

# Czy reakcje emocjonalne młodzieży na odrzucenie i akceptację interpersonalną mogą być regulowane wyodrębnieniem schematu Ja z My?

Joanna Rajchert

*Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski*

Prezentowany eksperyment miał na celu weryfikację hipotezy dotyczącej regulacyjnej funkcji poznawczego wyodrębnienia Ja u osób w okresie dorastania. Badanie przeprowadzono w schemacie 2 (odrębność schematu Ja: niska i wysoka)  $\times$  3 (warunki: odrzucenia, neutralne, akceptacji). Jako zmienne zależne pomiarowi podlegały emocje: złości, urazy, smutku, lęku i radości. Przewidywano, że (a) odrzucenie i warunki neutralne wywoływać będą bardziej negatywną reakcję emocjonalną niż akceptacja. Zakładano też, że (b) bardziej wrażliwe na ocenę ze strony partnera będą osoby o niskiej dystynktywności Ja. Reakcje emocjonalne młodzieży o silnie wyodrębnionym schemacie Ja będą natomiast bardziej stabilne i niezależne od warunków eksperymentalnych. Przewidywania te znalazły potwierdzenie w badaniach, jednak z zastrzeżeniami dotyczącymi przebiegu krzywej oraz jakościowej odmienności pozytywnych i negatywnych emocji.

*Słowa kluczowe:* wyodrębnienie Ja, reakcja emocjonalna, odrzucenie, akceptacja

Świadomość, że już do końca życia będziemy sami lub że nieznamy osoba biorąca podobnie jak my udział w badaniu nie ma ochoty z nami współpracować, czy tylko wyobrażenie sobie, że zostaliśmy źle ocenieni przez profesora, lub że osoba, z którą byliśmy pierwszy raz na randce nie ma ochoty na dalszą znajomość spowodować mogą znaczne zmiany w naszym zachowaniu, poczuciu wartości, a nawet zdolnościach intelektualnych, percepcji czasu, poczuciu sensu życia i przetwarzaniu informacji na temat innych osób (Leary, Tambor, Terdal i Downs, 1995; Leary, Haupt, Strausser i Chokel, 1998; Baumeister, Twenge i Nuss, 2002; Twenge, Catanese i Baumeister, 2002, 2003; Baumeister, DeWall, Ciarocco i Twenge, 2005). Wśród tak licznych reakcji częste są też doznania emocjonalne: smutku, lęku, urazy, złości czy niemal fizycznego bólu (Leary i in., 1998; Burgeois i Leary, 2001;

Buckley, Winkel i Leary, 2004; MacDonald i Leary, 2005; Leary, 2005). Możliwym wyjaśnieniem dla tych zależności jest potrzeba utrzymywania pozytywnych relacji międzyludzkich, mająca swoje korzenie w historii ewolucyjnej (Baumeister i Leary, 1995; Buss, 1990). Ludzie dążą do bycia w grupie, ponieważ daje ona możliwość utrzymania zdrowia psychicznego i fizycznego, zapewnia bezpieczeństwo i pozytywne wzmocnienia. Niemożność zaspokojenia tej potrzeby może mieć silnie negatywne konsekwencje dla dobrostanu psychologicznego jednostki (Leary i in., 1995; Leary, 2005).

Czy jednak brakuje różnic indywidualnych w nasileniu przeżywania emocji negatywnych i pozytywnych w odpowiedzi na odrzucenie i akceptację? Przypuszczać można, że płeć, cechy osobowości czy temperamentu to tylko niektóre z możliwych zmiennych moderujących nasilenie reakcji emocjonalnych. Jest też prawdopodobne, że równie istotne mogą być uwarunkowania tożsamościowe, rozumiane jako stopień postrzeganej odmienności Ja od własnej grupy (Jarymowicz, 1994a,b). Prezentowane badanie zostało skonstruowane w celu eksperymentalnej weryfikacji przypuszczenia, że odrębność Ja może pełnić

---

Joanna Rajchert, Katedra Osobowości, Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski, ul. Stawki 5/7, 00-183 Warszawa, e-mail: jrajchert@psych.uw.edu.pl  
Badania finansowane z grantu nr 1735/2006 na badania własne Wydziału Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego

funkcje regulacyjne w prawdopodobnym związku między odrzuceniem a reakcją emocjonalną. Według Greenwalda (1980) Ja sprawuje totalitarną kontrolę nad emocjami i poznaniem. Podobnie Reykowski (1975) zakłada, że Ja jest schematem dominującym w sieci poznawczej i z uwagi na to pełni funkcje regulacyjne. Między innymi na podstawie tych koncepcji Maria Jarymowicz wywiodła przypuszczenie, że uzyskanie odpowiedniego poziomu odrębności między schematem Ja a schematem My ułatwiać może, oparte na procesach intelektualnych, porównywanie perspektywy własnej i cudzej. Proces ten w efekcie ograniczać może wpływ afektu pierwotnego na oceny, decyzje i zachowanie (Jarymowicz, 1988, 1994a, b, 1999, 2001, 2003, 2004; Jarymowicz i Karwowska, 2001; Kwiatkowska, 1994; Karwowska, 2006).

