

Waclaw Bąk
Instytut Psychologii
Katedra Psychologii Osobowości
Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

Lublin, 28 listopada 2017

A U T O R E F E R A T

A. Imię i nazwisko

WACŁAW BĄK

B. Posiadane dyplomy, stopnie naukowe

- 2005 Doktor nauk humanistycznych w zakresie psychologii, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Wydział Nauk Społecznych, Instytut Psychologii
Tytuł rozprawy doktorskiej: *Kognitywno-afektywne aspekty rozbieżności Ja. Studium na gruncie teorii E. T. Higginsa*
Promotor: prof. dr hab. Piotr Oleś
Recenzenci: prof. dr hab. Maria Jarymowicz, prof. dr hab. Zbigniew Zaleski
- 1999 Magister psychologii, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Wydział Nauk Społecznych, Sekcja Psychologii
Tytuł pracy magisterskiej: *Struktura systemu Ja a nasilenie lęku egzystencjalnego*
Promotor: prof. dr hab. Piotr Oleś
- 2000 *Studium Pomocy Psychologicznej*, szkolenie podyplomowe organizowane przez Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego
Numer dyplomu: 2813/99

C. Informacje o dotychczasowym zatrudnieniu w jednostkach naukowych

- | | |
|-------------------|---|
| od 2008 | Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II |
| do chwili obecnej | Adiunkt w Instytucie Psychologii, Katedra Psychologii Osobowości |
| od 2005 do 2008 | Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II
Asystent w Instytucie Psychologii, Katedra Psychologii Osobowości |
| od 1999 do 2004 | studia doktoranckie na Wydziale Nauk Społecznych KUL |

Zatrudnienie poza jednostkami naukowymi

- od 1999 do 2005 Ośrodek Leczenia Uzależnień i Współuzależnień w Koninie – praca na stanowisku psychologa-terapeuty uzależnień. Dodatkowo w okresie od 2002 do 2005 funkcja zastępcy kierownika Ośrodka, w tym koordynowanie prac zespołu terapeutycznego i nadzór merytoryczny nad programem terapii.

D. Wskazanie osiągnięcia naukowego wynikającego z art. 16 ust. 2 ustawy z dnia 14 marca 2003 r. o stopniach naukowych i tytule naukowym oraz stopniach i tytule w zakresie sztuki (Dz. U. 2016 r. poz. 882 ze zm. w Dz. U. z 2016 r. poz. 1311)

1. Tytuł osiągnięcia naukowego:

Standardy Ja. Hierarchiczny model samowiedzy

2. Autor publikacji, rok wydania, nazwa wydawnictwa, recenzenci wydawniczy

Bąk, W. (2017). *Standardy Ja. Hierarchiczny model samowiedzy*. Wydawnictwo Liberi Libri.

Recenzenci wydawniczy: Prof. dr hab. Alina Kolańczyk, Prof. dr hab. Bogdan Wojciszke

3. Omówienie celu naukowego ww. pracy i osiągniętych wyników wraz z omówieniem ich ewentualnego wykorzystania

Tematyka wskazanej wyżej monografii koncentruje się na pojęciu standardów Ja. Moje zainteresowanie tym konstruktem teoretycznym ewoluowało począwszy od badań dotyczących rozbieżności Ja, którym poświęciłem swoją rozprawę doktorską. Pojęcia standardów Ja i rozbieżności Ja są ze sobą ściśle związane. Można powiedzieć, że standardy Ja są elementem struktur samowiedzy, określanych za pomocą pojęcia rozbieżności Ja. Biorąc pod uwagę dwa najczęściej analizowane typy rozbieżności Ja, czyli rozbieżność między Ja realnym i Ja idealnym oraz między Ja realnym i Ja powinnościowym (por. Higgins, 1987), standardy Ja (tu odpowiednio: Ja idealne oraz Ja powinnościowe) są jednym z dwóch, obok Ja realnego, konstytuujących je elementów. Większość badaczy w tym obszarze społeczno-poznawczej psychologii osobowości koncentruje się na pojęciu rozbieżności Ja lub na związanych z nimi stylach samoregulacji, standardy Ja traktując raczej jako tło dla głównych dociekań.

Taką perspektywę przyjąłem na początku swoich badań, dotyczących struktury samowiedzy. W projekcie doktorskim skupiłem się na rozbieżnościach w strukturze Ja, badając związki między różnymi typami rozbieżności a doświadczaniem określonych emocji. Bezpośrednio po doktoracie jednym z obszarów moich zainteresowań badawczych było odróżnienie dwóch stylów samoregulacji – związanego z Ja idealnym stylu promocyjnego, oraz związanego z Ja powinnościowym, stylu prewencyjnego (Higgins, 1997). Choć przez cały ten czas, standardy Ja stanowiły ważny punkt odniesienia w mojej pracy badawczej, to nie znajdowały się w jej centrum. Z czasem dostrzegłem jednak potrzebę bardziej bezpośredniego skupienia uwagi na tym konstrukcie teoretycznym. Widziałem tu zarówno lukę w istniejącej wiedzy, jak i potencjalnie ciekawy obszar nieco inaczej zorientowanych badań.

Książka „Standardy Ja. Hierarchiczny model samowiedzy” jest zwięźczeniem kilkuletnich poszukiwań badawczych, dla których centralną kategorią są właśnie standardy Ja.

Przesunięcie akcentu z rozbieżności Ja na standardy nie doprowadziło do zupełnego odejścia od pojęcia rozbieżności. Ma ono swoje miejsce w prezentowanej tu pracy, jednak zmiana akcentów zaowocowała doprecyzowaniem, a także reinterpretacją tego konstruktów. W efekcie proponuję perspektywę teoretyczną, w ramach której bardziej adekwatnym pojęciem jest stopień realizacji standardów Ja, a nie rozbieżność między Ja realnym i standardami.

Choć treść książki wyraźnie nawiązuje do wątków teoretycznych i empirycznych obecnych w literaturze przedmiotu co najmniej od lat 80-tych XX wieku, to proponuję autorską próbę ich integracji oraz reinterpretacji. Uporządkowanie tego obszaru problemowego nie było jednak jedynym ani nawet najważniejszym celem książki. Przedstawiony w niej program badań był źródłem nowych danych, które poszerzają dotychczasową wiedzę na temat standardów Ja, tak w ich aspekcie strukturalnym, jak i treściowym. Główne cele programu badawczego, którego rezultaty opisałem w omawianej tu monografii to:

- określenie statusu teoretycznego pojęcia „standardy Ja” w kontekście społeczno-poznawczej psychologii osobowości,
- propozycja typologii standardów Ja i opracowanie bazującego na niej szerszego modelu organizacji samowiedzy,
- opracowanie nowej metody badania standardów Ja, która adekwatnie oddawałaby założenia teoretyczne przyjętego modelu samowiedzy,
- empiryczna weryfikacja postulowanego modelu organizacji samowiedzy,
- eksploracja różnic w treści standardów Ja w ramach zaproponowanej typologii standardów.

3.1. Status teoretyczny pojęcia „standardy Ja”

Problematyka związana z Ja (*self*) znajduje się w samym centrum społeczno-poznawczej psychologii osobowości. Wiele badań koncentruje się wokół takich kategorii, jak samoświadomość, samowiedza czy samoregulacja, jednak za dużym przyrostem danych empirycznych nie nadąża wystarczający poziom integracji i teoretycznej syntezy zgromadzonej wiedzy. Powstaje wiele wycinkowych koncepcji, na potrzeby których tworzone są nowe terminy teoretyczne, często bez jasnego określenia ich relacji do terminów już istniejących (por. Leary, Tangney, 2012; Tesser, Crepez, Collins, Cornell, Beach, 2000). Jednym z pierwszych celów programu badawczego poświęconego standardom Ja było więc określenie statusu teoretycznego tego pojęcia, w tym szczególnie zdefiniowanie relacji do pojęć o pokrewnym znaczeniu.

Po pierwsze, umieściłem to pojęcie w szerszym kontekście standardów, definiowanych w nurcie społeczno-poznawczym jako „kryterium lub zasada (reguła), ustanowiona przez doświadczenie, pragnienia lub autorytet w celu określenia ilości i stopnia lub jakości i wartości (...)” (Higgins, 1990, s. 310). Wśród trzech szerokich klas standardów, wyróżnionych przez Higginsa (1990), standardy Ja (*self guides*) można uznać za jedną ze szczegółowych kategorii w ramach tzw. ukierunkowań (*guides*). Po drugie, definiując standardy Ja jako element samowiedzy jednostki odróżniłem go od innych aspektów samowiedzy. Po trzecie podjąłem próbę opisanie relacji standardów Ja do takich klasycznych pojęć psychologicznych, jak wartości i cele (por. rozdział 1.3)¹. Po czwarte wreszcie, najwięcej uwagi poświęciłem relacji między pojęciami standardy Ja oraz Ja możliwe (*possible selves*) w ujęciu Markus i Nurius (1986). Kwestia ta jest szczególnie ważna zarówno w warstwie teoretycznej zaproponowanego przeze mnie modelu samowiedzy, jak i dla metodologii przeprowadzonych badań empirycznych.

Standardy Ja zdefiniowałem jako element samowiedzy jednostki. Są to reprezentacje poznawcze oczekiwań i preferencji odnośnie własnej osoby (*preferential self-beliefs*, Morris, Kanfer, 1995), które należy odróżnić od innych aspektów samowiedzy, w tym szczególnie od przekonań o charakterze opisowym oraz wartościującym. Przekonania o charakterze opisowym (*descriptive self-beliefs*) tworzą tzw. Ja realne, które jest reprezentacją poznawczą przypisywanych sobie, jako aktualnie posiadane, cech, atrybutów czy umiejętności. Mogą też przybierać formę oszacowania własnej pozycji w odniesieniu do innych osób lub określonego obiektywnego kryterium lub skali. Z kolei przekonania o charakterze ewaluacyjnym (*evaluative self-beliefs*) wiążą się z wartościowaniem lub postawą wobec Ja, przyjmując formę akceptacji vs. dezaprobaty, lubienia vs. nielubienia, pozytywnej vs. negatywnej globalnej oceny Ja lub określonego aspektu własnej osoby (Morris, Kanfer, 1995; Oyserman, Elmore, Smith, 2012). Standardy Ja są poznawczą reprezentacją preferencji odnośnie własnej osoby i jako takie pełnią kluczową rolę jako kryterium w procesach samooceny, ale same w sobie nie są samooceną. Nie są również opisem Ja realnego, gdyż odnoszą się nie do aktualnego stanu Ja, ale do wyobrażonych oraz „wychylonych” w przyszłość pożądaných lub niepożądaných wizji Ja.

Powyższe definicyjne cechy standardów Ja wskazują na silne podobieństwo tego konstrukt do pojęcia Ja możliwych w ujęciu Markus i Nurius (1986). Teza o bliskoznacznym charakterze tych pojęć jest jednym z podstawowych założeń przyjętych przeze mnie na

¹ Formułowane w tej części autoreferatu odwołania do rozdziałów odnoszą się do odpowiednich rozdziałów książki „Standardy Ja. Hierarchiczny model samowiedzy”.

potrzeby opisywanego programu badawczego. Większość dotychczasowych badań nawiązujących do takich konstruktów, jak Ja idealne czy Ja powinnościowe (prototypowych przykładów standardów Ja), była prowadzona w nawiązaniu do teorii Higginsa (1987, 1997) i w kontekście pojęcia rozbieżności Ja. Badania nawiązujące do koncepcji Ja możliwych Markus i Nurius (1986) stanowią równoległy, stosunkowo niezależny nurt. Choć obydwie nurty badawcze odwołują się do podobnie definiowanych aspektów samowiedzy, to rzadko bezpośrednio odnoszą się do siebie, a relacje między pojęciami Ja możliwe oraz standardy Ja nie zostały wystarczająco jasno zdefiniowane, mimo podnoszonych w literaturze postulatów o potrzebie ich lepszej integracji (np. Carver, Lawrence, Scheier, 1999). Próbę realizacji tego postulatu podjąłem w opisywanej tu pracy. Jej celem jest jednak nie tylko synteza na poziomie teorii i uporządkowanie terminologii, ale także wykorzystanie w badaniach standardów Ja ciekawych rozwiązań metodologicznych stosowanych do tej pory w obszarze badań Ja możliwych. Z tego powodu znaczną część pierwszego rozdziału książki poświęciłem koncepcji Ja możliwych i określeniu relacji tego konstruktów do pojęcia standardów Ja.

