

Sławomir CIASTEK

Wyższa Szkoła Bezpieczeństwa z siedzibą w Poznaniu

Wacław BAŃK

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

WPLYW AKTYWIZACJI PRZEKONAŃ O WŁASNYCH MOŻLIWOŚCIACH NA PROCES KLASYFIKACJI

Jednym z ciekawszych wątków współczesnej poznawczej psychologii są eksperymentalne badania regulacyjnych efektów aktywizowania określonych aspektów samowiedzy. Samowiedza rozumiana jest tutaj jako bogaty, wieloaspektowy zbiór przekonań jednostki na swój temat.¹ Jest częścią osobistej wiedzy danej osoby, odnoszącej się do niej jako odrębnego obiektu w świecie.

Zakłada się, że samowiedza nie jest tyle statycznym i raz na zawsze ustalonym samoopisem, co raczej, dynamiczną wiedzą, która pełni istotną rolę we procesach samoregulacji.² Dodatkowo, spośród bogatego zbioru przekonań na własny temat w danym momencie i w danej sytuacji aktywna jest tylko pewna ich część, zgodnie z regułami tzw. dostępności poznawczej (*construct accessibility*)³. Głównym przedmiotem niniejszego artykułu jest wpływ sytuacyjnego zaktywizowania określonego aspektu samowiedzy (Ja możliwościowego) na poziom wykonania zadania, które samo w sobie może nie odnosić się do zaktywizowanych przekonań na temat Ja.

Dotychczasowe badania z tego obszaru skupiały się przede wszystkim na skutkach modyfikowania czasowej dostępności poznawczej tzw. standardów Ja, do których należą m.in. odróżnione przez Higginsa⁴ Ja idealne (*Jaki chciałbym być?*) i Ja powinnościowe (*Jaki powinienem być*), czy opisane przez Ogilvie⁵ Ja niepożądane (*Jaki nie chciałbym być?*). W badaniach tych zakładano, że aktywizacja treści Ja idealnego vs powinnościowego uruchamia odmienny – promocyjny vs prewencyjny – styl samoregulacji.⁶ Nowość badania opisywanego w tym artykule polega na skupieniu uwagi na Ja możliwościowym, jako na tym aspekcie samowiedzy, który do tej pory był prawie całkowicie pomijany, a wydaje się pełnić ważną rolę w procesach samoregulacji.

Ja możliwościowe (*can self*) to reprezentacje poznawcze tych cech lub właściwości osoby, w których możliwość posiadania ona wierzy, lub wierzy w to, że

¹ J. Neckar, *Samowiedza i jej bohater*. (w:) A. Niedźwieńska, J. Neckar (red.), *Poznaj samego siebie czyli o źródłach samowiedzy*. Warszawa 2009, s. 17-32

² C.M. Brown, A.R. McConnel, *Effort or escape: Self-concept structure determines self-regulatory behavior*. (w:) "Self and Identity". 2009, nr 8, s. 365-377

³ E.T. Higgins, *Does personality provide unique explanations for behavior? Personality as cross-person variability in general principles*. (w:) "European Journal of Personality". 2000; E.T. Higgins, A.G. King, G.H. Mavin, *Individual construct accessibility and subjective impressions and recall*. (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 1982, nr 43, s. 35-47

⁴ E.T. Higgins, *Self discrepancy: A theory relating self and affect*. (w:) "Psychological Review". 1987, nr 94, s. 319-340

⁵ D.M. Ogilvie, *The undesired self: a neglected variable in personality research*. (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 1987, nr 52, s. 379-385

⁶ N. Liberman, D.C. Molden, L.C. Idson, E.T. Higgins, *Promotion and prevention focus on alternative hypotheses: Implications for attributional functions*. (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 2001, nr 80, s. 5-18

