

Koncepcja poziomów identyfikacji działania a teoria kontroli wolicjonalnej Juliusa Kuhla: implikacje dla problematyki woli i tożsamości

Pojęcia woli, działania i tożsamości wiążą się w sposób naturalny ze sobą: podejmowanie działań i dokonywanie wyborów jest często tym, co decyduje o sposobie, w jaki o sobie myślimy – w tym też o naszym stosunku do samego siebie.

Artykuł ten dotyczy dwóch ważnych koncepcji współczesnej psychologii: koncepcji poziomów identyfikacji działania Rogera Vallachera i Daniela Wegnera oraz koncepcji kontroli wolicjonalnej Juliusa Kuhla. W swojej warstwie teoretycznej nawiązują one do kategorii działań intencjonalnych (Vallacher i Wegner) oraz woli (Kuhl i wsp.). Mimo że są to fundamentalne zagadnienia dotyczące ludzkiego sposobu funkcjonowania, długo pozostawały one na marginesie głównego nurtu zainteresowań psychologii: fenomeny, takie jak: wola, intencjonalność, alienacja itp. bywają w psychologii stosunkowo rzadko poddawane operacjonalizacji, a więc rzadko stanowią też przedmiot empirycznych (w sensie eksperymentalnych i statystycznych) badań. Tym samym dyskutowane tu koncepcje stwarzają klimat sprzyjający powrotowi i rozwojowi tej problematyki we współczesnej psychologii eksperymentalnej. Jednocześnie trzeba zaznaczyć, że poruszane przez te koncepcje zagadnienia zajmują tradycyjnie poczesne miejsca w odmiennych – nieeksperymentalnych i nienaturalistycznych – ujęciach psychologicznych. W tym kontekście interesujące wydaje się pytanie, czy wyniki uzyskiwane w oparciu o eksperymentalne procedury badawcze korespondują z wątkami ujęć teoretycznych, które odwołują się do innych założeń i innej metodologii (psychologia nienaturalistyczna, część praktyki psychologicznej itp.).

Mimo że przedmiotem tego artykułu są nie tyle same istotowe związki między wolą, działaniem intencjonalnym i tożsamością, co raczej bardziej szczegółowe zależności, związane z konkretną problematyką wspomnianych wyżej koncepcji – ważne wydaje się wskazanie na wstępie wzajemnych powiązań w obrębie tej problematyki. Tym kwestiom zostanie poświęcona wprowadzająca, pierwsza część niniejszego artykułu. W części drugiej – zasadniczej – skupię się na zarysie obu wyróżnionych w tytule koncepcji oraz wskażę na pewne wynikające z nich implikacje dla problematyki tożsamości. W części trzeciej zostaną przedstawione i poddane dyskusji wyniki badań własnych, oscylujących wokół omawianych tu zagadnień. Przy czym – co trzeba w tym miejscu zaznaczyć – badania te mają charakter pilotażowy i stanowią fragment szerszego projektu, stąd otrzymane rezultaty dotyczą tylko pewnego wycinka poruszanych zagadnień i należy traktować je z dużą ostrożnością. Można więc powiedzieć, że arty-

kuł ten raczej wprowadza w pewne zagadnienia teoretyczne, mogące stanowić tło dla rozpoczętych badań empirycznych, niż oferuje gotowe odpowiedzi.

1. Tożsamość, wola, działanie, intencjonalność – wzajemne powiązania

a. Wola, tożsamość i działanie bywają ze sobą tradycyjnie łączone w różnych obszarach refleksji tak filozoficznej, jak i psychologicznej. Związki te są wielorakie i istnieją na różnych poziomach; w tym sensie nie jest możliwe ujęcie ich w jednej prostej formule. W tym miejscu chciałabym uwypuklić to ujęcie, które właściwe jest dla filozofii (głównie fenomenologicznej i egzystencjalnej) oraz psychologii o zasadniczo nienaturalistycznej (i często związanej z praktyką terapeutyczną) orientacji, gdyż w tych właśnie nurtach zagadnienia te są stawiane *explicite*.

Jeśli zapytamy, czym jest na gruncie psychologii tożsamość (czy – odpowiednio – „poczucie tożsamości”¹), może okazać się, że pytanie to prowadzi nas w bardzo bliskie rejony tego, co zwiemy np. charakterem lub osobowością. Tożsamość oznaczałaby tu pewną „treść”, która charakteryzuje człowieka jako jednostkę. Charakterystycznym rysem psychologicznego ujęcia tego typu kwestii „treściowych” jest ich typologizacja, ujęcie przez pryzmat kategorii czy cech. W takich wypadkach uzyskujemy jednak bardziej odpowiedź na pytanie „jaki jest ten człowiek”, niż „kim on jest”.

Psychologiczne definicje tożsamości wiążą ponadto silnie to pojęcie z Ja człowieka, przykładowo, w klasycznej już pozycji czytamy: „[poczucie tożsamości] to poczucie posiadania własnego »ja«” (Sokolik, 1993, s. 10). Tożsamość psychologiczna oznaczać też może poczucie, że „Ja teraz” i „Ja z kiedyś” to jedna i ta sama osoba, mimo zachodzących przemian. Za zmiennymi przeżyciami kryłoby się wówczas coś, co jest dla osoby bardziej realne niżli same te przeżycia – tj. realność Ja, ostatecznego podłoża przeżyć, przekraczającego je i różnego od nich w swej istocie. Takie rozumienie zbliża się znacznie do pewnych filozoficznych ujęć tej problematyki, w których poczucie tożsamości silnie związane jest z działaniem (por. Ingarden, 1967). Jak zauważa Ingarden, nawet jeśli przeżycia i zachodzące zdarzenia zmieniają Ja, to dzieje się tak nie dlatego, „że dokonały się pewne przebiegi przeżyciowe, ale że Ja jako człowiek realnie działam” (Ingarden, 1967, s. 46). Przeżycia i zdarzenia oddziałują na Ja, ale nie jest ono względem nich bierne czy „niemożne”, przeciwnie, są one dla niego okazją do manifestowania się i budowania poczucia tożsamości.

Wielu myślicieli i badaczy (zwłaszcza z kręgów psychologii egzystencjalnej, fenomenologicznej czy związanych z praktyką terapeutyczną) zauważa, że istotowym rysem człowieka jest jego zdolność do dokonywania wyboru własnego działania, a tym, co konstytuuje jego tożsamość – jest aktywne ustosunkowanie się (za sprawą woli i działania) do siebie i świata. Oczywiście rodzaj podejmowanych wyborów i aktywności nie jest tu bez znaczenia, i nie każde z nich będzie miało „tożsamościotwórczy”

¹ Rozgraniczenie między nimi jest istotne i zasługuje na osobne potraktowanie nie ma tu jednak miejsca, by kwestie te rozwijać. Więcej na ten temat por. Grzegorek, 2000; Krzyżewski, 2000.

walor, o którym tu mowa. Jednak, jak się często podkreśla (por. Jaspers, 1990; Fromm, 1993; Jung, 1989; May, 1978), wybór działania jest poniekąd „wyborem siebie”. W decyzji i działaniu rozstrzyga się nie tylko o czymś, ale także o samym sobie: „w wielu drobnych działaniach, których nawet nie zauważam, a jednak określających moją istotę, stopniowo tracę lub zyskuję siebie” (Jaspers, 1990, s. 176) – a więc swoje autentyczne Ja i budowane na jego gruncie poczucie tożsamości (por. Fromm, 1993). W działaniu takim nie chodzi o chwilowy sukces czy wyważenie jego prawdopodobieństwa, nie przebiega więc ono zgodnie z modelem „oczekiwanie x wartość”, a jedynie w zgodzie z pewną „źródłową koniecznością autentycznego Ja” (por. Jaspers, 1990). W działaniu takim ujawnia się to, czym (kim) dany człowiek *jest*. A to „jest” niejako łączy w sobie „jestem”, „mogę”, „chcę”, „wybieram”, „działam” – i dopiero wszystkie te momenty razem wzięte stanowią o tożsamości człowieka; każdy z nich osobno może bowiem oddać jedynie jakąś część czy aspekt jego funkcjonowania (tzw. samowolę, przypadkowość, popędowość), a więc nie mówi o nim samym jako takim (por. Jaspers, 1990). Pojęcia Ja, „tożsamości”, „działania” oraz specyficznych cech: charakteru, temperamentu, woli są tu ze sobą w naturalny sposób powiązane (por. też Marszał-Wiśniewska, 1996; James, 1890/2002).

Jednocześnie – co trzeba podkreślić – wybór i działanie, o których mowa, a więc to, co związane jest istotowo z tożsamością człowieka, nie zawsze musi być „wyborem heroicznym”, jakimś „albo-albo”. Tożsamość budowana jest także w procesie aktywności spontanicznej, choć zarazem przeciwieństw intencjonalnej (w sensie „intencji w działaniu”, tak jak rozumiane są one w fenomenologii, por. Bobryk, 1996). Jak pisze Fromm: „Ja jest na tyle silne, na ile jest aktywne (...), nasze jest tylko to, z czym jesteśmy autentycznie powiązani przez naszą twórczą aktywność” (Fromm, 1993, s. 244). Jest tu miejsce właśnie na zachowanie spontaniczne, gdyż – zauważa Fromm – *sponte* znaczy dosłownie „z własnej wolnej woli” (Fromm, 1993, s. 241). Jedną z przesłanek tak rozumianej spontaniczności jest akceptacja swojej osobowości i nietłumienie ważnych aspektów Ja. Tym samym „ocala się”, zdaniem Fromma, własną autentyczną tożsamość.

Widzimy, że problematyka woli jest tu wiązana nie tylko z wyborem (traktowanym jako albo-albo), ale także z działaniami intencjonalnymi, a aktywność dowolna, intencjonalna oraz spontaniczna stanowią jeden z obszarów wytyczających zakres terminu „wola” w filozofii i psychologii (choć oczywiście nie jest to jedyny zakres, por. Trzópek, 2003). Zdaniem Searla, współczesnego filozofa zajmującego się tą problematyką, kategoria intencjonalności ma istotne znaczenie dla wyjaśniania dowolnego działania człowieka: „wyjaśnienie działania polega na podaniu jego przyczyn. Przyczynami są w tym wypadku stany psychiczne. Łączą się one z działaniem albo tak, że są początkiem praktycznego rozumowania prowadzącego do intencji, albo tak, że są samymi intencjami” (Searle, 1995, s. 61, por. Bobryk, 1996, Ricoeur, 1960). Działanie intencjonalne jest *par excellence* działaniem „do-wolnym”, związanym z wolą człowieka – nawet wówczas, gdy nie ma charakteru deliberatywnego, ale wypływa ze spontanicznej chęci. Istotną charakterystyką aktu intencjonalnego jest ponadto zawarte w nim podwójne odniesienie: do przedmiotu (zamierzam *coś*, widzę *coś*), jak i do samego

podmiotu² (*decyduję się na coś, przedstawiam sobie coś itp.*) Odniesienie do Ja, którego nie da się odizolować od tego, co jest decydowane, przedstawiane, przypominane itp. stawia podmiot w specjalnym stosunku do jego aktów: „Potwierdzam się [je m’affirme, też: ustanawiam się] w moich aktach (...). Ja figuruję w projekcie jako ten, który będzie czynił i który może czynić. Projektuję sam siebie poprzez działanie, które ma być zrobione” (Ricoeur, 1960, s. 57). Moment ten wskazuje ponownie na istotny związek zjawisk intencjonalnych (w tym woli) z podmiotowością z jednej strony, z drugiej zaś z tym, co można nazwać poczuciem tożsamości.

b. Wcześniejsze refleksje dotyczyły kwestii powiązania woli, działania, intencjonalności i tożsamości na gruncie antropologii filozoficznej oraz – często odwołującej się do tej ostatniej – nienaturalistycznej psychologii. Obecnie chciałabym wskazać, że także w obszarze psychologii zorientowanej eksperymentalnie istnieje silne powiązanie między omawianymi tu zagadnieniami. Na szczególną uwagę zasługuje stanowisko Daniela Wegnera (2002), który – mimo przypisywaniu świadomej woli jedynie iluzorycznego charakteru – wykazuje zarazem jej (doświadczenia woli) istotowe powiązanie z poczuciem działania (sprawstwa) osoby oraz z jej poczuciem tożsamości.

Jak powiedziano, Wegner uważa świadomą wolę za iluzję, zaś rzeczywisty przebieg i kierunek działań wiąże z funkcjonowaniem subświadomych mechanizmów. Tym samym powstaje pytanie o sens tej iluzji. Zgodnie z Wegnerem można powiedzieć, że świadoma wola niejako „znaczy” (czy „firmuje”) działania jako *nasze* działania, tak by w naszej pamięci zostały one silnie związane właśnie z nami, a nie z kimś innym. Doświadczenie woli stanowi dla niego coś w rodzaju „poznawczej emocji” informującej o „własnym autorstwie” danego postępowania: „ten akt jest mój” (tzw. *authorship emotion*) (Wegner, 2002, s. 325). Funkcją doświadczenia woli jest zapewnienie ciągłości naszego poczucia bycia sobą. Proces ten zachodzi za sprawą „powołania” wirtualnego podmiotu – źródła poczucia woli spajającej myśli i działania. Doświadczenie woli, podmiotowości i tożsamości są tu w sposób nieunikniony splecione ze sobą: jedno nie może istnieć bez drugiego. Człowiek bez „wirtualnego podmiotu” byłby czymś na kształt zombi i trudno sobie wyobrazić taki stan, tym bardziej, że nie mamy o nim żadnych możliwych danych. Próbując przybliżyć omawianą tu zależność, Wegner powołuje się na metaforę komputerową: mózg i nieświadome mentalne procesy to coś w rodzaju twardego dysku, natomiast ludzkie Ja – to rodzaj oprogramowania, które jest „źródłem” wyświetlanego na ekranie obrazu (sposobu, w jaki rzeczywistość jawi się świadomości). Tak więc, można powiedzieć, że – niezależnie od iluzoryczności samej woli – towarzyszące nam doświadczenie woli jest tym, co czyni nas istotami ludzkimi, z poczuciem ciągłości naszego istnienia i tożsamości.

