposobu opisu najpierw potrzeb biologicznych (których niezaspokojenie prowadzi do śmierci), potem psychicznych, gospodarczych, społecznych, aż na końcu potrzeb kulturalnych, które choć stanowią według autora największy przejaw człowieczeństwa, to jednak nie muszą być i nie zawsze zostają przez jednostki przejawione (zwłaszcza aktywna potrzeba twórczości, ponieważ jej druga podkategoria, czyli potrzeba uczestnictwa np. w kulturze masowej, jest bardziej powszechna, a może uniwersalna dla wszystkich członków społeczności) (Szczepański, 1981).

Szczepański wskazuje za to na pewien wzrost kompleksowości sposobów zaspokajania potrzeb, niebędących potrzebami absolutnie podstawowymi – „gdy brak zaspokojenia potrzeby jest znacznie oddalony od bezpośredniego zagrożenia życia, poziom wymagań rośnie i kryteria oceny środków dopuszczalnych zaspokojenia potrzeb zmieniają się stale. Jest to mechanizm istotny, ponieważ daje on początek przemianom potrzeb, co prowadzi do rozwoju potrzeb otoczkowych i pozornych” (Szczepański, 1981: 217). W omawianym modelu ważne jest również rozróżnienie na potrzeby konsumpcyjne i niekonsumpcyjne, jednak z perspektywy niniejszego tekstu ma ono mniejsze znaczenie (potrzeba twórczości może być zarówno konsumpcyjna, jak i niekonsumpcyjna, gdyż wskaźnikiem byłaby tu konieczność lub brak konieczności użycia materiałów do produkcji dzieł sztuki) (Szczepański, 1981). Warto zauważyć, że we wspomnianej wcześniej historycznej teorii Murraya, hierarchia potrzeb polegała na nasileniu braku, czyli za silniejszą uznać można tę potrzebę, która w danej chwili jest niezaspokojona, przez co wywołuje frustrację (Mróz, 2014: 240). Jak pisze psycholog i przedstawiciel nurtu psychoterapii Gestalt, „[w] miarę zaspokajania potrzeb [człowiek] będzie chwilowo tracił zainteresowanie jedną sytuacją i przechodził do innego punktu koncentracji uwagi. Zdrowe zaspokajanie potrzeb na ogół następuje mniej więcej w chwili, gdy one powstają [...]” (Zinker, 1991: 85). Jest to nieco odmienne rozumienie „hierarchii”, choć w żaden sposób nie stoi w sprzeczności z powyższymi koncepcjami (wydaje się logiczne, że najsilniej odczuwana jest potrzeba niezaspokojona, jednak pozostaje pytanie, w jakiej kolejności

i czy w ogóle jednostka dąży do zaspokojenia kolejnych potrzeb, co wyjaśniają powyżej wspomniane koncepcje, a zwłaszcza model Masłowa).

W celu przywołania nieco bardziej współczesnej koncepcji, wspomnieć można jeszcze o modelu „twórczych orientacji życiowych” A. Cudowskiej, który opiera się nie na pojęciu potrzeb, ale zbliżonej do niego kategorii zasobów, które mogą być niezbędne lub pomocne dla wykształcenia twórczej postawy życiowej (Cudowska, 2017). Zasoby również mają swoją rangę i mogą mieć charakter pierwotny (jeśli wiążą się z przetrwaniem) lub wtórny (np. cechy osobowości), a ludzie – analogicznie jak w przypadku mechanizmów działania hierarchii potrzeb – starają się „zdobywać te zasoby, których jeszcze nie posiadają” (Cudowska, 2017: 214–215).

Kończąc tę część rozważań na temat potrzeb, wrócić trzeba raz jeszcze do Masłowa, tym razem w kontekście najnowszej publikacji współczesnego psychologa humanistycznego i badacza twórczości, S.B. Kaufmana, która w dużej mierze poświęcona jest właśnie analizie teorii potrzeb Masłowa (Kaufman, 2020). W książce pt. *Transcend, The New Science of Self-Actualization* autor z jednej strony przypomina o aktualności hierarchii potrzeb człowieka, ale z drugiej strony wysuwa ciekawą tezę, że piramida nie jest właściwą reprezentacją teorii Masłowa, który powszechnie kojarzony z takim właśnie graficznym odzwierciedleniem swoich teorii, sam nigdy o piramidzie nie wspomniał (Kaufman, 2020). Jako alternatywę dla piramidy, Kaufman proponuje więc metaforę żagłówki – bardziej adekwatną ilustrację procesu życia, które nie polega przecież na wspinaczce z poziomu na poziom, ale jest dynamiczne, przez co różne potrzeby współwystępują w tym samym czasie, zazębiają się, zanikają i pojawiają się znowu (Kaufman, 2020). Żagłówka symbolizuje tu potrzeby bezpieczeństwa, przynależności i uznania, bez których gratyfikacji nie jest możliwe „rozwiniecie żagla” i „wypłynięcie na szerokie wody” (Kaufman, 2020). Jest to istotne, ponieważ powszechny trend (zwłaszcza w społeczeństwie amerykańskim) coraz większej koncentracji na rozwoju osobistym nie zawsze jest zjawiskiem jednoznacznie pozytywnym. Kiedy dążenia samorealizacyjne pojawiają się niejako w oderwaniu od podstaw ludzkiego bytu, rozwój

jednostki nie przebiega harmonijnie, a filozofia samorealizacji może nawet zaszkodzić (Kaufman, 2020, zob. też: Whippman, 2017).

Mimo że analiza Kaufmana zawiera wiele (więcej niż te wskazane powyżej) celnych spostrzeżeń, dotyczących teorii Maslowa i teorii potrzeb w ogóle, to jednak wydaje się, że rdzeń i sens myśli jednego z czołowych twórców psychologii humanistycznej pozostaje niezmienny. A w kontekście niniejszych rozważań – przechodząc już do kolejnej ich części – uznać trzeba, że deprywacja potrzeb podstawowych jest istotnym inhibitorem samorealizacji, w tym również twórczości.