inni przypisują jej możliwość ich posiadania – również w przyszłości.⁷ Pojęcie Ja możliwościowego zakorzenione jest w szerszym kontekście teorii Ja możliwych (*possibile selves*) zaproponowanej przez Markus i Nurius.⁸ Ten drugi termin ma jednak szersze znaczenie. Można powiedzieć, że Ja możliwościowe jest jednym z kilku typów Ja możliwych. Jest to ten aspekt Ja możliwych, który nie tylko można sobie wyobrazić lub o którym można marzyć, ale dodatkowo jest on postrzegany przez podmiot jako rzeczywiście możliwy do osiągnięcia.⁹ To oczekiwanie zakorzenione jest w przypisywanych sobie posiadanych zdolnościach, możliwościach, ale także ograniczeniach i słabościach. Ja możliwościowe zawiera więc zarówno pożądane jak i niepożądane wizje siebie. Pierwsze odnoszą się do pozytywnych możliwości, które są oczekiwane z nadzieją, a drugie do negatywnych możliwości, których jednostka oczekuje z niepokojem lub niechęcią. Zauważono jednocześnie tendencję do swoistego „pozytywnego skrzywienia” (*positive bias*) – tendencję do myślenia o własnych możliwościach raczej w pozytywnych niż negatywnych kategoriach.¹⁰ Ja możliwościowe nie funkcjonuje oczywiście w oderwaniu od wspomnianych wyżej standardów Ja (np. Ja idealnego, powinnościowego czy niepożądanego). Nie da się go jednak sprowadzić do standardów Ja, bo są to te treści standardów, które są postrzegane nie tylko jako pożądane lub niepożądane, ale dodatkowo jako osiągalne. Przekonanie o owej osiągalności bazuje na samowiedzy dotyczącej posiadanych zdolności i zasobów oraz ograniczeń.

Konstrukt Ja możliwych bliski jest również pojęciu przekonań o własnej skuteczności (self-efficacy) Bandury¹¹ jednak i tu zarysowują się istotne różnice, a przeprowadzone przez nas badanie istotnie różni się od podejścia Bandury. W klasycznym paradygmacie badań przekonań o własnej skuteczności silnie podkreśla się, że przekonania te w swojej treści muszą specyficznie odnosić się do treści zadania, jeśli mają mieć wpływ na poziom jego wykonania. Bada się więc znaczenie przekonań dotyczących określonego obszaru (np. umiejętności samoobrony w sytuacji zagrożenia) dla funkcjonowania osoby w tym właśnie specyficznym obszarze.¹² Celem naszych badań nie jest podważanie doskonale udokumentowanych tez Bandury (por. np. Maddux, Volkmann¹³). Poruszana przez nas problematyka jest bliska temu obszarowi badań, koncentruje się jednak na nieco innym aspekcie problemu. W prezentowanym tu badaniu interesuje nas wpływ aktywizacji przekonań o własnych możliwościach na funkcjonowanie osoby w zadaniu, które nie odnosi się do treści zaktywizowanych przekonań. W celu zaktywizowania Ja możliwościowego prosiliśmy osoby badane o wymienienie cech

⁷ E.T. Higgins, O. Tykocinski, J. Voolkes, *Patterns of self-beliefs: The psychological significance of relations among the actual, ideal, ought, can, and future selves*. (w:) J.M. Olson, M.P. Zanna (red.), *Self-inference processes: The Ontario Symposium*. 1990, nr 6, s. 153-190

⁸ H. Markus, P. Nurius, *Possible selves*. (w:) „American Psychologist”. 1986, nr 41, s. 954-969

⁹ ibidem

¹⁰ C.S. Carver, S.L. Reynolds, M.F. Scheier, *The possible selves of optimists and pessimists*. (w:) „Journal of Research in Personality”. 1994, nr 28, s. 133-141; H. Markus, P. Nurius, *Possible selves*. (w:) „American Psychologist”. 1986, nr 41, s. 954-969

¹¹ A. Bandura, *Much ado over a faulty conception of perceived self-efficacy grounded in faulty experimentation*. (w:) „Journal of Social and Clinical Psychology”. 2007, nr 26, s. 641-658

¹² E.M. Ozer, A. Bandura, *Mechanisms governing empowerment effects: A self-efficacy analysis*. (w:) „Journal of Personality and Social Psychology”. 1990, nr 58, 472-486

¹³ J.E. Maddux, J. Volkman, *Self-efficacy*. (w:) R.H. Huyle (Ed.): *Handbook of personality and self-regulation*. Chichester 2010, s. 315-331

składających się na ten aspekt samowiedzy. Wypisując te cechy osoby badane miały pełną swobodę w doborze treści samoopisu (nie było żadnej gotowej listy cech), tak aby wygenerowane listy miały jak najbardziej osobisty i indywidualny charakter. W efekcie treści samoopisów były bardzo zróżnicowane między osobami, natomiast zadanie, nad którym badani pracowali w następnym kroku było takie samo dla wszystkich osób. Jednocześnie było mało prawdopodobne, aby treść zadania odnosiła się w bezpośredni sposób do treści zaktywizowanej samowiedzy, gdyż na etapie manipulacji eksperymentalnej badani nie znali jeszcze charakteru zadania, które będą wykonywali.