Wiele uwagi we współczesnej psychologii poświęca się też działaniom intencjonalnym. Badania wskazują, że jednym z podstawowych źródeł „napędu” i wysiłku człowieka jest wizja tego, co ma nastąpić (aczkolwiek wizja ta może być różnie określana). W tym sensie można mówić o istnieniu modelu człowieka intencjonalnego (por. Zale-

² „Jesteśmy oto w punkcie – pisał Ricoeur – odkrycia pierwotnego stosunku do samego siebie, który nie jest ani sądem refleksyjnym, ani spojrzeniem retrospektywnym, ale który jest zawarty w samej intencjonalności, w samym rzucie projektu” (Ricoeur, 1960, s. 57).

ski, 1991; Obuchowski 1965, 1993; Searle 1995). Model *homo teleologicus* zakłada, że stawianie i realizacja celów to centralne cechy natury ludzkiej³.

Na gruncie różnych koncepcji kontroli działania intencja bywa rozumiana jako plan lub zorganizowana sekwencja instrukcji, którym towarzyszy pewien „stan aktywacji” i zaangażowanie ze strony podmiotu. Jako termin techniczny, stosowany dla wyjaśniania psychologicznego, wywodzi się on z koncepcji Kurta Lewina (por. Miller, Galanter, Pribram, 1980, s. 80). Intencja, zdaniem Lewina, tworzy quasi-potrzebę i można przeprowadzić paralelę między dynamiką intencji a dynamiką jakiegokolwiek innego zachowania motywowanego. Według Allporta intencja (zamiar) stanowi pewien pojedynczy motyw określający to, co jednostka stara się zrealizować. Specyficzną cechą intencji jest zdolność do hamowania innych motywów. Intencja skupia w sobie procesy poznawcze i emocjonalne, jest także odpowiedzialna za stale utrzymujące się napięcie w dążeniu do celu. Właściwie sformułowana intencja implikuje Ja podmiotu i jego zaangażowanie.

Zazwyczaj intencjonalność zachowań widziana jest przez pryzmat świadomego celu (intencji) i jego funkcji regulacyjnej – np. jako wynik procesu porównywania stanu obecnego do określonego standardu – oraz działania zmierzającego do redukcji ewentualnej rozbieżności (por. Miller, Galanter, Pribram, 1980; Kofta, 1979; Łukaszewski, 1984). Wydaje się jednak, że w tym znaczeniu lepszy byłby może termin „intencyjność” (odwołujący się bardziej do kategorii zamiaru) niż filozoficznie ugruntowane pojęcie „intencjonalności”. W tym ostatnim przypadku czynione jest bowiem często wyraźne rozróżnienie między „celem”, „zamiarem”, „świadomym wyborem” – a samą intencjonalnością – traktowaną jako właściwe istotom obdarzonym świadomością odnoszenie się do przedmiotu (por. Brentano, 1874/1999). Ponadto intencjonalność w sensie głębszym może być traktowana jako rodzaj swoistej „wewnętrznej epistemologii”, coś, co leży u podłoża zarówno świadomych, jak i nieświadomych intencji. Jako taka określa ona globalną (w danym momencie życia jednostki) orientację wobec świata (por. May, 1978, s. 289), związaną z głębokimi pokładami (szeroko pojętego) doświadczenia. Warto jednak zauważyć, że także w psychologii eksperymentalnej można mówić o obecności wspomnianego wyżej aspektu zjawisk intencjonalnych. Tak np., Julius Kuhl mówi o „degeneracji” woli na skutek braku (czy utraty zgodności) z własnym „rzeczywistym Ja”. Podkreśla też, że świadoma intencja nie wystarcza w procesie wolicjonalnym: istnieje coś głębszego i bardziej podstawowego – by zamierzenia te mogły być skuteczne – powinno zostać uwzględnione.

³ Nie zawsze jednak pogląd taki był w psychologii przyjmowany, zwłaszcza w okresie dominacji psychologii behawiorystycznej i postbehawiorystycznej. „Człowiek zachowuje się celowo – pisze Skinner – nie dlatego, że ma zamiar, który przeprowadza, ale pod wpływem następstw tego zachowania w przeszłości” (Skinner, 1978, s. 128). Przykładowo przekonanie, że ludzie dokonują refleksji na temat tego, co robią i że ma to wpływ na realny przebieg ich zachowania – choć wydaje się dość trywialne – przez długi czas było w psychologii ideą niepopularną i co najmniej dyskusyjną, a sugestia, że istnieje swoista przyczynowa łączność między poznawczą reprezentacją działania i zewnętrznym zachowaniem była w przeszłości witana ze sceptycyzmem.

2. Koncepcja kontroli wolicjonalnej Kuhla i koncepcja poziomów identyfikacji działania Vallachera i Wegnera – podstawowe założenia i twierdzenia

Obecnie chciałabym dokonać prezentacji obu wspomnianych koncepcji, oczywiście w zakresie, jaki umożliwia forma tego artykułu i kontekst problematyki, w jakiej się poruszamy. Zarówno każda z koncepcji osobno, jak i w porównaniu z innymi zdają się dostarczać pewnych istotnych implikacji dla problematyki tożsamości i woli. Podstawowa zbieżność dotyczy związku między tzw. sposobem (i poziomem) identyfikacji zachowania, badanym przez Vallachera i Wegnera, a zmienną osobowościową, którą Kuhl nazywa orientacją na działanie lub stan, będącą ważnym wskaźnikiem „siły woli”. Zależności te zostaną wskazane w dalszej części artykułu.

2.1. Teoria kontroli działania Kuhla⁴

Na wstępie trzeba zauważyć, że teoria Kuhla ma złożony charakter, uwzględnia dużą liczbę zmiennych i procesów, jest także ciągle na bieżąco uzupełniana i weryfikowana. Stąd dokonane tu streszczenie będzie z natury rzeczy bardzo fragmentaryczne. Pewną dodatkową trudnością – istotną z punktu widzenia tego artykułu – jest to, że koncepcja ta nie odnosi się w sposób bezpośredni do problematyki tożsamości. Także problematyka Ja, chociaż już wyraźnie obecna, nie należy tutaj do kwestii kluczowych i pojawia się raczej jako nieunikniona konsekwencja zagadnień związanych z kontrolą wolicjonalną, sprawną realizacją działania, ale także alienacją i wyszczególnionymi przez Kuhla zmiennymi osobowościowymi (orientacją na działanie i na stan). Z drugiej strony, tym ważniejsze wydaje się pytanie o implikacje omawianej teorii woli i działania – dla zagadnień związanych z tożsamością (czy jej poczuciem).

Punktem wyjścia rozważań teoretycznych Kuhla było odrzucenie szeroko akceptowanej doktryny motywacyjnej, zgodnie z którą niewykonanie określonego zadania w konkretnej sytuacji przez osobę posiadającą do tego wystarczające zdolności i umiejętności, było wyjaśniane deficytem motywacyjnym („widocznie nie chciał/a dość mocno”). Badania eksperymentalne, przeprowadzone przez Kuhla i współpracowników, wykazały, że wytrwałość w rozwiązywaniu zadania jest funkcją nie tylko siły motywacji, ale i efektywności procesów kontroli działania, ochraniających pierwotny zamiar przed konkurencyjnymi tendencjami. Te specyficzne procesy samoregulacji i samokontroli, pośredniczące między procesami poznawczymi i motywacyjnymi a zachowaniem, to właśnie kontrola wolicjonalna, zwana potocznie siłą woli. Zadaniem siły woli jest powzięcie zamiaru (intencji) oraz jego utrzymanie i ochrona przed innymi, konkurencyjnymi tendencjami działania. Kuhl i Beckmann (1994) wymieniają cztery ważne funkcje woli. Są to: planowanie działania, jego inicjacja, kontrola konkurencyjnych impulsów (lub utrzymanie aktywności) oraz zdolność do zdystansowania się po osiągnięciu celu (lub wobec celów nieosiągalnych). Znaczną rolę odgrywają

⁴ Bardziej wyczerpujące omówienie tej koncepcji: por. Trzópek, 2003.

ponadto dwa pomocnicze procesy: świadoma reprezentacja własnych potrzeb, celów, zamiarów (co powoduje nastawienie na odpowiednie informacje itp.) oraz pozytywny (czy może lepiej: adekwatny) afekt, ułatwiający inicjację i podtrzymanie danej aktywności.

Ja w koncepcji Kuhla nie jest konstruktem jednolitym. Składają się nań różne komponenty: emocjonalne, nawykowe, racjonalne. Ujmując problem od strony fenomenologicznej, można przyjąć, że każdy umysłowy stan lub proces (przekonania, pragnienia, uczucia itp.) może być opisany jako część Ja (*self*), o ile jest spostrzegany, akceptowany i zintegrowany jako jedna z wielu istniejących charakterystyk, decydujących o tożsamości danej osoby. Może być jednak tak, że różne komponenty Ja mogą być ze sobą w konflikcie; także to powoduje, że zazwyczaj przyjmowana w psychologii mechanizmów regulacyjnych motywacyjna formuła „oczekiwanie x wartość” okazuje się nieskuteczna. Organizmu „który oczekuje” czy „szacuje wartościowość” danego celu lub działania po prostu nie można traktować jako monolitu. Powoduje to jednocześnie, że przyjęcie do realizacji danego celu czy intencji musi być stale ochroniane przed konkurencyjnymi zamiarami i intencjami (których źródłem mogą być też inne sfery Ja), co właśnie jest funkcją woli.

Wobec tak pojętych: Ja i woli osoby pojawia się ważna z punktu widzenia poczucia tożsamości kwestia tego, które aspekty własnej osoby znajdują odbicie w realizowanych działaniach i przyjętych celach. Pojawiająca się tu trudność polega także na jasnym różnicowaniu między tym, co należy, a co nie należy do Ja. Przykładowo osoba może identyfikować jako własne przekonania pragnienia czy cele, które w rzeczywistości nie należą do jej Ja lub nie dają się z nim pogodzić⁵. Można mówić wówczas o tzw. fałszywej internalizacji⁶ oczekiwań i planów otoczenia (na ogół osób znaczących), co prowadzić może do poczucia alienacji i blokowania czy upośledzenia skutecznego działania na poziomie wolicjonalnym (por. Kuhl, 1994, s. 27).

Łatwo zauważyć, że wkraczamy tu bezpośrednio na teren zagadnień związków woli i poczucia tożsamości, oraz ich roli regulacyjnej. Wola bywa w tym kontekście definiowana jako „zdolność do zaktywizowania i koordynacji zasobów umysłowych w celu wykonywania aktywności satysfakcjonującej potrzeby organizmu” (Kuhl, Beckmann, 1994, s. 376). Osoba, której brakuje woli niezbędnej do tego, by realizować tego typu działania, zwłaszcza gdy napotykają one na przeszkody, może czuć się coraz bardziej „wyobcowana” w miarę upływu czasu.

Zdaniem Kuhla i Beckmanna (1994), można mówić o pewnym „cyklu utraty autonomii”. Problem pojawia się wówczas, gdy w funkcjonowaniu osoby zaczyna przeważać „fragmentaryczny” (bo skoncentrowany na jednym tylko aspekcie Ja lub „fałszywej” intencji) modus samokontroli, wypierając bardziej „integrujący” (bo zbierający

⁵ Przykładem może być student, który nie odróżnia ambicji swoich rodziców, by został np. prawnikiem, od swoich własnych preferencji w tym względzie; można mówić wówczas o wystąpieniu konfliktu między jego „obrazem siebie” (*self-concept*), dopasowanym do wizji rodziców, a „realnymi potrzebami”, z których może nie zdawać sobie sprawy. Sytuacja taka może prowokować emocje i myśli niezwiązane z jego świadomie przyjętą intencją studiowania, które utrudniają, a nawet mogą paraliżować świadome decyzje i działanie.

⁶ Pojawienie się „fałszywej internalizacji” może być wynikiem określonych oddziaływań socjalizacyjnych, w których dana osoba była (np. w dzieciństwie) wystawiona na permanentne oddziaływanie zewnętrznej kontroli, co może tworzyć stałą tendencję do przyjmowania zewnętrznie narzucanych celów i tłumienia własnych pragnień (Kuhl, Beckmann, 1994, s. 379).

informacje z różnych systemów Ja) modus samoregulacji. Ma to miejsce np. wówczas, gdy w odpowiedzi na osłabienie systemu woli, kompensacyjnie aktywizowane zostają strategie samokontrolujące, których celem jest ochrona zamiaru przed zagrażającymi mu tendencjami – w tym niepożądanymi myślami, odczuciami itp., między innymi poprzez usuwanie ze świadomości tych niezgodnych z celem, zakłócających treści czy potrzeb. To – wobec ich niezaspokojenia – rodzi konflikt i paradoksalne wtargnięcia związanych z nim myśli i uczuć w pole uwagi osoby, dezorganizując jej świadome usiłowania. W ten sposób na krótką metę i „lokalnie” funkcja samokontroli może okazać się skuteczna, ale w dłuższej perspektywie prowadzi do zablokowania ogólnych zdolności samoregulacyjnych i globalnego upośledzenia funkcjonowania na poziomie wolicjonalnym, skutkiem czego jest pojawienie się negatywnego afektu, frustracji, tendencji do „przeżywania” niechcianych myśli, odczuć itp. „Cykl utraty autonomii” pociąga za sobą wzrost alienacji osoby.