3.2. Typologia standardów Ja i hierarchiczny model samowiedzy

Po zdefiniowaniu pojęcia standardów Ja podjąłem próbę ich bardziej szczegółowej i systematycznej kategoryzacji. Zaproponowałem typologię, która integruje dwa podstawowe odróżnienia: (1) standardów pozytywnych i negatywnych oraz (2) standardów idealnych i powinnościowych. Dychotomie te są obecne w literaturze, ale funkcjonują stosunkowo niezależnie od siebie. Uznałem, że teoretycznie zasadne oraz potencjalnie użyteczne jest ich połączenie, które skutkuje wyróżnieniem czterech szczegółowych standardów Ja:

- 1) Ja idealne – *Jaki chciałbyś być?* – standard pozytywny idealny,
- 2) Ja powinnościowe – *Jaki powinnościowy być?* – standard pozytywny powinnościowy,
- 3) Ja niepożądane – *Jaki nie chciałbyś być?* – standard negatywny idealny,
- 4) Ja zakazane – *Jaki nie powinnościowy być?* – standard negatywny powinnościowy.

Zaproponowana typologia jest próbą usystematyzowania takich pojęć, jak *ideal self*, *ought self* (Higgins, 1987), *undesired self* (Ogilvie, 1987), *hoped-for selves*, *expected selves*, *feared selves* (Markus, Nurius, 1986), *moral ideal self* (Hardy, Walker, Olsen, Woodbury, Hickman, 2014), czy *fantasy self* (Bybee, Luthar, Zigler, Merisca, 1997), używanych do tej pory w różnych kontekstach i bez wyraźnego określenia relacji między nimi. Dodatkowym autorskim wkładem jest tu po pierwsze wprowadzenie nowego terminu „Ja zakazane”, a po

drugie postulat, że podział na standardy pozytywne i negatywne ma bardziej podstawowy charakter niż odróżnienie ideałów i powinności.

Nowy termin „Ja zakazane” pozwala *explicite* wskazać na powinnościowy aspekt standardów negatywnych jako odrębny od ich aspektu idealnego. Odróżnienie to nie było do tej pory jednoznacznie sformułowane w literaturze przedmiotu. Zaproponowałem też, że podstawą typologii standardów należy uczynić odróżnienie standardów pozytywnych (związanych z procesami dążenia – *approach*) oraz standardów negatywnych (związanych z procesami unikania – *avoidance*, por. Carver, Scheier, 1998). Natomiast na bardziej szczegółowym poziomie w ramach obydwu kategorii odróżniłem aspekt idealny i powinnościowy, czyli odpowiednio Ja idealne i Ja powinnościowe w ramach standardów pozytywnych oraz Ja niepożądane i Ja zakazane w ramach standardów negatywnych.

Zaproponowana typologia standardów Ja posłużyła jako punkt wyjścia do zbudowania szerszego modelu organizacji samowiedzy, który obejmuje dwa typy przekonań, związanych z treścią standardów. Przyjąłem, że każdy z czterech standardów Ja można analizować zarówno pod kątem stopnia, w jakim osoba już go zrealizowała (realizacja standardu), jak i pod kątem oczekiwań co do prawdopodobieństwa i możliwości jego zrealizowania w przyszłości.

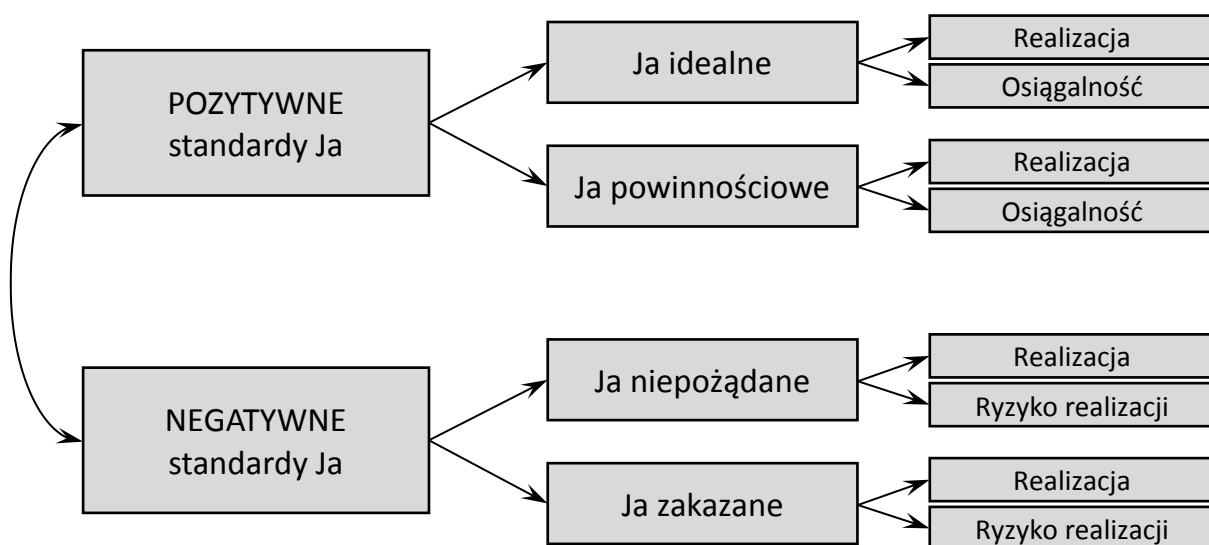
Pierwszy typ przekonań nawiązuje do zjawisk i procesów badanych w nawiązaniu do teorii rozbieżności Ja Higginsa (1987). Uznałem jednak, że w kontekście proponowanego przeze mnie modelu samowiedzy bardziej adekwatnym od pojęcia „rozbieżność Ja” (rozbieżność między Ja realnym i standardem Ja) jest pojęcie „realizacja standardów Ja”. Pojęcie rozbieżności, choć bliskie temu co rozumiem przez realizację standardów, koncentruje się na relacji między dwoma aspektami samowiedzy – Ja realnym i określonym standardem Ja – z których każdy jest analizowany względnie niezależnie. W przyjętej przeze mnie perspektywie teoretycznej, to standardy Ja są centralnym aspektem samowiedzy i stanowią kontekst, w którym analizowane jest tzw. Ja realne, a ten stan rzeczy lepiej oddaje właśnie pojęcie realizacji standardów. Za taką zmianą terminologii przemawiają też argumenty metodologiczne, związane z krytyką miar różnicowych (Byrne, 2002; Cronbach, Furby, 1970; Pelham, Swann, 1989), których stosowanie niejako implikuje pojęcie rozbieżności Ja. Szczegółowe wyjaśnienie dla takiej perspektywy teoretycznej oraz dla przyjętych założeń metodologicznych przedstawiłem w rozdziałach 1.6.4 oraz 2.2.2.4.

Drugi typ przekonań o standardach, który uznałem za integralny element postulowanego modelu samowiedzy, odnosi się do oczekiwań osoby odnośnie możliwości zrealizowania

standardu w przyszłości. O regulacyjnych funkcjach standardów Ja decyduje nie tylko percepcja stopnia ich aktualnego zrealizowania, ale także przekonania o osiągalności standardów czyli oczekiwania odnośnie prawdopodobieństwa zrealizowania w przyszłości.

Idea, że oczekiwania dotyczące możliwości osiągnięcia określonych stanów rzeczy są ważnym aspektem systemu przekonań jednostki, doskonale wpisuje się w społeczno-poznawcze myślenie o osobowości (np. Bandura, 2001; Maddux, Gosselin, 2012). Pytania o osiągalność określonych możliwości Ja są też często uwzględniane w badaniach prowadzonych w kontekście koncepcji Ja możliwych (np. Sutherland, Morley, 2008). Z drugiej strony, w klasycznych poznawczych modelach samoregulacji ten aspekt zwykle nie jest uwzględniany, a procesy regulacji zachowań i emocji są opisywane przez odniesienie jedynie do rozbieżności między Ja realnym i standardami Ja. Włączenie przekonań o osiągalności standardów do modelu samowiedzy jest więc kolejnym aspektem moich prób zbudowania szerszego modelu, który integrowałby koncepcje opisujące podobne zjawiska, ale funkcjonujące w zbyt dużej, jak się wydaje, izolacji.

Efektom tej koncepcyjnej części pracy, jaką podjąłem w opisywanym tu programie badawczym, jest tzw. hierarchiczny model samowiedzy (por. Rysunek 1). Wychodząc z zaproponowanej typologii standardów, uwzględnia on dwa typy przekonań, które są kluczowe w aspekcie regulacyjnych funkcji standardów Ja. Celem empirycznej części projektu była weryfikacja postulowanego modelu organizacji samowiedzy. Wymagało to uprzedniego opracowania adekwatnej metody badawczej.



Rysunek 1. Hierarchiczny model samowiedzy.

3.3. SSM – autorska metoda badania standardów Ja

Projektując narzędzie do badania treści standardów Ja oraz przekonań o ich realizacji i osiągalności kierowałem się tym, aby metoda maksymalnie trafnie odzwierciedlała założenia teoretyczne postulowanego hierarchicznego modelu samowiedzy. Dążyłem też do tego, aby stworzyć narzędzie możliwe krótkie i „przyjazne” dla badanego, a przy tym psychometrycznie rzetelne. Nawiązując do teoretycznych rozważań na temat standardów inspiracje czerpałem z metod stosowanych w dwóch nurtach badawczych, z których pierwszy związany jest z koncepcją Ja możliwych, a drugi z teorią rozbieżności Ja.

Szczególnie ten drugi nurt wypracował dużą różnorodność narzędzi, co samo w sobie uznałem za ciekawy wątek do rozważań metodologicznych (por. rozdział 2.2). Analizując rozwiązania stosowane w narzędziach badania rozbieżności Ja wyróżniłem cztery kryteria, na których można opisać każdą z metod: (1) charakter materiału testowego: werbalny vs abstrakcyjno-symboliczny, (2) sposób badania: idiograficzny vs nomotetyczny, (3) poziom reprezentacji Ja: lokalny (atrybutowy) vs globalny oraz (3) wyznaczanie wskaźników rozbieżności Ja: pomiar pośredni vs bezpośredni. Wskazałem na zalety i ograniczenia poszczególnych rozwiązań w ramach każdego z tych czterech aspektów. Tak przeprowadzony przegląd narzędzi (por. 2.2.2, 2.2.3) stanowi kontekst, który pozwolił uzasadnić wybór rozwiązań metodologicznych, jakie zastosowałem w swojej metodzie badania standardów Ja.