Celem prezentowanego badania było więc sprawdzenie wpływu aktywizacji indywidualnie zróżnicowanych treści Ja możliwościowego na poziom wykonania zadania niezwiązanego bezpośrednio z treścią zaktywizowanej samowiedzy oraz towarzyszący temu nastrój. Postulowaliśmy, że wpływ taki jest możliwy oraz, że jest on pozytywny, w tym sensie, że aktywizacja Ja możliwościowego usprawnia przebieg procesu wykonania zadania (hipoteza 1). Przyjmując, że Ja możliwościowe jest jednym z aspektów tzw. Ja możliwych, które pełnią ważną rolę w procesach motywacyjnych¹⁴ oraz że Ja możliwe formułowane są częściej w kategoriach pozytywnych niż negatywnych,¹⁵ można spodziewać się, że aktywizacja takich pozytywnych oczekiwań dotyczących Ja usprawnia proces regulacji zachowań co również skutkuje bardziej pozytywnym nastrojem. Oczekiwaliśmy, że wystąpi tu efekt zaktywizowania optymistycznych przekonań na temat siebie.¹⁶ Tak sformułowana hipoteza zakłada, że tym, co pozytywnie wpływa na poziom wykonania zadania, są nie tylko przekonania o własnej skuteczności specyficznie związane z treścią zadania (jak to udowodniono w licznych badaniach prowadzonych w paradygmacie teorii Bandury), ale także sytuacyjnie zaktywizowane „poczucie”, że posiada się wiele potencjalności i możliwości. Zakładamy, że to „poczucie” wpływa pozytywnie na motywację, wzmacniając przekonanie, że posiadane możliwości i zasoby pomogą w rozwiązaniu trudnego zadania. Dodatkowo postulowano także, że nastrój po wykonaniu zadania będzie bardziej pozytywny w grupie z aktywizacją Ja możliwościowego w porównaniu z grupą kontrolną (hipoteza 2). Miało to mieć bezpośredni związek z poziomem wykonania zadania.

Metoda

Osoby badane

Przebadano 80 studentów (40 kobiet) w wieku od 19 do 25 lat ($M=21,00$, $SD=1,6$), losowo przydzielonych do grupy eksperymentalnej i kontrolnej. Grupa eksperymentalna liczyła 39 osób (19 kobiet) a kontrolna 41 osób (21 kobiet).

¹⁴ D. Oyserman, L. James, *Possible selves: From content to process*. (w:) K.D. Markman, W.M.P. Klein, J.A. Suhr (red.): *Handbook of imagination and mental stimulation*. New York 2009, s. 373-394

¹⁵ H. Markus, P. Nurius, *Possible selves*. (w:) „*American Psychologist*”. 1986, nr 41, s. 954-969

¹⁶ C.S. Carver, S.L. Reynolds, M.F. Scheier, *The possible selves of optimists and pessimists*. (w:) „*Journal of Research in Personality*”. 1994, nr 28, s. 133-141; C.S. Carver, M.F. Scheier, S.C. Segerstrom, *Optimism*. (w:) *Clinical Psychology Review*. 2010, nr 30, s. 879-889; I. Brissette, M.F. Scheier, C.S. Carver, *The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition*. (w:) „*Journal of Personality and Social Psychology*”. 2002, nr 82, s. 102-111

Osoby badane pochodziły z 19 kierunków studiów: kierunki społeczne (N=26), humanistyczne (N=19), ekonomiczne (N=20), prawa i administracji (N=10), biologiczne i przyrodnicze (N=5).

Zadanie na klasyfikację

Do weryfikacji głównej hipotezy mówiącej o pozytywnym wpływie aktywizacji Ja możliwościowego na poziom wykonania zadania wykorzystaliśmy zadanie o charakterze poznawczym, polegające na klasyfikowaniu obiektów. Główną zmienną zależną w przeprowadzonym przez nas badaniu jest efektywność procesu klasyfikacji. Zadanie miało charakter komputerowy i polegało na kategoryzowaniu słów. Na ekranie komputera prezentowano cztery słowa (np. trapez, okrąg, walec, romb), a zadaniem badanego było wybranie słowa, które nie pasuje do pozostałych trzech (tu: walec). Zadanie składało się z serii następujących po sobie zestawów słów. Czas ekspozycji jednego zestawu wynosił 12 s, a przerwa między nimi – 3 s. Badany udzielał odpowiedzi naciskając odpowiedni klawisz komputera w trakcie ekspozycji danego zestawu słów (odpowiedź udzielona po czasie była oceniana jako nieprawidłowa). Wskaźnikiem efektywności wykonania zadania była suma poprawnych odpowiedzi.