Twórczość a poczucie bezpieczeństwa

Mając już podstawowy ogląd, jak traktowana jest twórczość w teoriach potrzeb, zastanowić się warto, na ile potrzeba tworzenia (i jej realizacja) zależna jest od zagrożeń zewnętrznych, takich jak omawiana w niniejszej publikacji pandemia. Zacząć można od odpowiedzi na pytanie, deprywację której (choćby z punktu widzenia przywołanych powyżej teorii) potrzeby wywołuje zagrożenie koronawirusem. Odpowiedź nie jest jednoznaczna, gdyż z powszechnym doświadczeniem pandemii łączy się wiele faktycznych oraz mniej lub bardziej prawdopodobnych negatywnych konsekwencji dla jednostki – od ryzyka zachorowania, zarażenia osób bliskich, a także utrudnienia dostępu do służb medycznych w przypadku innych problemów zdrowotnych, po groźbę utraty pracy, brak możliwości swobodnego poruszania się po okolicy zamieszkania, brak możliwości wyjazdu i aktywnego wypoczynku, ograniczenie życia rodzinnego i towarzyskiego, niemożność korzystania z dóbr kultury itp. Konsekwencje tego typu dotknęły i nadal dotyczą ludzi w różnym stopniu, choć oczywiście deprywacja tej samej potrzeby, z punktu widzenia teoretycznych modeli, może być bardzo odmiennie odczuwana, np. brak możliwości korzystania z kin i teatrów może stanowić poważny problem dla ich zapalonych miłośników lub też być zmianą niemalże niezauważalną dla jednostek, które wcześniej korzystały z nich sporadycznie. Wydaje się jednak raczej oczywistym stwierdzenie,

że warunki pandemii i związane z nią alarmujące doniesienia z mediów wpływają przede wszystkim na poczucie bezpieczeństwa, które wcześniej – w czasie pokoju i dominującego dobrobytu materialnego – dla dużej części społeczeństwa (Polski, ale także w ogóle społeczeństw wysoko rozwiniętych) mogło być czymś oczywistym, podstawą życia, o jaką nie trzeba zbyt aktywnie zabiegać, a jedynie utrzymywać (poprzez np. działania o charakterze zarobkowym). Jak pisał Maslow „[p]otrzeba zaspokojona przestaje być potrzebą” (Maslow, 1943: 6) – i być może właśnie potrzeba bezpieczeństwa była do czasu wybuchu pandemii mocno „uśpiona”, była „podłogą”, która dość nieoczekiwanie w pierwszym kwartale 2020 r. stała się znów „sufitem”.

Interesującym nas tutaj zagadnieniem jest to, czy można w takim razie uznać, że w warunkach naruszenia potrzeby podstawowej (bardziej niezbędnej niż twórczość i samorealizacja, co u powyżej wspomnianych badaczy jest uznawane za tożsame lub też twórczość stanowi składową potrzeby samorealizacji), potrzeba twórczości (choćby przejściowo) zanika, a może też zaczyna pełnić inną niż dotychczas rolę lub też ewentualnie utrzymuje się na niezmiennym poziomie.

Z przywołanych powyżej rozważań i innych opracowań z dziedziny teorii twórczości wynika, że można spodziewać się trzech typów reakcji twórców na zagrożenie bezpieczeństwa, które – wraz z krótkim komentarzem co do ich możliwych przyczyn – opisuję poniżej.

1. Nasilenie aktywności twórczych jako próba poradzenia sobie z negatywnymi emocjami wywołanymi sytuacją zewnętrzną.

Tego rodzaju zachowania sugerowałyby, że potrzeba twórczości może być w rzeczywistości potrzebą utrzymania komfortu psychicznego i poczucia bezpieczeństwa, wyrażoną w postaci działań twórczych. Proces o takim charakterze Z. Freud nazywał „sublimacją” (Freud, 2010), co według J. Koźmickiego jest wyrazem „konfliktowego modelu twórczości”, zgodnie z którym twórczość „zapobiega kryzysom egzystencjalnym i przywraca stan psychicznej równowagi, nie jest więc naturalną działalnością jednostki, ale formą obrony

przed frustracją” (Szmidt, 2013: 130). Wystąpienie tak motywowanych zachowań brał pod uwagę również Maslow, który pisał o tym, że czasem jednostka rekompensuje sobie brak zaspokojenia potrzeb niższego rzędu działaniami, których charakter sugerowałby potrzebę realizacji potrzeb wyższej natury, np. rysowanie może być manifestacją potrzeby otrzymania uznania w grupie, a nie realizacji indywidualnego potencjału twórczego jednostki, czyli samorealizacji (Maslow, 1943: 15). Podejście to spójne jest również z założeniami wspomnianej wcześniej teorii potrzeb Murraya, pojawia się w niej określenie „subsydiowanie potrzeb” (Murray, 2007: 86).

Na marginesie wspomnieć można o jeszcze jednej zależności, na którą zwracają uwagę autorzy publikacji na temat afektu w procesie twórczym (Kolańczyk, Sterczyński, 2004). Afekt, według definicji A. Kolańczyk, jest „chwilową, pozytywną lub negatywną reakcją organizmu (wegetatywną, mięśniową, doznaniową) na jakąś zmianę w otoczeniu lub w samym podmiocie” (Kolańczyk, 2004: 16), która ma dość niejednoznaczny wpływ na proces twórczy (Kolańczyk, Sterczyński, 2004). Mianowicie, „fazy generatywne [procesu twórczego] na ogół przebiegają efektywniej w nastroju pozytywnym, fazy eksploracyjno-ewaluacyjne zaś – w nastroju negatywnym” (Kolańczyk, Sterczyński, 2004: 204). Jest więc prawdopodobne, że obniżony nastrój wywołany zagrożeniem zewnętrznym, chociażby takim jak pandemia, może stymulować aktywności twórcze – ale jedynie te na dalszych etapach realizacji (po fazie inkubacji pomysłu). Jak wynika z badań empirycznych, zwiększona kreatywność w wyniku negatywnego afektu na poziomie fizjologicznym może łączyć się z obniżonym poziomem hormonu DHEA twórców (Akinola, Mendes, 2008).

2. Utrzymanie aktywności twórczych na podobnym do wcześniejszego poziomie, „robienie swojego”, dystans wobec wydażeń zewnętrznych.

