

REFLEKSIJE KREATIVNEGA „JAZA”

Povzetek: V našem referatu predstavljamo koncepcije in opise človeškega konstrukta „jaza” skupaj z opisi in karakteristikami kreativnih posameznikov. Razpravljamo o interakciji teh karakteristik in o kreativni napetosti povzročeni z koeksistenco na videz različnih povezav teh potez. Skrajna meja kreativne osebnosti vodi v diskusijo o bipolarnih motnjah razpoloženja in njegove implikacije za optimalno funkcioniranje kreativne osebnosti. Kreativni »jaz» je nagovorjen v terminih obeh, kognitivne in emocionalne kompleksnosti.

Ključne besede: Aspekti „jaza” kreativnosti in nadarjenosti, osebne dimenzije kreativnosti in nadarjenosti.

Uvod

Ustvarjalni jaz je neka na videz abstraktna človeška kreacija, konstrukt, ki govori o različnih karakteristikah, potezah, emocijah in mentalnih procesih, ki bodisi lahko ali pa ne more komunicirati skozi govor, telesne aktivnosti ali skozi druge vrste izražene vedenja (Hewitt, 1994).

Ustvarjalni jaz je oboje, koherenten in konsistenten po svoji bistveni strukturi, kakor tudi fleksibilen in adaptiven znotraj obdajajočega okolja in tekom vsega življenja. Ustvarjalni jaz ni statičen, temveč dinamičen in odziven na oboje, na miselno povezane in časovno minljive vplive (Ornstein, 1995). Obravnavani ustvarjalni jaz je neprenehoma razvijajoč in po svoji koncepciji kreativen.

Posebni kreativni ljudje so najpogosteje prepoznani s svojimi kreativnimi storitvami. Toda kreativni ljudje ne oblikujejo samo *zunanji predmetni svet*. Oni kot celota živijo kreativno in na različne načine oblikujejo *samega sebe*. Kreativna osebnost namensko išče takšne življenjske izkušnje in ideje, ki mu pospešujejo psihološko rast in psihološko širitev. Kreativna osebnost živi med ekstremi številnih dialektik in predstavlja multi-dimenzionalno organizacijo v kateri se pojavlja struktura, na prvi pogled, kontradiktornih potez in psihičnih stanj. To je sposobnost sintetizirati in vzdrževati notranje povezan psihološki jaz z vsemi ekstremi in ki ločuje kreativnost od poprečja in neuspešnosti.

V naši študijski razpravi bodo predstavljeni opisi ustvarjalnega ustvarjalnega jaza z vsemi njihovimi karakteristikami. Razpravlja se o interakciji osebnostnih karakteristik s kreativno napetostjo povzročeno z soobstojem

¹ ivan.ferbezer@siol.net

(koegzistenco) na videz ločenih parov osebnostnih potez z vidika dialektične narave. In vsi ti ekstremi kreativne osebnosti lahko vodijo v bipolarne razpoloženske motnje z njihovimi posledicami za optimalno funkcioniranje kreativne osebnosti. Kreativni jaz je obravnavan z vidika kognitivne in emocionalne osebnosti.

Opisan kreativni jaz

Ustvarjalni jaz ni neposredno opazen. To ni biološki paket bioloških elementov vode, proteinov in drugih molekularnih kombinacij, ki sestavljajo našo telesno strukturo. Niti to ni kombinacija telesnih lastnosti, ki sestavljajo našo zunanjo predstavitev.

Ustvarjalni jaz v skladu z nekaterimi definicijami sledi trem vrstam različnih osebnostnih lastnosti: samozavestnost, samousmerjevalnost, samospoštovanje. Kako ustvarjalni ljudje zaznavajo samega sebe je centralno vprašanje naše presoje in celotnega funkcioniranja ustvarjalnega jaza (Harter, 1989).