Procedura

Przeprowadzone badanie eksperymentalne składało się z czterech głównych etapów: (1) pretest, (2) manipulacja, (3) zadanie właściwe – posttest, (4) pomiar nastroju po wykonaniu zadania. Eksperyment miał charakter komputerowo-papierowy. Komputerową część eksperymentu przeprowadzono wykorzystując oprogramowanie *E-Prime 2.0*.¹⁷ Badanie odbywało się indywidualnie w wystandaryzowanych warunkach.

Procedurę badania rozpoczynało podanie ujednocionej informacji na temat przebiegu badania w celu zachowania jak największej standaryzacji. Następnie osoby badane wypełniały metryczkę z podstawowymi danymi, takich jak wiek, płeć, kierunek studiów oraz uczelnia. Kolejno następowała pierwsza część komputerowa – wykonanie pierwszego zadania polegającego na kategoryzacji słów, które pełniło tu funkcję pretestu. Na tym etapie zadanie składało się z serii następujących po sobie dziesięciu zestawów słów prezentowanych między osobami w sposób losowy (Tabela 1).

Tabela nr 1: Zestawy słów wykorzystane w zadaniu na kategoryzację na etapie pretestu

zestaw	1	2	3	4	poprawna odpowiedź
1	duet	kwartet	kwintet	tryptyk	4
2	dorsz	rekin	wieloryb	tuńczyk	3
3	allegro	piccolo	allegretto	presto	2
4	le parkour	karate	capoeira	boks	1

¹⁷ A. Eshman, W. Schneider, A. Zuccolotto, *E-Prime. Reference guide*. Pittsburgh 2002

zestaw	1	2	3	4	poprawna odpowiedź
5	epika	liryka	dramat	komedia	4
6	dąb	topola	głóg	brzoza	3
7	sekunda	cal	kilogram	amper	2
8	chleb	mleko	zupa	sok	1
9	typowy	reprezentatywny	charakterystyczny	ważny	4
10	progres	postęp	regres	rozwój	3

Tabela nr 2: Zestawy słów wykorzystane w zadaniu na kategoryzację na etapie zadania właściwego (posttestu).

zestaw	1	2	3	4	poprawna odpowiedź
1	ssaki	gady	ptaki	owady	4
2	poseł	delegat	wyborca	reprezentant	3
3	bokser	szermierz	dżudoka	karateka	2
4	znak	nuta	cyfra	litera	1
5	tenor	bas	baryton	sopran	4
6	trapez	koło	walec	romb	3
7	heblować	wiercić	polerować	szlifować	2
8	deprecjonować	szacować	oceniać	wartościować	1
9	wniosek	konkluzja	puenta	analiza	4
10	rozdzielenie	separacja	akcesja	demarkacja	3
11	Poznań	Radom	Białystok	Kielce	2
12	Nashville	Teksas	Arizona	Montana	1
13	welna	elana	bawełna	tkanina	4
14	hymn	oda	nowela	elegia	3
15	samba	tango	rumba	salsa	2
16	stal	złoto	żelazo	miedź	1
17	miecz	szabla	bagnet	muszkiet	4
18	kapitan	pułkownik	komandor	major	3
19	tlen	powietrze	azot	wodór	2
20	dziobak	świstak	małpa	słoń	1

Kolejny etap przebiegu eksperymentu polegał na manipulowaniu dostępnością poznawczą określonych aspektów samowiedzy. Wykorzystano tu elementy procedury stosowanej już w innych badaniach.¹⁸ W grupie eksperymentalnej aktywizowano treści Ja możliwościowego, stosując instrukcję, polegającą na wypisaniu takich specyficznych cech i właściwości, które osoba może posiadać lub posiadanie których uznaje za możliwe niezależnie od tego, czy są to właściwości pozytywne czy negatywne. Badany dostawał arkusz formatu A4 zatytułowany „*Jaki możesz być?*” i zawierający następującą instrukcję: „Poniższe zadanie dotyczy Twoich przekonań o tym jaki możesz być. Proszę, abyś przez najbliższych 5-10 minut pomyślał o sobie z perspektywy tego, co postrzegasz jako możliwe, niezależnie od tego czy oceniłbyś to pozytywnie czy negatywnie. Chodzi tu o takie Twoje cechy i właściwości, które możesz posiadać i o których myślisz, że jest możliwe, żebyś taki był, że jest to całkiem prawdopodobne. Do opisu tego jaki możesz być wykorzystaj poniższą tabelę i każde określenie wpisz do odrębnego wiersza. Postaraj się zrobić to dokładnie i uważnie. Możesz wpisywać nie tylko pojedyncze słowa, ale także dłuższe i bardziej złożone sformułowania. Postaraj się zapisać wszystkie wiersze”. Poniżej instrukcji znajdowała się tabela, składająca się z 10 wierszy zaczynających się od słów „Mogę być ...”.