Powstało narzędzie, które określiłem za pomocą akronimu SSM (*Self-Standards' Measure*). Jest to metoda komputerowa, którą można stosować tak w wersji *offline*, jak i za pośrednictwem Internetu. W zdecydowanej większości swoich badań korzystałem z wersji internetowej, a argumenty za wyborem takiej opcji przedstawiłem w rozdziale 7.4. Niezależnie od kanału udostępnienia metody procedura badania składa się z dwóch etapów. W pierwszym kroku osoba badana generuje indywidualny (idiograficzny) samoopis, wymieniając atrybuty składające się na jej cztery standardy Ja. W drugim kroku wymienione wcześniej treści są oceniane na wystandaryzowanych skalach ilościowych, w celu określenia stopnia realizacji i osiągalności standardów Ja.

W przeprowadzonych do tej pory badaniach stosowałem trzy wersje SSM różniące się długością list atrybutów, jakie badany ma wymienić w pierwszym kroku badania, co przekłada się wyraźnie na całkowity czas trwania badania i stopień jego złożoności. Szczegółowa analiza zebranego materiału pozwoliła ustalić, że wersja w której badany wymienia po cztery atrybuty dla każdego z czterech standardów Ja (SSM4) jest rozwiązaniem optymalnym (por. rozdziały

3.5 i 3.7). Jest to wersja najprostsza, z najkrótszym średnim czasem badania, której stosowanie nie wiąże się z obniżeniem rzetelności pomiaru w porównaniu z wersją najdłuższą (SSM6). Dla wszystkich trzech wersji narzędzia, jak również dla różnych podgrup osób badanych wersją SSM4, uzyskałem dobre wskaźniki zgodności wewnętrznej (por. rozdział 3.7.1). Metoda cechuje się też zgodnym z teoretycznymi oczekiwaniami poziomem stabilności bezwzględnej (por. rozdział 3.7.2).

3.4. Weryfikacja hierarchicznego modelu samowiedzy

Jednym z dwóch głównych celów przeprowadzonych badań empirycznych była weryfikacja, zaproponowanego w pierwszym rozdziale książki, hierarchicznego modelu samowiedzy. Model ten uwzględnia dwupoziomową organizację standardów Ja oraz dwa typy przekonań o standardach. Weryfikację modelu przeprowadziłem za pomocą serii confirmacyjnych analiz czynnikowych. Porównywałem dopasowanie do danych empirycznych dwóch alternatywnych modeli teoretycznych. Postulowany model przyjmuje, że podstawą typologii standardów jest odróżnienie standardów pozytywnych i negatywnych. Drugi model, co do którego postulowałem słabe dopasowanie do danych, bazował na założeniu, że podstawą typologii standardów jest odróżnienie ideałów od powinności.

Pierwsza próba empirycznego potwierdzenia hierarchicznego modelu samowiedzy bazowała na danych pochodzących z badań studentów ($N = 452$). Uzyskałem dobre wskaźniki dopasowania dla postulowanego modelu, a wyniki tego badania zostały opublikowane w czasopiśmie *Current Psychology* (Bąk, 2014). Stanowiło to punkt wyjścia dla dalszych badań, których celem było sprawdzenie modelu w innych grupach oraz dla innych wersji narzędzia badawczego. W opisywanej tu monografii przywołałem ponownie opublikowane wcześniej wyniki (Bąk, 2014), ale uzupełniłem je o znacznie większą bazę nowych danych. Uzyskałem potwierdzenie modelu dla danych zebranych za pomocą trzech wersji procedury SSM, a w ramach SSM4 dla trzech grup wiekowych (adolescentów, studentów oraz niestudujących dorosłych), a także oddzielnie dla kobiet i mężczyzn. W kolejnym kroku, stosując procedury wielogrupowych analiz confirmacyjnych (MGCFA), wykazałem międzygrupową równowagę postulowanego modelu samowiedzy. Dodatkowo, w ramach współpracy z Guido Alessandri z Uniwersytetu *Sapienza* w Rzymie, przeprowadziłem badania na próbie włoskich studentów. Dostarczyły one wstępnych danych sugerujących potrzebę sprawdzenia

międzykulturowej uniwersalności modelu, ponieważ wyniki włoskie i polskie były wysoce zbieżne.

Podsumowując, weryfikacja hierarchicznego modelu samowiedzy bazuje na danych pochodzących od ponad 2300 osób badanych. Przedstawiony w książce materiał stanowi podstawy, aby traktować ten model jako bardziej ogólną teorię strukturalnej organizacji samowiedzy, a nie tylko odzwierciedlenie struktury przekonań na temat Ja w jednej określonej próbie. Choć badania opisane w książce nie odnosiły się wprost do regulacyjnych funkcji standardów Ja, to kompleksowa weryfikacja modelu może być bazą zarówno dla analiz teoretycznych, jak i dla dalszych badań skupionych na dynamicznych aspektach samoregulacji.

3.5. Analiza treści standardów Ja

Poza weryfikacją strukturalnej części modelu, ważnym aspektem badań opisanych w monografii „Standardy Ja. Hierarchiczny model samowiedzy”, była analiza zawartości treściowej standardów Ja, wyróżnionych w ramach ich dwupoziomowej typologii. Główne pytanie tego aspektu analiz dotyczyło tego czy uwzględnione w modelu standardy Ja różnią się w zakresie treści budujących je atrybutów, niezależnie od tego, że odróżnienie czterech typów standardów znalazło potwierdzenie w wynikach confirmacyjnych analiz czynnikowych. Przyjmując, że osoba opisuje każdy ze standardów Ja za pomocą pewnej liczby swobodnie generowanych atrybutów, analizowano zawartość treściową tych opisów. Jakościowe różnice między poszczególnymi aspektami samoopisu traktowano jako kolejny argument na rzecz zaproponowanej typologii standardów Ja i bazującego na niej hierarchicznego modelu samowiedzy.

Treść standardów Ja analizowano w czterech badaniach. Przedmiotem pierwszego z nich (por. rozdział 5.4) są różnice na najbardziej podstawowym poziomie semantycznym. Sprawdzano stopień dosłownego nakładania się opisów ideałów i powinności, a także relacje semantyczne między standardami pozytywnymi i negatywnymi. Przeprowadzone analizy wykazały, że treść ideałów pokrywa się z treścią powinności tylko w zakresie ok 30% budujących je atrybutów. Wykazano też, że standardy negatywne nie są prostą odwrotnością semantyczną standardów pozytywnych (na zasadzie „śmiały – nieśmiały”). Udział treści antonimicznych w porównaniach par: Ja idealne – Ja niepożądane oraz Ja powinnościowe – Ja zakazane nie przekracza 20%. Wyniki tego badania wskazują więc na nieredundantny charakter samoopisów poszczególnych standardów Ja.

W kolejnym badaniu przeprowadziłem nowe w tym obszarze badań analizy form gramatycznych, używanych w swobodnie generowanych samoopisach (por. rozdział 5.5). Choć większość atrybutów Ja ma formę przymiotnikową (np. śmiały, agresywny, zbyt poważny, wewnętrznie spokojny), to pozostaje znaczna ich część, która wyrażona jest za pomocą innych konstrukcji gramatycznych. Przeprowadzone analizy wykazały dodatkowo ciekawe zróżnicowanie w zależności od typu standardu Ja. Okazało się między innymi, że formy rzeczownikowe (np. agresja, poliglota, podzielność uwagi, spóźnialstwo) występują częściej w obszarze standardów negatywnych niż pozytywnych, a formy imiesłowowe (np. cieszący się życiem, lubiany, wyśmiewający) są najczęściej spotykane w opisach Ja idealnego. Różnice te znajdują, jak się wydaje, ciekawe interpretacje w odniesieniu do teorii psycholingwistycznych i narracyjnych, w tym szczególnie w kontekście prac Pennebaker (np. Pennebaker, Mehl, Niederhoffer, 2003) oraz modelu kategorii językowych Semina i Fiedlera (1991).

Dwa kolejne badania skupiają się na analizie treści standardów Ja w odniesieniu do wymiarów zaczerpniętych z wiodących teorii psychologicznych. Są to odpowiednio wymiary sprawczości vs. wspólnotowości w ujęciu Wojciszke (2010; por. rozdział 6.1) oraz wymiary z pięcioczynnikowej teorii osobowości McCrae i Costy (1999; por. rozdział 6.2). Oprócz różnic w zakresie teoretycznego źródła wymiarów, do których sprowadzono samoopisy osób badanych, badania te różnią się też w aspekcie zastosowanej metodologii kodowania treści. W obydwu badaniach uzyskano szereg ciekawych wyników, z których część potwierdza sformułowane wcześniej hipotezy, a część ujawnia dodatkowe, nieoczekiwane prawidłowości. Wśród ciekawszych wyników można wymienić następujące:

- W samopisach pozytywnych standardów Ja przeważają treści związane z perspektywą sprawcy (np. aktywny, inteligentny, przedsiębiorczy) nad treściami związanymi z perspektywą biorcy (np. akceptujący, przyjacielski, życzliwy).
- Treści związane z perspektywą biorcy (lojalny, tolerancyjny, lekceważący, pogardliwy) są generalnie wyraźniej obecne w samoopisach standardów powinnościowych (Ja powinnościowe i Ja zakazane) niż idealnych (Ja idealne i Ja niepożądane).
- Treść standardów negatywnych nie jest prostym „lustrzanym odbiciem” efektów obserwowanych w obszarze standardów pozytywnych.
- Treści związane z wymiarami sumienności (np. ambitny, obowiązkowy, bałaganiarz, leniwy) i ugodowości (np. czuły, opiekuńczy, egoizm, kłótlivy) są wyraźniej obecne w obszarze standardów powinnościowych niż idealnych.

- Z kolei wymiary neurotyczności (np. emocjonalny, impulsywny, odporny, silny psychicznie) i ekstrawersji (np. energiczny, gadulstwo, nietowarzyski, skryty) są wyraźniej obecne w samoopisach ideałów niż powinności.

Przeprowadzone badania ujawniły znacznie więcej różnic w treści atrybutów używanych do opisu poszczególnych standardów Ja. Wykryto też szereg ciekawych efektów międzygrupowych (porównanie grup gimnazjalistów vs. studentów vs. niestudujących dorosłych), które stanowią dodatkowy wątek omawianej tu monografii (por. rozdz. 7.3.5). Podsumowując, można powiedzieć, że łącznie z wynikami analiz odnoszących się do struktury samowiedzy (analizy CFA) wyniki opisanych w monografii wielowątkowych analiz treści potwierdzają zasadność rozróżnień w ramach zaproponowanej typologii standardów Ja i związanej z nią hierarchicznego modelu samowiedzy.

E. Omówienie pozostałych osiągnięć naukowo-badawczych

E1. Struktura Ja i procesy samoregulacji

Najważniejszym obszarem moich zainteresowań naukowych jest, osadzona w szerokim nurcie społeczno-poznawczej psychologii osobowości, problematyka struktury i regulacyjnych funkcji Ja. Z tych dociekań wyłonił się między innymi program badań poświęconych standardom Ja, którego rezultaty opisałem w monografii „Standardy Ja. Hierarchiczny model samowiedzy” (por. pkt D.).

Początek moich badań, dotyczących struktury Ja, wiąże się z projektem doktorskim, poświęconym problematyce rozbieżności Ja. W badaniach tego konstruktu uwzględniałem zwykle szerszą, niż to ma miejsce w większości badań inspirowanych teorią Higginsa (1987), paletę rozbieżności w strukturze Ja. Uzyskiwane przeze mnie wyniki (Bąk, 2003, 2005; Falewicz, Bąk, 2016) konsekwentnie wskazują, że związki rozbieżności Ja z emocjami są co prawda wyraźne, ale mają charakter niespecyficzny. W tym sensie wpisują się w ciąg badań krytycznych wobec centralnej tezy Higginsa o związkach określonych rozbieżności Ja ze specyficznymi emocjami (por. Key, Mannella, Thomas, Gilroy, 2000; Phillips, Silvia, 2010; Tangney, Niedenthal, Covert, Barlow, 1998).