Funkcjonowanie woli może być też upośledzone za sprawą formułowania tzw. zdegenerowanych intencji, a więc intencji, które są źle sformułowane i w związku z tym nie mogą być efektywnie realizowane. Prawidłowa reprezentacja intencji (zamiaru) zawiera cztery elementy: 1) określenie podmiotu jako sprawcy działania, 2) określenie kontekstu działania, tj. jego czasowych i przestrzennych warunków (kiedy?, gdzie?), 3) projekt, program samego działania i 4) rodzaj zaangażowania, poczucia zobowiązania do wykonania zamiaru, wyrażające się w takich określeniach jak „chcę”, „muszę”, „mam zamiar” lub „powinienem” (por. Zalewska, 1991, s. 538). W sytuacji, w której brakuje jednego lub więcej elementów działania, Kuhl określa zamiar jako „zdegenerowany”⁷. W celu oznaczenia związku realizowanych postanowień z Ja Kuhl odwołuje się do pt. czwartego. Osobom „wyalienowanym” brak zaangażowania. Fałszywie zinternalizowany cel może mieć co prawda dostęp do symbolicznych procesów świadomości i woli, ale nie towarzyszy mu pozytywny afekt i właśnie zaangażowanie, które zazwyczaj wiąże się z celami wygenerowanymi podmiotowo.

Podsumowując, można powiedzieć, że w pełni rozwinięta wola, zdaniem Kuhla (1994), opiera się głównie na procesie uczenia się, w trakcie którego znaczącą rolę odgrywają: pozytywne przekonania dotyczące możliwości sprawowania przez siebie kontroli (poczucie własnej skuteczności: *self-efficacy*), pozytywne emocje związane z własnym Ja (szacunek do siebie: *self-esteem*) oraz jasne rozgraniczenie między Ja i nie-Ja (samoodróżnienie: *self-discrimination*) – w tym między własnymi wartościami, potrzebami, planami, a potrzebami czy planami innych ludzi. Wszystkie trzy wymienione aspekty są istotne zarówno z punktu widzenia efektywności procesów wolicjonalnych, jak i poczucia tożsamości osoby. Kuhl zdaje sobie przy tym sprawę, że rozróżnienie między „aktualnym (realnym) Ja” (czy, mówiąc inaczej, „prawdziwą” tożsamością) a przyjętym „obrazem siebie”, jest trudne do ujęcia, tak od strony teoretycznej, jak i metodologicznej. Uważa zarazem, że istniejąca w tym względzie dysproporcja stanowi jeden z podstawowych czynników „orientacji na stan” (por. Kuhl, 1994, s. 18), o której będzie dalej mowa.

⁷ Tak np. postanowienie, że „będę postępować tak, by inni mnie lubili” pozostaje zawieszona w próżni, o ile nie zostanie doprecyzowane poprzez odpowiedzi na pytania: „jaki typ ludzi?”, „w jakich sytuacjach?”, „co to oznacza?” itp. „Zdegenerowane intencje” mają wpływ na przebieg działania, często paraliżując mechanizmy woli.

Zgodnie z koncepcją Kuhla, ludzie różnią się zdolnością do kontrolowania działania. Osoby o niskiej zdolności do kontroli wolicjonalnej Kuhl określa jako zorientowane na stan, zaś osoby o wysokiej zdolności – jako zorientowane na działanie.

Osoby „zorientowane na stan” cechuje wspomniana tendencja do formułowania „zdegenerowanych intencji”, w tym celów o dużym poziomie ogólności i niedokładnie sprecyzowanych. Intencje te mają przy tym na ogół charakter nierealistyczny i oparte są o irracjonalne przekonania typu „wszyscy powinni mnie lubić”, czy też „nie mogę odnieść porażki” itp. (por. Ellis, 2001). Zamiary i postanowienia osób zorientowanych na stan często są nieadekwatne w stosunku do sytuacji, w której powstają; ich cel może być np. w danym momencie nieosiągalny. Znaczną rolę w funkcjonowaniu tych osób odgrywa lęk przed niepowodzeniem, który aktywizuje myśli z nim związane oraz niekończące się rozważanie różnych alternatyw działania i ich konsekwencji. W efekcie prowadzi to do niezdecydowania i bierności.

Badania Kuhla pokazały, że osoby, które Kuhl określa jako „zorientowane na działanie” stosunkowo rzadziej aktywizują w świadomości deklaratywne reprezentacje zamiaru (celu), podczas gdy osoby zorientowane na stan znacznie częściej formułują tego typu reprezentacje. Okazuje się więc, że osoby zorientowane na stan (częściej niż osoby zorientowane na działanie) myślą o tym, co robią w trakcie wykonywanych czynności. Zdaniem Kuhla, taka „refleksyjność” czy świadomość dotycząca aktualnego działania okazuje się użyteczna jedynie w pewnych sytuacjach; w innych może być przyczyną sztywności i niemożności płynnego „przerzucenia się” na inny typ aktywności, jeżeli okaże się to konieczne bądź pożądane.

Także nadmierne zaabsorbowanie myślami, zarówno tymi związanymi z postawionym sobie celem, jak i z nim niezwiązanymi (np. „on mnie nie lubi”, „jestem smutna”), charakterystyczne dla osób zorientowanych na stan, może upośledzić efektywną realizację celu. W pierwszym przypadku rozbieżność między aktualną aktywnością (np. przygotowaniem się do zajęć) a zaabsorbowaniem myślami o długofalowym czy ogólnym celu (np. dotyczącym ukończenia studiów czy rozpoczęcia kariery zawodowej), może utrudnić koordynację zasobów umysłowych, niezbędnych do realizacji celu bliższego (por. Kuhl, 1994, s. 23). Myśli takie powracają uporczywie, nawet jeśli osoba stara się świadomie skupić uwagę na zaplanowanej przez siebie czynności.

Tak więc, za podstawowe sposoby przejawiania się orientacji na stan Kuhl uznaje zaabsorbowanie, niezdecydowanie oraz alienację. Ich efektem jest obniżona zdolność do funkcjonowania na poziomie wolicjonalnym, w tym trudność z formułowaniem, rozpoczynaniem i utrzymywaniem planowanego działania, oraz – z drugiej strony – niemożność porzucenia danej aktywności, nawet wówczas, gdy jest to celowe (np. pierwotny zamiar jest niemożliwy do osiągnięcia). Zarówno przemyśliwanie, niezdecydowanie, jak i alienacja wiążą się z negatywnym afektem, który zmniejsza zasoby niezbędne dla przedsięwzięcia działania.

Badania Kuhla wskazują także na inne ciekawe zależności, o których rzadziej się wspomina. Osoby o orientacji na stan częściej (niż osoby „zorientowane na działanie”) kierują się antycypowanymi przyszłymi konsekwencjami swoich działań, aniżeli bieżącymi korzyściami (aktualną użytecznością czy przyjemnością związaną z danym działaniem). Innymi słowy są bardziej – w stosunku do osób zorientowanych na działanie – zdolne do odroczenia gratyfikacji. Kuhl wiąże to z właściwym tym osobom

sposobem przetwarzania informacji, polegającym na szczegółowej symulacji możliwych zachowań i ich skutków, w wyniku czego te odległe skutki stają się dla nich „bardziej obecne”, niż ma to miejsce w przypadku osób zorientowanych na działanie. Wynikałoby stąd też, że osoby zorientowane na stan są mniej podatne na „hedonistyczny aspekt rzeczywistości”, a także bardziej „poważne” i skłonne do stosowania kategorii „ważności” w ocenie własnych doświadczeń czy czynów (por. Kuhl, 1994, s. 28). Skłonność do analizowania powoduje też, że ich wybory i zachowania są ciągle odnoszone do ich wewnętrznych standardów i celów długoterminowych.

Jakie są impikacje koncepcji kontroli wolicjonalnej Kuhla dla problematyki tożsamości? Mówiąc najogólniej, wydają się one „złożone i wielorakie” – i jako takie odpowiadają naturze samej koncepcji. Jak powiedziano, obejmuje ona wiele zmiennych, a problemy psychologiczne, wokół których się porusza, mają skomplikowany – tak teoretycznie, jak i metodologicznie – charakter. Można jednak pokusić się o kilka (z konieczności upraszczających) generalizacji.

- a) Procesy woli (i skuteczne działanie zgodne z obranym zamiarem) są silnie powiązane z Ja osoby i stąd – pośrednio – wydają się mieć istotny związek z budowanym na tym podłożu poczuciem tożsamości (zgodnie z przyjętym tu rozumieniem tożsamości jako „poczucia posiadania własnego »ja«”, por. Sokolik, 1993, s. 10).
- b) W tym kontekście istotności nabiera kwestia uświadomienia⁸ i integracji różnych aspektów Ja: tylko wówczas, gdy zostają one uwzględnione, kontrola wolicjonalna nad realizowaniem własnych działań może być skuteczna. Wówczas bowiem działanie znajduje ugruntowanie w tym, co jest dla danej osoby autentycznie ważne lub wartościowe: istotne jest więc, by wola nie była fragmentaryczna, ale by dopuszczała różne potrzeby i aspekty Ja człowieka.
- c) Jeżeli poczucie tożsamości wiązać z określoną zawartością „treściową” Ja czy pewnymi przejawianymi przezeń cechami, to zasadne z tego punktu widzenia wydaje się powiązanie orientacji na stan/działanie nie tylko z funkcjonowaniem na poziomie wolicjonalnym (co właśnie czyni Kuhl), ale także z kwestiami i problemami tożsamościowymi.
- d) Zgodnie z tym, co zostało powiedziane, omawiane przez Kuhla procesy związane z deficytem funkcjonowania wolicjonalnego mogłyby prowadzić u osób zorientowanych na stan do tożsamości „bardziej rozmytej” lub „tożsamościowej niepewności” (wobec braku możliwości realizowania się poprzez własne działania i zgodnie z własnymi zamierzeniami). Inną możliwością może być budowanie jakiejś formy tożsamości opartej na negatywnej ocenie pewnych aspektów Ja (np. „jestem tym/tą, który/a nie potrafi”, „nie jest w stanie”, „na której nie można polegać” itp.), ze wszystkimi tego negatywnymi konsekwencjami, aż do budowy „tożsamości negatywnej” włącznie (por. Erikson, 1980).
- e) Ponadto, mimo że koncepcja Kuhla koncentruje się głównie na mechanizmach woli (samokontroli) służących realizacji zamiaru, to sposób, w jaki Kuhl rozumie „samoregulację” (przeciwstawiając ją „fragmentaryzującą” samokontroli), uwy-

⁸ Przy tym trzeba pamiętać, że takie uświadomienie może być bolesne, może prowadzić do konstatacji, że pewne pragnienia nigdy nie będą zaspokojone, a pewne cele zrealizowane.

pułką zarazem pewien – bliski koncepcjom głębszej intencjonalności – aspekt woli. Może być ona wówczas rozumiana także jako pewna aktywność spontaniczna, której źródłem jest integracja i autentyczność doznawania własnego Ja.

2.2. Koncepcja poziomów identyfikacji działania Vallachera i Wegnera

Zgodnie z tym, co powiedziano w części pierwszej, ze zjawiskiem intencjonalności działania związana jest zasada, że każde działanie ma *uprzywilejowany sposób opisu*: to, co dana osoba robi lub stara się zrobić, zależy od tego, z jaką intencją ona działa. Zarówno opis, jak i wyjaśnianie takiego zachowania tę właśnie intencję powinny mieć na względzie (por. Searle, 1995, s. 61). Myśl ta znajdzie rozwinięcie m. in. w koncepcji poziomów identyfikacji działania Vallachera i Wegnera (1987), stanowiącą jedną z ważniejszych współczesnych propozycji ujęcia zachowań intencjonalnych. Należy ona do nurtu badań nad umysłową kontrolą działania. Autorzy starają się wykazać istnienie współzależności między działaniem a sposobem jego „identyfikacji”, tj. tym – jak piszą – „co ludzie myślą, że robią” (tj. jak spostrzegają swoje zachowanie i jak rozumieją jego sens). Koncepcja ta wydaje się stosunkowo mniej znana polskim czytelnikom niż zyskujące coraz większą popularność stanowisko Kuhla, wymaga więc nieco dłuższego omówienia⁹. Jednocześnie powiązania z problematyką tożsamości są tu o wiele wyraźniejsze, niż ma to miejsce w omawianej wcześniej koncepcji Kuhla.

W teorii identyfikacji zachowania przyjmuje się, że związek między poznawczą reprezentacją działania a zachowaniem nie ma charakteru jednokierunkowego, ale cykliczny, oparty na pętli sprzężenia zwrotnego. Każdy fragment zachowania może być przy tym świadomie zidentyfikowany na wiele różnych sposobów. Na przykład „spotkanie się z X” może być rozumiane przez podmiot w kategoriach „podtrzymywania przyjaźni”, „nauczenia się czegoś nowego”, „załatwienia konkretnej sprawy” itp. Sposób i poziom identyfikacji nie jest przy tym zupełnie dowolny – podlega „ograniczeniom rzeczywistości” – tzn. dostosowuje się do tego, co jest w danej sytuacji najbardziej sprzyjające dla realizacji przyjętej intencji.

