

Wydział Pedagogiki i Psychologii UMCS  
Zakład Psychopedagogiki Specjalnej

ZOFIA PALAK

zofia.palak@poczta.umcs.lublin.pl

*Samowychowanie a proces autorehabilitacji osób  
z niepełnosprawnością*

---

Self-education and a process of disabled people's self-directed rehabilitation

STRESZCZENIE

Fenomen samowychowania jest ciągle rzadko podejmowanym przedmiotem rozważań w naukach o wychowaniu. Samowychowanie jest procesem polegającym na skierowaniu aktywności jednostki na siebie, na własny rozwój. Aktywność samowychowawcza jest świadomym kierowaniem sobą, własnym rozwojem, doskonaleniem się. Samowychowanie jest procesem możliwym do realizacji w życiu osób z niepełnosprawnością, chociaż w różnym stopniu i zakresie zależnym głównie od rodzaju i stopnia niepełnosprawności. W Polsce autorami koncepcji autorehabilitacji są I. Obuchowska i C. Kosakowski. Autorehabilitacja to aktywność samowychowawcza osoby z niepełnosprawnością, czyli świadome kierowanie sobą i własnym rozwojem w celu realizacji indywidualnych dyspozycji, ideałów i potrzeb. Proces autorehabilitacji jest ściśle związany z kształtowaniem się tożsamości podmiotu jako człowieka z niepełnosprawnością, a więc z procesem samoakceptacji.

**Słowa kluczowe:** samowychowanie, autorehabilitacja, samoakceptacja, niepełnosprawność

Na istotne znaczenie i rolę fenomenu samowychowania zwrócił uwagę B. Śliwerski (2010), podkreślając równocześnie znikome zainteresowanie tym zagadnieniem w naukach o wychowaniu. Jakkolwiek teoretyczne analizy i opracowania wyraźnie zaniedbują tę problematykę, to już w praktycznej działalności starożytnych szkół filozoficznych uwzględniano jego znaczenie w tworzeniu systemu ćwiczeń samowychowawczych służących doskonaleniu ciała i umysłu, takich jak np. joga czy asceza (Śliwerski 2010, s. 94, 98).

B. Śliwerski, dokonując analizy rozproszonego dorobku współczesnych nauk pedagogicznych i psychologicznych w zakresie samowychowania, stwierdza, że jest ono postrzegane jako aktywność świadoma, rozumna i intencjonalna. Podstawowymi determinantami tej aktywności jest samopoznanie i idealizacja ujmowana jako planowanie własnego rozwoju i dążenie do realizacji wytyczonego wzoru, ideału czy znaczących wartości (Śliwerski 2010, s.143).

Ważnym warunkiem powodzenia w pracy pedagogicznej jest skuteczne pobudzanie wychowanków do samowychowania, czyli świadomego brania udziału we własnym rozwoju (Łobocki 1990, s. 54). Chodzi głównie o wzbudzenie w uczniach chęci do pracy nad sobą, do troski o własny rozwój. Według M. Łobockiego „nauczyciel powinien starać się podsuwać uczniom pozytywny program samowychowania, tj. skoncentrowany nie tyle na zwalczaniu wad i ułomności, ile zalecający kultywację mocnych stron osobowości. Praca nad sobą ma być bowiem dla ucznia przyjemnością, a nie udręką” (Łobocki 1990, s. 55). Podkreśla, że pobudzanie uczniów do samowychowania jest tym skuteczniejsze, im bardziej dyskretne są poczynania wychowawców. Młodzież nie powinna odczuwać, że jest poddawana specjalnym zabiegom wychowawczym, bo „jeśli człowiek na każdym kroku czuje i wie, że go wychowują, zdolność do samopoznania i samodoskonalenia ulega stopniowi” (Łobocki 1990, s. 55).

Samowychowanie to skierowanie własnej aktywności na samego siebie, na własny rozwój. Jest to aktywność polegająca „na czynnym ustosunkowaniu się człowieka do procesu własnego rozwoju i świadomej interwencji w ten proces” (Jundziłł 1975, s. 88).

Aktywność samowychowawcza jest – obok wrodzonych dyspozycji, wpływów środowiskowych i zewnętrznych oddziaływań wychowawczych – istotnym czynnikiem warunkującym rozwój osobowości, a jednocześnie integralnym składnikiem tego rozwoju (Kwaśniewska 1994, s. 59). Należy podkreślić, że aktywność samowychowawcza jest świadomym i odpowiedzialnym kierowaniem sobą, swoim własnym rozwojem. Tak rozumiane samowychowanie w pedagogice zorientowanej humanistycznie utożsamiane jest z takimi pojęciami, jak samoaktualizacja czy samorealizacja.