Podjęmowałem też próby pogłębienia teoretycznej interpretacji tych prawidłowości, czego efektem są dwa współautorskie rozdziały, przygotowane w zespole Katedry Psychologii Osobowości, na zaproszenie badaczy z innych ośrodków naukowych. Pierwszy z nich (Bąk, Oleś, 2009) dotyczył lęku analizowanego w kontekście poznawczych modeli samoregulacji i

został opublikowany w monografii pt. „Lęk. Geneza, mechanizmy, funkcje” pod redakcją Małgorzaty Fajkowskiej i Błażeja Szymury. W pracy tej poszukiwaliśmy odpowiedzi na pytanie o specyfikę doświadczeń lękowych analizowanych z perspektywy systemu Ja, a także o naturę relacji między lękiem a depresją. Drugi tekst (Bąk, Jankowski, 2011) koncentrował się na problematyce nastroju i został opublikowany w monografii pt. „Nastrój. Modele, geneza, funkcje” pod redakcją Ewy Goryńskiej, Marii Ledzińskiej i Marcina Zajenkowski. Przeprowadziliśmy tu analizę złożonych relacji między samoświadomością i nastrojem, uwzględniając odróżnienie samoświadomości doświadczeniowej oraz analitycznej (ruminacyjnej). Zaproponowaliśmy model, w którym pierwszy typ samoświadomości wiąże się z efektywną, a drugi z nieefektywną regulacją nastroju. Opisaliśmy również odpowiadające za to procesy i mechanizmy. Refleksja teoretyczna związana z przygotowaniem tego tekstu stała się jedną z inspiracji dla sformułowanego później szerszego modelu adaptacyjnych właściwości koncepcji siebie (por. Jankowski, Bąk, w opracowaniu), którego empiryczną weryfikację prowadzimy obecnie w ramach kierowanego przez Tomasza Jankowskiego grantu NCN (por. pkt. E8.2).

Wątek relacji między Ja i emocjami podejmowałem też w szerszym kontekście przekonań na własny temat, obejmujących takie konstrukty jak globalna samoocena, przekonania o skuteczności, nadzieja oraz optymizm. W analizach przeprowadzonych wspólnie z Mariolą Łaguną wykazaliśmy, że spośród różnych przekonań na własny temat samoocena jest relatywnie najsilniejszym predyktorem emocji. Z kolei możliwość przewidywania emocji na podstawie zmiennych związanych z Ja w największym stopniu dotyczy lęku i depresji. Natomiast tendencja do reagowania złością w niewielkim stopniu zależy od tego, co i w jaki sposób myślimy o sobie, a większe znaczenie mają tu prawdopodobnie zmienne temperamentalne (Łaguna, Bąk, 2007).

Kolejny wątek badań struktury Ja i procesów samoregulacji nawiązuje do hipotezy teoretycznej, którą sformułowałem na podstawie wyników projektu doktorskiego. Bazując na rezultatach eksploracyjnych analiz czynnikowych (por. Bąk, 2005) zaproponowałem, aby opisywać organizację samowiedzy poprzez wyróżnienie trzech jej wymiarów: (1) odniesienie do standardów pozytywnych, (2) odniesienie do standardów negatywnych oraz (3) odniesienie do stanów możliwych. Model ten został zaprezentowany między innymi podczas *13th European Conference on Personality* (Ateny, 2006), a także opisany w rozdziale przygotowanym we współautorstwie z Piotrem Olesiem (Bąk, Oleś, 2008). Omawiamy w nim postulowane właściwości samoregulacji w zależności od tego, czy główną rolę pełnią w tych

procesach standardy pozytywne, standardy negatywne, czy też przekonania o posiadanych możliwościach.

Dalsze prace nad weryfikacją tej propozycji teoretycznej prowadziłem w ramach grantu MNiSW pt. „Koncepcja trzech wymiarów samoregulacji – weryfikacja modelu” (NN106263535), którym kierowałem w latach 2008–2012. Badania wchodzące w skład tego projektu układają się w dwa wątki tematyczne. Pierwszy z nich wiązał się z badaniem struktury przekonań na własny temat i stał się inspiracją dla sformułowanego później hierarchicznego modelu samowiedzy (Bąk, 2017). Badania zrealizowane w ramach grantu dostarczyły pierwszego pakietu danych wykorzystanych do konfirmacji modelu, co opisałem w artykule opublikowanym w czasopiśmie *Current Psychology* (Bąk, 2014).

Drugi wątek wiązał się z badaniami eksperymentalnymi, w których sprawdzałem efekty aktywizacji określonych aspektów samowiedzy. Badania te prowadziłem w ramach utworzonego w roku 2010 Laboratorium Psychologii Społeczno-Poznawczej (*Social Cognition Laboratory – SCLab*). Sprawdzaliśmy wpływ aktywizacji samowiedzy na poziom wykonania różnych zadań, a także na formalne aspekty wykonania oraz towarzyszące temu doświadczenia emocjonalne. W jednym z badań wykazaliśmy, że choć aktywizacja przekonań o własnych możliwościach nie prowadzi do wyższego poziomu wykonania zadania poznawczego (klasyfikowanie przedmiotów), w porównaniu z aktywizacją przekonań o aktualnie posiadanych właściwościach, to wiąże się z nieco lepszym nastrojem po zakończeniu zadania (Ciastek, Bąk, 2012). W innych badaniach kategoria przekonań o własnych możliwościach była przeciwstawiona standardom Ja. Wśród ciekawszych wyników warto zwrócić tu uwagę na dwa efekty. Po pierwsze aktywizacja Ja powinnościowego prowadziła do lepszego, w porównaniu z aktywizacją przekonań o możliwościach, poziomu wykonania zadania, które było nużące i wymagało długotrwałego utrzymania uwagi. Aktywizacja powinności wiązała się też z szybszym wykonaniem, a towarzyszące temu wskaźniki emocjonalne, pozwalają interpretować to nie tyle jako większe tempo, co raczej podszyty niepokojem pośpiech. W przeciwieństwie do tego aktywizacja przekonań o posiadanych możliwościach wiązała się z wolniejszym i spokojniejszym wykonaniem (Bąk, Ciastek, Michalczuk, 2015). W kolejnym eksperymencie skupiliśmy się na pewnych szczegółowych aspektach funkcjonowania poznawczego, związanych z zakresem uwagi. Uzyskano wstępne dane, wskazujące że aktywizacja możliwości prowadzi do bardziej globalnej (w odróżnieniu od lokalnej) percepcji bodźca w porównaniu z aktywizacją standardów Ja. Co ciekawe, dotyczy to przekonań tak o pozytywnych, jak i negatywnych możliwościach (Bąk, 2012).

Kolejny obszar moich zainteresowań badawczych, dotyczących samowiedzy i samoregulacji, wiąże się z koncepcją ukierunkowań regulacyjnych Higginsa (*regulatory focus*; Higgins, 1997, 2012). Na etapie doktoratu był to dodatkowy, poboczny wątek, a więcej uwagi poświęciłem tej problematyce po doktoracie. Początkowo zainteresował mnie sam model teoretyczny, którego podstawą jest odróżnienie promocyjnego i prewencyjnego ukierunkowania w samoregulacji. Efektem moich studiów w tym obszarze był artykuł teoretyczno-przeglądowy, opublikowany w czasopiśmie *Roczniki Psychologiczne*, w którym omówiłem teorię, dokonałem przeglądu inspirowanych nią badań a także przeprowadziłem szerszą dyskusję, uwzględniającą wątki krytyczne oraz autorską propozycję odniesienia ukierunkowań regulacyjnych do innych pojęć z obszaru psychologii poznawczej oraz psychologii temperamentu (Bąk, 2008). W ramach tego wątku dociekań teoretycznych wygłosiłem także w 2007 roku referat na zaproszenie studenckiego koła naukowego Instytutu Psychologii Uniwersytetu Gdańskiego. Referat był elementem konferencji naukowej poświęconej problematyce realizacji celów, a jego tematem była teoria samoregulacji Higginsa, która wówczas nie była jeszcze szeroko znana w Polsce.

Moje dalsze prace w obszarze teorii Higginsa (1997) wiązały się z metodologią pomiaru ukierunkowań regulacyjnych. Koordynowałem prace nad opracowaniem polskich adaptacji kwestionariuszy RFQ (*Regulatory Focus Questionnaire*; Higgins i in., 2001) oraz RFS (*Regulatory Focus Scale*; Fellner i in. 2007), do badania dyspozycyjnej promocji i prewencji jako stylów samoregulacji. Praca nad adaptacją RFQ oraz RFS była elementem mojego udziału w grantie badawczym MNiSW pt. „Osobowościowe i sytuacyjne uwarunkowania podejmowania szkoleń” (NN106423440), kierowanym przez Mariolę Łagunę. Ten wątek badań został sfinalizowany w postaci artykułu opublikowanego na łamach czasopisma *Psychologia Społeczna* (Bąk, Łaguna, Bondyra-Łuczka, 2015). Zostałem także zaproszony przez Alinę Kolańczyk do współpracy w opracowaniu oryginalnego narzędzia jej autorstwa, określanego jako Skala Samoregulacji Promocyjnej i Prewencyjnej SSPP. Jest to nowy kwestionariusz, który oprócz podstawowego odróżnienia promocji i prewencji, uwzględnia w ramach każdego z tych dwóch stylów podskale standardów i kontroli, a dodatkowo mierzy także siłę motywacji. Wyniki badań dotyczących tego narzędzia wraz z finalną wersją SSPP również zostały opublikowane w czasopiśmie *Psychologia Społeczna* (Kolańczyk, Bąk, Roczniwska, 2013).

Zaadaptowane do warunków polskich kwestionariusze RFQ i RFS wykorzystywałem między innymi w projektach studenckich, realizowanych w ramach prac seminaryjnych. Za

jedne z ciekawszych uznaję badania poświęcone osobowościowym predyktorom ukierunkowań regulacyjnych, których wyniki prezentowałem podczas *14th European Congress of Psychology* w Oslo (lipiec 2007) oraz jako element artykułu opublikowanego w *Psychologii Społecznej* (Bąk i in. 2015).