W grupie kontrolnej analogiczna instrukcja aktywizowała treści Ja realnego. Wykorzystano do tego podobny arkusz, z tym, że był on zatytułowany „*Jaki jesteś?*” a treść instrukcji odnosiła się do cech aktualnie posiadanych: „Poniższe zadanie dotyczy Twoich przekonań o tym jaki jesteś. Proszę, abyś przez najbliższych 5-10 minut skupił się na tym jak siebie postrzegasz. Chodzi tu o cechy i właściwości, które posiadasz, niezależnie od tego, czy oceniłbyś je pozytywnie czy negatywnie. Do opisu tego jaki jesteś wykorzystaj poniższą tabelę i każde określenie wpisz do odrębnego wiersza. Postaraj się zrobić to możliwie dokładnie. Możesz wpisywać nie tylko pojedyncze słowa, ale także dłuższe i bardziej złożone sformułowania”. Tabela do wpisywania treści Ja realnego składała się z 10 wierszy zaczynających się od słów: „*Jestem ...*”.

Uzasadnieniem dla wyboru takich warunków kontrolnych była potrzeba odróżnienia specyficznych efektów aktywizacji Ja możliwościowego od niespecyficznego efektu odniesienia do Ja (por. Rogers, Kuiper, Kirker¹⁹). Możliwe jest to tylko wtedy, kiedy w grupie kontrolnej aktywizowany jest również jakiś aspekt Ja, inny niż Ja możliwościowe. Wybór Ja realnego podyktowany był tym, że jest to aspekt Ja dobrze zdefiniowany oraz intuicyjnie zrozumiały dla badanych. Był on też wykorzystywany w podobnym celu jako warunki kontrolne w innych badaniach (por. Schlegel, Hicks, Arndt, King²⁰).

Po manipulacji badany ponownie wykonywał zadanie na kategoryzację (posttest). Tym razem było to 20 zestawów słów, innych niż w preteście (Tabela 2). Za każdy dobrze rozwiązany zestaw badany otrzymywał 1 punkt, a suma punktów

¹⁸ N. Liberman, D.C. Molden, L.C. Idson, E.T. Higgins, *Promotion and prevention focus on alternative hypotheses: Implications for attributional functions*. (w:) „*Journal of Personality and Social Psychology*”. 2001, nr 80, s. 5-18

¹⁹ T.B. Rogers, N. Kuiper, W.S. Kirker, *Self-reference and the encoding of personal information*. (w:) „*Journal of Personality and Social Psychology*”. 1977, nr 35, s. 677-688

²⁰ R.J. Schlegel, J.A. Hicks, J. Arndt, L.A. King, *Thine own self: True self-concept accessibility and meaning in life*. (w:) „*Journal of Personality and Social Psychology*”. 2009, nr 96, s. 473-490

przekładała się na wysokość wynagrodzenia (1 zł za każdy punkt, w sumie nie mniej niż 5 zł). Po każdej odpowiedzi pojawiała się informacja zwrotna o poprawności rozwiązania zestawu oraz liczbie dotychczas zdobytych punktów. Wprowadzenie do procedury badania wynagradzania za poprawne rozwiązania miało na celu zwiększenie zaangażowania osób badanych. Chodziło również o zbliżenie warunków badania do warunków realnego życia, w którym zwykle od efektywności działania zależy nie tylko abstrakcyjna liczba punktów, ale określone konkretne zyski lub straty.