Jako komentarz, mający na celu wyjaśnienie tego rodzaju reakcji, ponownie przytoczyć można rozważania Maslowa, tym razem dotyczące twórczości osób „samoaktualizujących się”, czyli samorealizujących (Maslow, 1986). W tej odsłonie twórczość nie stanowi już

narzędzia do realizacji innych potrzeb (czyli ma cechy autoteliczne), przynosi jednostce spełnienie i jest elementem samorealizacji. Autor teorii *flow* oraz systemowej teorii twórczości, M. Csíkszentmihályi, wyróżnia nawet kategorię osobowości autotelicznej, której szczęśliwi posiadacze potrafią „odczuwać radość w sytuacjach, które zwykli ludzie uznaliby za nie do zniesienia” (Csíkszentmihályi, 2008: 90). W nazewnictwie polskiego psychologa i pedagoga, K. Dąbrowskiego, twórcy teorii dezintegracji pozytywnej, u jednostek takich działa tzw. czynnik trzeci (obok dziedziczności i wpływów otoczenia), czyli stałe dążenie do rozwoju osobowego, samodoskonalenia i wykraczania zarówno poza ograniczenia swojego środowiska społecznego, jak i kontrolowania własnych impulsywnych zachowań (Dąbrowski, 1979). Dodatkowo, jak wskazuje badacz, intensywne i trwające stale w ciągu dorosłego życia zachodzenie tego procesu szczególnie często obserwuje się u osób o uzdolnieniach twórczych (Dąbrowski, 1979). Co istotne, wnioskować można, że działanie czynnika trzeciego, tak jak w przypadku cech „samoaktualizerów” lub osobowości autotelicznej, pozwala jednostce w sposób bardziej świadomy i niezależny od otoczenia podejmować decyzje w kwestii swoich reakcji na wydarzenia zewnętrzne.

A za takie wydarzenie zewnętrzne czy wspomnianą przez Csíkszentmihályia sytuację nie do zniesienia uznać można pandemię jako taką, ale też zwłaszcza jedną z jej konsekwencji, jaką było odosobnienie (kwarantanna lub ogólne zalecenie pozostania w domu i niespotykania się nawet z bliskimi). A. Storr uznaje zdolność do przebywania w samotności jako powiązaną z odkrywaniem siebie i samorealizacją (Storr, 2010: 46), a za osoby szczególnie odporne na (przynajmniej tymczasową) samotność, uważa właśnie artystów, którzy nieraz bardziej potrzebują skupienia na własnych myślach, niż towarzystwa innych (Storr, 2010: 52). Również w ujęciu Masłowa osoby samorealizujące i twórcze to te, których wartością (jedną z tzw. „wartości Bycia”) jest samowystarczalność, czyli „autonomia, niezależność, niepotrzebowanie niczego innego poza sobą do bycia sobą [...]” (Maslow, 1971: 129; zob. też: Maslow, 2006: 37), a dążenie do zaspokojenia potrzeb wyższych, w tym samorealizacji „prowadzi do większego, silniejszego i bardziej autentycznego

indywidualizmu” (Maslow, 2006: 118). Jako ważną cechę zaangażowanych w twórcze działania „samoaktualizerów” Maslow uznał też „względny brak strachu”, większe „oparcie w sobie” i mniejszą zależność od wpływów otoczenia, ponieważ „[w] takiej mierze, w jakiej twórczość jest konstruktywna, syntetyczna, jednocząca i integrująca, w tej mierze zależy ona częściowo od wewnętrznej integracji danej osoby” (Maslow, 1986: 141). Twórcy, potrafiący dobrze zarządzać własną energią psychiczną, czyli koncentracją, doświadczają wysokoenergetycznych stanów, określanych przez Csíkszentmihályia jako *flow*, co nie tylko przyczynia się do ogólnego podwyższenia jakości życia, ale również pozwala jednostkom szybciej podnosić się po trudnych doświadczeniach i utrzymać motywację do działań twórczych (Csíkszentmihályi, 2008; TED, 2004). Co ciekawe, i być może istotne dla wyjaśnienia fenomenu dyskutowanej reakcji artystów, badania przeprowadzone przez I. Pufał-Struzik na grupie 303 osób mających osiągnięcia twórcze (Pufał-Struzik, 2006: 109) wykazały, że „najsilniej odczuwaną potrzebą osób twórczych jest potrzeba tworzenia”, która dominuje m.in. nad potrzebą bezpieczeństwa (Pufał-Struzik, 2006: 144, 147).

3. Zahamowanie aktywności w wyniku stresu, związanego z deprywacją potrzeby bezpieczeństwa w warunkach pandemii.

Jak wynika z większości wskazanych powyżej teorii, potrzeba bezpieczeństwa jest bardziej podstawowa niż potrzeba twórczości (którą traktować można jako jeden z przejawów potrzeby samorealizacji). Kocowski wskazuje na prostą zależność, którą wyraża następująco: „emocje (i wszelkie doznania) z walencją dodatnią sprzyjają pracy twórczej i stymulują twórczą aktywność, emocje z walencją ujemną mają przeważnie działanie zakłócające i inhibicyjne”, a do emocji antykreatywnych (w przeciwieństwie do prokreatywnych) zalicza strach (Sękowska, Tokarz, 1991: 31).

Z kolei, jak pisał Maslow, w warunkach zagrożenia bezpieczeństwa „wszystko poza bezpieczeństwem wydaje się mniej ważne” (Maslow, 1943: 6) gdyż nasz system nerwowy ukierunkowany jest przede wszystkim na zachowanie homeostazy i utrzymanie bezpieczeństwa – „cały organizm jest mechanizmem poszukującym

bezpieczeństwa” (Maslow, 1943: 6). Może poza podstawowymi potrzebami fizjologicznymi (zaspokojenie głodu i pragnienia, sen), wszystkie inne potrzeby, zwłaszcza wyższej natury, schodzą na plan dalszy (Maslow, 1943: 6), a „[s]trach i słabość eliminują twórczość, lub przynajmniej czynią ją mniej prawdopodobną” (cyt. za: Zamiara, 1995: 287). I mimo, że badacz ten wskazuje na silny związek kreatywności i samorealizacji jednostek (wspomnianych wcześniej „samoaktualizatorów”) z ich odwagą i siłą wewnętrzną (Zamiara, 1995: 287), to jak wynika choćby z samej hierarchii potrzeb Maslowa, możliwe jest przecież, że nawet osoba samorealizująca się w sytuacji zagrożenia zareaguje dużym lękiem, który skutkuje choćby czasowym stłumieniem aktywności twórczych. Jak stwierdza Kaufman, wynikająca z braku poczucia bezpieczeństwa „nieprzewidywalność ma daleko idące konsekwencje”, ponieważ w warunkach zagrożenia zawęża się perspektywa widzenia przyszłości, brakuje poczucia kontroli nad rzeczywistością, własnym losem oraz brak jest koherencji, czyli poczucia, że świat to miejsce zrozumiałe, w którym można i warto realizować działania w zgodzie z własnymi wartościami (Kaufman, 2020: 8).