Publikacje związane z pkt. E1

1. Falewicz, A., Bąk, W. (2016). Private vs. public self-consciousness and self-discrepancies. *Current Issues in Personality Psychology*, 4, 58–64. doi:10.5114/cipp.2016.55762
2. Bąk, W., Ciastek, S., Michalczyk, M. (2015). Pressing obligations or inspiring potentials? The influence of the ought vs. expected selves on task performance. *Europe's Journal of Psychology*, 11, 349–362. doi:10.5964/ejop.v11i2.943
3. Bąk, W., Łaguna, M., Bondyra-Luczka, E. (2015). Kwestionariuszowe metody pomiaru ukierunkowań regulacyjnych. Polskie adaptacje kwestionariuszy RFQ i RFS. *Psychologia Społeczna*, 10, 84–99. doi:10.7366/1896180020153206
4. Bąk, W. (2014). Self-standards and self-discrepancies. A structural model of self-knowledge. *Current Psychology*, 33, 155–173. doi:10.1007/s12144-013-9203-4
5. Kolańczyk, A., Bąk, W., Rocznińska, M. (2013). Skala Samoregulacji Promocyjnej i Prewencyjnej (SSPP). *Psychologia Społeczna*, 8, 203–218.
6. Ciastek, S., Bąk, W. (2012). Wpływ aktywizacji przekonań o własnych możliwościach na proces klasyfikacji. *Przegląd Naukowo-Metodyczny. Edukacja dla Bezpieczeństwa*, 16, 71–81.
7. Bąk, W., Jankowski, T. (2011). Samoświadomość a nastrój. Emocjonalne skutki skupiania uwagi na sobie. W: E. Goryńska, M. Ledzińska, M. Zajenkowski (red.), *Nastrój. Modele, geneza, funkcje* (s. 270–287). Warszawa: Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego.
8. Bąk, W., Oleś, P. (2009). Lęk w kontekście procesów samoregulacji. W: M. Fajkowska, B. Szymura (red.), *Lęk: geneza – mechanizmy – funkcje* (s. 231–258). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
9. Bąk, W., Oleś, P. (2008). Koncepcja trzech planów organizacji systemu Ja. W: M. Plopa, M. Błazek (red.), *Współczesny człowiek w świetle dylematów i wyzwań: perspektywa psychologiczna* (s. 45–55). Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
10. Bąk, W. (2008). Teoria ukierunkowań regulacyjnych E. Tory Higginsa. *Roczniki Psychologiczne*, 11, 7–38.
11. Łaguna, M., Bąk, W. (2007). Emocje i przekonania na temat Ja. Dwa kierunki wyjaśniania ich wzajemnych relacji. W: A. Błachnio, A. Gózik (red.), *Blżej emocji* (s. 205–217). Lublin: Wydawnictwo KUL.
12. Bąk, W. (2005). Emocjonalne korelaty rozbieżności JA – badania inspirowane teorią E. T. Higginsa. *Psychologia. Edukacja i Społeczeństwo*, 2, 27–39.
13. Bąk, W. (2003). Struktura systemu Ja a nasilenie lęku egzystencjalnego. W: P. Francuz, M. Grygielski, W. Otrębski (red.), *Studia z psychologii w KUL* (t. 11, s. 137–156). Lublin: Wydawnictwo KUL.
14. Bąk, W. (2002). E. Tory Higginsa teoria rozbieżności Ja. *Przegląd Psychologiczny*, 45, 39–55.

E2. Złość – pomiar i korelaty

Problematyka emocji jest nie tylko integralnym elementem moich badań związanych z konstruktem rozbieżności Ja (por. pkt. E.1), ale stanowi także odrębny, niezależny wątek badawczy. Szczególnie interesuje mnie emocja złości, która, jak pokazują badania Wojciszke i Baryły (2005), należy do najczęściej doświadczanych emocji, ale jednocześnie jej charakter i status teoretyczny jest dość niejednoznaczny. Choć zwykle jest traktowana jako jedna z emocji negatywnych (np. Averill, 1983), to doświadczanie złości często wiąże się z przyjemnym przyływem energii oraz poczuciem sprawstwa (Tibubos, Schnell, Rohrmann, 2012).

Dodatkowo łączy się raczej z procesami dążenia niż unikania (np. Carver, Harmon-Jones, 2009), a związana z jej doświadczaniem aktywność mózgową przypomina bardziej emocje pozytywne niż negatywne (Harmon-Jones, Sigelman, 2001). Mimo tych ciekawych właściwości złość jest stosunkowo rzadko przedmiotem zainteresowania psychologów emocji, zwłaszcza jeśli wprowadzić jej wyraźne odróżnienie od zachowań agresywnych. Jednym z problemów tego obszaru badań jest niedobór narzędzi pomiaru emocji złości, jako odróżnionej od powiązanych z nią zjawisk i procesów.

Moje zaangażowanie w badania złości wiązało się początkowo właśnie z wątkiem metodologicznym i z pracami nad polską adaptacją kwestionariusza STAXI-2 (Spielberger, 1999). Kwestionariusz ten jest jedną z najczęściej stosowanych metod pomiaru złości, a w warstwie teoretycznej opiera się na wyraźnym odróżnieniu emocji złości od zachowań agresywnych oraz wrogości ujmowanej w kategoriach postawy (por. Spielberger, Reheiser, 2009). STAXI-2 składa się z 57 pozycji podzielonych na szereg skal i podskal. Bada złość w aspekcie jej stanu oraz cechy (analogicznie jak powszechnie znany w Polsce kwestionariusz STAI do badania lęku – por. Sosnowski, Wrześniewski, Jaworowska, Fecenec, 2011), ale dodatkowo ujmuje po dwa aspekty ekspresji oraz kontroli złości.

Początek prac nad polską adaptacją STAXI-2 wiąże się z moim projektem doktorskim, na potrzeby którego uzyskaliśmy tę metodę (wspólnie z Piotrem Olesiem) bezpośrednio od autora, wraz ze zgodą na opracowanie polskiej wersji i stosowanie jej w badaniach. Po doktoracie wykorzystywałem ten kwestionariusz w kilku studenckich pracach badawczych, a także udostępniałem go do projektów prowadzonych przez innych badaczy w Polsce. Zebrany w ten sposób materiał pozwolił na przeprowadzenie systematycznych analiz właściwości psychometrycznych polskiej wersji STAXI-2. Efektem tych prac jest artykuł, który ukazał się w czasopiśmie *Polskie Forum Psychologiczne* (Bąk, 2016a). Wykazuję w nim, że metoda może być stosowana w badaniach naukowych jako rzetelne i trafne narzędzie badania złości. Kolejnym krokiem, jaki planuję podjąć w ramach prac nad tym narzędziem, jest opracowanie norm, co pozwoli na stosowanie STAXI-2 w praktyce psychologicznej w obszarze indywidualnej diagnozy klinicznej.

Metoda w opracowanej przeze mnie wersji spotkała się z dużym zainteresowaniem innych badaczy. Oprócz badań prowadzonych w Instytucie Psychologii KUL, udostępniałem ją do kilkunastu projektów badawczych realizowanych w różnych ośrodkach w Polsce, takich jak m.in. Uniwersytet SWPS, Uniwersytet Warszawski, Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy, Akademia Pedagogiki Specjalnej w Warszawie, Akademia L. Koźmińskiego w

Warszawie, Warszawski Uniwersytet Medyczny, Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu, czy Instytut Psychiatrii i Neurologii. Jednym z ciekawszych przykładów są tu badania prowadzone w latach 2014–2016 w Instytucie Wymiaru Sprawiedliwości w Warszawie, realizowane pod kierunkiem prof. Dobrochny Wójcik. Dotyczyły one efektywności prowadzonych w zakładach karnych programów korekcyjnych, a wymiernym efektem tych badań jest monografia pt. „W poszukiwaniu skutecznych reakcji na przestępczość. Programy korekcyjno-edukacyjne” (Czarnecka-Działuk, Drapała, Ostaszewski, Więcek-Durańska, Wójcik, 2017). Kwestionariusz STAXI-2 był elementem jednego z opisanych tam badań, a mój udział polegał na konsultowaniu wyników analiz oraz ich interpretacji, co zostało odnotowane przez autorów publikacji (por. Czarnecka-Działuk i in., 2017, s. 11).

Wśród własnych badań dotyczących złości ciekawe wyniki dotyczą między innymi osobowościowych predyktorów różnych aspektów doświadczania tej emocji, jej ekspresji oraz kontroli. Badanie to potwierdziło sformułowaną wcześniej hipotezę, że największe znaczenie mają wymiary ugodowości i neurotyczności. Okazało się jednak, że ważnym wyjątkiem jest zmienna związana z tłumieniem złości, dla której najważniejszym predyktorem jest introwersja, a dodatkowo efekt ten jest mediowany przez nieśmiałość. Można powiedzieć, że skłonność do tłumienia złości jest szczególnie silna u osób introwertywnych, ale mechanizmem odpowiedzialnym za tę tendencję jest nieśmiałość. Są to nowe informacje na temat złości i związanych z nią zjawisk, które opublikowałem w postaci artykułu w czasopiśmie *Polish Psychological Bulletin* (Bąk, 2016b).

Publikacje związane z pkt E2:

1. Bąk, W. (2016a). Pomiar stanu, cechy, ekspresji i kontroli złości. Polska adaptacja kwestionariusza STAXI-2. *Polskie Forum Psychologiczne*, 21, 93–122. doi:10.14656/PFP20160107
2. Bąk, W. (2016b). Personality predictors of anger. The role of FFM traits, shyness, and self-esteem. *Polish Psychological Bulletin*, 47, 373–382. doi:10.1515/ppb-2016-0044

E3. Badania w obszarze stosowanej psychologii klinicznej

Bezpośrednio po ukończeniu studiów magisterskich z psychologii podjąłem studia doktoranckie na Wydziale Nauk Społecznych KUL. Równolegle, przez okres sześciu lat, zajmowałem się terapią uzależnień oraz poradnictwem psychologicznym. Do chwili obecnej, choć w mniejszym wymiarze czasowym, łączę pracę naukowo-dydaktyczną z psychologią praktyczną – głównie w formie poradnictwa psychologicznego oraz przygotowywania opinii psychologicznych na zlecane sądów cywilnych. To zaangażowanie w praktyczną psychologię

kliniczną znalazło też odzwierciedlenie w moich zainteresowaniach badawczych w obszarze poznawczej psychologii Ja.

Pierwszym tego efektem jest artykuł poświęcony rozbieżnościom Ja w różnych zaburzeniach psychicznych wraz z odniesieniami do psychoterapii, który opublikowałem w *Czasopiśmie Psychologicznym* (Bąk, 2008). W roku 2012 nawiązałem także współpracę z badaczami z Katedry Psychopatologii i Psychoterapii Uniwersytetu Warszawskiego, w ramach której przygotowaliśmy artykuł na temat zmian w strukturze Ja w efekcie psychoterapii, opublikowany w czasopiśmie *Roczniki Psychologiczne* (Huflejt-Lukasik, Bąk, Styła, Klajs, 2015). Tekst ten powstał jako pokłosie sympozjum pt. „Psychologiczne mechanizmy zmian w psychoterapii” (Warszawa, 16–17 listopada 2012) i jest efektem dyskusji w zespole złożonym z badaczy problematyki Ja, badaczy zjawisk związanych z psychoterapią jak i osób zajmujących się psychoterapią w praktyce.

Łącząc zainteresowania poznawczą psychologią Ja i psychoterapią przygotowałem także samodzielny artykuł, poświęcony terapeutycznym implikacjom koncepcji Ja możliwych, który ukazał się w czasopiśmie *International Journal of Mental Health and Addiction* (Bąk, 2015). Bazując na koncepcji teoretycznej Markus i Nurius (1986) oraz wynikach badań dotyczących podatności Ja możliwych na zmiany, akcentuję w nim regulacyjne funkcje samowiedzy i wskazuję na możliwość aplikacji tej wiedzy do planowania interwencji terapeutycznych. Jako przykład konkretnej procedury, która bazuje na empirycznie zweryfikowanej teorii procesów samoregulacji, opisuję, opracowaną przez Vieth i wsp. (2003), terapię SST (*Self-System Therapy*). Jest to krótkoterminowa terapia depresji dedykowana pacjentom, u których źródłem objawów depresyjnych są chroniczne niepowodzenia w realizacji pozytywnych celów (promocyjnie zorientowanych strategiach samoregulacji).

Moje zainteresowania aplikacjami wiedzy na temat Ja w obszarze psychologii klinicznej i psychoterapii skupiają się nie tylko na pracach teoretyczno-przeglądowych, ale przyjmują też formę badań empirycznych. W ramach Laboratorium Psychologii Społeczno-Poznawczej (SCLab) przeprowadziliśmy, we współpracy z Pawłem Holasem z Uniwersytetu Warszawskiego, badania poświęcone efektom terapii bazującej na uważności (*mindfulness*). Elementem tych badań jest m.in. analiza zmian w treści i strukturze samowiedzy, a odnoszące się do tego wyniki są obecnie na etapie opracowywania.