Teoria samoaktualizacji (nazywana również teorią rozwoju osobowości) wyjaśnia uwarunkowania pozytywnego rozwoju człowieka oraz stara się określić czynniki, od których ten rozwój zależy. Podstawy teoretyczne koncepcji samoaktualizacji stworzyli C. Rogers, A. Maslow, E. L. Shostrom (Janowska 1994, s. 84).

Za twórcę pojęcia „samoaktualizacja” uznawany jest neurolog K. Goldstein (Janowska 1994, s. 84). Jego uzasadnienie teoretyczne, oparte na praktyce klinicznej, znajduje potwierdzenie w teorii i praktyce pedagogiki specjalnej. Według K. Goldsteina należy przyjąć holistyczną koncepcję człowieka, a więc ujmować organizm jako całość, jako jedność psychofizyczną. Istnieje silna zależność mię-

dzy funkcjami psychicznymi i biologicznymi człowieka. Organizm ludzki posiada silną tendencję do rozwoju, nawet w bardzo niekorzystnych warunkach. Ten dynamizm rozwojowy jest definiowany jako dążność do samoaktualizacji (Janowska 1994, s. 84). Określany jest również jako samorealizacja lub samowychowanie. W praktyce terminy te oznaczają proces rozwoju osobowości, który uzależniony jest od właściwie ukierunkowanej aktywności, a możliwy jest dzięki mechanizmom tkwiącym w samym człowieku.

C. Rogers na podstawie obserwacji klinicznych również sformułował tezę, iż praktycznie każdą jednostkę ludzką charakteryzuje dążenie do osiągnięcia zdrowia, impuls w kierunku rozwoju i realizacji indywidualnych dyspozycji (Janowska 1994).

A. Maslow tendencję do samoaktualizacji ujmuje w kategorii potrzeb i sytuuje ją najwyżej w hierarchii rozwoju (Janowska 1994, s. 85, 87). Zdaniem A. Masłowa, każdy człowiek jest potencjalnie zdolny do samowychowania, gdyż źródła wzrostu jego człowieczeństwa znajdują się zasadniczo wewnątrz osoby, a heteroedukacja może ten proces rozwoju wspomagać lub czasami ograniczać (Śliwowski 2010, s. 13).

Samowychowanie jest procesem możliwym do realizacji w życiu osób z niepełnosprawnością, chociaż w różnym stopniu i zakresie zależnym głównie od rodzaju i stopnia niepełnosprawności. Potwierdzają tę tezę poglądy, które możemy odnaleźć w pracach takich pedagogów specjalnych, jak: M. Grzegorzewska (1964), A. Hulek (1979), I. Obuchowska (1991), Z. Sękowska (1998), C. Kosakowski (2009) i inni.

M. Grzegorzewska (1964), wyjaśniając mechanizm złożonego procesu specjalnego wychowania dzieci niepełnosprawnych, zwraca uwagę na znaczenie takiego jego komponentu, jak wzmacnianie dynamizmu adaptacyjnego jednostki (obok: kompensacji, korektury i usprawniania).

Do czynników zasadniczych w akcji rewalidacyjnej należy akcja dynamizowania, która wybitnie wzmaga aktywność upośledzonej jednostki, jej inicjatywę, twórczość, zapał do pracy, siłę woli w przezwyciężaniu trudności, a nawet często pasję do walki z nimi. To wyzwala własny potencjalny dynamizm, wzbogaca go, uwielokrotnia i prowadzi do podniesienia ogólnego stanu samopoczucia jednostki, umożliwia przeżywanie dodatnich stanów uczuciowych nawet o sile dominant (Grzegorzewska 1964, s. 349).

Ten proces dynamizowania to nic innego jak proces stymulowania do samowychowania, do aktywności samowychowawczej, czyli – używając terminologii pedagogiki specjalnej – do autorewalidacji.