Można mówić o różnych poziomach identyfikacji. „Niższe” wskazują, *jak* dane działanie jest wykonywane (np. poziom konkretnych ruchów). „Wyższe” poziomy oferują bardziej ogólne rozumienie działania, wskazujące, *dłaczego* działanie jest wykonywane, jakie będą jego skutki i implikacje.

Autorzy przyjmują trzy podstawowe dla ich teorii założenia teoretyczne (por. Vallacher, Wegner, 1987):

1. Ludzie dysponują umysłową reprezentacją tego, co robią lub chcieliby robić i używają tej identyfikacji jako punktu odniesienia dla wykonywanych działań. Założenie to nawiązuje do klasycznych ujęć zachowań celowych, opartych na monitorowaniu przebiegu tych zachowań, ocenie ich rezultatów, ewentualnej korekcie itp. (por. Miller, Galanter, Pribram, 1960). Założenie to jest – zdaniem autorów – użyteczne dla zrozumienia czynników stabilizacji działania w czasie. Jednocześnie działanie tak kontrolowane może przebiegać na różnych poziomach

⁹ Por. też omówienie eksperymentów Wegnera [w:] Aronson E., Wieczorkowska G., (2001). *Kontrola własnych myśli i uczuć*, Warszawa, Agencja Wydawnicza Jacek Santorski & Co.

identyfikacji (np. monitorowaniu może podlegać czynność identyfikowana jako „wykręcenie numeru telefonu” – wówczas chodzi o prawidłowy wybór cyfr, określone ruchy palcem itp.; natomiast wyższa identyfikacja typu „skontaktowanie się z rodzicami”, wymagać będzie świadomej kontroli innych („większych”) partii zachowania.

2. Założenie drugie mówi, że wówczas, gdy kontekst towarzyszący działaniu umożliwia zarówno niższy, jak i wyższy poziom identyfikacji, istnieje tendencja, by dominującym stał się poziom wyższy. Oznacza to, że (jeśli jest taka możliwość) reprezentacja czynności ekspanduje w kierunku tego, co posiada głębsze znaczenie, bardziej rozległe implikacje, czy oferuje szersze rozumienie. Często efektem może być uzyskanie nowej świadomości tego, co osoba robi lub kim jest, i to nowo osiągnięte poczucie tożsamości i nowe rozumienie może sprowadzić zachowanie na całkiem nieoczekiwane tory. Autorzy powołują się tu na pewne pokrewne temu założeniu wątki teoretyczne, pochodzące z innych obszarów psychologii, w tym np. na zasady psychologii postaci (np. „domknięcie poznawcze”) czy takie pojęcia jak „wola sensu” Victora Frankla (1984).
3. Kiedy zachowanie nie może być utrzymywane na poziomie dotychczasowej identyfikacji – pojawia się tendencja do określenia go na niższym poziomie (założenie trzecie). Dzieje się tak np. wówczas, gdy pojawiają się trudności w realizowaniu danej czynności. Oznacza to, że potencjalne rozumienie tego, „co się robi”, dostosowane jest do możliwości efektywnej kontroli działania: działanie jest identyfikowane na poziomie, który najbardziej odpowiada zdolnościom czy umiejętnościom osoby. Na niższym poziomie identyfikacji o sposobie działania i jego charakterze często decydują określone wskazówki kontekstualne.

Zdaniem autorów, istnieją trzy główne determinanty poziomu, na którym następuje określenie (identyfikacja) zachowania. Są to: 1) kontekst, w którym przebiega działanie; 2) trudność czynności (wymienia się tu pięć aspektów określających stopień trudności) oraz 3) doświadczenie osoby z daną aktywnością. Autorzy przewidują – co potwierdziły ich badania – że niski poziom identyfikacji będzie towarzyszył zwłaszcza czynnościom czy zadaniom niecodziennym i relatywnie trudnym; wraz z nabywaniem wprawy pojawi się natomiast gotowość do wyższego poziomu identyfikacji, z czym związane jest lepsze i głębsze rozumienie danej aktywności (np. początkujący pianista będzie zwracał uwagę na prawidłowe ruchy rąk na klawiaturze; wirtuoz – może postawić sobie za cel oddanie ducha utworu).

Zachowania intencjonalne rozpatruje się zazwyczaj zgodnie z modelem cyrkularnego sprzężenia zwrotnego (por. Carver, Scheier, 1998). Model ten ma w psychologii długą tradycję. Jego elementy zawierają: cel, różne opcje środków do niego wiodących, wybór spośród tych środków, dążenie do celu, ewentualną korektę itd. (ten cykl może powtarzać się wielokrotnie) – i wreszcie osiągnięcie celu (lub rezygnacja). W modelu tym intencja może być rozumiana jako pewna liczba elementów zorganizowanych hierarchicznie i podporządkowanych nadrzędemu rozumieniu tego, co chce się osiągnąć. Istotne staje się zwrócenie uwagi na regulacyjną rolę różnych poziomów reprezentacji tak pojętej intencji (celu). Poziom „najwyższy” charakteryzuje intencje w relacji do szeroko pojętych konsekwencji czy znaczenia działania. Poziom „średkowy” – reprezentuje stan końcowy związany z danym działaniem (cel, tzw. intencje

celu). Wreszcie poziom „najniższy” zawiera intencje instrumentalne (można je też nazwać „implementacyjnymi” czy „proceduralnymi”), które związane są bezpośrednio z konkretnym przebiegiem działania i jego kolejnymi fazami (por. Heckhausen, Beckmann, 1990, s. 37). W ten sposób na najwyższym poziomie określony zostaje ogólny świadomy cel aktywności, wraz z oczekiwanymi konsekwencjami itp., zaś niższe poziomy mogą być wykonywane mniej lub bardziej automatycznie, a więc bez udziału świadomej kontroli poszczególnych elementów realizowanego działania.

W odróżnieniu od wzmiankowanej wyżej koncepcji hierarchiczności działań intencjonalnych, wyszczególnione przez Vallachera i Wegnera poziomy kontroli działania wydają się być traktowane w pewnym sensie jako niezależne. Problematyczne wydaje się zwłaszcza to, czy rzeczywiście zmiana świadomego poziomu identyfikacji zmienia strukturę działania jako takiego. Tak więc teza Vallachera i Wegnera, że w miarę pojawiania się trudności w wykonaniu działania na określonym poziomie, świadoma kontrola przechodzi na poziom niższy (np. z intencji „zrobić prezentację komputerową referatu” na poziom „nauczyć się, jak działa ten program”), jest zasadna. Jednak wydaje się, że cel wyżej identyfikowany dalej posiada moc obowiązującą, tyle że, w wypadku określonych komplikacji w jego realizacji, działanie musi być w danym momencie monitorowane świadomie na odpowiednio niższym poziomie. Nie wydaje się jednak, by powodowało to zupełne zniknięcie „wyższej identyfikacji”. Wspomniane trudności koncepcji nie odnoszą się jednak bezpośrednio do interesującej nas tu problematyki.

Poziom identyfikacji działania jest procesem dynamicznym i celowym. Wraz ze wzrostem doświadczenia oraz zmianami w kontekście sytuacyjnym pojawia się szansa wyłonienia zupełnie nowej identyfikacji (przykładowo: „jazda na rowerze” może zmienić się z upływem czasu w „zwiedzanie okolicy”, pociągając za sobą porzucenie roweru na rzecz pieszego spaceru itp.). Dynamiczna, otwarta natura omawianego procesu dopuszcza i równocześnie wyjaśnia znaczące przemiany, które mogą wystąpić w strukturach poznawczych i tożsamościowych osoby na przestrzeni życia.

Jak sugerują autorzy, identyfikacja działania na stosunkowo wysokim poziomie prowadzi do stabilizacji funkcjonowania, chroni bowiem podmiot przed wyłonieniem się alternatywnego określenia, które mogłoby zmienić naturę zachowania: osoba dysponująca wysokim poziomem identyfikacji „wie co robi” i tym samym jest mniej podatna na akceptację innego (będącego na podobnym poziomie i umożliwionego przez aktualny kontekst) rozumienia. Wyższy poziom identyfikacji działania dostarcza zarazem większych możliwości dla prób samookreślenia czy definicji własnej tożsamości; jak piszą Vallacher i Wegner, wysoki poziom identyfikacji jest praktycznie synonimem „autodefiniującego znaczenia dla osoby” (Vallacher, Wegner, 1987, s. 10). Jednocześnie tożsamość osiągnięta dzięki działaniom o wysokiej identyfikacji jest bardziej stabilna i mniej podatna na zawirowania związane ze zmianami zewnętrznymi i społecznym feedbackiem, co znalazło potwierdzenie w eksperymentach (por. Vallacher, Wegner, 1987). Można więc powiedzieć, że jedną z konsekwencji odpowiednio wysokiego poziomu identyfikacji (rozumienia) własnego zachowania jest bardziej wyartykułowana i stabilna tożsamość. Fenomen ów zdaje się wiązać z tym, co Kuhl nazywa „samodyskryminacją” (por. Kuhl, 1994).

Druga implikacja dotyczy wpływu różnych poziomów identyfikacji na *giętkość* zachowania. Kiedy działanie jest identyfikowane na relatywnie wysokim poziomie – jego

fizyczna manifestacja może się zmieniać w zależności od sytuacji, przy czym osoba we własnym poczuciu może być zaangażowana ciągle w tę samą aktywność (przykładowo, „skontaktowanie się z rodzicami” może obejmować zarówno wizytę, telefon, jak i wysłanie listu itp., przy czym zachowanie – mimo odmiennych fizycznych manifestacji – nie zmienia swojej identyfikacji). Niższy poziom identyfikacji bliższy jest określeniu fizycznych ruchów, i tym samym dopuszcza znacznie mniejszą zmienność w sposobie wyrażania. Jednocześnie osoba kontrolująca działanie na stosunkowo niskim poziomie – będąc podatna na wpływy społecznego feedbacku i innych wskazówek kontekstualnych (por. zał. 3) może być popychana do niespójnych, a nawet impulsywnych zachowań.

Koncepcja poziomów zachowania umożliwia nowe spojrzenie na procesy kontroli działania, w tym także na procesy motywacyjne i sposób podejmowania decyzji, o ile są one wynikiem wyłaniania się nowej identyfikacji. Wówczas – tak jak to sugerował wcześniej już William James (1890/2002) – decyzja i zmiana w sposobie życia mogą pojawić się względnie nagle i bezwysiłkowo. Mowa tu np. o takich wyborach życiowych, które wyłamują się z dotychczasowego sposobu postępowania danej osoby. Zachowanie takie może wydawać się przy tym obserwatorom zarówno nieprzewidywalne, jak i autonomiczne wobec czynników zewnętrznych. Na gruncie omawianej tu teorii może być ono wyjaśniane jako rezultat przyjęcia nowego, wyższego poziomu identyfikacji, a więc jako wynik osiągnięcia nowego sposobu rozumienia nie tylko bieżącej aktywności, ale także własnego życia, zyskania nowego sensu. Wówczas jakieś ważne dla osoby sprawy czy wybory mogą zostać zobaczone przez nią z zupełnie innej, nieoczekiwanej perspektywy. Może to stać się przesłanką do zmian angażujących głębokie poczucie tożsamości, często będąc wstępem do procesu rozwoju osobowego.

Ponieważ każde działanie jest otwarte na różne identyfikacje, może być trudne dla obserwatora określenie, czy osoba działa zgodnie z własnymi celami, wartościami itp., czy też jej zachowanie podlega w danym momencie wpływom sytuacyjnym. Pojawia się więc poważna trudność metodologiczna: skąd badacz ma mieć pewność, że uchwycił „prawdziwą” identyfikację stojącą za zachowaniem badanego? Trudność ta dotyczy zarówno sytuacji eksperymentalnej, jak i życia codziennego. Autorzy zwracają uwagę, że zarówno kryterium „stałości międzysytuacyjnej” zachowania (które miałyby przemawiać za wewnętrzną, osobową przyczynowością), jak i kryterium „nietypowości” (założenie, że osoba działa zgodnie z wewnętrznymi determinantami, o ile jej zachowanie odbiega od typowego zachowania ludzi w danej sytuacji) mogą być tu zupełnie nieadekwatne¹⁰. Z drugiej strony, to samo zachowanie może być wyrazem różnych identyfikacji i w związku z tym dostarczać podstaw dla odmiennego rozumienia tego, co dzieje się w danym momencie (np. takie samo zachowanie polegające na konstruktywnej krytyce raz może być identyfikacją typu: „bycie pomocnym”, a kiedy indziej przejawem: „pokazania swojej kompetencji”). Wynika stąd, że bez wiedzy dotyczącej

¹⁰ Przykładowo, w jednej sytuacji osoba może opowiadać dowcipy wraz z innymi, by za chwilę, w innej grupie ludzi, dyskutować poważne problemy polityczne. Jej zachowanie jest sytuacyjnie zmienne, może jednak być przejawem jednego, spójnego i „osobistego” sposobu identyfikowania tego zachowania przez aktora (np. „bycie towarzyskim”), podczas gdy obserwator może odnieść wrażenie, że nie są to zachowania spójne i przypisywać ich rzekomą zmienność wpływom sytuacyjnym. I odwrotnie – obserwator może też dopatrzeć się sytuacyjnej stałości tam, gdzie faktycznie ona nie istnieje.

osobistej, fenomenologicznej organizacji doświadczenia danej osoby, trudne jest dla obserwatora (tak laika, jak i profesjonalisty), ustalenie, kiedy jej zachowanie zgodne jest z osobistymi standardami, a kiedy jest odpowiedzią na zewnętrzne okoliczności i sytuacyjne wskazówki, będące podstawą dla rozumienia znaczenia własnych działań (prowadzonych wówczas na stosunkowo niskim poziomie identyfikacji).