Omenjena samozaznava (samopercepcija) je močno subjektivna in osebna. Lahko je v komunikaciji z drugimi skozi neko formo simbolične narave, skozi dialog, skozi pisanje ali morda skozi umetniški medij, kot je slikanje, fotografija, ples, glasba ali kiparstvo. Ustvarjalni jaz na drug način sploh ne more biti uresničen in opažen. Ustvarjalni jaz je lahko razumljen samo preko deskriptivnih sredstev, preko komunikacije in skozi človekovo vedenje v verbalni ali neverbalni obliki (Hewitt, 1994).

Smospoznava je močno subjektivna in osebna. Ustvarjalni jaz lahko komunicira z drugimi skozi neko formo, skozi neko simbolično predstavitev, skozi dialog, skozi pisanje, skozi psihološka samoporočila (psychological self report), skozi umetniški medij, kot je slikanje, fotografija, ples, likovno ustvarjanje, kiparstvo in glasba.

Ustvarjalni jaz ne more biti drugače izražen in opažen. Splošen koncept ustvarjalnega jaza se lahko definira samo specifično. Gre za osebnostne poteze, ki se razlikujejo od posameznika do posameznika. Med tem, ko so te karakteristike lahko opisane z veliko podrobnostmi, one vendarle kljubujejo preciznim merilom in neki absolutni definiciji.

Diferenciran jaz: edinstven, enoten in konstanten

„Vsak košček univerzuma, vsak moški, vsaka ženska, vsak otrok, vsaka rastlina, vsaka žival, oblaki, vsak objekt, pesek, kamen, itd., vsak item narave vsebuje svojo lastno, posebno identiteto, svojo lastno edinstveno formo, svojo lastno posebno eksistenco. Vsak vidik narave in življenja vsebuje svojo lastno iskro originalnosti, ki jo označuje življenjska enotnost in vztrajna forma skozi svoj odnos do drugih identitet in form.“

Clark Moustakas

Dva ključna pojma sta prevladujoča o ustvarjalnem jazu v psihološki in filozofski strokovni literaturi: *enotnost in konsistenca*. Ustvarjalni jaz vsebuje enotnost v tem, da je izkušensko posameznik reflektivno zavesten samo ene

identitete. Četudi lahko govorimo o svojem resničnem jazu ali svojem napačnem jazu. So takšne reference v splošnem uporabljene metaforično za opis različnih vidikov enotnega ustvarjalnega jaza. (Harter, 1989).

Enotnost jaza, kakor jo posameznik izkusi, je samo delček v primeru multiplih osebnostnih motenj in disasociacij. (Dowd, 1989).

Ustvarjalni jaz je dosleden (konsistenten), tako v tem, kakor posameznik vidi samega sebe in se predstavlja drugim in da so to iste osebnosti v različnih situacijah tekom daljšega časovnega obdobja. V ozadju je domneva, da se bodo ljudje vedli zmerno uniformno v različnih okoliščinah. Med tem ko lahko posameznik govori, »da to danes nisem jaz«, je lahko vzeto kot metaforična predstavitev čustvenega stanja, bolj kakor resnična in radikalna sprememba posameznikove osebnostne strukture.

Kot bistvena za koncept jaza je samorefleksivna narava in kapaciteta za premišljeno spremembo. Samo skozi samorefleksijo lahko prispemo do samozavestnosti, ki vključuje kapaciteto za preureditev (ponovno ureditev) in izpopolnitev neke nezadovoljive samoidentitete. Omenjena tendenca k samorefleksiji in samo-premišljanju se pojavlja kot svojska človeška kapaciteta. Ustvarjalni jaz lahko razmišlja o samem sebi, se pogovarja sam s seboj, si lahko predstavlja svoje aktivnosti na različne načine, lahko ljubi ali sovraži samega sebe, se počuti ponosnega ali osramočenega, skratka, ustvarjalni ljudje lahko vplivajo nase na enak način, kakor vplivajo navzven na druge. (Hewitt, 1994, str. 11). Z omenjenim ravnanjem lahko izbiramo med tem, o čemer bomo mislili in kaj bomo delali. Skratka, lahko učinkovito spreminjamo smer našega delovanja in življenja ter izoblikujemo smer našega razvoja osebnosti. Skozi samo-spoznavanje, samousmerjanje in samozavestnostjo lahko vplivamo nase podobno kot vplivamo navzven na zunanji svet. Živeti svojstveno življenje je visoko kreativno dejanje enako kot je oblikovanje lastnega jaza temeljno kreativno dejanje.