Trzeci typ reakcji mógłby więc wydawać się najbardziej prawdopodobny w sytuacji, w której dotychczasowe warunki życiowe stają dość nieoczekiwanie pod znakiem zapytania, a napływające z mediów alarmujące doniesienia sprawiają, że przyszłość w mniejszym stopniu staje się wynikiem obecnych wyborów, a bardziej staje się mglista i niepewna, zależna od czynników pozostających poza kontrolą jednostek.

Reakcje artystów na wybuch pandemii

A jak było w przypadku badanych w czasie pandemii artystów? W przeprowadzonych przeze mnie wywiadach żaden z uczestników nie wskazał na reakcję typu pierwszego. Być może poświęcenie się działaniom twórczym mogłoby w większym stopniu dotyczyć osób niezajmujących się tym na co dzień, dla których nie jest to stała część życia zawodowego i element samorealizacji, ale zajęcie pełniące

funkcję rekompensującą brak zaspokojenia innych potrzeb i pojawia się bardziej epizodycznie. Oczywiście jest to jedynie hipoteza, która wymagałaby dalszych opracowań.

Okolo połowa badanych² wskazała na reakcję typu drugiego. Pojawiały się wypowiedzi takie jak: „robię swoje i staram się nie panikować”, „martwi mnie to, ale zajmuję się swoją pracą”, „u mnie niewiele się zmieniło, bo wcześniej też pracowałem w samotności i w domu”, „mam swój świat, nie oglądam telewizji”, „kwarantanna to u mnie codzienność [śmiech]”, „mam dużo pracy, więc po prostu koncentruję się na kolejnych etapach”, „staram się robić to, co zazwyczaj – jak zwykle wstaję rano i zaczynam malować”. Jak można zauważyć, badani, którzy deklarowali niewielkie zmartwienie odnośnie zaistniałych okoliczności, wskazywali często na podejmowane świadomie wysiłki odizolowania się od mediów i napływu negatywnych informacji oraz/lub też starania o kontynuację swoich zwyczajowych zachowań, które pomagają im zachować spokój, dążyć do obranych celów i utrzymać motywację do pracy twórczej. Jest to istotne, bo – jak wskazuje Szmidt – rytuały miejsca lub też, bardziej ogólnie, wszelkie rytuały procesu twórczego (czyli indywidualne nawyki związane z procesem kreacji) zaliczyć można do stymulatorów twórczości (Szmidt, 2019: 302–307), a w omawianym przypadku tym bardziej mogłyby być traktowane jako pewnego rodzaju antidotum na inhibicyjne działanie czynników zewnętrznych.

Pozostali badani, odpowiadając na pytanie o obecną sytuację w kontekście potrzeby tworzenia i ich planów, wyrażali wiele zaniepokojenia, mówili o lęku czy nawet paraliżu, związanym z informacjami o pandemii, a także wspominali o swojej własnej wrażliwości, która uniemożliwiała im swobodne działanie. I temu właśnie, trzeciemu typowi reakcji, chciałabym poświęcić ostatnią część niniejszego tekstu, aby – poza wyżej zaprezentowaną zależnością potrzeby samorealizacji od potrzeby bezpieczeństwa – rozważyć, czym jest i jaki wpływ może mieć tzw. wrażliwość artystyczna na aktywność

² W badaniu jakościowym i w przypadku próby dwudziestu jeden osób ilość nie ma dużego znaczenia, jeśli chodzi o interpretację wyników – podaje ją jedynie w celach poglądowych, a skupiam się na rozwinięciu interpretacji przywołanych przykładów narracji.

twórców w warunkach powszechnego niepokoju. W tym celu przytoczę dwa fragmenty narracji artystów, w których opisują oni swoje reakcje na wybuch pandemii.

Fragment wywiadu z pisarką Joanną Bator:

No na przykład teraz rozmawiamy w czasach bardzo wyjątkowych, w czasie pandemii. Zewnątrz – to co się dzieje na świecie, ma ogromny [podkreślenie] wpływ na twórczość. [...] To, co się dzieje na zewnątrz, ta groza, lęk, ten straszny smutek ma paraliżujące działanie. Niewykluczone, że za dwa lata to się objawi jakimś bardzo fajnym tekstem, ale nie teraz. Bardzo trudno mi się teraz pracuje, bo właśnie jesteśmy tacy bardzo, bardzo wrażliwi na to, co się dzieje dookoła. [...] Kiedy byłam w swoim tutaj wiejskim sklepiku, widziałam pracujące tam dziewczyny za ladą, narażone na kontakt z klientami, wieloma codziennie i pomyślałam: „Jakie one są teraz przydatne!”. Albo kiedy widziałam naszego zabawnego listonosza dzisiaj na rowerze. Więc czasem też czujemy się po prostu bezsensowni, nieprzydatni z tymi naszymi słowami, książkami, akcjami na Facebooku, czytaniem i pojawia się takie pytanie, właściwie po co to wszystko. Może lepiej rzucić te słowa, usiąść i szyć maseczki. To jest taki zawód bardzo podatny na stres... wątpliwości, lęki (komunikacja osobista, 6 kwietnia 2020 r.).