Zgodnie z przyjmowanymi tu założeniami można uznać, że jeśli osoba dysponuje stosunkowo wysokim poziomem identyfikacji działania, to realizuje raczej osobiste (wewnętrzne) cele, wartości, interesy, niż „po prostu” reaguje na kontekst sytuacyjny. Dzieje się tak m. in. dlatego, że wysoki poziom identyfikacji ma dużą moc asymilowania i integracji różnych wydarzeń w ramach koncepcji świata i siebie, którymi dysponuje dana osoba. W konsekwencji kierunek jej aktywności wynika wtedy bardziej z posiadanego przez nią rozumienia, niż jest determinowany sytuacyjnie. Własne cele i plany – poprzez umieszczenie ich w sensownym dla osoby kontekście poznawczym – stają się bardziej odporne na działanie konkurencyjnych motywów czy zewnętrznych czynników zaburzających. Są one zarazem podtrzymywane przez kontekst sytuacyjny w ten sposób, że jego wskazówki są „odbierane” przez pryzmat dominującej identyfikacji, a więc „wprzęgane” w istniejące rozumienie.

Z tego, co zostało tu powiedziane wynika, że wysoki poziom identyfikacji może być traktowany (w sensie funkcjonalnym) jako analogiczny do procesów odpowiedzialnych za „siłę woli” w większości współczesnych koncepcji kontroli działania – tj. o ile przez siłę woli rozumie się odporność na dystraktory i zdolność do utrzymania i realizacji zamiaru (por. Kuhl, 1994). Sposób, w jaki wysoki poziom identyfikacji spełniałby to zadanie, polegałby prawdopodobnie na minimalizacji oddziaływania czynników zakłócających (przeszkód zewnętrznej lub wewnętrznej natury), co można wyjaśnić wysoką zgodnością podejmowanych aktywności z Ja osoby i jej wartościami, ich zrozumiałością, wewnętrzną koherencją oraz rolą, jaką pełnią w strukturze tożsamościowej osoby. Poziom identyfikacji działania okazuje się więc bardzo ważną zmienną z perspektywy optymalnego funkcjonowania psychologicznego, w tym możliwości efektywnego realizowania własnych celów.

Jako taki, poziom identyfikacji wymaga jednak „przełożenia” na określone procedury metodologiczne, umożliwiające jego psychologiczne badanie. Vallacher i Wegner, chcąc przezwyciężyć wskazane wcześniej trudności w prowadzeniu badań z perspektywy zewnętrznego obserwatora, starają się wskazać, kiedy osoba będzie skłonna identyfikować swoje zachowanie raczej na niskim, a kiedy na wyższym poziomie, a tym samym – w myśl przyjmowanych założeń – kiedy można przewidywać, że jej aktywność może być podatna na wskazówki sytuacyjne, a kiedy będzie realizacją własnych zamiarów, wartości czy pragnień. Przewidywanie to ma być możliwe na podstawie wymienionych wcześniej trzech determinant poziomu identyfikacji (nowość, trudność, kontekst) oraz ich szczegółowych komponent; inna sprawa, czy jest to rozwiązanie rzeczywiście zadowalające. Jak piszą sami autorzy omawianej koncepcji, starają się oni pogodzić „nieograniczoną, podmiotową świadomość” z jednej strony i ograniczone, podległe prawom zachowanie – z drugiej (por. 1987, s. 13). Jest to zadanie ambitne, ale wymagające ogromnej liczby różnorodnych informacji, dotyczących np. dotychczasowych doświadczeń osoby, subiektywnych charakterystyk sytuacji, w której się znalazła, osobistych celów, pragnień itp. Chodzi tu więc nie o „obiektyw-

ne” cechy sytuacji, ale sposób, w jaki sytuacja „jawi się” dla podmiotu, jaki sens ma dla niego. Doświadczenie to próbuje się jednocześnie na gruncie omawianej koncepcji operacjonalizować (przez określenie szczegółowych warunków pojawienia się określonego poziomu identyfikacji, takich jak nowość czy typowość sytuacji, obietnica wzmocnienia czy groźba kary itp.). Sugestia ujęcia fenomenologicznego zostaje tu więc odsunięta, a próba pogodzenia „ognia” i „wody”, to jest fenomenologicznego doświadczenia i jego bardziej ściślej „operacjonalizacji”, wypada nieco sztucznie.

Mimo to przedstawiona tu koncepcja wydaje się obiecującą perspektywą we współczesnych badaniach. Waler tej propozycji – niezależnie od powodzenia samej realizacji – polega też na próbie uwzględnienia osobistej perspektywy doświadczenia indywidualnego i kontekstu realnego życia, bez rezygnacji z wyjaśniających i predykatywnych możliwości „twardych” teorii psychologicznych.

Podsumowując, teoria identyfikacji działania podkreśla rolę umysłowej reprezentacji w realizacji działania. W każdym momencie wykonywania czynności istnieje potencjalna możliwość dla wyłonienia się nowej identyfikacji – wyższej lub niższej – i odpowiednio włączenia jej do struktury tożsamościowej osoby. Jednocześnie wyższy poziom identyfikacji umożliwia utrzymanie obranego kierunku postępowania, mimo zmieniających się warunków i wpływu czasu, spełnia więc podobną rolę co konstrukcja siły woli w koncepcji kontroli działania Juliusa Kuhla. Stanowi także źródło poczucia większej kontroli poznawczej nad otoczeniem oraz własnym życiem, pozwala bowiem lepiej zrozumieć bieg zdarzeń oraz swoje w nim miejsce.

Porównanie teoretycznych aspektów obu teorii, Kuhla oraz Vallachera i Wegnera, pozwala na odnotowanie pewnych istotnych zbieżności.

Po pierwsze, w obu koncepcjach intencjonalny status celu posiada ważne, funkcjonalne konsekwencje. Najogólniej można powiedzieć, że zgodnie z obiema koncepcjami specyficzną cechą intencji jest zdolność do hamowania innych motywów, co powoduje, że elementy należące do intencjonalnej struktury są mniej podatne na zaburzenia. Intencja skupia w sobie procesy poznawcze i emocjonalne, jest także odpowiedzialna za stale utrzymujące się napięcie i zaangażowanie.

Po drugie, to, w jaki sposób sformułowana jest intencja, ma wpływ na jej regulacyjne właściwości. Kuhl podkreśla odmienne skutki intencji prawidłowych i zgodnych z systemem Ja, oraz „zdegenerowanych” i „alienujących”; Vallacher i Wegner zwracają uwagę na poziom, na którym intencja jest formułowana.

Ponadto, obie koncepcje zdają się wskazywać, że przyjęcie zewnętrznych reguł i instrukcji postępowania powoduje, że są one o wiele bardziej sztywne i mniej wrażliwe na sytuacyjny kontekst, niż ma to miejsce w przypadku planów i zamiarów wygenerowanych podmiotowo, opartych na wiedzy o własnych potrzebach i emocjach. Pierwsza sytuacja sprzyja utracie giętkości zachowania (Vallacher i Wegner), a często także prowadzi do niemożności jego zmiany czy zakończenia, wobec braku wewnętrznych wskazówek osiągnięcia sukcesu lub odniesienia ostatecznej porażki (Kuhl). Stąd dla sprawnego funkcjonowania wolicjonalnego niezbędne wydaje się (oparte na autentycznych podstawach) dobrze wyartykułowane poczucie tożsamości osoby.

Jednak – i tu konkretne ustalenia obu koncepcji zdają się różnić – w koncepcji Vallachera i Wegnera ogólne określenie celu (odpowiadające wysokiej identyfikacji działania) jest czymś, co sprzyja utrzymaniu działania i realizacji zamiaru (mając zara-

zem znaczący wpływ na formowanie się tożsamości podmiotu). Natomiast – zgodnie z wynikami badań Kuhla i jego zespołu – myślenie o celu w takich ogólnych kategoriach (wiążane przez niego z orientacją na stan) może upośledzać działanie wolicjonalne i przeprowadzenie powziętych zamiarów.

Tym samym pojawia się pytanie o faktyczny kształt tej zależności, a także o wewnętrzne związki powodujące, że na ogół zgodne wnioski płynące z obu koncepcji zdają się ze sobą w pewnym punkcie rozmijać. Pytanie to stało się jedną z przesłanek dla przeprowadzenia opisanych poniżej badań własnych.

3. Procedura badań i opis metod

Prezentowane tu rezultaty są wycinkiem szerszych, prowadzonych od 1,5 roku, badań dotyczących funkcjonowania osób o odmiennych poziomach kontroli wolicjonalnej. Badanymi są studenci dzienni i wieczorowi 2. roku Psychologii Stosowanej (ok. 120 osób, w większości kobiety).

W omawianych tu badaniach zastosowano następujące metody:

1. Kwestionariusz Kontroli Działania (KKD) Juliusa Kuhla w adaptacji Magdaleny Marszał-Wiśniewskiej;
2. Tzw. Zadania Domowe;
3. Pilotażową Ankietę Poziomów Identyfikacji Działania, opracowaną na potrzeby badania.

Ponieważ badania i testy wykonywane były na przestrzeni czasu, nie zawsze uczestniczyła w nich stała liczba osób. W badaniu za pomocą dwóch pierwszych metod udział brało odpowiednio 90 i 78 osób (z czego równocześnie oba testy wykonało 48 osób); ankietę pilotażową wypełniło 30. Ze względu na tę stosunkowo nieliczną grupę, oraz wstępny charakter samych badań, należy podchodzić do uzyskanych wyników z rezerwą.

Opis metod:

1. Kwestionariusz Kontroli Działania służy do oszacowania różnic indywidualnych w zakresie zmiennej pełniącej istotną rolę w kontroli wolicjonalnej – czyli tzw. orientacji na działanie i orientacji na stan. Jest to jak dotąd jedyna technika badania tych zmiennych i – pośrednio – siły woli.

Kwestionariusz składa się z trzech skal. Podstawą adaptacji jest wersja z 1985 roku złożona z 60 pytań (po 20 pytań na skalę)¹¹. Trzy skale dotyczą odpowiednio:

Skala C – orientacji na działanie/stan podczas wykonywania czynności. Itemy skali odnoszą się do podstawowych charakterystyk wspomnianego konstruktów w danym wymiarze. I tak dla orientacji na stan właściwa na poziomie poznawczym jest: niewy-

¹¹ Wersja ta różni się nieco od ostatnich ustaleń Kuhla oraz rezultatów badań prowadzonych przez niego nad własnym kwestionariuszem (por. Kuhl, 1994); z badań tych wynika, że jedna ze skal (skala C) jest ortogonalna wobec dwóch pozostałych i jako taka nie mierzy orientacji na działanie/stan, lecz inną zmienną związaną z zaangażowaniem procesów wolicjonalnych. Nowa wersja kwestionariusza Kuhla, uwzględniająca te i inne poprawki, składa się z 36 pytań.

starczająca koncentracja na wykonywanym zadaniu, przy nadmiernym myśleniu o celu, sensie lub pożyteczności danej czynności. Orientacja na działanie związana jest z przeciwnymi cechami poznawczymi (koncentracja na zadaniu, i kolejnych krokach do niego prowadzących, bez myślenia o jego celu czy sensie). Z kolei behawioralnymi wskaźnikami orientacji na stan jest odrywanie się od wykonywanej aktywności, nawet jeśli sprawia ona satysfakcję, a orientacji na działanie – tendencja do pełnego „wchodzenia” w daną czynność i chęć jej kontynuowania, zwłaszcza po odniesieniu sukcesu.

Skala N – orientacji na działanie/stan po doznanych niepowodzeniach. Orientacja na stan objawia się tu długim przeżywaniem i niemożnością zaangażowania się w nową aktywność po niepowodzeniu, orientacja na działanie – szybkim „otrząśnięciem się” i zdolnością do łatwej zmiany aktywności na inną.

Skala D – orientacji na działanie/stan w sytuacjach planowania i podejmowania decyzji. Orientacja na stan charakteryzuje się długim wahaniem przed podjęciem decyzji i myśleniem o trudnościach z nią związanych, a także ponownym rozważaniu alternatyw, mimo że decyzja została już podjęta. Orientacja na działanie wiąże się natomiast z szybkim podejmowaniem decyzji i umiejętnością koncentracji na wykonaniu zaplanowanego raz działania.

Liczba punktów w każdej skali odnosi się do nasilenia orientacji na działanie. Maksymalna wynosi 60 punktów.

W badaniu KKD brało udział 90 osób. Osiągnięta średnia (brano pod uwagę wyniki surowe) to 34, 7 pkt., odchylenie standardowe: 4, 6 pkt. Najwyższe wyniki badani osiągnęły w skali C (śr. 13, 2), najniższe – w skali N (śr. 9, 4).

2. Zadanie Domowe (ZD)

Metoda ta opracowana została przeze mnie na podstawie podobnej procedury zastosowanej przez Pitera Gollwitzera (1990, 1997) i służącej mu do badania wpływu tzw. intencji implementacyjnych na wykonanie zamierzeń. Podobne jak w opisywanym przez Gollwitzera przypadku, do przeprowadzenia badania wykorzystano czas przerwy świątecznej (Boże Narodzenie), trwającej około 2 tygodnie.