Intenziteta, transformacija in razvoj kreativnega jaza

„Psihološka kreacija, vključno s kreacijo samega sebe je forma evolucije.“

Frank Barron

Številni raziskovalci s področja psihologije in edukacije nadarjenih so študirali mentalno zdravje in razvojne potenciale intelektualno, kreativno in umetniško nadarjenih ljudi (Piechowski, 1997). Izhajali so iz izhodiščne predpostavke, da visoko kreativni in nadarjeni živijo zelo intenzivno življenje. Avtor Dabrowski (Dabrowski, 1967, 1972) je gledal na to visoko senzitivnost in emocionalno intenzivnost kot nujno sestavino njihovega psihološkega razvoja. Dabrowski je identificiral pet področij potencialne prekomerne razdražljivosti kot so; psihomotorično, čutno, intelektualno, fantazijsko in emocionalno skozi katere visoko ustvarjalni in nadarjeni odgovarjajo na zunanje okolje in notranji psihološki jaz. Omenjena psihična intenzivnost in senzitivnost do okolja lahko vodi do napetosti, ki notranje preplavijo posameznika. Omenjene napetosti lahko prispevajo

k dezintegraciji in v skrajno reintegracijo osebnostne strukture. Nova integracija za tem pomembno vpliva na zunanje odnose z drugimi, na kreativne aktivnosti in nadaljuje osebnostno rast.

Avtor Copeland je nakazal vidike intenzitete in transformacijo razvojnega potenciala pri visoko kreativnih in nadarjenih ljudeh (Storr, 1972).

Resni glasbeni komponist, ki razmišlja o svoji umetniški aktivnosti, se bo prej ali slej vprašal: Zakaj je to, da skladam glasbo tako pomembno za mojo duševnost. Kaj je vzrok temu, da doživlja svojo umetniško aktivnost kot absolutno nujno in da je, v primerjavi s tem, vsaka druga dejavnost obrobne pomena? Zakaj ta kreativni impulz ni nikoli zadovoljen, zakaj mora vedno začeti znova? Na prvo vprašanje je odgovor vedno potreba po ustvarjanju, samo-izražanju kot posameznikova najgloblja čustva o svojem življenju. Toda zakaj ni to delo nikoli do konca opravljeno? Zakaj mora vedno znova pričenjati z ustvarjalno aktivnostjo? Razlog za to notranjo prisilo (kompulzijo) je ponovno obnovljena kreativnost. Ustvarjalnemu jazu se zdi, da je vsako dodatno delo prineslo elemente samoodkrivanja. »Vztrajati moram z namenom, da bi vedno znova spoznaval samega sebe. In ker samo-spoznavanje ni nikoli dokončano raziskovanje, je vsako novo ustvarjalno delo samo delni odgovor na vprašanje, kdo sem jaz?« S tem se nadaljuje potreba po iskanju še drugih različnih odgovorov (Storr, 1972, str. 223).

V tem smislu moramo biti vsi ljudje kreativni, da bi spoznavali samega sebe in vsi smo v nekem smislu »skladatelji« svojega življenja (Bateson, 1990).

Avtor Dabrowski je zgradil teorijo osebnostnega razvoja, ki se usmerja v notranjo osebnostno rast in delitev med tem kar je neposredno in trenutno stanje psihološkega jaza in določen pritisk razvojnega gibanja k višjemu ustvarjalnemu stanju. To je hkrati klic k nekemu idealu višjega stanja, ki intenzivno izkustveno izziva nadaljnjo rast in notranjo transformacijo. Ti intenzivni procesi notranje transformacije vodijo v ustvarjanje višjega nivoja lastnega jaza. (Assagioli, 1965; Csikszentmihalyi, 1993; Piechowski, 1974; 1993). Med tem ko se zdi, da je takšna transformacija in kreativna rast nenadna, so bolj poglobljena raziskovanja pokazala, da je to daljši in bolj kompleksen proces, ki zajema interakcijo in sovpadanje številnih odnosov, stanj in aktivnosti (Feldman, 1989).