Termin ten wprowadza do literatury z zakresu pedagogiki specjalnej i dokonuje jego szczegółowej definicji I. Obuchowska (1991). Według autorki „proces autorewalidacji jest to ukierunkowany, ale nierównomierny proces mobilizacji możliwości jednostki tkwiących w strukturze, organizacji i rozwoju jej organi-

zmu i osobowości. Przebiega on na 3 poziomach: emocjonalnym, behawioralnym i świadomościowym, służąc celom rewalidacji, jakim jest samorealizacja osoby niepełnosprawnej i realizacja przez nią jej ról społecznych” (Obuchowska 1991, s. 47). Tak rozumiany proces autorewalidacji nie przebiega prostoliniowo ku coraz to lepszym rozwiązaniom, lecz ma swoją specyficzną dynamikę – „krzywizny, zahamowania i spadki”. Istotną jego cechą jest „mobilizacja możliwości jednostki, to znaczy mobilizacja potencjałów rozwojowych jednostki” (Obuchowska 1991, s. 47). Są one zawsze zależne od wyposażenia biologicznego i trudne do określenia. Możliwe do poznania są sprawności i dyspozycje, które są wypadkową tych potencjałów i wyzwalających je oddziaływań środowiskowych oraz aktywności własnej. Możliwości dziecka pedagog może poznać, stwarzając warunki do ich ujawniania się w trakcie rozwoju. Uwzględniając holistyczną perspektywę, mogą mieć one charakter sprawności fizycznych bądź psychicznych, osobowościowych.

Zdaniem I. Obuchowskiej (1991), proces autorewalidacji przebiega na trzech poziomach: emocjonalnym, behawioralnym i świadomościowym.

Autorewalidacja na poziomie emocjonalnym związana jest z włączeniem w jej przebieg tzw. pozytywnych emocji, które uczestniczą w procesie długotrwałej fizycznej i psychicznej mobilizacji.

Emocje pozytywne wyzwalają dążenie ku czemuś, ale nie od czegoś, a także podtrzymują trwanie dążenia poprzez wyzwalanie nastroju pozytywnego oczekiwania. Wzbudzenie pozytywnego stanu emocjonalnego jako postawy wobec własnej rewalidacji pozwala na łatwiejsze przechodzenie przez stany negatywnych emocji, czyniąc z nich krótkotrwałe przeszkody do pokonania (Obuchowska 1991, s. 48).

Zdolność do ich pokonywania zależy w dużym stopniu między innymi od częstotliwości i intensywności przeżywania emocji pozytywnych.

Autorewalidacja na poziomie behawioralnym obejmuje szeroki zakres zachowań, mieszczący zarówno proste czynności motoryczne, jak i złożone zachowania (dążenie ku czemuś, poszukiwanie, unikanie, przeciwstawianie się i inne). Szczególna rola przypada zachowaniom prospołecznym, ponieważ dzięki nim dzieci niepełnosprawne doświadczają poczucia własnej wartości, pewności siebie i osobistej satysfakcji. Przekonują się o zdolności do dawania, a nie tylko otrzymywania, wyzwalają poczucie więzi z innymi ludźmi oraz pozytywne emocje (Obuchowska 1991, s. 50).

Autorewalidacja na poziomie świadomości związana jest z werbalizacją swoich myśli, pragnień i uczuć w formie bezpośrednich lub pośrednich wypowiedzi jednostki. Służą one lepszemu poznaniu samego siebie, zbudowaniu obrazu własnej osoby, obniżeniu napięć lękowych, a także nawiązaniu dialogu, który może przybrać właściwości terapeutyczne. Istotne dla tego poziomu jest kształtowanie realnej i idealnej koncepcji siebie, niezmiernie ważnych w procesie aktywności samowychowawczej.

<i>Poziom przebiegu procesu autorewalidacji</i>		<i>Czynnik istotny dla autorewalidacji</i>
Poziom emocjonalny	>	Pozytywne emocje
Poziom behawioralny	>	Prospołeczne zachowania
Poziom świadomościowy	>	Koncepcja samego siebie

Schemat 1. Przebieg procesu autorewalidacji (Obuchowska 1991, s. 51)

Proces autorewalidacji osób niepełnosprawnych ściśle wiąże się z akceptacją własnej tożsamości w warunkach określonej niepełnosprawności, więc w jej kształtowaniu się i przebiegu istotna jest rola czynników osobowościowych podmiotu. Nie sposób pominąć w tym procesie znaczenia pedagoga specjalnego jako osoby inicjującej i wspomagającej rozwój aktywności samowychowawczej osoby z niepełnosprawnością. Zdaniem I. Obuchowskiej, przebieg procesu autorehabilitacji zależy od wzajemnego oddziaływania osobowości wychowanka i pedagoga i od relacji między nimi.

Proces autorewalidacji jest procesem autokreacji osoby niepełnosprawnej. Jest w nim także istotne miejsce dla działalności pedagoga specjalnego – działalności twórczej, a zarazem niezwykle subtelnej (Obuchowska 1991, s. 52).