Ostatnim elementem procedury był pomiar nastroju po wykonaniu zadania. W tym celu badany wypełniał Przymiotnikową Skalę Nastroju UMACL.²¹ Bada ona nastrój zdefiniowany jako pewne doświadczenie afektywne, które charakteryzuje umiarkowany czas trwania (co najmniej kilka minut). Doświadczenie to jest niezwiązane z obiektem lub związane z quasi-obiektem. Skala UMACL składa się z 29 pozycji mających postać przymiotników. Zadaniem osoby badanej jest ustosunkowanie się do nich zaznaczając odpowiedź na czteropunktowej skali (*zdecydowanie tak, raczej tak, raczej nie, zdecydowanie nie*). Wyniki ujmowane są w postaci trzech skal: Ton Hedonistyczny (TH), Pobudzenie Napięciowe (PN) i Pobudzenie Energetyczne (PE). Pobudzenie napięciowe może powodować lęk, pobudzenie energetyczne jest swego rodzaju energią do działania a ton hedonistyczny to swoiste odczucie przyjemności lub nieprzyjemności. Współczynnik rzetelności *alfa* Cronbacha dla skali UMACL zawiera się w przedziale 0,71-0,90. Procedurę badania kończyła wypłata wynagrodzenia, wyjaśnienie idei eksperymentu oraz udzielenie odpowiedzi na ewentualne pytania badanego.

Wyniki

W celu weryfikacji hipotezy, że osoby ze zaktywizowanym Ja możliwościowym wykonują zadanie lepiej niż osoby w grupie kontrolnej, przeprowadzono dwuczynnikową analizę wariancji w schemacie mieszanym: 2 grupa (Ja możliwościowe, Ja realne) x (2) czas (pretest, posttest) dla zmiennej zależnej: liczba poprawnych odpowiedzi w zadaniu na kategoryzację. Uzyskano istotny efekt główny zmiennej czas: $F(1, 78)=10,51$; $p=0,002$; $\eta^2=0,12$. Nieistotny natomiast był zarówno efekt główny przynależności do grupy: $F(1, 78)=0,08$; $p=0,779$; $\eta^2=0,001$, jak i efekt interakcji przynależności do grupy i zmiennej czas: $F(1, 78)=1,45$; $p=0,231$; $\eta^2=0,02$.

Hipotezę mówiącą, że nastrój po wykonaniu zadania jest bardziej pozytywny w grupie ze zaktywizowanym Ja możliwościowym zweryfikowano porównując średnie w skalach UMACL. Skala ton hedonistyczny nie różnicuje porównywanych grup: $t(78)=0,59$, $p=0,56$. Porównanie średnich w pozostałych dwóch skalach wskazuje na różnice, których kierunek jest zgodny z postulowanym, jednak istotność statystyczna jest na poziomie tendencji. Średnia w skali pobudzenie napięciowe jest wyższa w grupie kontrolnej [$t(78)=-1,81$; $p=0,07$; $d=0,41$], natomiast średnia w skali pobudzenie energetyczne jest wyższa w grupie eksperymentalnej [$t(78)=1,72$; $p=0,09$; $d=0,39$].

²¹ E. Goryńska, *Przymiotnikowa skala nastroju UMACL*. Warszawa 2005

Dyskusja wyników

Uchwycono tendencje osób w grupie ze zaktzywizowanym Ja możliwościovym do doświadczania niższego pobudzenia napięciowego oraz wyższego pobudzenia energetycznego po wykonaniu zadania w porównaniu z grupą kontrolną. Dodatkowo uzyskano istotne różnice w zmiennej czasu. Oznacza to, że osoby ze zaktzywizowanym Ja możliwościovym wykonywały zadanie istotnie szybciej, niż te w grupie kontrolnej. Sam poziom wykonania zadania nie różnicuje jednak grup. Nie potwierdzono więc głównej hipotezy, mówiącej, że aktywizacja przekonań o własnych możliwościach usprawnia wykonanie zadania. Może to oznaczać, że postulowany wpływ aktywizacji przekonań o własnych możliwościach na wykonanie zadań nie ma miejsca lub, że wystąpił tu niespecyficzny efekt odniesienia do Ja. Uważamy jednak, że taki wniosek jest przedwczesny i że mogą istnieć co najmniej trzy inne potencjalne przyczyny braku postulowanych różnic.