Uczestnicy, którymi byli studenci (78 osób), zostali poproszeni na ostatnim wykładzie przed przerwą o zaplanowanie wykonania w trakcie przerwy dwóch zadań. Instrukcja brzmiała: „Proszę, wypisz na kartce dwa zadania-zobowiązania, które chciałbyś/chciałabyś wykonać podczas przerwy świątecznej. Jedno z tych zadań powinno być dla Ciebie czymś, co traktujesz jako łatwe; drugie – czymś, co oceniasz jako trudne. Wypisując zadania zaznacz proszę, które odbierasz jako łatwe, które jako trudne”. Zostało przy tym wyraźnie zaznaczone, że chodzi o zadania, które studenci *rzeczywiście chcieliby* (i planują) wykonać podczas najbliższego wolnego czasu, bez żadnego sugerowania, co by to mogło być. Następnie kartki (sygnowane przez studentów wybranymi wcześniej pseudonimami, niezmienionymi przez cały czas prowadzonych przez 1,5 roku badań) zostały zebrane. Uczestników nie poinformowano, czy badanie będzie miało jakikolwiek dalszy ciąg. Na pierwszym wykładzie po przerwie świątecznej poproszono studentów o ponowne wypisanie tych zadań, które wybrali do realizacji przed przerwą, wraz z kilkoma dodatkowymi informacjami. Instrukcja brzmiała: „Przed świętami byłeś/byłaś proszony/a o wybranie i wykonanie w czasie trwania przerwy świątecznej dwóch zadań-zobowiązań, jednego łatwego dla Ciebie, drugiego

– trudnego. Proszę, wypisz jeszcze raz te zadania, a następnie 1) oceń procentowo (100% to pełne wykonanie, 0% – w ogóle brak wykonania), w jakim stopniu udało Ci się zrealizować każde z nich; 2) Wiedząc, co zamierzałeś/łaś, i co udało Ci się zrealizować, napisz a) co w związku z tym myślisz? b) co w związku z tym czujesz?; 3) Jak myślisz, czy to, że przed świętami byłeś/łaś proszony/a o wypisanie i oddanie tych zadań miało jakiś wpływ na stopień realizacji Twoich planów? Jeśli tak, to jaki?”

Celem badania było sprawdzenie, czy istnieją różnice u osób o orientacji na działanie lub stan w:

- a) sposobie formułowania zadań pod względem poziomu ogólności i treści itp. (na podstawie analizy jakościowej);
- b) stopniu realizacji zadań łatwych i trudnych (na podstawie oceny procentowej wykonania dokonanej przez samych studentów);
- c) subiektywnym szacowaniu własnego sukcesu i porażki w tym względzie (ocena procentowa wykonania w zestawieniu z myślami na ten temat) oraz emocji, jakie były z tym związane.

3. Ankieta Poziomów Identyfikacji Działania (PID)

W celu określenia dominującego poziomu identyfikacji działania (głównie w zakresie kategorii formalnych, tj. wysokiego, przeciętnego lub niskiego poziomu identyfikacji) skonstruowano pilotażową ankietę zawierającą opis 8 sytuacji dotyczących różnych aktywności. Do każdej sytuacji dołączono przykładowe stwierdzenia mówiące o tym, w jaki sposób może być ona rozumiana. Do każdego pytania dołączono także kategorię „Inne...”, prosząc studentów o wpisanie własnych znaczeń czy rozumienia, o ile nie pokrywają się one z zawartymi w ankiecie. Oto przykład pytania ankiety:

Pyt. 2: Gdy chodzę na zajęcia, zazwyczaj myślę o tym w kategoriach:

- a. „nienabijania” sobie nieobecności, bo może mieć to przykre konsekwencje, np. dyscyplinarne;
- b. nierobienia sobie zaległości (w sensie przygotowania do egzaminu);
- c. studiowania (bycia studentem), którego jedną z ważnych cech jest udział w zajęciach;
- d. zdobywania wiedzy/wykształcenia/rozwijania się itp.;
- e. przygotowywania się pod kątem przyszłego zawodu, pracy itp.;
- f. inne.

Trzeba tu zaznaczyć, że skonstruowanie adekwatnej ankiety, wskazującej na odmiennie poziomy rozumienia własnego zachowania, tak by odpowiadała ona Koncepcji Identyfikacji Działania okazało się niezwykle trudne. Trafność kolejnych pozycji ankiety (w sensie jasnego przyporządkowania wyszczególnionych możliwości rozumienia danego zachowania wyższym lub niższym poziomom identyfikacji działania) była oceniana przez trzech sędziów kompetentnych (psychologów, którym wyjaśniono charakter koncepcji). W przypadku niektórych sytuacji (pytań) nie udało się osiągnąć zadowalającej zgody; sytuacje te zostały wyłączone z ankiety. Część pytań okazała się nieróżnicująca w stosunku do obu grup (tj. osób o przewadze orientacji na działanie lub na stan). Niektóre pytania prowokowały uczestników do zakreślenia kilku możliwych odpowiedzi jednocześnie. W momencie przeprowadzenia badania nie była też

znana rzetelność ankiety. Wobec powyższych trudności ankieta jest obecnie w fazie dopracowywania.

4. Przewidywania i osiągnięte wyniki

Przewidywania i hipotezy możliwe do wyprowadzenia z obu omawianych w części drugiej teorii można ująć w kilku punktach:

1. zadania formułowane przez osoby zorientowane na stan powinny być bardziej ogólne i trudne do sprecyzowania (tzw. intencje zdegenerowane, np. „zamierzam się pouczyć w święta”) niż zadania stawiane sobie przez osoby zorientowane na działanie (cele bardziej konkretne, np. „chciałbym przeczytać to, a to”);
2. osoby o dominującej orientacji na działanie, które w myśl teorii odznaczają się sprawniejszymi mechanizmami kontroli działania („siłą woli”) i lepiej sobie radzą z realizacją zamierzeń powinny korzystniej wypaść w sytuacji zadań domowych (tak łatwych, jak i trudnych);
3. osoby o orientacji na stan powinny przeżywać więcej negatywnych emocji w sytuacji niepowodzenia związanego z niewykonaniem lub częściowym niewykonaniem zadania.

Dotychczasowe hipotezy oparte były na koncepcji kontroli działania Kuhla. Natomiast – jak pamiętamy – zgodnie z koncepcją poziomów identyfikacji działania, osoby koncentrujące się na ogólnie sformułowanym celu podlegają mniejszym zakłóceniom ze strony różnych czynników utrudniających realizację zamiaru, niż osoby skupione na konkretnych strategiach wykonania. To z kolei zdaje się faworyzować wykonanie u osób o przewadze orientacji na stan, jako tych, które wydają się bardziej skłonne do stawiania celów ogólnych (hipoteza czwarta).

Przy tych sprzecznych oczekiwaniach, przewidywania oparte na koncepcji Kuhla wydawały się mocniejsze, jako że bezpośrednio dotyczą zależności opisywanych przez tę teorię i po części wchodzi w sferę jej weryfikacji.

Otrzymane w badaniach rezultaty przedstawione zostaną w dwóch częściach. W części pierwszej omówiony zostanie sposób realizacji zadań domowych u osób zorientowanych na działanie lub stan (a więc pod uwagę zostaną wzięte wyniki KKD i ZD). W części drugiej dominująca orientacja na zadanie lub stan zostanie zestawiona z poziomem identyfikacji działania u tychże osób, mierzonym za pomocą PID. W dalszej części przedstawione zostaną zintegrowane wnioski z obu grup (części) badań oraz ich możliwe interpretacje.

1. Oba badania (tj. KKD i ZD) wykonało łącznie 48 osób.

Na podstawie wyników osiągniętych w KKD badanych podzielono na dwie grupy: osoby o przewadze orientacji na działanie (średnia wyników powyżej 35 pkt.); osób takich było 22 – oraz osoby o przewadze orientacji na stan (średnia wyników poniżej 33 pkt.); osób takich było 18. Osoby osiągające wyniki w pobliżu średniej nie zostały wzięte pod uwagę.

Można powiedzieć, że wyniki badań wskazują na wyraźną i istotną zależność między poziomem wykonania zadań a przewagą orientacji na działanie lub stan. Ich konkretne rezultaty zreferowane zostały poniżej.

a) Badania nie wykazały istotnych różnic między sposobem formułowania celów przez osoby zorientowane na działanie lub stan. W obu przypadkach cele były bardzo podobne. Łatwe dotyczyły głównie podejmowania pewnych prac związanych ze świętami; trudne – przeczytania lub opracowania określonych lektur do egzaminu. Tym samym nie potwierdziła się hipoteza, że cele formułowane przez osoby zorientowane na stan mają charakter bardziej ogólny lub abstrakcyjny;

b) Dość zaskakujące rezultaty dało porównanie wykonania zadań – zwłaszcza trudnych – w obu grupach. W grupie o przewadze orientacji na działanie, na 22 osoby, zadanie trudne wykonało zaledwie 2 osoby (9%), zaś częściową realizację (tj. min. 30% zadania) zadeklarowało tylko 6 osób. Znacząco to, że prawie 2/3 osób w ogóle nie zrealizowało zadania trudnego. Żadnego z zadań (ani łatwego, ani trudnego) nie wykonało w tej grupie 5 osób (23%). Ponadto trzy osoby deklarowały, że trudno im sobie przypomnieć, jakie zadania sobie postawiły.

W grupie osób o przewadze orientacji na stan sytuacja wygląda odmiennie. Z 18 osób zadanie trudne zrealizowało 6 osób (33%), zaś częściowo zrealizowało (tj. min. w 30%) – dodatkowo 7 osób. Obu zadań nie wykonały tylko dwie osoby (11%). Zależność wygląda tu więc niemal odwrotnie niż w przypadku orientacji na działanie: tu około 2/3 badanych *zrealizowało* (całkiem lub częściowo) zadanie trudne. Żadna z osób nie zapomniała też o tym, co zamierzała wykonać. Nie było natomiast wyraźnych różnic między obiema grupami w uporaniu się z zadaniami łatwymi.

Wyniki te są tym bardziej interesujące, że okazały się one raczej niezgodne z przewidywaniami teorii Kuhla oraz rezultatami osiąganymi zazwyczaj w badaniach eksperymentalnych. Wydają się one natomiast potwierdzać przypuszczenia, że rola orientacji na działanie lub stan może być odmienna w zależności od tego, z jakim typem zadań konfrontowane są osoby. Wyniki te zdają się też sugerować, że sprawne funkcjonowanie osób zorientowanych na działanie w sytuacjach eksperymentalnych może być wynikiem „eksperymentalnego skrzywienia”, tzn. preferencji prowadzenia badań przy wykorzystaniu określonego typu zadań, które zdają się „faworyzować” osoby zorientowane na działanie. Powróć jeszcze do tej kwestii nieco dalej;

c) W obu grupach (tj. badanych zorientowanych na działanie i badanych zorientowanych na stan) uczestnicy częściej uważali, że wyraźne (tj. na piśmie) sformułowanie zadania raczej nie miało wpływu na jego wykonanie, mimo to refleksja nad takim możliwym wpływem częściej pojawia się u osób zorientowanych na stan;

d) Interesujące są także komentarze i emocje związane z oceną poziomu wykonania zadań w obu grupach. Okazuje się, że osoby o przewadze orientacji na działanie nie wykazują na ogół emocji negatywnych wobec braku realizacji lub jedynie częściowej realizacji planu. Częste są tu nawet odczucia zadowolenia, że tak się stało („bo święta są nie po to”: dzięki temu mogły odpocząć, pobyć z rodziną itp.) Osoby te wyrażają też często przekonanie, że po świętach „zmobilizują się”. Natomiast osoby zorientowane na stan znacząco częściej deklarują niezadowole-

nie wobec niezrealizowania lub jedynie częściowego zrealizowania planu, przejawiają też lęk związany z perspektywą zbliżającej się sesji i brakiem czasu. Ten sposób reagowania wydaje się być zgodny z przewidywaniem teorii Kuhla, a także z teorią dysonansu poznawczego (redukcja dysonansu przebiega o wiele sprawniej u osób o dominującej orientacji na działanie; por. Kuhl, Beckmann, 1994).

2. Drugim celem badań było sprawdzenie, czy osoby o odmiennej orientacji (na działanie *vs* stan) formułują swoje cele na odmiennych („wyższych” bądź „niższych”) poziomach identyfikacji. Zgodnie z koncepcją Kuhla, osoby o dominującej orientacji na stan skłonne są formułować cele bardziej ogólne i – mówiąc językiem Vallachera i Wegnera – na wyższym poziomie identyfikacji niż osoby zorientowane na działanie, skoncentrowane raczej na poszczególnych krokach i strategiach związanych z realizacją celu. Ze względu na stosunkowo niewielką liczbę badanych (tj. 30 osób), które wypełniły łącznie oba testy (KKD i Ankieta), oraz wstępny charakter samej ankiety, otrzymane wyniki nie są zadowalające.

Ogólnie można powiedzieć, że osoby o przewadze orientacji na stan stosunkowo częściej preferują identyfikację działania na średnim poziomie, podczas gdy osoby o przewadze orientacji na działanie – te o wysokiej bądź niskiej identyfikacji. Trudno tu jednak mówić o jakichś wyraźnych zależnościach, ujawniają się jedynie pewne tendencje, których interpretacja jest utrudniona. Zależności te wymagają dalszych badań.