Fragment wywiadu z grafikiem Michałem Karczem:

Natomiast tematyka może tych prac się troszeczkę zmieniać i być właśnie napędzana tym, co się dzieje dookoła, czyli tym co niestety no ludzi myślę wrażliwych przeraża, ludzi którzy mają odpowiednią wyobraźnię też jakby zajmuje ich myśli. Obserwacja tego, co się dzieje i chęć jakby pokazania też własnego światopoglądu na te dane problemy związane z tym, w jakiej kondycji jest obecnie świat, w jakiej kondycji jest ludzkość, co jakby kieruje zachowaniami ludzi, które człowiek po prostu stojąc z boku, obserwuje i widzi, że zmienia się to bardzo szybko, coraz szybciej, na przestrzeni lat przyspiesza. To niestety angażuje nas. Nawet kiedy nie mamy na to ochoty, to niestety żyjemy w społeczeństwie i nas to w jakiś sposób angażuje, w tym świecie jesteśmy, w tych trybach. I to, co wychodzi też z tego tworzenia, to też jest czasem ten typ wypowiedzi, czyli niekoniecznie też zawsze poszukiwanie tych nowych ucieczek od światów, ale też jakiś tam, powiedzmy własny krzyk, własne spojrzenie, gdzieś jakieś zdanie. Zamiast komentarza pod zdjęciem to jest po prostu komentarz obrazkowy. Ja widzę co się dzieje. Przeraża mnie to, dlatego że trochę się naczylałem książek *science-fiction*, które już w tej chwili nie są *science-fiction* i to mnie najbardziej przeraża, bo wiele z tych książek po prostu źle się kończy (komunikacja osobista, 22 kwietnia 2020).

Jak widać w zacytowanych wypowiedziach, twórcy nie tylko opisują swoje wrażenia związane z trudną sytuacją zewnętrzną, ale też sami wskazują, że przyczyną pojawiających się negatywnych emocji jest ich ponadprzeciętna wrażliwość. Porównanie, czy reakcje artystów na wybuch pandemii były znacząco silniejsze niż przedstawiciele innych profesji oraz stwierdzenie, czy to właśnie artystom pracowało się trudniej niż reprezentantom innych zawodów, wymagałoby zupełnie odrębnych badań. Jednak jeżeli uznamy, że ponadprzeciętna wrażliwość stanowi cechę często występującą u twórców, warto zastanowić się, czym ona jest i w jaki sposób wpływa na wskazane przez badanych tłumienie twórczości w sytuacji zewnętrznego zagrożenia.

Związek wrażliwości z twórczością – „to skomplikowane”

W kontekście wrażliwości często cytowane są opracowania Aron, która na podstawie wielu badań i analiz wyróżniła nowe w psychologii pojęcie osobowości wysokiej wrażliwości (WWO), jako cechy różnej od neurotyzmu, introwertyzmu, nieśmiałości itp., często mylnie utożsamianych z wrażliwością (Aron, 2017). WWO występuje u około 15–20% populacji wielu gatunków zwierząt (przebadano około stu) oraz u ludzi, co wskazuje na jej naturalność i przydatność z ewolucyjnego punktu widzenia (Aron, 2017: 24). Najważniejsze elementy tej cechy (będące podstawą do jej rozpoznania) to: głębia przetwarzania (percepcji intelektualnej), przestymulowanie (dostrzeganie wielu szczegółów, ale też zmęczenie nadmiarem bodźców), reaktywność emocjonalna, wyczuwanie subtelności (Aron, 2017: 29–36). Do wynikających z tychże elementów pozytywnych (w potocznym rozumieniu) i często obserwowanych przejawów wysokiej wrażliwości należą więc, np.: duża spostrzegawczość, umiejętność wycucia potencjalnych zagrożeń, czujność, ostrożność, sumienność, wyczulenie na detale, precyzja w działaniu, empatia, przenikliwość, zdolność rozumienia skomplikowanych rzeczy i zagadnień abstrakcyjnych (Aron, 2017). Są jednak i potencjalnie negatywne

(dla wysoko wrażliwych jednostek, a niektóre może tylko z punktu widzenia mniej wrażliwej większości społeczeństwa) strony WWO, m.in.: szybkie uleganie przeciążeniu z powodu dużej ilości bodźców, niezdolność do koncentracji w warunkach chaosu, niski próg tolerancji na zmęczenie, głód, ból, stres itp., długi czas przystosowywania się do zmian, potrzeba wyciszenia i samotności (Aron, 2017). Niektóre z „dobrych” cech mogą również w pewnych okolicznościach i przy dużym ich nasileniu przynosić niekorzystne efekty (Aron podkreśla jednak mocno, że WWO jest najzupełniej w normie i na pewno sama w sobie nie powinna być traktowana jako zaburzenie) (Aron, 2017; zob. też: Tokarz, 2005: 45–48) – np. nadmierna ostrożność może ograniczać swobodę działania, spowalniać procesy decyzyjne, utrudniać nawiązywanie nowych relacji. Jak wskazują badania, osoby wysoko wrażliwe to również te, które żywo reagują na emocje, uwidaczniane w mimice twarzy osób prezentowanych na zdjęciach, i które łatwo „zarażają się” stanami emocjonalnymi innych (Acevedo i in., 2014), co z dużym prawdopodobieństwem predysponuje je do szczególnie silnych reakcji na negatywne informacje z mediów. Z punktu widzenia twórczości natomiast, intuicyjnie wysnuć można wniosek, że WWO zadziałać może jak miecz obosieczny. Z jednej strony jest bowiem cechą, która wydaje się (ze względu na zdolność dostrzegania niuansów, spostrzegawczość, emocjonalność osób wrażliwych) korelować z kreatywnością – i Aron pisze wręcz o „powołaniu do sztuki” wysoko wrażliwych (Aron, 2017: 218) – ale może też ograniczać jej przejawy (twórczość), jeżeli warunki stają się zagrażające i dużo jest bodźców mogących potencjalnie zaburzyć koncentrację twórcy na pracy. A zalew informacji na temat globalnej pandemii i narzucone odgórnie zmiany w codziennym funkcjonowaniu niewątpliwie są bodźcami negatywnie wpływającymi na koncentrację.