Kompleksnost: karakteristike kreativnega jaza

Med tem ko je vsaka človeško osebnost edinstvena in različna, pa so raziskovanja kreativnih ljudi pokazala, da ti težijo slediti v različnih stopnjah naslednjim karakteristikam (Daniels, 1997; Davis, 1992).

1. Samozavestnost svojih kreativnih sposobnosti

Kreativne osebnosti se zavedajo svojih kreativnih sposobnosti in to jih vodi v povišano percepcijo kreativnosti drugih ljudi. Samorefleksija in metakognitivno razumevanje kreativnosti se pojavlja kot samopodkrepitev.

Določena zavestnost kreativnosti za vrednotenje kreativnih idej je osnova, ki utrjuje kreativni položaj posameznika.

2. Neodvisnost

Kreativne osebnosti težijo biti neodvisne. Kreativna osebnost mora biti pripravljena in motivirana delovati v valovih, da gre proti množici in včasih ostane sam. Neodvisno se lahko sama po sebi izraža na različne načine, kot na primer: v drugačnih stališčih od večine in vrstnikov, v zunanjem videzu, v večini aktivnosti ali pa da je gostitelj najrazličnejših osebnih izbir.

3. Tveganje

Kreativni ljudje so pripravljene na različna tveganja, kot na primer, na področju intelekta, telesne aktivnosti, socialnih odnosov, psiholoških odnosov in emocionalnega življenja. Kjer koli gre za edinstvene pristope se ustvarjalci vedno soočajo z določeno mero tveganja, saj to lahko povzroči zavračanje in izolacijo. Nekateri pustolovsko kreativno usmerjeni ljudje bodo lahko nagnjeni k fizičnemu tveganju.

4. Energija

Nikakor ni presenetljivo, da se za zatopljenost pri vožnji, strasten interes in intenzivno posvečanje uporabljajo besede za opis energije, vztrajnosti pri izvrševanju nalog, kristalizirane motivacije kreativnih talentov. (Po dr. Renzulliju, »task commitment«). Omenjena energija in notranja motivacija se lahko odkrije že v zgodnjem otroštvu do odraslosti.

5. Radovednost

Vzporedno s kreativno usmerjenostjo se poraja radovednost in stalno iskanje. Kaj bo sledilo? Kako to deluje? Kako bi lahko bilo drugače opravljeno? Kaj lahko napravim, da bi naredil pozitivno spremembo? To so kreativna premišljevanja za razumevanje interakcije na spremembe svojega okolja, kakor tudi spremembe v razvoju lastnega jaza.

6. Humor

Humor je povezan z neko sposobnostjo pristopati k problemom in življenju na svež, otroški in igralni način. Humor se izkazuje v besedni igri, satiri, farsih, ki angažira fantazijo in pristopa k problemom z neobičajnim vrtenjem. Svojevito postavljanje okvirov, bistva, idej, besed in predlogov lahko vodijo v humorno noto kreativne aktivnosti. Ravno invencije in kreacije številnih uveljavljenih kreativnih talentov so vodile do preigravanja možnosti, norčevanja iz tradicionalnih idej in preigravanja možnosti, ki so v nasprotju tradicionalno omejenimi pravili (Davis, Rimm, 1989).

7. Visoka dojemljivost

Visoko razviti kreativni talenti so visoko dojemljivi in dovtetni za identifikacijo vzorcev, podrobnosti, bolje opazijo podobnosti in razlike med enakimi celotami, itemi ali idejami (Davis-Mc Ghee, Davis, 1994; Torrance, 1962). Dobra dojemljivost združena z intuitivno kapaciteto in sposobnostjo razumevanja mnogoterih vidikov nekega smisla omogoča kreativnim talentom, da hitro ocenijo ljudi in obdajajoče okoliščine. (Piechowski, 1997).

Omenjena povečana dojemljivost omogoča ustvarjalnim talentom, da vse vidijo v časovni perspektivi, da uvidijo podrobnosti in možnosti, ki jih drugi ne vidijo.