Uczestniczę również w badaniach prowadzonych w Katedrze Psychologii Klinicznej KUL, poświęconych weryfikacji teorii wczesnych nieadaptacyjnych schematów Jeffreyego E.

Younga (Martin, Young, 2010). Elementem tego projektu jest określenie roli jaką schematy pełnią w osobowości i ich związków ze strukturą Ja. Jednym ze stosowanych w tym celu narzędzi pomiaru jest opracowana przeze mnie procedura SSM (por. Bąk, 2014, 2017) do badania standardów Ja i struktury samowiedzy. Badania te są w trakcie realizacji, a do tej pory zebraliśmy dane od ponad 400 osób w wieku od 16 do 60 lat.

Publikacje związane z pkt. E3

1. Bąk, W. (2015). Possible selves. Implications for psychotherapy. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 13, 650–658. doi:10.1007/s11469-015-9553-2
2. Huflejt-Lukasik, M., Bąk, W., Styła, R., Klajs, K. (2015). Zmiany Ja w toku psychoterapii. *Roczniki Psychologiczne*, 18, 433–448.
- 2a. Huflejt-Lukasik, M., Bąk, W., Styła, R., Klajs, K. (2015). Changes in the self in the course of psychotherapy. *Annals of Psychology*, 18, 449–464.
3. Bąk, W. (2008). Struktura rozbieżności Ja w zaburzeniach psychicznych. *Czasopismo Psychologiczne*, 14, 115–129.

E4. Wielość Ja w ujęciu poznawczym i dialogowym

Od roku 2005 jestem pracownikiem Katedry Psychologii Osobowości KUL, kierowanej przez profesora Piotra Olesia. Jednym z ważniejszych obszarów badawczych tego zespołu, są badania skupione wokół dialogowości, w tym szczególnie w inspiracji teorią dialogowego Ja H. Hermansa (1996, 2002). Główny obszar moich zainteresowań wiąże się, jak zaznaczyłem wcześniej, z problematyką Ja ujmowaną z perspektywy społeczno-poznawczej. Jednak praca w zespole Katedry i dyskusje z badaczami zjawisk dialogowych, zainspirowały mnie do analizy interesujących mnie fenomenów z innej perspektywy teoretycznej. Podjąłem próbę scharakteryzowania relacji między poznawczym i dialogowym podejściem do wielości i wewnętrznego zróżnicowania Ja. Badania te realizowałem między innymi w ramach stypendium Fundacji Nauki Polskiej, którego beneficjentem byłem w okresie od listopada 2006 do sierpnia 2007.

Autorski pomysł na temat możliwości integracji poznawczego i dialogowego podejścia do Ja przedstawiłem po raz pierwszy w postaci referatu na *Fifth International Conference on the Dialogical Self* w Cambridge (2008). Jednym z publikacyjnych efektów tej konferencji był tematyczny numer *Przeglądu Psychologicznego* pt. „Relacje z innymi a struktura umysłu” redagowany przez Katarzynę Stemplewską-Żakowicz oraz Dorotę Kobyliańską, w którym zaprezentowałem swoją propozycję teoretyczną. Zaproponowałem, aby poznawcze i dialogowe ujęcia wielości w Ja traktować jako komplementarne i stanowiące źródło potencjalnych wzajemnych inspiracji (Bąk, 2009). Pomysł ten odwołuje się do kluczowego dla psychologii Ja

odróżnienia Ja podmiotowego (I) i Ja przedmiotowego (me) (James 1890/1950, Obuchowski, 2000). Dialogowe zróżnicowanie Ja to przede wszystkim wielość pozycji Ja podmiotowego, podczas gdy podejście poznawcze zajmuje się Ja przedmiotowym, opisując jego wielorakie aspekty. Przyjmując perspektywę teorii dialogowego Ja postulowałem, że każda z pozycji Ja podmiotowego może charakteryzować się specyficzną dla siebie złożonością Ja przedmiotowego (np. swoim własnym Ja idealnym czy Ja powinnościowym), które jest treściowo odmienne od analogicznych struktur Ja przedmiotowego innej pozycji Ja tej samej osoby. Ideę tę rozwijałem między innymi we współautorskim artykule, opublikowanym w czasopiśmie *Psychology of Language and Communication* (Batory, Bąk, Oleś, Puchalska-Wasył, 2010a). Przedstawiliśmy w nim teorię dialogowego Ja, dokonaliśmy przeglądu inspirowanych nią badań i opisaliśmy szersze implikacje tej koncepcji. Rosyjskojęzyczna wersja tego tekstu ukazała się w tym samym roku w wydanej w Charkowie pracy zbiorowej pt. „*Реконструкция субъективной реальности. Психология и лингвистика*” (Batory, Bąk, Oleś, Puchalska-Wasył, 2010b).

Kolejnym efektem współpracy z badaczami dialogowego Ja jest współautorski artykuł poświęcony problematyce wyobraźni, opublikowany w *Przeglądzie Psychologicznym* (Puchalska-Wasył, Chmielnicka-Kuter, Jankowski, Bąk, 2008). Analizując rolę wyobraźni w wewnętrznych dialogach odwołał się między innymi do modelu przetwarzania informacji Andrzeja Nowaka (1991), który odróżnia operacje na sądach od operacji przestrzennych. Jeden z postulatów teoretycznych, sformułowanych w konkluzjach naszego artykułu, mówi, że wnioskowanie o stanach psychicznych partnera wewnętrznego dialogu oraz o jego możliwych reakcjach na kierowane do niego komunikaty może odwoływać się do przestrzennego systemu przetwarzania informacji. W odróżnieniu od tego „formułowanie wypowiedzi partnerów dialogu najprawdopodobniej zachodzi w systemie opartym na sądach, który leży u podstaw procesów językowych” (Puchalska-Wasył i in., 2008, s. 211).

Oprócz prac teoretyczno-koncepcyjnych prowadziłem także badania empiryczne osadzone na styku podejścia poznawczego i dialogowego. W badaniach przeprowadzonych z Wiesławem Talikiem analizowaliśmy związki między strukturalnymi właściwościami Ja (klarowność, pewność, przedziałowość, złożoność koncepcji siebie) a szczegółowymi aspektami aktywności dialogowej. Dodatkowo uwzględnialiśmy perspektywę rozwojową, w której porównaliśmy adolescentów i młodych dorosłych. Wyniki tych badań wskazują, że wewnętrzna aktywność dialogowa nastolatków wiąże się wyraźniej, w porównaniu z grupą młodych dorosłych, z polaryzowaniem przeciwnych aspektów Ja, prowadzeniem

wewnętrznych sporów, oraz nieadaptacyjnym ruminowaniem. Adolescenci wydają się też mniej skłonni do przyjmowania odmiennych punktów widzenia i formułowania alternatywnych ocen, ale jednocześnie częściej prowadzą dialogi wewnętrzne, polegające na symulowaniu sytuacji społecznych. Drugi ważny aspekt tych badań pokazuje, że związki między strukturą systemu Ja a różnymi formami dyspozycyjnej dialogowości są silniejsze i bardziej złożone w grupie dorosłych. Jednocześnie, w obydwu grupach głównym predyktorem skłonności do prowadzenia wewnętrznych dialogów jest niska klarowność koncepcji siebie (Talik, Bąk, 2012).

W innym badaniu, podjętym we współpracy z Janem Kutnikiem, postulowaliśmy, że dyspozycja do prowadzenia wewnętrznych dialogów jest moderatorem związków między rozbieżnościami Ja i emocjami, opisywanymi w klasycznej wersji teorii Higginsa (1987). Wyniki analiz przeprowadzonych na grupie 130 studentów zasadniczo potwierdziły nasze oczekiwania, doprecyzowując, że efekt moderowania dotyczy szczególnie tzw. dialogów ruminacyjnych, których specyfiką jest „(...) prowadzenie dialogów wewnętrznych na tematy przykre, przywoływanie w myślach trudnych tematów i drażnienie ich w formie dialogu, czemu towarzyszy poczucie znużenia i frustracji (...)” (Oleś, 2009, s. 43). W grupie osób, które charakteryzuje silna tendencja do prowadzenia tego typu dialogów występuje istotny statystycznie związek rozbieżności Ja realne – Ja idealne z afektem. Jednak w grupie z niską skłonnością do ruminacyjnego dialogowania efekt opisywany w teorii rozbieżności Ja praktycznie nie występuje. Wyniki tego badania zaprezentowaliśmy w ramach *9th International Conference on the Dialogical Self* (2016), a obecnie przygotowujemy artykuł empiryczny na ten temat.

Publikacje związane z pkt E4:

1. Talik, W., Bąk, W. (2012). Struktura systemu Ja a wewnętrzna aktywność dialogowa. Ujęcie w perspektywie rozwojowej. W: P.K. Oleś, M. Puchalska-Wasyl, E. Brygoła (red.), *Dialog z samym sobą* (s. 252–273). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
2. Batory, A., Bąk, W., Oleś, P., Puchalska-Wasyl, M. (2010). The dialogical self: Research and applications. *Psychology of Language and Communication*, 14, 45–59.
3. Batory, A., Bąk, W., Oleś, P., Puchalska-Wasyl, M. (2010). Диалогическая самость: исследование и применение (The dialogical self: researches and applications). In: Киселева А. А. (ed.) *Реконструкция субъективной реальности. Психология и лингвистика (Reconstruction of subjective reality. Psychology and linguistics)*, (p. 11–29). Харьков: Гуманитарный центр (Kharkov: Humanitarian Centre).
4. Bąk, W. (2009). Wielość Ja w ujęciu poznawczym i dialogowym. Próba integracji podejść. *Przegląd Psychologiczny*, 52, 53–68.
5. Puchalska-Wasyl, M., Chmielnicka-Kuter, E., Jankowski, T., Bąk, W. (2008). Wyobrażenia jako przestrzeń dla wewnętrznego dialogu. *Przegląd Psychologiczny*, 51, 197–214.

E5. Orientacja pozytywna

Pracując w zespole Katedry Psychologii Osobowości KUL uczestniczyłem również w międzynarodowym projekcie badawczym, poświęconym orientacji pozytywnej (*positive orientation* – POS), realizowanym we współpracy z badaczami z Uniwersytetu *Sapienza* w Rzymie. Orientacja pozytywna jest nowym konstruktem teoretycznym, którego autorem jest G. V. Caprara (Caprara i in., 2010). Przez analogię do negatywnej triady poznawczej, Caprara proponuje, że globalna samoocena, zadowolenie z życia i optymizm składają się na ogólny wymiar pozytywnej orientacji. Przekonania, dotyczące własnej osoby, przyszłości oraz własnego życia tworzą na wyższym poziomie latentny czynnik pozytywności.

Zespół kierowany przez Piotra Olesia wszedł w kooperację z autorem koncepcji pozytywnej orientacji, a mój udział w tym projekcie wiązał się z badaniami dotyczącymi związków POS z uogólnionym przekonaniem o skuteczności (*Generalized Self-Efficacy* – GSE) w ujęciu Schwarzera (1992). Postawiliśmy pytanie o miejsce GSE w modelu orientacji pozytywnej, testując dwa alternatywne modele. Zgodnie z pierwszym GSE miałoby być czwartym elementem POS, natomiast model alternatywny mówi, że GSE jest skorelowanym, ale odrębnym od POS wymiarem. Postulowaliśmy, że ten drugi model bardziej adekwatnie oddaje naturę relacji między zgeneralizowanym poczuciem własnej skuteczności i orientacją pozytywną. Wyniki przeprowadzonego badania (analizy CFA) potwierdziły nasze oczekiwania, co opisaliśmy w artykule opublikowanym w czasopiśmie *Studia Psychologica* (Oleś i in., 2013).