W kontekście wrażliwości wspomnieć można raz jeszcze o teorii dezintegracji pozytywnej Dąbrowskiego, zgodnie z którą osoby zdolne i twórcze wykazują tzw. „wzmózoną pobudliwość psychiczną”, na którą składają się m.in.: duża „intensywność emocjonalna” i „podwyższona wrażliwość psychiczna” (Limont, 2014: 9). Wzmózona pobudliwość psychiczna przybrać może kilka form (które w różnych proporcjach występować mogą równocześnie): psychomotoryczną, sensoryczną,

intelektualną, wyobrażeniową, emocjonalną (Limont, 2014: 11). Co ciekawe, skutki dla jednostki mogą być dwukierunkowe. Z jednej strony, osoby o wzmożonej pobudliwości psychicznej wykazują tendencję do „nadmiernie siln[ej] i długotrwał[ej] reakcj[i] na stymulację” (Limont, 2014: 14), co czynić ich może podatnymi na cierpienie w wyniku zagrożeń zewnętrznych. Z drugiej jednak strony są to osoby, które charakteryzować może tzw. „pozytywne nieprzystosowanie”, czyli niezależność sądów i reakcji, co przybliży ten rys osobowościowy do „samoaktualizerów” i czyni prawdopodobnym, że będą w stanie zachować dystans wobec powszechnych nastrojów (Limont, 2014: 16).

Obie powyższe koncepcje są bardzo dopracowane i z pewnością warto dostrzec potencjalny wpływ zarówno wysokiej wrażliwości, jak i wzmożonej pobudliwości psychicznej na motywacje twórcze, osobowość twórców i ogólnie związek tych cech z kreatywnością. Jednak również w bardziej potocznym rozumieniu wrażliwość była przez wieki i jest nadal kojarzona z twórczością, co przejawia się choćby w powszechnym, wspomnianym już wcześniej, określeniu „wrażliwość artystyczna”. Golka, analizując społeczne mity, które przez stulecia narastały wokół twórców, podaje liczne przykłady źródeł, w których artysta przedstawiany jest jako postać z jednej strony nieprzeciętna, a nawet mająca przymioty boskie, ale z drugiej bezustannie targana sprzecznościami, cierpiąca, mozolnie walcząca o to, aby sprostać powołaniu, wymaganiom otoczenia, problemom życia codziennego i swoim własnym wyobrażeniom na temat tworzonych prac (Golka, 1995). Autor, podsumowując rozważania na temat „mitu cierpienia” stwierdza wreszcie, że wziął się on „[...] albo z przesady artystów, albo z przewrażliwienia” (Golka, 1995: 86). W psychologii, pedagogice czy kreatologii o wrażliwości jako takiej również wspomina się często w kontekście badań lub rozważań nad twórczością, na co podać można kilka dodatkowych przykładów.

Badając twórcze osiągnięcia w nauce, Szen-Ziemiańska wskazuje na to, że nastawienie na poszukiwanie oryginalności manifestuje się u naukowców poprzez „wrażliwość na problemy” (Szen-Ziemiańska, 2014: 90), która jest uważana za jedną z cech myślenia dywergencyjnego, odpowiadającego za myślenie twórcze (Szmidt, 2013: 159, 204; zob. też: Kaufman, 2018). Wysoka zdolność do myślenia

dywergencyjnego to też cecha osób o dużej otwartości na doświadczenie (według pięcioczynnikowego modelu osobowości), które wykazują często „wrażliwość na sztukę, piękno” oraz mają „bogate i skomplikowane życie wewnętrzne” (An, Youn, 2018: 468). Kaufman zauważa, że duża otwartość na doświadczenie, związana z myśleniem dywergencyjnym, łączy się też często z nadwrażliwością sensoryczną, obserwowaną u osób twórczych (Kaufman, Gregoire, 2018: 133).

M. Wróblewska uznaje z kolei „wrażliwość emocjonalną i estetyczną” za kluczową „właściwość temperamentalno-charakterologiczną” artystów (Wróblewska, 2014: 97). Wrażliwość emocjonalna zaliczana jest też do głównych cech osobowości ludzi twórczych przez psychologa twórczości S. Popka (Wróblewska, 2014: 89), a A. Tokarz wskazuje na „wrażliwość na nowość”, która łączy się z podwyższoną chęcią eksploracji i chłonięciem „większej porcji różnorodności przez kanały sensoryczne i system pojęciowy” przez osoby twórcze (Tokarz, 2005: 28). W. Łukaszewski uznał wrażliwość, zwłaszcza „wrażliwość na różnice napływających do jednostki informacji”, za osobowościowy warunek nie tylko twórczości, ale samorealizacji w ogóle (Górniewicz, Rubacha, 1993: 46). Jednak równocześnie z nią wystąpić musi „tolerancja na emocjonalne skutki rozbieżności” (Górniewicz, Rubacha, 1993: 46), z czego wysnuć można wniosek, że wrażliwości – aby mogła być czynnikiem stymulującym twórczość i ogólnie samorealizację – powinno być dużo, ale też nie za dużo, ponieważ wtedy zaczynają przejawiać się jej, wskazane wcześniej w kontekście teorii Aron, hamujące i ograniczające konsekwencje dla jednostki.

Piramida potrzeb – stabilna hierarchia w warunkach chaosu

„Im lepszy artysta, tym wrażliwszy się zdaje” stwierdził brytyjski pisarz i poeta, A. Alvarez (Egeland, 2013: 71). I jakkolwiek wrażliwość i tworzenie wydają się iść w parze, przyznać trzeba, że – powracając do kwestii emocji i zachowań twórców wobec wybuchu

pandemii – z niniejszego tekstu ani z wywiadów nie wynika jasno, która z dwóch diskutowanych, wpływających z przytoczonych narracji, reakcji artystów na zaistniałą sytuację zewnętrzną (podejście zdystansowane czy zahamowanie działań twórczych w wyniku stresu), była silniejsza. Pierwszy ze wskazanych typów wypowiedzi również pojawiał się często, a zagadnienie odporności artystów na zjawiska zewnętrzne, związane choćby z opisywaną przez Masłowa charakterystyką „samoaktualizerów”, jest też interesujące i mogłoby być przedmiotem osobnego opracowania. Być może osoby zdystansowane, choć niewątpliwie kreatywne i twórcze, nie były równocześnie wysoce wrażliwe, a może pomimo swej wrażliwości, na tyle skutecznie ukierunkowały swoją uwagę na pracę, że zagrożenie bezpieczeństwa nie zaburzyło ich działań. Może ma to związek z dobrym funkcjonowaniem twórców w (przynajmniej tymczasowej) izolacji, na co wskazywał wspomniany wcześniej Storr (2010: 52) i na co zwracają uwagę również Kaufman i Gregoire: „[z]dolność do samotności jest wartością wspólną dla odnoszących sukcesy twórców, którzy potrafią odwrócić się od rozpraszających ich bodźców płynących z codziennego życia i społecznych interakcji, by ponownie zbliżyć się do samych siebie” (Kaufman, Gregoire, 2008: 88).