Po pierwsze, poziom wykonania zadania wykorzystanego w badaniu mógł być zbyt mocno zależny od ogólnej wiedzy badanego, a w małym stopniu mógł być modyfikowany przez emocjonalno-motywacyjne czynniki związane z aktywizacją poczucia możliwości. Uzyskane wyniki mogą świadczyć nie tyle o tym, że postulowany efekt nie istnieje, co raczej, że nie występuje on w każdej sytuacji i może być słaby w takich zadaniach, w których poziom wykonania zależy głównie od takich czynników jak ogólna inteligencja, wiedza, czy specyficzne zdolności. Część zestawów słów wykorzystanych w badaniu odwoływało się do specyficznych obszarów wiedzy, takich jak np. zoologia czy geografia (por. Tabela 1 i 2). Jeśli rozwiązanie zadania wymaga takiej wiedzy, to osoba, która jej nie posiada nie jest w stanie dobrze go rozwiązać, nawet jeśli wyteży umysł i bardzo się postara. Postulowany efekt jest natomiast bardziej prawdopodobny w zadaniach, w których poziom wykonania w większym stopniu zależy od zaangażowania osoby i jej „wiary w siebie”. Mogą to być zadania, które nie tyle odwołują się do specyficznych umiejętności, co wymagają np. ogólnej mobilizacji, długiego utrzymania uwagi, lub wymyślenia nowego sposobu rozwiązania problemu.

Po drugie, efekty aktywizacji Ja możliwościovego mogą ujawniać się przede wszystkim w sytuacjach nowych, co do których osoba ma niewiele osobistych doświadczeń. Może to też wskazywać na specyfikę badanych tu efektów w stosunku do funkcji przekonań o własnej skuteczności w ujęciu Bandury.²² Ważnym czynnikiem w tworzeniu się przekonań o własnej skuteczności są osobiste doświadczenia w radzeniu sobie z określonym typem zadań lub problemów, a ich regulacyjne funkcje ujawniają się przede wszystkim w odniesieniu do tych znanych już osobie kontekstów. W odniesieniu natomiast do sytuacji nowych, osoba nie posiada wyrazistych przekonań o własnej skuteczności, właśnie dlatego, że nie ma odnoszących się do nich doświadczeń. Skoro takich przekonań nie posiada, to nie mogą one wpływać na wykonanie zadania. Bardziej efektywne może tu być odwołanie się do poczucia posiadania szerokich możliwości, nawet jeśli żadna z nich treściowo nie wiąże się z zadaniem. Zaktzywizowane Ja możliwościovie może dawać osobie poczucie, że ma na tyle dużo możliwości, że jest w stanie poradzić sobie z nowym zadaniem. Wykorzystane przez nas zadanie na klasyfikację prawdopodobnie nie miało tych cech nowości.

²² A. Bandura, *Much ado over a faulty conception of perceived self-efficacy grounded in faulty experimentation*. (w:) "Journal of Social and Clinical Psychology". 2007, nr 26, s. 641-658

Osoby badane mogły rozwiązywać podobne zadania w przeszłości, a nawet jeśli nie miały takich doświadczeń, to włączenie pretestu do procedury badania pozwalało na „oswojenie się” z zadaniem. Jeśli rzeczywiście postulowane efekty ujawniają się przede wszystkim w sytuacjach nowych, to pretest mógł je osłabić. W kolejnych badaniach tego typu należałoby więc planować eksperymenty bez pretestu.

Po trzecie wreszcie, motywacja badanych mogła być paradoksalnie „zbyt silna”. Osoby badane były wynagradzane za udział w badaniu, a wysokość tego wynagrodzenia była pochodną liczby poprawnych odpowiedzi. Taki sposób wynagradzania był inspirowany procedurą stosowaną we wcześniejszych badaniach dotyczących ukierunkowań regulacyjnych,²³ a jego celem było zwiększenie zaangażowania badanego. Zależało nam również na tym, aby warunki eksperymentalne przypominały sytuacje z codziennego życia, w których poziom wykonania przekłada się na wymierne efekty. Możliwe jednak, że zabieg taki był nadmiarowy, gdyż zbyt silna motywacja zewnętrzna mogła „zagłuszyć” subtelny wpływ zaktywizowanej samowiedzy. Wyciągając z tego wniosek dla dalszych badań wydaje się, że jeśli osoby badane miałyby być wynagradzane za udział w badaniu, to wysokość wynagrodzenia nie powinna zależeć od poziomu wykonania.