8. Umetniška aktivnost

Kreativni talenti so prežeti z umetniško naravnostjo, če že ne povsod na produktivni način, pa vsaj v estetskem smislu. Kreativni talenti na področju

umetnosti in znanosti spoštujejo bolj osebni smisel estetike in elegance, kakor komercialne nagrade in javna priznanja. (Csikszentmihalyi, Getzels, 1973, 1968, 1976).

Kreativni talenti so bolj nagnjeni k fantaziji, k dnevnim sanjam in si določeno gradivo predstavljajo v večjem obsegu kot manj ustvarjalni vrstniki. Fantazijsko predstavljanje igra ključno vlogo v mišljenju in pojmovanju kreativnega talenta (Daniels, 1995). Pri vsakodnevnem mišljenju in reševanju problemov težijo imeti večjo kontrolo svojih mentalnih predstav, kakor tudi zunanjih form izražanja. To ima za posledico večjo originalnost v procesu in produktu mišljenja (Flowers, Garbin, 1989).

Številni ustvarjalci iz različnih področij so poročali o razširjenih časovnih obdobjih zasebnosti in samote za popolni izkoristek svojih ustvarjalnih idej (Gardner, 1993; Storr, 1988). Skorajšnji slovenski kandidat za Nobelovo nagrado, pisatelj Drago Jančar izjavlja, da se vsako leto, oziroma kadarkoli pripravlja novo delo, nov roman, za mesec dni umakne v samoto (Ruške novice, št. 12, marec 2015, str. 9). Avtor Graham Wallas je analiziral ustvarjalni proces z štirimi stopnjami:

- Preparacija (priprava);
- Inkubacija;
- Iluminacija;
- Verifikacija.

Faza inkubacije je morda zaščitni znak Wallasovega modela kreativnosti. Inkubacija je obdobje podzavesti, v katerem kreativni projekt ni v namerni pozornosti, temveč je ustvarjalec vključen v neko drugo aktivnost, kot je počitek, branje, sprehod po gozdu ali celo spanje. V takih obdobjih sprostitve se z iluminacijo v kreativnem procesu pogosto pojavi tako imenovani AHA učinek ali EVREKA učinek. Ti procesi iluminacije se v splošnem ne razvijajo v okoljih visokih nivojev interpersonalne interakcije (Horr, 1988). Nasprotno od tega kreativni talenti postavljajo visoko vrednost v notranjo dinamiko svojega mišljenja, svoje imaginacije in svojega kreativnega iskanja.

9. Miselna odprtost (open minded)

Kreativni talenti so pri preučevanju neke ideje odprtega duha, miselno odprti, pripravljeni presoditi mnogotere možnosti in sposobni tolerirati dvoumje in nejasnosti. Kreativni talenti odprtega duha, med tem ko popolnoma ne zavračajo pravil in konvencij, pristopajo k problemom z vprašanjem, „katera bi lahko bila izhodiščna točka pristopa k problemu“? Kreativnost ne predstavlja nekega vnaprej opredeljenega in dogmatskega koncepta ali procesa. Kreativno prizadevanje teži preseči znanstvene discipline, stile, tehnike, kulture, geografijo in časovna obdobja. Samo kreativni talenti načrtujejo v smeri kompleksnosti, holističnosti in oblikujejo okolje, ki je bogato v resourciah, materialih in načinih interpretacije.

Dialektični jaz

Kreativni ljudje živijo v kombinaciji načrtnega premišljevanja in uresničevanja aktivnosti, ki so pri drugih ljudeh povečini ločene. Njihove identitete vsebujejo kontradiktorne ekstreme. Bolj ko razmišljamo o kreativni osebnosti kot o

posamezniku, moramo presojudati vsako kreativno osebnost v množinskem smislu. Prav tako kot bela barva vsebuje odtenke vseh barv v spektrumu, imajo kreativni ljudje zmožnosti integrirati širok obseg zmožnosti znotraj samega sebe (Csikszentmihalyi, 1996).