Reakcje emocjonalne na odrzucenie i akceptację interpersonalną

W koncepcji socjometru Mark Leary i współpracownicy (1995) odpowiada na pytanie o przyczyny, dla których ludzie dążą do utrzymania wysokiej samooceny. Wcześniej uznawano, że motywacja do utrzymywania wysokiej samooceny związana jest z afektem – zadowolenie z siebie chroni przed stresem i negatywnymi emocjami. Badania potwierdzają, że osoby z niską samooceną doświadczają więcej negatywnych emocji niż te z wysokim poziomem tej zmiennej (np. Taylor i Brown, 1988; Leary, 1983); Greenberg, Pyszczynski i Salomon (1986) sugerowali, że wysoka samoocena chroni także przed lękiem egzystencjalnym, którego doświadczają ludzie uświadamiający sobie swoją śmiertelność. Inne wyjaśnienia nawiązują do pozytywnej roli wysokiej samooceny w osiąganiu celów (Bandura, 1977; Greenwald, 1980).

Według koncepcji socjometru, ludzie pragną uniknąć odrzucenia lub wykluczenia, a samoocena jest miarą, dzięki której mogą monitorować poziom akceptacji swojej osoby w grupie (Leary i in., 1995). W ramach badań prowadzonych w celu eksperymentalnej weryfikacji tej hipotezy pomiarowi poddawano między innymi reakcje emocjonalne uczestników. W jednym z nich założono wręcz, że opisanie sytuacji z życia, w których badani przeżywali lęk społeczny, samotność, zazdrość lub smutek będzie równoznaczne z opisaniem momentów, w których zostali odrzuceni lub wykluczeni (Leary, 1995). Okazało się, że w opisywanych sytuacjach rzeczywiście osoby te czuły się wykluczone. MacDonald i Leary (2005) prezentują stanowisko, że odrzucenie społeczne jest doświadczane jako szczególnie bolesne, ponieważ reakcje na odrzucenie są zapośredniczone przez system związany z odczuwaniem bólu fizycznego. Według tych autorów, ból emocjonalny i fizyczny współwystępują ze sobą. Ta złożona reakcja wyewoluowała jako przysto-

sowanie umożliwiające zwierzętom społecznym wyczuwanie zagrożenia dla ich miejsca w grupie. Dotyczyła ona także ludzi. Kiedy zauważali oznaki odrzucenia (np. grymas twarzy, społeczny dystans i brak zainteresowania ze strony grupy) odczuwali negatywny afekt, który skłaniał ich uwagę na zagrożeniu i motywował do zachowań wzmagających akceptację ze strony innych, co obniżało poziom nieprzyjemnych doznań (Leary, 2005).

Badania przynosiły wyniki potwierdzające istnienie związku między odrzuceniem a negatywną reakcją emocjonalną, w szczególności zaś uczuciami: lęku (Baumeister i Tice, 1990), smutku, złości i urazy (Leary, Koch i Hechenbleikner, 2001), a także wrogości, winy (Bourgeois i Leary, 2001) i urazy (Buckley, Winkel i Leary, 2004). Silniejsze odrzucenie nie prowadziło jednak do silniejszych reakcji niż słabsze odrzucenie. Okazało się też, że na reakcje badanych wpływ miały takie cechy, jak ugodowość i wrażliwość na odrzucenie, jednak nie moderowały one efektu akceptacji i odrzucenia (Buckley, Winkel i Leary, 2004).

Wyniki uzyskane w trakcie badań wskazują również na przebieg krzywej w związku między oceną przez partnera a poczuciem wartości badanych. Jeśli porównujemy grupy otrzymujące negatywną i pozytywną informację zwrotną, wówczas krzywa samooceny ma charakter liniowy. Biorąc pod uwagę, że samoocena jest związana z afektem, podobnych wyników można się spodziewać dla reakcji emocjonalnych. Natomiast w sytuacji, gdy do schematu eksperymentalnego wprowadzane są warunki neutralne, zaobserwować można krzywą kwadratową – nie ma różnic w reakcjach na odrzucenie i warunki neutralne, krzywa zaś rośnie wraz z otrzymaniem informacji akceptującej. Autor koncepcji socjometru wyjaśnia to zjawisko w następujący sposób. W sytuacji kiedy wartość osoby w relacji spada poniżej stanu normalnego, jakim jest akceptacja, dalsze pogarszanie się jej sytuacji nie wywołuje już bardziej dotkliwych skutków (Leary, 2005). Być może ma to również związek z silnie afektywnym wymiarem efektu negatywności. Okazuje się, że negatywna informacja wywołuje silniejszą reakcję emocjonalną niż tak samo intensywna informacja pozytywna (Peeters i Czapiński, 1990; Lewicka, Czapiński i Peeters, 1992). Badania Averilla (1980), a także Van Goozen i Frijdy (1993) wykazały, że w językach więcej jest słów opisujących emocje negatywne niż pozytywne (za: Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer i Vohs, 2001), co może mieć związek z informacyjnym efektem negatywności. Istnieje także więcej technik unikania negatywnego nastroju niż stwarzania pozytywnego (Baumeister, Heatherton, Tice, 1994).