Odrębnym zagadnieniem jest, w jakim stopniu wybuch pandemii był realnym zagrożeniem bezpieczeństwa, a na ile fala negatywnych emocji i powszechnego lęku, które dotknąć mogły także twórców, wynikały bardziej z infodemii – przed skutkami której ostrzegała choćby Światowa Organizacja Zdrowia (Charlton, 2020; zob. też: Gallotti, Valle, Castaldo, Sacco, Domenico, 2020). Celem tego komentarza jest zwrócenie uwagi na możliwość, że osoby zdystansowane w ogóle nie postrzegały sytuacji jako zagrożenia bezpieczeństwa, a celowe ograniczanie ekspozycji na informacje z mediów pozwalało im zachować dystans i utrzymać aktywność twórczą na zwykłym poziomie (co potwierdzałyby niektóre wypowiedzi badanych, np. „staram się nie słuchać mediów”, „przestałam oglądać telewizję” itp.). Jest to poniekąd spójne z opisami osobowości osób samorealizujących się, zdolnych do odseparowania się od otoczenia (opinii, dominujących sposobów zachowań) i reagowania w zgodzie z własnym wewnętrznym „Sądem Najwyższym” (Maslow, 1971: 45), osób przekonanych,

jak ujął to Rogers, że „centrum ocen znajduje się wewnątrz [nich samych]” (cyt. za: Zamiara, 1995: 325). Z drugiej strony, można by postawić pytanie, na ile możliwe jest, że osoba wysoko wrażliwa, będzie w stanie w ten sposób odseparować się od doniesień medialnych i od jakich innych ewentualnych cech lub mechanizmów radzenia sobie mogłoby to zależeć. Być może wymagałoby to np. zbadania związku wysokiej wrażliwości z cechami osób samorealizujących się w ujęciu Maslowa i innych psychologów humanistycznych. W każdym razie, niepostrzeżenie wybuchu pandemii jako zagrażającej stawiałoby powyższe rozważania w jeszcze innym świetle, a analiza zależności twórczości od deprywacji potrzeby bezpieczeństwa wymagałaby bardziej precyzyjnej operacjonalizacji pojęć.

Podsumowując, w powyższych rozważaniach skupiłam się przede wszystkim na grupie badanych, która zgłaszała niepokój wynikający z informacji o pandemii, co uznać można za wyraz naruszenia poczucia bezpieczeństwa. Celem rozważań nie było uogólnianie wniosków, ale prezentacja, w jaki sposób nagle zaistnienie sytuacji tak nietypowej, jaką był wybuch globalnej pandemii koronawirusa, wpłynęła na wybranych twórców pod kątem ich artystycznej aktywności. Ze wskazanych powyżej rozważań wynika, że w sytuacji powszechnej niepewności i społecznego niepokoju tradycyjny model Maslowa (a także inne koncepcje, analogicznie porządkujące potrzeby człowieka), postulujący pierwszeństwo potrzeby bezpieczeństwa przed dążeniami samorealizacyjnymi, jest aktualny, a co więcej – tzw. „wrażliwość artystyczna” (mogąca być tożsama z ugruntowaną w badaniach empirycznych cechą, jaką jest dyskutowana powyżej wysoka wrażliwość) stanowi dodatkowy czynnik utrudniający jednostce swobodną realizację twórczości w warunkach braku poczucia stabilizacji.

Bibliografia

- Acevedo B., Aron E., Aron A., Sangster M., Collins N., Brown L. (2014), *The highly sensitive brain: An fMRI study of sensory processing sensitivity and response to others emotions*, „Brain and Behavior”, nr 4 (4), s. 580–594.

- Akinola M., Mendes W.B. (2008), *The dark side of creativity: Biological vulnerability and negative emotions lead to greater artistic creativity*, „Personality and Social Psychology Bulletin”, nr 12 (34), s. 1677–1686.
- An D., Youn N. (2018), *The inspirational power of arts on creativity*, „Journal of Business Research”, nr 85, s. 467–475.
- Aron E.N. (2017), *Wysoko wrażliwi. Jak funkcjonować w świecie, który nas przytłacza*, Łódź: Feeria.
- Charlton E. (2020), *How experts are fighting the Coronavirus „infodemic”*, <https://www.weforum.org/agenda/2020/03/how-experts-are-fighting-the-coronavirus-infodemic/> (dostęp: 18.06.2020).
- Cudowska A. (2017), *Twórcze orientacje życiowe. Zdrowie i dobrostan*, Białystok: Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku.
- Csikszentmihályi M. (2008), *Flow. The Psychology of Optimal Experience*, Nowy Jork: Harperperennial.
- Dąbrowski K. (1979), *Dezintegracja pozytywna*, Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Egeland M. (2013), *Claiming Sylvia Plath: The Poet as Exemplary Figure*, Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing.
- Freud Z. (2010), *Wstęp do psychoanalizy*, Kęty: Wydawnictwo Marek Derewiecki.
- Gallotti R., Valle F., Castaldo N., Sacco P., De Domenico M. (2020), *Assessing the risks of „infodemics” in response to COVID-19 epidemics*, <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.04.08.20057968v2.full-text> (dostęp: 18.06.2020).
- Golka M. (1995), *Socjologia artysty*, Poznań: Ars Nova.
- Górniewicz J., Rubacha K. (1993), *Druga do samorealizacji*, Toruń: C&T.
- Kaufman S.B. (2020), *Transcend: The New Science of Self-Actualization*, [wersja Kindle], pobrano z: Amazon.com.
- Kaufman S.B., Gregoire C. (2018), *Kreatywni. I masz pomysł na wszystko*, Warszawa: Muza.
- Kocowski T. (1982), *Potrzeby człowieka: koncepcja systemowa*, Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Kolańczyk A. (2004), *Procesy afektywne i orientacja w otoczeniu*, [w:] A. Kolańczyk, A. Fila-Jankowska, M. Pawłowska-Fusiara, R. Sterczyński (red.), *Serce w rozumie. Afektywne podstawy orientacji w otoczeniu*, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, s. 13–47.
- Kolańczyk A., Sterczyński R. (2004), *Afekt w procesie twórczym*, [w:] A. Kolańczyk, A. Fila-Jankowska, M. Pawłowska-Fusiara, R. Sterczyński (red.), *Serce w rozumie. Afektywne podstawy orientacji w otoczeniu*, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, s. 180–204.
- Limont W. (2014), *Inny świat? Czy nieznany ich własny? Potencjał rozwojowy, wzmożona pobudliwość psychiczna a zdolności*, „Psychologia Wychowawcza”, nr 5, s. 9–27.
- Maslow A. (1943), *A Theory of Human Motivation*, „Psychological Review”, nr 50 (4), s. 370–396.