Med tem ko so na videz različne kvalitete lahko do neke mere prisotne pri vsakem izmed nas, pa smo mi v splošnem v položaju, da razvijemo samo en konec dialektičnih ali bipolarnih potez. Na primer, nekdo lahko odraščá s kultiviranjem introspektivne in reflektivne strani svoje osebnosti in odklanja družbeno orientacijo. Kreativni jaz pa je oboje, introspektivni in socialno usmerjen istočasno. Imeti kompleksno osebnost za kreativnega posameznika pomeni zmožnost resničnega izražanja polnega obsega potez v človekovem repertoarju.

Kompleksna osebnost ni niti neopredeljen, poprečen, niti ne more biti umeščen v eni točki kontinuma med dvema ekstremoma. Prej kot to ima kreativni jaz sposobnosti premikanja iz enega ekstrema na drugega, kakor zahtevajo okoliščine.

Raziskovalec kreativnosti, avtor Csikszentmihalyi, je ilustriral kompleksnost kreativnega jaza z vrsto nasprotja potez, ki so istočasno prisotne v kreativni osebnostni strukturi. Mnoge se nanašajo na interakcije med prej povedanimi potezami (Daniels, 1997; Davis, 1992).

1. Kreativni ljudje imajo zelo veliko telesne energije, toda so najpogosteje mirni in zadržani.
2. Kreativni ljudje težijo biti pametno preudarni in celo naivni istočasno
3. Način vedenjske dialektike se giblje med nasprotujočimi poli mladosti in otroške naivnosti.
4. Pomembna paradoksalna poteza govori o povezani kombinaciji igrivosti in discipline ter odgovornosti.
5. Kreativne osebnosti so izmenično hkrati vpeti v imaginacijo in fantazijo na enem koncu in zakoreninjen občutek realnosti na drugi strani. Istočasno se oddaljujejo od sedanjosti, ne da bi izgubili stik s preteklostjo.
6. Kreativne osebnosti so zasidrane na nasprotnih tendencah kontinuuma med ekstraverzijo in introverzijo.
7. Kreativni ljudje so istočasno ponižno skromni in istočasno ponosni v svojem življenju.
8. Kreativni ljudje težijo ubežati pred stereotipi rigidnih spolnih vlog, kot so tradicionalno „moške” in „ženske” spolne vloge.
9. V splošnem vzeto težijo biti kreativni ljudje neodvisni in mestoma uporniški glede na obstoječa stanja. Kljub vsemu so čvrsto povezani s tradicijo in iz tega izpeljujejo nov teren za nadaljnjo ustvarjalno aktivnost.
10. Večina kreativnih osebnosti je strastno vnetih pri svojem delu, četudi ostajajo ob tem skrajno objektivni.
11. Široka odprtost in senzitivnost kreativnih ljudi je pogosto izpostavljena trpljenju in bolečini, četudi v precejšnji meri užitku in zadovoljstvu v ustvarjalni aktivnosti.

Drugi par, ki prispeva k dialektični napetosti kreativnega jaza, ki ga moramo pri presoji razumeti, se nanaša na mnogotere podobnosti in različnosti.

Pisana podoba jaza: dialektične osebnostne poteze in bipolarne motnje razpoloženja

Zanimivo je, da sta se še dva druga para osebnostnih potez povezovala z kreativnimi osebnostmi in sicer genialnost in norost ter manija in depresija (Jamison, 1993). V resnici so številni kreativni talenti v svojem življenju poročali o doživljanju razpoloženskih nihanj. Prav tako so bili številni pesniki, skladatelji in slikarji v nekem obdobju svojega življenja hospitalizirani zaradi manije in depresije. Nekateri med njimi, kot je Van Gogh, Sylvia Plath, Robert Schumann, itd. so trpeli zaradi ene ali več razpoloženskih motenj, bodisi večje depresije ali manično depresivne bolezni ali bipolarne motnje razpoloženja. Večje depresije so bile izražene v intenzivnih melanholičnih kratkih obdobjih. Bipolarna narava manične depresije pripelje razpoloženje do ekstrema, do stanja globoke žalosti, do skrajnih nivojev aktivnosti in do evforije.