5. Wnioski z badań i dyskusja

Jak powiedziano, badania nie wykazały, by cele formułowane przez osoby o dominującej orientacji na stan miały charakter bardziej ogólny czy mniej sprecyzowany, niż cele stawiane przez osoby o dominującej orientacji na działanie. (Trzeba jednak brać pod uwagę, że może się to wiązać z rodzajem przeprowadzonego tu badania, w którym – wobec zbliżającej się sesji – studentom w większości dość jednoznacznie przychodziły do głowy jako cele trudne te związane z konkretnymi lekturami egzaminacyjnymi; stąd możliwości generalizacji są dość ograniczone. Wydaje się, że celowe byłoby powtórzenie tych badań w zmienionych okolicznościach).

Ponadto – co wydaje się szczególnie istotne – otrzymane wyniki wyraźnie wskazują, że przewaga orientacji na stan *sprzyja* realizacji zadań długoterminowych i trudnych. Być może należy to przypisać przemyśliwaniu celu czy jego konsekwencji itp., które jest charakterystyczne dla osób o przewadze tej orientacji. Jak wskazują ich komentarze dotyczące myśli i emocji związanych z realizacją zadań, czują się one bardziej osobiście zaangażowane w ich wykonanie, nawet jeśli są one dla nich trudne lub nieprzyjemne. Przeciwnie, osoby o dominującej orientacji na działanie łatwo włączają się w inne aktywności, porzucając pierwotne, nieprzyjemne lub trudne, zamiary. Jednocześnie osoby o orientacji na stan przejawiają więcej niepokoju i emocji negatywnych w przypadku niezrealizowania (lub tylko częściowej realizacji) zadania niż osoby

o orientacji na działanie, które, jak się wydaje, łatwiej dokonują racjonalizacji i lepiej radzą sobie z dysonansem.

Jak się wydaje, w interpretacji tych wyników należy uwzględnić fakt, że tylko nieliczne działania intencjonalne mogą być zrealizowane „za jednym zamachem”, tzn. bez rozłożonych w czasie okresów odpoczynku, zmiany aktywności czy pojawiających się czynności rozprasających. Stąd działanie intencjonalne (celowe) jest działaniem wymagającym procesów kontroli, które aktywizowane są wówczas, gdy realizacja celu jest z jakiś powodów utrudniona lub zagrożona. Procesy te, jak wskazuje teoria Kuhla, funkcjonują sprawniej u osób zorientowanych na działanie. Czemu więc przypisać osiągnięte tu odmienne rezultaty?

W większości zadań, które są stawiane w eksperymentalnych badaniach nad orientacją na działanie lub stan, badane osoby mają sobie poradzić głównie z zadaniami poznawczymi, krótkoterminowymi i stosunkowo mało osobiście angażującymi. W przeprowadzonym tutaj badaniu zadanie było raczej długofalowe i angażujące (tj. związane z szeroko pojętymi osobistymi interesami). Zadania takie preferują osoby o orientacji na stan (warto przypomnieć, że w badaniach Kuhla, w których proszono o wypisanie jak największej liczby celów długo i krótkoterminowych, osoby o orientacji na stan wypisywały znacząco więcej celów długoterminowych niż osoby o orientacji na działanie). Procesy kontroli stosowane przez osoby zorientowane na stan, z ich nadmiarowością myślenia o celu i jego sensowności, mogą wówczas sprzyjać realizacji zamierzeń długoterminowych, broniąc przed pochłonięciem przez czynności rozprasające, o co nietrudno w przypadku osób o orientacji na działanie. Te ostatnie charakteryzują się natomiast dużą łatwością w podejmowaniu nowych aktywności oraz zmian działania, gdy przestaje być ono satysfakcjonujące. Występujący u nich brak przemyślenia celu i jego sensowności może być wówczas czynnikiem, który powoduje, że podjęcie planowanej (długoterminowo) czynności staje się dla nich paradoksalnie trudniejsze, chociażby dlatego, że nie ma niczego, co by o niej przypominało (powracające myśli na temat celu typowe są dla orientacji na stan). To tłumaczyłoby też fakt, że tylko w tej grupie (tj. wśród osób zorientowanych na działanie) zdarzały się osoby, które zapomniały, co stanowiło treść ich zadań-zobowiązań. Sprawnie działające mechanizmy redukcji dysonansu, właściwe dla osób o orientacji na działanie mogą zarazem chronić te osoby przed odczuwaniem negatywnych emocjonalnych konsekwencji niezrealizowanych zadań (podczas gdy osoby zorientowane na stan mogą przeżywać większe trudności w takich sytuacjach).

Jak pamiętamy, zgodnie z koncepcją Kuhla, można mówić o „alienującym” i „niealienującym” typie kontroli, aczkolwiek mogą pojawić się empiryczne trudności z wyraźnym ich odróżnieniem (por. Kuhl, Beckmann, 1994, s. 380). Typ alienujący byłby związany z nadmiernym stosowaniem siły woli (w sensie mechanizmu samokontroli), która w tym kontekście jest siłą łamiącą własne potrzeby czy pragnienia i tłumiącą towarzyszące im emocje. Typ niealienujący wiązałby się natomiast z pełniejszym dopuszczeniem i uświadomieniem różnych aspektów własnego Ja. Jak powiedziano, ten ostatni moment uwypukla szczególnie związek woli i tożsamości. Jest to stosunkowo rzadki wątek we współczesnej refleksji psychologicznej. Jak w tym kontekście interpretować otrzymane wyniki?

Wydaje się, że zaangażowanie towarzyszące realizacji zamierzeń, a także to, że były one dowolnie wybierane (choć, jak wiemy, nie stanowi to dostatecznego kryterium dla mówienia o rzeczywiście „własnych” intencjach), zdaje się sugerować, że realizacja zamierzeń u osób zorientowanych na stan przebiegała w sposób niealienujący. Wskazuje na to także przewaga w tej grupie osób zadań *zrealizowanych* (podczas gdy alienacja utrudnia sprawne wykonywanie zamierzeń). Znacznie częściej pojawiające się w tej grupie emocje negatywne były reakcją na niewykonanie (lub – w przekonaniu badanych – niedostateczne wykonanie) zadania, co także może świadczyć o zaangażowaniu Ja. Z drugiej strony, wydaje się, że w badaniu zabrakło pytań o emocje *towarzyszące samemu wykonaniu*, co mogłoby stanowić pośredni wskaźnik występowania u badanych o orientacji na stan ewentualnej alienacji. Przyszłe badania powinny więc uwzględniać także tego typu dane. Mimo to, jak powiedziano, obecne badania wydają się wskazywać – wbrew oczekiwaniom – raczej na niealienujący sposób funkcjonowania osób o przewadze orientacji na stan.

Wyniki te każą się też zastanowić, czy rzeczywiście orientacja na działanie jest – jak sugeruje większość cytowanych w literaturze badań eksperymentalnych – „bardziej adaptacyjna”; być może orientacja na stan wykazuje swoją adaptacyjność wówczas, jeżeli uwzględniony zostanie szerszy plan życiowy. Może też być tak – i zwraca na to uwagę sam Kuhl – że dogłębna refleksja i rozmyślanie, które charakteryzują osoby zorientowane na stan, będą oceniane inaczej, gdy ocena dotyczyć będzie nie tyle radzenia sobie ze sprawnościowym, ale obojętnym zadaniem typu eksperymentalnego (w których osoby zorientowane na stan wypadają gorzej), co raczej obejmować będzie szeroko pojęte radzenie sobie w realnych, niejednokrotnie trudnych, sytuacjach życiowych, wymagających osobistych wyborów, czasu i zaangażowania. W szerszej perspektywie orientacja na stan i związane z nią „przemyślanie” może też sprzyjać np. przewartościowaniu obciążających wydarzeń oraz dokonaniu reorganizacji wewnątrz Ja – co także wymaga czasu, niezbędnego dla asymilacji nowych doświadczeń – a więc ułatwić długofalowe radzenie sobie w sytuacjach trudnych. Postawa taka może też sprzyjać (co zgodne jest z koncepcją poziomów identyfikacji zachowania) niezwykłym osiągnięciom długoterminowym, a także nieoczekiwanym zmianom postępowania, przy których „krótkoterminowe” deficyty działania tej grupy osób (czyli o dominującej orientacji na stan) mogą wydawać się mniej istotne.

Dokonana interpretacja rezultatów badań może zarazem wskazywać, że pogodzenie implikacji teoretycznych koncepcji Kuhla oraz Vallachera i Wegnera wydaje się jednak możliwe. Istotną zmienną zdaje się być zwłaszcza to, czy stawiane cele dotyczą dłuższej perspektywy czasowej oraz czy budzą zaangażowanie ze strony podmiotu. Pod tymi warunkami cele trudne wydają się być lepiej realizowane przez osoby zorientowane na stan – co jest wynikiem dość zaskakującym w świetle istniejącej literatury, ale zgodnym z przewidywaniami dającymi się wyprowadzić z koncepcji poziomów identyfikacji zachowania Vallachera i Wegnera.

Badania potwierdzają także, że intencjonalny status celu posiada ważne, funkcjonalne konsekwencje: elementy należące do intencjonalnej struktury są mniej podatne na zaburzenia. W tym znaczeniu regulacyjna rola intencji zbliżona jest do działań regulacyjnych mechanizmów woli (i w istocie, jak widzieliśmy to na przykładzie koncepcji

Kuhla, adekwatne intencje spełniają ważną rolę w podejmowaniu skutecznych działań wolicjonalnych).

Stwierdzenia powyższe traktować należy jako intuicyjne, wynikające z analizy teoretycznej omawianych koncepcji oraz z wyników – dość niepełnych – badań. Wydaje się, że istotne znaczenie miałyby przeprowadzenie badań długoterminowych, w trakcie których badani byłiby konfrontowani z wieloma zadaniami, nie tylko „szkolnymi” czy eksperymentalnymi, ale także związanymi z funkcjonowaniem w dorosłym życiu i podejmowaniem życiowych wyborów. Badania takie stają się zadaniem na przyszłość.

6. Implikacje dla problematyki tożsamości i refleksje podsumowujące

Dotychczasowa dyskusja wyników, jakkolwiek istotna z punktu widzenia aktywności wolicjonalnej, nie zawierała wyraźniejszych odniesień do problematyki tożsamości, tak, jak została ona zarysowana w teoretycznej części artykułu. Jednocześnie wobec ograniczonego zakresu samych badań (nie uwzględniających np. w dostatecznym stopniu zjawiska alienacji) – trudno o takie pełne odniesienie. Niemniej jednak warto pokusić się o pewne ogólne refleksje dotyczące implikacji diskutowanych tu zagadnień dla kwestii tożsamości.

Jak się wydaje, nasza współczesna kultura promuje raczej funkcjonowanie osób zorientowanych na działanie, co może być także jedną z przesłanek traktowania go jako bardziej adaptacyjnego. W tym sensie „orientacja na działanie” stanowić może odzwierciedlenie wymogów panujących w społeczeństwach zindustrializowanych, związanych z presją czasu i osiągnięć, a także wymogami dużej elastyczności i przystosowania do zmieniających się okoliczności. Z kolei typowa dla osób o orientacji na stan refleksja na temat własnych celów oraz znaczenia własnego bieżącego zachowania może utrudniać „radzenie sobie” z tak pojętymi codziennymi wymogami (także dlatego, że mogą być one przez te osoby oceniane jako „bezsensowne”). Nie wyklucza to zarazem możliwości, że w dłuższej perspektywie właśnie ten sposób funkcjonowania daje podstawę dla pełniejszego rozwoju poczucia własnej tożsamości, a także – własnego rozwoju w oparciu o osobiście wygenerowane i podtrzymywane cele długoterminowe. Sugestia taka pojawia się zresztą, choć jest ona stawiana bardzo ostrożnie, u samego Kuhla (por. Kuhl, Goshke, 1994, s. 119). Pozwalając sobie na pewne spekulacje, można powiedzieć, że – ujawniona w badaniach – większa zdolność osób o przewadze orientacji na stan do realizowania przyjętych przez siebie zamierzeń (nawet jeśli są one trudne), oraz towarzyszące im poczucie zaangażowania (zarówno na poziomie poznawczym, jak i emocjonalnym) może wskazywać na istnienie u nich silniejszych przesłanek dla budowy stabilnego poczucia tożsamości, niż ma to miejsce w przypadku osób o przewadze orientacji na działanie (oczywiście o ile słuszne są założenia teoretyczne o charakterze związków między działaniem, wolą i tożsamością, na których oparto to rozumowanie). Osoby o przewadze orientacji na działanie, łatwo angażujące się w nowe aktywności (w których mogą być całkiem skuteczne), ale też łatwo je zmieniające, wydają się być natomiast w swoim „poczuciu siebie” bardziej

dostosowane do aktualnych okoliczności i ich wymogów, które interpretują zgodnie z aktualnym nastawieniem (jak pamiętamy, wyjaśnienia i emocje związane z niewykonaniem zadania trudnego wiązały się w tej grupie z samousprawiedliwieniem i „niewidzeniem” problemu, a nawet zadowoleniem). Pytaniem, które się tu nasuwa – jest pytanie o stabilność i siłę tak budowanego poczucia tożsamości w dłuższej perspektywie życiowej i w konfrontacji z różnymi życiowymi, często trudnymi, zadaniami i zobowiązaniami. Problem ten wymaga badań, tym bardziej, że sugerowana tu interpretacja otrzymanych zależności nie jest jedyną możliwą. Wiąże się z tym natomiast bardziej ogólne pytanie następne, a mianowicie, jak miałyby wyglądać takie badania i czy przyjmowane zazwyczaj w naukowej psychologii ramy metodologiczne zdolne są do „udźwignięcia” ciężaru tak stawianej problematyki.