Publikacje związane z pkt. E5

1. Oleś, P. K., Alessandri, G., Oleś, M., Bąk, W., Jankowski, T., Łaguna, M., Caprara, G. V. (2013). Positive orientation and generalized self-efficacy. *Studia Psychologica*, 55, 47–59.

E6. Pomiar cech osobowości

W ramach swoich zainteresowań psychologią osobowości zająłem się także problematyką pomiaru cech osobowości, ujmowanych w kategoriach teorii pięcioczynnikowej McCrae i Costy (1999), w ramach której jako podstawowe wymiary wyróżnia się neurotyczność, ekstrawersję, otwartość, ugodowość i sumienność. Efektem badań w tym obszarze są dwie publikacje, z których pierwsza ma charakter teoretyczno-aplikacyjny, a druga empiryczny.

Pierwsza z publikacji to współautorski rozdział w pracy pod redakcją Jerzego Siuty pt. „Diagnoza osobowości. Inwentarz NEO-PI-R w teorii i praktyce” (Jankowski, Oleś, Bąk, Oleś,

2009). Tematem rozdziału jest wykorzystanie Inwentarza NEO-PI-R w diagnozie indywidualnej, a mój udział polegał między innymi na opracowaniu problematyki oceny rzetelności profilu. Przygotowałem także, wspólnie z Tomaszem Jankowskim, jedną z trzech alternatywnych interpretacji profilu z badania NEO-PI-R, które zostały dołączone jako aneks do tego opracowania. Przygotowany przez nas rozdział spotkał się z dużym zainteresowaniem tak badaczy, jak i praktyków, zajmujących się diagnozą osobowości.

Drugi aspekt moich prac związanych z pomiarem cech osobowości to udział w projekcie badawczym poświęconym polskiej adaptacji kwestionariusza TIPI-P autorstwa Goslinga i wsp. (2003). W odróżnieniu od wspomnianego wyżej NEO-PI-R (i wielu innych metod badania cech osobowości), inwentarz TIPI jest krótkim, składającym się zaledwie z 10. pozycji, narzędziem pomiaru pięciu cech w ujęciu McCrae i Costy (1999). Taki format tej metody odpowiada na potrzeby wielu współczesnych badań naukowych, w których często konieczne jest uproszczenie procedury i skrócenie czasu badania (np. w badaniach prowadzonych za pośrednictwem Internetu, lub w projektach zakładających wielokrotny pomiar tych samych zmiennych). Odpowiadając na tę potrzebę, zespół kierowany przez Mariolę Łagunę opracował polską wersję kwestionariusza TIPI (określoną jako TIPI-P), a mój udział w tym projekcie polegał na zebraniu części danych oraz pracy przy redakcji tekstu. Artykuł, w którym prezentujemy podstawy teoretyczne inwentarza TIPI, procedurę jego adaptacji oraz właściwości psychometryczne polskiej wersji, ukazał się w czasopiśmie *Roczniki Psychologiczne* (Łaguna, Bąk, Purc, Mielniczuk, Oleś, 2014) w dwóch wersjach językowych – polskiej i angielskiej.

Publikacje związane z pkt E6

1. Jankowski, T., Oleś, M., Bąk, W., Oleś, P. (2009). Przydatność Inwentarza NEO-PI-R w diagnozie indywidualnej. W: J. Siuta (red.), *Diagnoza osobowości. Inwentarz NEO-PI-R w teorii i praktyce* (s. 113–154). Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
2. Łaguna, M., Bąk, W., Purc, E., Mielniczuk, E., Oleś, P. K. (2014). Krótki Inwentarz Osobowości TIPI-P w badaniach polskich. *Roczniki Psychologiczne*, 17, 403–419.
- 2a. Łaguna, M., Bąk, W., Purc, E., Mielniczuk, E., Oleś, P. K. (2014). Short measure of personality TIPI-P in a Polish sample. *Annals of Psychology*, 17, 421–437.

E7. Biografie teoretyków osobowości i ćwiczenia z teorii osobowości

Jednym z obszarów mojej pracy dydaktycznej jest psychologia osobowości, czego elementem było między innymi prowadzenie wykładu pt. „Osobowość” (od 2005 do 2012), a także ćwiczeń do tego przedmiotu (od 2005 do 2015). Zgłębianie różnych ujęć teoretycznych na potrzeby nauczania psychologii osobowości zaowocowało między innymi przygotowaniem

dwóch haseł encyklopedycznych, poświęconych biografii H. A. Murraya oraz O. H. Mowrera (Bąk, 2009a, 2009b). W zespole Katedry Psychologii Osobowości KUL zrodził się też pomysł usystematyzowania i opublikowania ćwiczeń do przedmiotu „Osobowość”. Powstało opracowanie pt. „O osobowości praktycznie wszystko. Ćwiczenia z psychologii osobowości” (red. Oleś, Puchalska-Wasył, Sobol-Kwapińska, 2006). Jest to zbiór praktycznych zadań, które można wykorzystać w trakcie zajęć dydaktycznych jak i w samodzielnym zgłębianiu wiedzy z psychologii osobowości, zwłaszcza w aspekcie jej praktycznych aplikacji. Będąc współautorem tej publikacji opracowałem siedem scenariuszy zajęć, które są poświęcone m.in.: teoriom cech, psychoanalizie, teoriom społecznego uczenia się, poznawczej psychologii Ja i psychologii narracyjnej.

Publikacje związane z pkt E7:

1. Bąk, W. (2009a). Murray Henry Alexander. W: *Encyklopedia Katolicka, tom. 13*, (s. 517–518). Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL.
2. Bąk, W. (2009b). Mowrer Orval Hobart. W: *Encyklopedia Katolicka, tom. 13*, (s. 375–377). Lublin: Towarzystwo Naukowe KUL.
3. Bąk, W. (2006). Opracowanie siedmiu ćwiczeń opublikowanych w: Oleś, P., Puchalska-Wasył, M., Sobol-Kwapińska, M. (red.), *O osobowości praktycznie wszystko. Ćwiczenia z psychologii osobowości*. Warszawa / Lublin: Wydawnictwa Naukowe Scholar / Wydawnictwo KUL.
 - 3.1. Cechy teorii cech, czyli symposium prawie naukowe (s. 13–16)
 - 3.2. Osobowość narkomana – analiza na tle modelu PEN Eysencka (s. 24–27)
 - 3.3. Konsylium psychoanalityczne (s. 49–54).
 - 3.4. I kto to wymyślił? Zestawienie pojęć poznawczych teorii Ja (s. 55–57).
 - 3.5. Dylematy nowożeńca, czyli o zmianach osobowości uwarunkowanych kulinarnie (s. 79–81).
 - 3.6. Jakie życie taka teoria – biografia twórcy teorii osobowości (s. 127–129).
 - 3.7. Andrzej Chyra o sobie – interpretacja opowieści autobiograficznej (s. 138–141).

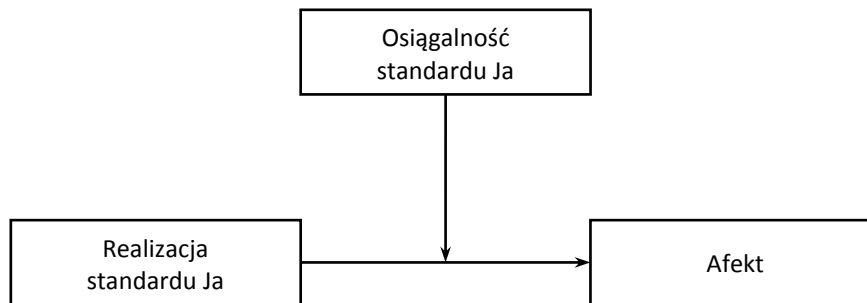
E8. Perspektywy dalszej pracy naukowej

Swoje najbliższe plany na dalszą pracę naukową wiąże z czterema projektami, które obecnie są w trakcie realizacji lub już częściowo zrealizowane.

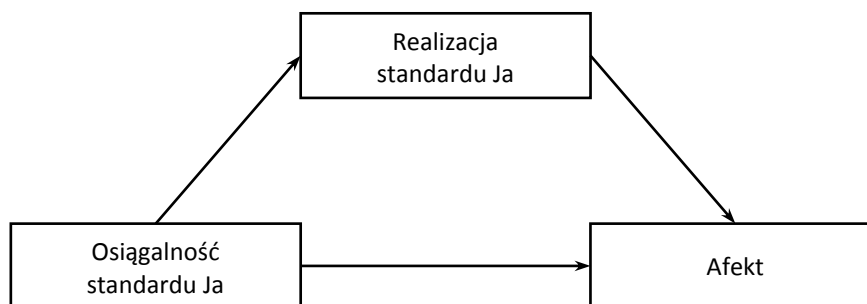
E8.1. Rola standardów Ja w procesach samoregulacji

Zweryfikowanie hierarchicznego modelu samowiedzy (Bąk, 2017; por. pkt. D) traktuję jako punkt wyjścia dla dalszych dociekań badawczych w obszarze standardów Ja, w tym szczególnie do badania roli standardów Ja w procesach samoregulacji. Kontynuując ten wątek badawczy zamierzam poddać weryfikacji hipotezy dotyczące łącznej roli przekonań o realizacji i osiągalności standardów w funkcjonowaniu emocjonalnym (por. Bąk, 2017, rozdział 7.2). Sformułowałem dwa alternatywne modele, z których pierwszy zakłada, że przekonania o osiągalności standardów moderują regulacyjne funkcje przekonań o realizacji standardów (por.

rysunek 2). Drugi model, który postuluję jako bardziej trafny, traktuje przekonania o osiągalności standardów jako predyktor przekonań o ich aktualnym zrealizowaniu, które z kolei wpływają na intensywność doświadczanych emocji (por. rysunek 3). Materiał empiryczny służący weryfikacji postulowanego modelu jest już w znacznym stopniu zebrany i częściowo opracowany.



Rysunek 2. Relacja między przekonaniem o realizacji oraz osiągalności standardów – model 1



Rysunek 3. Relacja między przekonaniem o realizacji oraz osiągalności standardów – model 2

E8.2. Adaptacyjne funkcje koncepcji siebie w ujęciu dynamiczno-strukturalnym

Współpraca z Tomaszem Jankowskim na potrzeby publikacji dotyczącej związków między samoświadomością i nastrojem (Bąk, Jankowski, 2011) zaowocowała modelem opisującym adaptacyjne właściwości koncepcji siebie. Pomysł ten rozwijaliśmy w ramach prac SCLab, czego efektem było między innymi wystąpienie na konferencji *Kolokwia Psychologiczne* w Krakowie (2015; poster we współautorstwie z Donatem Dutkiewiczem) oraz artykuł prezentujący koncepcję adaptacyjnego rdzennego Ja, który obecnie jest w procesie rewizji po recenzjach. Kontynuację badań w tym obszarze realizuję jako wykonawca grantu NCN, pt. „Adaptacyjne funkcje koncepcji siebie w ujęciu dynamiczno-strukturalnym” (grant nr 2015/19/B/HS6/02216), którego kierownikiem jest Tomasz Jankowski. Projekt ten obejmuje ekstensywne badania kwestionariuszowe oraz serię kilku eksperymentów, prowadzonych między innymi w paradygmacie *mouse-tracking* (np. Freeman, Ambady, 2010).