Raziskovalec Kay Redfield Jamison (Kay Redfield Jamison, 1993) in profesor psihiatrije na John Hopkins medicinski fakulteti je povezal biografske in klinične podatke iz študija kreativnih talentov v iskanju možnih odgovorov na vprašanje: Ali lahko takšne razdiralne bolezni potencialno prinašajo določene kreativne prednosti?

Rezultati niso bili pozitivni, temveč nasprotno. Večina kreativnih talentov ne trpi zaradi hudih razpoloženskih motenj in večina depresivnih ni ustvarjalnih talentov.

Nasprotno pa drugi avtor Jamison ugotavlja da signifikantno večji odstotek kreativnih osebnosti v življenju izkusi ekstreme, bodisi v globino, bodisi v višino, depresije ali bipolarne motnje razpoloženja (Jamison, 1993).

Med tem ko en odstotek splošne populacije trpi za bipolarno motnjo in pet odstotkov za veliko depresijo, znano tudi kot unipolarno motnjo, pa kreativni talenti, še posebej umetniki in pisatelji trpijo za osem do deset krat višjo oceno depresije in deset do dvajset krat višjo oceno bipolarne motne v razpoloženju. Depresija kot del bipolarne motnje lahko vodi v stanje apatije, otrplosti, zaspanosti, brezupa, nazadovanja v mišljenju in izgubo vsakega veselja. Nasprotno pa tekom obdobja manije, bipolarna motnja lahko prinaša stopnjevana čustvena stanja. Manija prinaša povečano energijo, čustva povišanega samozaupanja in samospoštovanja, grandomanske ideje, razdražljivosti in upadanje potrebe za spanjem.

Med tem ko so omenjeni ekstremi bipolarne motnje lahko nevarni, pa nizek nivo depresije združen z povečano budnostjo in srednjo manijo lahko pozitivno prispeva k posameznikovi ustvarjalni aktivnosti. Hipomanija in z njo povezana stanja lahko koristijo k pozitivnemu in originalnemu mišljenju in povečani produktivnosti. Določeni kognitivni stili povezani z hipomanijo pozitivno vplivajo na mišljenje, zlasti na fluentnost in fleksibilnost mišljenja. Določeni metakognitivni vidiki manične depresije lahko pozitivno prispevajo pri ustvarjalni aktivnosti. Manj je potrebe po spanju, bolj drzna in nemirna so stališča in doživljanje različnih

emocij. Manično depresivni temperament v biološkem smislu poraja večjo budnost, živahnost, večja senzitivnost za hitro in odločno odzivanje.

Inventivni jaz, ustvarjanje jaza

Vsak človek je v nekem oziru edinstven, toda za ustvarjalni jaz je potrebna posebna kombinacija potez in sposobnosti, kreativna samozavestnost in samorefleksivnost. Med tem ko se večina prilagaja poprečju, kreativni jaz išče in kultivira edinstvenost, svojost in teži razširiti in razviti določene vidike jaza (Moustakas, 1967).

Na ta način je kreativni jaz ustvarjalen ne le znotraj nekega zunanjega področja, na primer, umetnosti, znanosti, plesa, pesništva, itd., temveč je lahko preiščljeno kreativen znotraj svojega jaza.

Literatura:

- Assagioli, R. (1965). *Psychosynthesis*. New York: Viking.
- Barron, F. (1988). Putting creativity to work. In: R. Sternberg: *The nature of creativity*. New York: Cambridge University Press.
- Bateson, M. (1990). *Compositing a life*. New York: Plume.
- Csikszentmihalyi, M. (1993). *The evolving self*. New York: HarperCollins.
- Csikszentmihalyi, M. (1996). *Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention*. New York: HarperCollins.
- Csikszentmihalyi, M., Getzels, J. W. (1973). The personality of yung artists. An empirical and theoretical explanation. *British Journal of Psychology*, Vol. 64, št. 1, 91–104.
- Dabrowski, K. (1967). *Personality shaping through positive desintegration*. Boston: Little Brown.
- Dabrowski, K. (1972). *Psychoneurosis is not an illness*. London: Gryf.
- Daniels, S. (1995). Images of creativity: The relationship of imagery, everyday cognition, and the creative potential of high school students with exceptional abilities in the arts and science. Unpublished Ph. D. Thesis. University of Wisconsin Madison.
- Daniels, S. (1997). Creativity in the classroom: Characteristics, climate and curriculum. In: N. Colangelo, G. Davis: *Handbook of gifted education*. Boston, Allyn and Bacon.
- Daniels-McChee S., Davis, G. A. (1994). The imagery-creativity connection. *Journal of Creative behavior*. Vol. 28, 151–177.
- Davis, G.A. (1992). *Creativity id forever*. Dubuque IA: Kendall/Hunt.
- Davis, G. A.; Rimm S. *Education of the gifted and talented*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice – Hall.
- Dowd, E.T. (1998). The self and creativity: Several constructs in search of a theory. In: J. Glover R. Ronning; C. Reynolds: *Handbook of creativity*. New York: Plenum Press.
- Feldman, D.H. (1989). Creativity, dreams, insights and transformation. In R. Sternberg: *The nature of creativity*. New York: Cambridge University Press.
- Getzels, J.W.; Csikszentmihalyi, M. (1968 A). On the roles, values and performance at future artists: A conceptual and empirical exploration. *Sciological Quarterly*, Vol. 9, 516–530.

- Flowers, J. H.; Garbin, C. B. (1989). Creativity and perception. In: J. A. Glover, R. R. Ronning; C. R. Reynolds: *Handbook of creativity*. New York: Plenum Press.
- Gardner, H. (1993). *Frames of mind*. New York: Basic Books.
- Getzels, J. W.; Csikszentmihalyi, M. (1968). The value orientation of art students as determinants of artistic specialization and creative performance. *Studies in art Education*, št. 10, 5–16.
- Getzels, J. W.; Csikszentmihalyi, M. (1976). *The creative vision*. New York: Wiley.
- Harter, S. (1989). Causes, correlate, and the functional role of global self worth. A life-span perspective. In: J. Kolligian; R. Sternberg: *Perceptions of competence and incompetence across the lifespan*. New Haven: C.T. Yale University Press.
- Hewin, J. P. (1994). *Self and society. A symbolic interactionist approach*. Boston: Allyn and Bacon.
- Jamison, K. R. (1993). *Touched with fire: Manic-depressive illness and the artistic temperament*. New York: Free Press/Macmillan.
- Maustakas, C. E. (1967). *Creativity and conformity Princeton*. N. J.: D. Van Norstrand Company, Inc.
- Ornstein, R. (1995). *The roots of the self. Unraveling the mystery of who we are*. San Francisco: Harper.
- Piechowski, M. (1974). Two developmental concepts. Multilevelness and developmental potential. *Counseling and Values*, Vol. 18, št. 2, 86–93.
- Piechowski, M. (1993). *Is inner transformation a creative process?* *Creativity Research Journal*, št. 6, 89–98.
- Piechowski, M. (1997). Emotional giftedness; The measure of interpersonal intelligence. In: N. Colangelo; G. Davis: *Handbook of gifted education*. Boston: Allyn and Bacon.
- Ruške novice, št. 12, marec, 2015, 9.
- Storr, A. (1972). *The dynamics of creation*. London: Secker, Warburg.
- Storr, A. (1988). *Solitude. A return to the self*. New York: MacMillan.
- Torrance, E. P. (1962). *Guiding creative talent*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Wallas, G. (1926). *The art of thought*. London Cape.

Ivan Ferbežer, PhD
Associate professor
Slovenia

REFLECTIONS OF THE CREATIVE „SELF”

Abstract: In this paper, conceptions and descriptions of human construct of »self« are presented along with characteristics and descriptors of creative individuals. The interaction of these characteristics and the creative tension produced by the coexistence of seemingly disparate pairs of these traits are discussed. Extremity of the creative personality leads into a discussion of bipolar mood disorder and its implications for the optimal functioning of the creative personality. Finally, the creative »self« is addressed in terms of both cognitive and emotional complexity.

Key words: Aspects of gifted „self”, personality dimensions of giftedness and creativity.