C. Kosakowski rozpatruje fenomen autorewalidacji w ścisłym powiązaniu z podmiotowością osoby niepełnosprawnej. Zauważa, że „podmiotowość to przekazanie, na miarę mocy, odpowiedzialności za siebie w ręce osoby niepełnosprawnej”. W takim ujęciu „podmiotowość realizuje się poprzez autorewalidację i w autorewalidacji” (C. Kosakowski 2009, s. 44). Zdaniem C. Kosakowskiego, autorewalidacja jest wyzwaniem i szansą dla osób niepełnosprawnych. Jest celem i zarazem drogą rewalidacji. Według tego autora „dążymy do jej wzbudzenia, a wzbudziwszy – wzmacniamy i rozwijamy. Tym samym pracujemy nie dla jednostki niepełnosprawnej, a z nią (C. Kosakowski 2009, s. 45).

Realizując jedno z podstawowych zadań pedagogiki specjalnej, tzn. przygotowanie osoby niepełnosprawnej do życia w społeczeństwie, trzeba nauczyć ją odpowiedzialności, podejmowania określonych zadań w zmieniających się warunkach życia społecznego oraz funkcjonowania w tych warunkach. Jest to w dużym stopniu możliwe dzięki procesowi autorewalidacji. C. Kosakowski zwraca uwagę na znaczenie w tym procesie takich elementów, jak indywidualność i kreatywność oraz troska o wyeksponowanie w rozwoju mocnych punktów osoby, jej potencjału. Autorewalidacja to również pobudzanie aktywności poznawczej jednostki z niepełnosprawnością, motywacji do poznawania i zrozumienia otaczającej rzeczywistości (C. Kosakowski 2009, s. 45).

Propagowany przez Janinę i Witolda Doroszewskich, a także przez Marię Grzegorzewską termin „rewalidacja” (rozumiany jako specjalne kształcenie i wychowanie dzieci niepełnosprawnych), jako określenie funkcjonujące jedynie w polskiej pedagogice specjalnej, łączone jest znaczeniowo z uniwersalnym terminem „rehabilitacja”, który na świecie jest powszechnie stosowany zarówno przez pedagogów specjalnych, jak i specjalistów innych dziedzin (por. Sękowska 1998, Dykcik 1998, Pańczyk 1993). Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) zdefiniowała rehabilitację „jako kompleksowe i skoordynowane stosowanie środków medycznych, psychologicznych, pedagogicznych, społecznych i zawodowych w celu usprawnienia osób z naruszoną sprawnością organizmu do możliwie najwyższego poziomu” (Majewski 1995, s. 40). W bardzo zbliżonym rozumieniu termin ten przyjęty jest przez polskie ustawodawstwo.

Rehabilitacja osób niepełnosprawnych oznacza zespół działań, w szczególności organizacyjnych, leczniczych, psychologicznych, technicznych, szkoleniowych, edukacyjnych i społecznych, zmierzających do osiągnięcia przy aktywnym udziale tych osób możliwie najwyższego poziomu ich funkcjonowania, jakości życia i integracji społecznej (Dz. U. z 27 sierpnia 1997 r. art.7).

Według Z. Sękowskiej (1998, s. 15) proces rehabilitacji wiąże się z wewnętrznymi zmianami, nabywaniem umiejętności radzenia sobie oraz z kształtowaniem cech osobowości potrzebnych człowiekowi do funkcjonowania w warunkach niepełnosprawności.

W związku z coraz bardziej powszechnym zastępowaniem w pedagogice specjalnej terminu „rewalidacja” terminem „rehabilitacja” również pojęcie „autorehabilitacja” jest jak najbardziej zasadne. Taka zamiana językowa nie powoduje zmiany kategorii semantycznej i nie pociąga za sobą istotnych zmian jakościowych w zakresie konotacyjnym. Jest zabiegiem wprowadzającym pewien ład terminologiczny.

Autorehabilitacja to aktywność samowychowawcza osoby z niepełnosprawnością, czyli świadome kierowanie sobą i własnym rozwojem w celu realizacji indywidualnych dyspozycji, ideałów i potrzeb. Proces autorehabilitacji jest ściśle związany z kształtowaniem się tożsamości podmiotu jako człowieka z niepełnosprawnością, a więc z procesem samoakceptacji. Najczęściej akceptacja siebie rozumiana jest jako dążenie do spostrzegania siebie jako osoby wartościowej, raczej godnej szacunku, mającej świadomość własnych zalet, uczuć, motywów, społecznych i osobistych doświadczeń, a także dążenie do spokojnego działania zgodnie z tymi percepcjami (za: Rogers 1978).