- Maslow A. (1971), *The Farther Reaches of Human Nature*, New York: Penguin Group.
- Maslow A. (1986), *W stronę psychologii istnienia*, Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX.
- Maslow A. (2006), *Motywacja i osobowość*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Mróz B. (2014), *Znaczenie koncepcji potrzeb H.A. Murraya, R.M. Ryana i E.L. Deciego w badaniach obrazu siebie u kierowników wyższego szczebla*, „Czasopismo Psychologiczne”, nr 19 (2), s. 239–250, https://www.researchgate.net/publication/269525887_Znaczenie_koncepcji_potrzeb_HA_Murraya_RM_Ryana_i_EL_Deciego_w_badaniach_obrazu_siebie_u_kierownikow_wyzszego_szczebla (dostęp: 18.06.2020).
- Murray A.H. (2007), *Explorations in Personality*, New York: Oxford University Press.
- Obuchowski K. (2000), *Galaktyka potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich*, Poznań: Zysk i S-ka.
- Parsons T., Shils E.A. (2017), *Toward a General Theory of Action: Theoretical Foundations for the Social Sciences*, New York: Routledge.
- Pufał-Struzik I. (2006), *Podmiotowe i społeczne warunki twórczej aktywności artystów*, Kielce: Wszechnica Świętokrzyska.
- Rogers C.R. (1991), *Terapia nastawiona na klienta. Grupy spotkaniowe*, Wrocław: Thesaurus-Press.
- Sękowska H., Tokarz A. (red.) (1991), *Tomasz Kocowski. Szkice z teorii twórczości i motywacji*, Poznań: SAW.
- Storr A. (2010), *Samotność. Powrót do jaźni*, Warszawa: W.A.B.
- Szczepański J. (1981), *Konsumpcja a rozwój człowieka. Wstęp do antropologicznej teorii konsumpcji*, Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Ekonomiczne.
- Szen-Ziemiańska J. (2014), *Creativity. Theories – Research – Applications*, „Relationships Between Beliefs about Scientific Work and Creative Achievements in Science: A Preliminary Version of the Orientations Towards Scientific Work Scale”, nr 1 (1), s. 88–106, https://pdfs.semanticscholar.org/fdad/a715e18a8d32abe09a1b51f2b9090d2c877.pdf?_ga=2.76608722.633274531.1607241910-31585862.1607241910 (dostęp: 18.06.2020).
- Szmidt K.J. (2013), *Pedagogika twórczości*, Sopot: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Szmidt K.J. (2019), *ABC kreatywności. Kontynuacje*, Warszawa: Difin.
- TED (2004), *Flow, the secret to happiness*, https://www.ted.com/talks/mihaly_csikszentmihalyi_flow_the_secret_to_happiness (dostęp: 18.06.2020).
- Tokarz A. (2005), *Dynamika procesu twórczego*, Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Whippman R. (2017), *Where were we while the Pyramid was Collapsing? At a Yoga Class*, „Society and Politics”, nr 54, s. 527–529, <https://www.semanticscholar.org/paper/Where-were-we-while-the-Pyramid-was-Collapsing-At-a-Whippman/af-cbd0785badbc5e98a1af63ba6818273d37ed63> (dostęp: 18.06.2020).

- Wróblewska M. (2014), *Kompetencje twórcze w dorosłości*, Białystok: Wydawnictwo Uniwersyteckie Trans Humana.
- Zamiara K. (1995), *Materiały z historii psychologii*, Poznań: Instytut Kulturoznawstwa Uniwersytetu im. A. Mickiewicza.
- Zinker J. (1991), *Twórczy proces w terapii Gestalt*, Warszawa: Jacek Santorski & Co. Agencja Wydawnicza.

Too sensitive to create? The impact of the outbreak of the pandemic on the work of professional artists

Summary: In the article I discuss the issue of dependence of the need to create on the need for safety according to selected theories of needs, and also I indicate possible reactions of artists to the situation of external threat. In the theoretical part, I refer, among others, to the theories of needs by Abraham Maslow, Tomasz Kocowski, Jan Szczepański and Kazimierz Obuchowski, in which creativity is frequently associated with the need for self-realisation. The concept of “high sensitivity” by Elaine Aron has also been presented as a factor that hinders an individual from freely realising their creativity, especially in the conditions of no a sense of stability. Subsequently, on the basis of interviews with artists, I analyse to what extent involvement in artistic activities requires a sense of safety of the creator and what is the impact of the so-called “artistic sensitivity” on maintaining activities in conditions of widespread anxiety and external difficulties (on the example of the pandemic). I distinguish three possible types of the artists’ responses to a safety threat, along with an explanation of their possible causes. The quoted excerpts from interviews with artists serve as an example of the artists’ reactions to the existing external situation.

Keywords: creativity vs safety, creativity during pandemic, theories of human needs, high sensitivity.