Streszczenie

Niniejszy artykuł przedstawia badanie eksperymentalne z zakresu poznawczej psychologii Ja. Jest on próbą odpowiedzi na pytanie, jak aktywizacja określonego aspektu samowiedzy – Ja możliwościowego, wpływa na wykonanie zadania polegającego na klasyfikacji. Choć wystąpił słaby efekt w odniesieniu do nastroju osoby badanej, to wyniki nie potwierdzają głównej hipotezy, mówiącej o pozytywnym wpływie Ja możliwościowego na wykonanie zadania. Dyskusja wyników zawiera analizę potencjalnych przyczyn takiego stanu rzeczy. Wnioski z niej płynące pozwoliły na sformułowanie nowych hipotez i pomysłów na modyfikację procedury badania.

Summary

This paper presents an experimental study in the field of cognitive psychology of self. It is an attempt to answer the question of how activation of a specific aspect of self-knowledge – can self, affects the performance in a classification task. Although there was little effect in relation to the mood, the results do not support the main hypothesis regarding the positive influence of the can self on task performance. Discussion of the results provides an analysis of the potential causes of this state of affairs. The conclusions drawn from the analysis led to the formulation of new hypotheses and ideas for modifying the experimental procedure.

²³ N. Liberman, D.C. Molden, L.C. Idson, E.T. Higgins: *Promotion and prevention focus on alternative hypotheses: Implications for attributional functions.* (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 2001, nr 80, s. 5-18

Badanie przedstawione w artykule zostało sfinansowane ze środków na naukę, przyznanych drugiemu autorowi, jako projekt badawczy nr N N106 263535.

Bibliografia

1. Carver C.S., Reynolds S.L., Scheier M.F., *The possible selves of optimists and pessimists*. (w:) "Journal of Research in Personality". 1994, nr 28
2. Carver C.S., Scheier M.F., Segerstrom S.C., *Optimism*. (w:) Clinical "Clinical Psychology Review". 2010, nr 30,
3. Bandura A., *Much ado over a faulty conception of perceived self-efficacy grounded in faulty experimentation*. (w:) "Journal of Social and Clinical Psychology". 2007, nr 26
4. Brissette I., Scheier M.F., Carver C.S., *The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition*. (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 2002, nr 82
5. Brown M., McConnel A.R., *Effort or escape: Self-concept structure determines self-regulatory behavior*. W: "Self and Identity". 2009, nr 8
6. Eshman A., Schneider W., Zuccolotto A., *E-Prime. Reference guide*. Pittsburgh 2002
7. Goryńska E., *Przymiotnikowa skala nastroju UMACL*. Warszawa 2005
8. Higgins E.T., *Self discrepancy: A theory relating self and affect*. (w:) "Psychological Review". 1987, nr 94
9. Higgins E.T. *Does personality provide unique explanations for behavior? Personality as cross-person variability in general principles*. (w:) "European Journal of Personality". 2000, nr 14
10. Higgins E.T., King A.G., Mavin G.H., *Individual construct accessibility and subjective impressions and recall*. (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 1982, nr 43
11. Higgins E.T., Tykocinski O., Voolkes J. *Patterns of self-beliefs: The psychological significance of relations among the actual, ideal, ought, can, and future selves*. (w:) J. M. Olson, M. P. Zanna (red.), *Self-inference processes: The Ontario Symposium*. 1990, nr 6
12. Liberman N., Molden D.C., Idson L.C., Higgins E.T., *Promotion and prevention focus on alternative hypotheses: Implications for attributional functions*. (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 2001, nr 80
13. Maddux J.E., Volkman J. *Self-efficacy*. (w:) R.H. Huyle (Ed.): *Handbook of personality and self-regulation*. Chichester 2010
14. Markus H., Nurius P. *Possible selves*. (w:) "American Psychologist". 1986, nr 41
15. Neckar J. *Samowiedza i jej bohater*. (w:) A. Niedźwieńska, J. Neckar (red.), *Poznaj samego siebie czyli o źródłach samowiedzy*. Warszawa 2009
16. Ogilvie M., *The undesired self: a neglected variable i personality research*. (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 1987, nr 52
17. Oyserman, James L., *Possible selves: From content to process*. (w:) K.D. Markman, W.M.P. Klein, J.A. Suhr (red.): *Handbook of imagination and mental stimulation*. New York 2009

18. Ozer M., Bandura A: *Mechanisms governing empowerment effects: A self-efficacy analysis*. (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 1990, nr 58
19. Rogers T.B., Kuiper N., Kirker W.S., *Self-reference and the encoding of personal information*. (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 1977, nr 35
20. Schlegel R.J., Hicks J.A., Arndt J., King L.A., *Thine own self: True self-concept accessibility and meaning in life*. (w:) "Journal of Personality and Social Psychology". 2009, nr 96