Liczne rozważania teoretyczne i badania empiryczne wskazują na olbrzymie znaczenie samoakceptacji w funkcjonowaniu jednostki. Najczęściej przyjmuje się (za: Rogers 1978) operacyjne rozumienie samoakceptacji jako zgodności między realnym i idealnym obrazem własnej osoby. Tak rozumiana akceptacja siebie sta-

nowi o poczuciu własnej wartości i tożsamości. Jest szczególnie istotna w przebiegu procesów adaptacyjnych osób z niepełnosprawnością.

Autorehabilitacja i samoakceptacja w tym ujęciu są bardzo ważnymi zmiennymi psychopedagogicznymi, wrażliwymi z punktu widzenia skutecznej terapii i wychowania. Są ściśle związane z wieloma pozytywnymi i społecznie pożądanymi cechami i większą dojrzałością osobowości. W dużym stopniu uzewnętrzniają się w zachowaniu jednostki. Ich dostrzeżenie i poznanie może znacznie ułatwić zrozumienie mechanizmów funkcjonowania, jak również może być istotnym czynnikiem sugerującym kierunek skutecznych oddziaływań, wspomagających proces aktywności samowychowawczej i wychowawczej.

Ważnym zadaniem dla pedagoga specjalnego jest kompetentne inicjowanie i wspieranie aktywności samowychowawczej osób z niepełnosprawnością, pobudzanie ich autorehabilitacji, która może przynosić oczekiwane rezultaty w optymalizacji ich rozwoju i funkcjonowania.

#### BIBLIOGRAFIA

- Dykcik W. (1998), *Zakres i przedmiot zainteresowań pedagogiki specjalnej*, [w:] W. Dykcik (red.), *Pedagogika specjalna*, Poznań: Wyd. Nauk. UAM.
- Grzegorzewska M. (1964), *Wybór pism*, Warszawa: PWN.
- Hulek A. (1979), *Pedagogika rewalidacyjna*, Warszawa: PWN.
- Janowska J. (1994), *Psychologia humanistyczna jako podstawa praktyki pedagogicznej*, [w:] M. Łobocki (red.), *Psychologia humanistyczna a wychowanie*, Lublin: Wyd. UMCS.
- Jundziłł I. (1975), *O samowychowaniu*, Warszawa: Nasza Księgarnia.
- Kosakowski C. (2009), *Węzłowe problemy pedagogiki specjalnej*, Toruń: Wyd. AKAPIT.
- Kosakowski C. (1996), *Podmiotowość i autorewalidacja w pedagogice specjalnej*, „Roczniki Pedagogiki Specjalnej”, t. VII [red. J. Pańczyk], Warszawa: WSPS.
- Kwaśniewska K. (1994), *Aktywność samowychowawcza jako warunek rozwoju osobowości*, [w:] M. Łobocki (red.), *Psychologia humanistyczna a wychowanie*, Lublin: Wyd. UMCS.
- Łobocki M. (1994), *Wychowanie w świetle psychologii humanistycznej*, [w:] M. Łobocki (red.), *Psychologia humanistyczna a wychowanie*, Lublin: Wyd. UMCS.
- Majewski T. (1995), *Rehabilitacja zawodowa osób niepełnosprawnych*, Warszawa: WSPS.
- Obuchowska I. (1991), *O autorewalidacji*, [w:] K. Kuligowska (red.), *Z problematyki kształcenia pedagogów specjalnych*, Warszawa: WSPS.
- Pańczyk J. (red.) (1993), *Wstęp*, „Roczniki Pedagogiki Specjalnej”, t. IV, Warszawa: WSPS.
- Rogers C. R. (1978), *Uczyć się, jak być wolnym*, [w:] K. Jankowski (red.), *Przełom w psychologii*, Warszawa: Czytelnik.
- Sękowska Z. (1998), *Wprowadzenie do pedagogiki specjalnej*, Warszawa: WSPS.
- Śliwowski B. (2010), *Teoretyczne i empiryczne podstawy samowychowania*, Kraków: Impuls.

## SUMMARY

The phenomenon of self-education is still underestimated in the world of social science including pedagogy. Self-education is a process of educating yourself, it is a process of personal development. Self-education is an activity which consist in partaking in self-upbringing. The process of self-education is possible to realize by people with disability although it depends on the type of disability. In Poland, the authors of a conception of self-directed rehabilitation are I. Obuchowska and C. Kosakowski. Self-directed rehabilitation of people with disability is a conscious activity, taking responsibility for themselves and being in control of the development and education. That is important to bring their individual ability, ideas and needs. The process of self-directed rehabilitation is strictly connected with development of self-acceptance including a disability.

**Key words:** self-education, self-directed rehabilitation, self-acceptance, disability