Omawiane w artykule koncepcje – dokonując na swoim gruncie restytucji tradycyjnych problemów psychologicznych i antropologicznych – czynią to, jak powiedziano, w specyficznym kontekście współczesnej eksperymentalnej psychologii mechanizmów regulacyjnych. Powoduje to, że pojęcia woli i działań intencjonalnych ulegają tu pewnej redefinicji, tak by mieściły się one w przyjmowanej perspektywie poznawczej (por. Trzópek, 2003). Wspomniana redefinicja pozbawia je tradycyjnych – wywodzących się z ujęć filozoficznych czy potocznych – konotacji, zastępując je nowymi, o zabarwieniu funkcjonalnym i regulacyjnym¹².

Podobnie jeśli chodzi o tożsamość. Jak wspomniano we wstępie do tego artykułu, omawiana perspektywa empiryczna służy bardziej określeniu „*jaki* jest ten człowiek”, niż „*kim* on jest”. Powstaje tym samym pytanie, czy w przypadku problematyki tożsamości zabieg taki jest adekwatny, czy też – w imię operacjonalizacji zmiennych, ścisłości pomiaru itp. – nie mijamy się przypadkiem z tym, co chcemy uchwycić. Jak zauważa Ingarden, tożsamość przedmiotu, wyrażająca się w jego indywidualnej istocie, da się ująć tylko wtedy, gdy przedmiot traktuje się całościowo, „w jego pierwotnym byciu jednością” (Ingarden, 1987, s. 420). Nastawienie na podobieństwo, „cechy wspólne” – tak charakterystyczne dla posługującej się aparatem statystycznym psychologii empirycznej – abstrahuje od tej właśnie indywidualnej całościowej natury, która przenika wszelkie własności przedmiotu (człowieka) i decyduje o jego „byciu sobą”.

Dodatkowe problemy wiążą się z kwestią ewentualnych przemian w psychologicznym życiu osoby. Mówiąc językiem Vallachera i Wegnera, przy jakich zmianach w poziomie identyfikacji działania można orzekać o ewentualnych zmianach w tożsamości (czy poczuciu tożsamości) osoby? Kto ma o tym rozstrzygać? Czy podmiot, czy może obserwator? Jakie są kryteria orzekania tożsamości? Jak zauważa Ingarden, dopiero uwzględnienie istoty przedmiotu (człowieka, osoby) dałoby podstawę do określenia granic możliwych jego przemian. Oznaczałoby to, że orzekanie o tożsamości

¹² Tak więc np. zachowania intencjonalne są tu charakteryzowane jako cechujące się określoną wartością regulacyjną; przy czym prawidłowo określona intencja stanowi ważny element strategii wolicjonalnych, sprzyjając wykonywaniu postanowień i realizacji celów. Wola traktowana jest jako szereg mechanizmów (poznawczych i emocjonalnych, działających często na poziomie subświadomym), mających na celu doprowadzenie do realizacji powziętego zamiaru. Tożsamość (czy może lepiej: poczucie tożsamości) ujęta zostaje natomiast bardziej przez pryzmat specyficznych cech stanowiących ramy dla określonego sposobu przeżywania, działania i realizowania celów, a więc: dla ogólnie pojętego funkcjonowania osoby w świecie.

w kontekście zachodzących w człowieku zmian jest w sposób zasadniczy zależne od natury człowieka¹³.

Kwestia ta odsyła nas – jak zawsze przy zagadnieniach bardziej ogólnych i złożonych – do związków psychologii i filozofii, a zarazem ich odmiennych kompetencji. Problemu tożsamości jako takiej nie można, jak się wydaje, rozstrzygnąć empirycznie, gdyż w najlepszym wypadku prowadziłyby to do ujęć statystycznych, które na bardziej podstawowym poziomie wydają się być niezadowolające. Może to stanowić jeszcze jeden argument przemawiający za tym, że „tożsamość sama” przynależy raczej ontologii, psychologia zaś zadowolić się powinna „poczuciem tożsamości” (por. też Krzyżewski, 2000). Jednakże musimy być też świadomi, że na pewnym poziomie ogólności prowadzonych analiz, przeplatania się tych wątków – tożsamości i poczucia tożsamości – nie sposób uniknąć.

Włączenie do badań pewnych kwestii bardziej ogólnych czy całościowych, a związanych z wolą, działaniem czy tożsamością, nie pozwala, jak się wydaje, na uniknięcie pytań o *doświadczenie* człowieka, którego problemy te dotyczą. Niezależnie od jego (doświadczenia) waloru samoistnego, dane stąd czerpane mogą stanowić także ramy dla interpretacji różnych – nie zawsze jednoznacznych, spójnych czy prostych – zależności otrzymywanych na poziomie badań bardziej szczegółowych i prowadzonych za pośrednictwem tzw. obiektywnej metodologii. Tym samym wydaje się, że niezbędnym uzupełnieniem dla psychologii uprawianej z perspektywy eksperymentalnej i statystycznej jest psychologia oparta na doświadczeniu i rozumieniu, a więc nawiązująca np. do założeń fenomenologii i hermeneutyki (por. Trzópek, 2006). Dopiero uwzględnienie tych założeń i metod (biorąc przy tym pod uwagę także realne funkcjonowanie badanych osób w świecie) może dać pełniejszą odpowiedź na całościowo stawiane pytania o psychologicznie ujęte związki tożsamości, woli czy działania. Nie znaczy to oczywiście, że wnioski, które płyną z badań ugruntowanych eksperymentalnie są nieadekwatne lub mniej istotne. Trzeba jednak pamiętać, że – niejako z natury – mogą mieć one jedynie ograniczony i fragmentaryczny charakter.

Literatura cytowana

- Aronson, E., Wieszorkowska, G., (2001). *Kontrola własnych myśli i uczuć*. Warszawa, Agencja Wydawnicza Jacek Santorski & Co.
- Beckmann, J. (1994). Volitional Correlates of Action versus State Orientation [w:] J. Kuhl, J. Beckmann (red.), *Volition and Personality – Action Versus State Orientation*. Seattle, Toronto, Göttingen, Bern, Hogrefe & Huber Publishers.
- Bobryk J. (1996). *Akty świadomości i procesy poznawcze*. Wrocław, Wydawnictwo Leopoldinum Fundacji na rzecz Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Brentano F., (1874/1999). *Psychologia z empirycznego punktu widzenia*. Warszawa, PWN.
- Carver, C. S., Scheier, M. F. (1998). *On the Self Regulation of Behavior*. Cambridge, Cambridge University Press.

¹³ Wypada tu odróżnić ponadto kwestię „istoty człowieka w ogóle” – jako ogólnych ram dla prowadzonych badań czy analiz – od istoty „tego oto” konkretnego człowieka, mającej wpływ na jego osobistą tożsamość.

- Dibbelt, S., Kuhl, J. (1994). Volitional Process in Decision Making: Personality and Situational Determinants [w:] J. Kuhl, J. Beckmann (red.), *Volition and Personality – Action versus State Orientation*. Seattle, Toronto, Göttingen, Bern, Hogrefe & Huber Publishers.
- Ellis, A. (2001). *Terapia krótkoterminowa*. Gdańsk, GWP.
- Erikson, E. H. (1980). *Identity and the Life Cycle*. New York–London, W.W. Norton & Company.
- Erikson, E. H. (1997). *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań, Dom Wydawniczy Rebis.
- Frankl, V. (1984). *Homo patiens*. Warszawa, PAX.
- Fromm, E. (1993). *Ucieczka od wolności*. Warszawa, Czytelnik.
- Gałdowa, A. (1992). *Powszechność i wyjątek*. Kraków, Wydawnictwo Platan.
- Gałdowa, A. (1993). *Psychologia spotkania. Zeszyty Naukowe UJ*. z. 9, Kraków.
- Gollwitzer, P., Brandstatter, V. (1997). Implementation Intention and Effective Goal Pursuit. *Journal of Personality and Social Psychology*. 73, 1, s. 186–199.
- Gollwitzer, P., Heckhausen, H., Steller, B. P. S. (1990). Deliberative and Implemental Mind-Set: Cognitive Turning toward Congruous and Information. *Journal of Personality and Social Psychology*. 59, 6, s. 1119–1127.
- Grzegorek, T. (2000). Tożsamość, a poczucie tożsamości. Próba uporządkowania problematyki [w:] A. Gałdowa (red.), *Tożsamość człowieka*. Kraków, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Heckhausen, H., Beckmann, J. (1990). Intentional Action and Action Slips. *Psychological Review*. t. 97, nr 1, s. 36–48.
- Ingarden, R. (1967). *Książeczka o człowieku*. Kraków, Wydawnictwo Literackie.
- Ingarden, R. (1987). *Spór o istnienie świata*. t. II, cz. II, Warszawa, PWN.
- James, W. (2002). *Psychologia*. Warszawa, PWN.
- Jaspers, K. (1990). *Filozofia egzystencji*. Warszawa, PIW.
- Jung, C. G. (1993). *Archetypy i symbole*. Warszawa, PWN.
- Jung, C. G. (1989). O rozwoju osobowości [w:] C. G. Jung, *Rebis czyli kamień filozofów*. Warszawa, PWN.
- Kepiński, A. (1978). *Poznanie chorego*. Warszawa, PZWL.
- Kepiński, A. (1986). *Psychopatologia nerwic*. Warszawa, PZWL.
- Kepiński, A. (1992). *Rytm życia*. Kraków, Sagittarius.
- Kepiński, A. (1992). *Lęk*. Kraków, Sagittarius.
- Kořta, M. (1979). *Samokontrola a emocje*. Warszawa, PWN.
- Krzyżewski, K. (2000). Specyfika psychologicznego ujmowania tożsamości [w:] A. Gałdowa (red.), *Tożsamość człowieka*. Kraków, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Kuhl, J. (1981). Motivational and Functional Helplessness: The Moderating Effect of State versus Action Orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*. 40.
- Kuhl, J. (1994). A Theory of Action and State Orientations [w:] J. Kuhl, J. Beckmann (red.), *Volition and Personality – Action versus State Orientation*. Seattle, Toronto, Göttingen, Bern, Hogrefe & Huber Publishers.
- Kuhl J., Beckmann J. (red.), (1994). *Volition and Personality – Action versus State Orientation*. Seattle, Toronto, Göttingen, Bern, Hogrefe & Huber Publishers.
- Kuhl J., Beckmann J. (1994). Alienation: Ignoring One's Preferences [w:] *Volition and Personality – Action versus State Orientation*. Seattle, Toronto, Göttingen, Bern, Hogrefe & Huber Publishers.
- Kuhl, J., Goshke, T. (1994). A Theory of Action Control: Mental Subsystems, Modes of Control, and Volitional Conflict-Resolution Strategies [w:] J. Kuhl, J. Beckmann (red.), *Volition and Personality – Action versus State Orientation*. Seattle, Toronto, Göttingen, Bern, Hogrefe & Huber Publishers.
- Łukaszewski, W. (1984). *Szanse rozwoju osobowości*. Warszawa, Książka i Wiedza.
- Marszał-Wiśniewska, M. (1989). Kwestionariusz Kontroli Działania J. Kuhla. *Studia Psychologiczne*. 28 (2).

- Marszał-Wiśniewska, M. (1996). Orientacja na działanie – orientacja na stan. Nowe pojęcia w problematyce siły woli. *Psychologia Wychowawcza*. 3.
- May, R. (1978). *Miłość i wola*. Warszawa, PIW.
- Miller, G., Galanter, E., Pribram, K. (1980). *Plany i struktura zachowania*. Warszawa, PWN.
- Obuchowski, K. (1993). *Człowiek intencjonalny*. Warszawa, PWN.
- Obuchowski, K. (1965). *Psychologia dążeń ludzkich*. Warszawa, PWN.
- Reykowski, J. (1992). *Emocje, motywacja, osobowość*. Warszawa, PWN.
- Ricoeur, P. (1960). *Philosophie de la volonte*. t. II. Paris.
- Searle, J. S. (1999). *Umysł na nowo odkryty*, Warszawa, PWN.
- Searle, J. S. (1995). *Umysł, mózg, i nauka*, Warszawa, PWN.
- Skinner, B. F. (1978). *Poza wolnością i godności*. Warszawa, PIW.
- Sokolik, M. (1993). *Psychoanaliza i Ja. Kliniczna problematyka poczucia tożsamości*. Warszawa, Agencja Wydawnicza Jacek Santorski & Co (wyd. II).
- Trzópek, J. (2003). *Problem woli. Między antropologią filozoficzną, a psychologią mechanizmów regulacyjnych*. Kraków, Wydawnictwo Societas Vistulana.
- Trzópek, J. (2006). *Filozofie psychologii. Naturalistyczne i antynaturalistyczne podstawy psychologii współczesnej*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Wegner D. (2002). The Illusion of Conscious Will, *The MIT Press*, Cambridge Massachusetts, London, England.
- Vallacher, R., Wegner D. (1987). What do People Think They Are Doing. Action Identification and Human Behavior. *Psychological Review*. 94, 1, s. 3–1.
- Zaleski, Z. (1991). *Psychologia zachowań celowych*. Warszawa, PWN.
- Zalewska, A. (1991). Współczesna koncepcja „siły woli” J. Kuhla, *Przegląd Psychologiczny*. 34, s. 3.