E8.3. Przekonania o własnej skuteczności w radzeniu sobie z emocjami

Przy okazji pracy na projektem dotyczącym orientacji pozytywnej, realizowanym we współpracy z badaczami z Uniwersytetu *Sapienza* w Rzymie, zainteresowałem się problematyką przekonań o skuteczności w regulacji emocji, określanych też jako „emocjonalna samoskuteczność” (*emotional self-efficacy*). Konstrukst ten nawiązuje do teorii Bandury (2001), a inspirowane nim badania były wcześniej realizowane m.in. w zespole G. V. Caprara (np. Caprara i in. 2008; Caprara, DiGiunta, Pastorelli, Eisenberg, 2013). Moje zainteresowanie przekonaniem na temat skuteczności w regulowaniu emocji wiązało się między innymi z metodologią ich pomiaru. Opracowałem adaptacją kwestionariusza RESE (*Regulatory Emotional Self-Efficacy scale*; Caprara i in. 2008), który bada przekonania odnoszące się do depresji, złości i radości. Jednym z ciekawszych projektów, w których wykorzystywaliśmy to narzędzie, były badania prowadzone wspólnie z Łukaszem Miciukiem (SCLab – Laboratorium Psychologii Społeczno-Poznawczej) na temat funkcjonowania emocjonalnego aktorów teatralnych. Projektując te badania, postawiliśmy pytanie czy profesjonalne przygotowanie do wykonywania zawodu aktora (ukończenie szkoły teatralnej) oraz doświadczenie wyniesione z odgrywania różnych ról na scenie, wpływają na percepcję własnych umiejętności ekspresji i kontroli stanów emocjonalnych. Publikacje dotyczące zarówno adaptacji kwestionariusza RESE jak i badań aktorów są obecnie w trakcie przygotowania.

E8.4. Depresja jako stan i cecha

Kolejnym obszarem badawczym jest realizowany w ostatnim roku we współpracy z Małgorzatą Łysiak (Katedra Psychologii Klinicznej KUL) projekt dotyczący depresyjności jako cechy osobowości. Badania obejmują zarówno populację kliniczną jak i zdrową, a elementem tego projektu jest adaptacja kwestionariusza STDS (*State-Trait Depression Scale*; Spielberger, Ritterband, Reheiser, Brunner, 2003) do badania stanu i cechy depresji. Metoda ta jest analogicznie skonstruowana i odwołuje się do tych samych założeń teoretycznych co powszechnie znany w Polsce kwestionariusz STAI do badania stanu i cechy lęku (Sosnowski i in., 2011). Zebrane do tej pory dane na dużej próbie ponad 800 osób wskazują na dobre właściwości psychometryczne polskiej wersji STDS. Zgodność wewnętrzna skal przekracza 0,9, a wyniki analiz CFA potwierdzają ich strukturę czynnikową. Wstępne dane na temat adaptacji STDS przedstawiliśmy w ramach 36. Kongresu Polskiego Towarzystwa Psychologicznego w Gdańsku (2017). Metoda spotkała się tam z dużym zainteresowaniem zarówno badaczy jak i psychologów praktyków, czego odzwierciedleniem była nagroda za zajęcie pierwszego miejsca w sesji plakatowej. Prowadzone obecnie badania uwzględniające

miar depresji za pomocą STDS dotyczą różnic między depresją kliniczną i depresyjnością rozumianą w kategoriach emocji (Łysiak, Bąk) oraz tzw. priorytetyzowania pozytywności (projekt badań dziennikowych realizowany przez Mariusza Ziębę oraz Izabelę Krejtz z Uniwersytetu SWPS).

Literatura cytowana (poza pracami własnymi przytoczonymi wcześniej)

- Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression. Implications for theories of emotions. *American Psychologist*, 38, 1145–1160.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1–26.
- Bąk, W. (2012, sierpień). *Self-knowledge activation and the scope of attention*. Plakat na 4th Biennial Symposium on Personality and Social Psychology, Personality and Control, Kazimierz Dolny.
- Bybee, J., Luthar, S., Zigler, E., Merisca, R. (1997). The fantasy, ideal, and ought selves: Content, relationships to mental health, and functions. *Social Cognition*, 15, 37–53.
- Byrne, B. M. (2002). Validating the measurement and structure of self-concept: Snapshots of past, present, and future research. *American Psychologist*, 57, 897–909.
- Caprara, G. V., Alessandri, G., Barbaranelli, C. (2010). Optimal functioning: The contribution of self-efficacy beliefs to positive orientation. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 79, 328–330.
- Caprara, G. V., Di Giunta, L., Eisenberg, N., Gerbino, M., Pastorelli, C., Tramontano, C. (2008). Assessing regulatory emotional self-efficacy in three countries. *Psychological Assessment*, 20, 227–237.
- Caprara, G. V., Di Giunta, L., Pastorelli, C., Eisenberg, N. (2013). Mastery of negative affect: A hierarchical model of emotional self-efficacy beliefs. *Psychological Assessment*, 25, 105–116.
- Carver, C. S., Harmon-Jones, E. (2009). Anger is an approach-related affect: Evidence and implications. *Psychological Bulletin*, 135, 183–204.
- Carver, C. S., Lawrence, J. W., Scheier, M. F. (1999). Self-discrepancies and affect: Incorporating the role of feared selves. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 783–792.
- Carver, C. S., Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Cronbach, L. J., Furby, L. (1970). How we should measure “change” – or should we? *Psychological Bulletin*, 74, 68–80.
- Czarnecka-Działuk, B., Drapała, K., Ostaszewski, P., Więcek-Durańska, A., Wójcik, D. (2017). *W poszukiwaniu skutecznych reakcji na przestępczość. Programy korekcyjno-edukacyjne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Fellner, B., Holler, M., Kirchler, E., Schabmann, A. (2007). Regulatory Focus Scale (RFS): Development of a scale to record dispositional regulatory focus. *Swiss Journal of Psychology*, 66, 109–116.
- Freeman, J. B., Ambady, N. (2010). MouseTracker: Software for studying real-time mental processing using computer mouse-tracking method. *Behavior Research Methods*, 42, 226–241.
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., Swann Jr., W. B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504–528.

- Hardy, S. A., Walker, L. J., Olsen, J. A., Woodbury, R. D., Hickman, J. R. (2014). Moral identity as moral ideal self: Links to adolescent outcomes. *Developmental Psychology*, 50, 45–57.
- Harmon-Jones, E., Sigelman, J. (2001). State anger and prefrontal brain activity: Evidence that insult-related relative left-prefrontal activation is associated with experienced anger and aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 797–803.
- Hermans, H. J. M. (1996). Voicing the self: From information processing to dialogical interchange. *Psychological Bulletin*, 119, 31–50.
- Hermans, H. J. M. (2002). The dialogical self as a society of mind. *Theory and Psychology*, 12, 147–160.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319–340.
- Higgins, E. T. (1990). Personality, social psychology, and person-situation relations: Standards activation as a common language. W: L. A. Pervin (red.), *Handbook of personality. Theory and research* (s. 301–338). New York: Guilford Press.
- Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, 52, 1280–1300.
- Higgins, E. T. (2012). *Beyond pleasure and pain. How motivation works*. New York: Oxford University Press.
- Higgins, E. T., Friedman, R. S., Harlow, R. E., Idson, L. C., Ayduk, O. N., Taylor, A. (2001). Achievement orientations from subjective histories of success: Promotion pride versus prevention pride. *European Journal of Social Psychology*, 31, 3–23.
- Jankowski, T., Bąk, W. (w przygotowaniu). When possessing the self is adaptive. Social-cognitive approach to the question of the quiet ego.
- Key, D. E., Mannella, M., Thomas, A. M., Gilroy, F. D. (2000). An evaluation of Higgins' self-discrepancy theory and an instrument to test its postulates. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15, 303–320.
- Leary, M. R., Tangney, J. P. (2012). The self as an organizing construct in the behavioral and social sciences. W: M. R. Leary, J. P. Tangney (red.), *Handbook of self and identity* (s. 1–18). New York: Guilford Press.
- McCrae, R. R., Costa, P. T. Jr. (1999). A five-factor theory of personality. W: L. A. Pervin, O. P. John (red.), *Handbook of personality. Theory and research* (s. 139–153). New York: Guilford Press.
- Maddux, J. E., Gosselin, J. T. (2012). Self-efficacy. W: M. R. Leary, J. P. Tangney (red.), *Handbook of self and identity* (s. 198–224). New York: Guilford Press.
- Markus, H., Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954–969.
- Martin, R., Young, J. (2010). Schema therapy. W: K. S. Dobson (red.), *Handbook of cognitive-behavioral therapies* (s. 317–346). New York: Guilford.
- Morris, S. J., Kanfer, F. H. (1995). Self-evaluation, self-description, and self-standards in subclinical depression. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 17, 261–282.
- Nowak, A. (1991). *Wyobrażeniowe mechanizmy przetwarzania informacji: myślenie przestrzenne*. Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich – Wydawnictwo PAN.

- Ogilvie, D. M. (1987). The undesired self: A neglected variable in personality research. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 379–385.
- Oyserman, D., Elmore, K., Smith, G. (2012). Self, self-concept, and identity. W: M. R. Leary, J. P. Tangney (red.), *Handbook of self and identity. Second edition* (s. 69–104). New York: Guilford Press.
- Pelham, B. W., Swann, W. B. Jr. (1989). From self-conceptions to self-worth: On the sources and structure of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 672–680.
- Phillips, A. G., Silvia, P. J. (2010). Individual differences in self-discrepancies and emotional experience: Do distinct discrepancies predict distinct emotions? *Personality and Individual Differences*, 49, 148–151.
- Sutherland, R., Morley, S. (2008). Self-pain enmeshment: Future possible selves, sociotropy, autonomy and adjustment to chronic pain. *Pain*, 137, 366–377.
- Schwarzer, R. (red.), (1992). *Self-efficacy. Thought control of action*. Washington: Hemisphere.
- Sosnowski, T., Wrześniewski, K., Jaworowska, A., Fecenec, D. (2011). *Inwentarz Stanu i Cechy Lęku STAI. Polska adaptacja STAI. Podręcznik, wydanie czwarte, rozszerzone*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Spielberger, C. D. (1999). *STAXI-2 State-Trait Anger Expression Inventory-2. Professional manual*. Lutz: Psychological Assessment Resources.
- Spielberger, C. D., Reheiser, E. C. (2009). Assessment of emotions: Anxiety, anger, depression, and curiosity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1, 271–302.
- Spielberger, C. D., Ritterband, L. M., Reheiser, E. C., Brunner, T. M. (2003). The nature and measurement of depression. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3, 209–234.
- Tangney, J. P., Niedenthal, P. M., Covert, M. V., Barlow, D. H. (1998). Are shame and guilt related to distinct self-discrepancies? A test of Higgins's (1987) hypotheses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 256–268.
- Tesser, A., Crepaz, N., Collins, J. C., Cornell, D., Beach, S. R. H. (2000). Confluence of self-esteem regulation mechanisms: On integrating the self-zoo. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 1476–1489.
- Tibubos, A. N., Schnell, K., Rohrman, S. (2013). Anger makes you feel stronger: The positive influence of trait anger in a real-life experiment. *Polish Psychological Bulletin*, 44, 147–156.
- Vieth, A. Z., Strauman, T. J., Kolden, G. G., Woods, T. E., Michels, J. L., Klein, M. H. (2003). Self-System Therapy (SST): A theory-based psychotherapy for depression. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10, 245–268.
- Wojciszke, B. (2010). *Sprawczość i wspólnotowość. Podstawowe wymiary spostrzegania społecznego*. Gdańsk: GWP.
- Wojciszke, B., Baryła, W. (2005). Skale do pomiaru nastroju i szczęściu emocji. *Czasopismo Psychologiczne*, 11, 31–47.