Wpływ odrzucenia na reakcje emocjonalne nie jest jednak jednoznaczny. Baumeister, Twenge i Nuss (2002) zastosowali w eksperymencie trzy warunki manipulacji. Badani słyszeli, że (a) w przyszłości ich życie pełne będzie udanych związków, zawrą szczęśliwe małżeństwo i będą mieli wielu dobrych przyjaciół (akceptacja), lub że (b) będą ciągle nawiązywać nowe relacje, ale i tak zostaną w życiu sami (wykluczenie), bądź że (c) przez przypadek złamią nogę czy też ulegną wypadkowi samochodowemu (negatywne zdarzenia bez związku z wykluczeniem społecznym). Następnie pytano ich o nastrój. Stwierdzono różnice w nastroju między grupami badanych. Osoby poinformowane, że zostaną same lub że spotka je jakiś wypadek deklarowały nastrój neutralny, zaś grupa badanych, która otrzymała pozytywną informację na temat swojej przyszłości, oceniła swój nastrój jako bardziej pozytywny. W kolejnym, powtórzonym badaniu nie uzyskano jednak istotnych różnic w nastroju, zaś w eksperymencie z użyciem dokładniejszej miary reakcji emocjonalnej wykazano, że grupa osób mająca spędzić resztę życia samotnie oceniała swój nastrój najbardziej negatywnie. Nie odnotowano natomiast różnic między grupami w poziomie emocji pozytywnych. Stąd wniosek badaczy, że wykluczenie społeczne nasilało negatywny nastrój, ale nie obniżało pozytywnego. Wyniki tych badań nie były więc jednoznaczne. Autorzy sugerują, że osoby poddane wykluczeniu społecznemu tłumili swoje negatywne emocje w procesie autoregulacji. Inne badania prowadzone przy użyciu różnych procedur manipulacji wykluczeniem dawały zmienne rezultaty, częściej jednak wyniki eksperymentów wskazywały na brak różnic w nastroju pomiędzy grupami wykluczaną i akceptowaną (Twenge i in., 2002; Maner, DeWall, Baumeister i Schaller, 2007). Stąd przypuszczenie Twenge'a i współpracowników (2003), że wykluczenie powoduje uczucie wewnętrznej pustki, znacznie rzadziej zaś negatywne emocje. Autorzy sądzą, że niezdawanie sobie sprawy z własnych emocji ma na celu obronę przed stresem poprzez utrzymywanie negatywnego afektu poza świadomością. Stan ten związany jest nie tylko z brakiem odczuć emocjonalnych, ale również z zaburzeniami funkcji poznawczych i poczucia czasu, koncentracją na teraźniejszości raczej niż na przyszłości, jak również z bezmyślnością. Wyniki uzyskiwane przez innych badaczy przeczą jednak tym przypuszczeniom (Buckley i in., 2004; Bourgeois i Leary, 2001). Roy Baumeister tłumaczy różnice w wynikach uzyskiwanych we własnym zespole i przez Marka Leary odmiennością technik wzbudzania poczucia odrzucenia. Według nich kluczową rolę gra intensywność bodźca. Osoby, które czują się bardzo silnie wykluczone z relacji lub odrzucone, co następuje wskutek wcześniejszego osobistego kon-

taktu z osobą odrzucającą lub po otrzymaniu negatywnej przepowiedni na całe życie, mogą zupełnie zahamować swoje reakcje emocjonalne. Autorzy badań (Twenge i in., 2003) podkreślają, że podobne objawy obserwować można u osób cierpiących na kliniczną depresję i przejawiających skłonności samobójcze.

#### **Dystynktywność schematu Ja a reakcje emocjonalne na odrzucenie i akceptację**

Emocje jako podstawowe reakcje psychofizjologiczne na różne rodzaje bodźców pełnią istotną rolę w funkcjonowaniu człowieka (Jarymowicz, 2003). Można je określić jako wielowymiarowy fenomen bazujący na nieświadomych i świadomych procesach o podłożu fizjologicznym, afektywnym, poznawczym i behawioralnym (Cacioppo i Gardner, 1999; Ekman i Davidson, 1994; Zajonc, 1998). Wyewoluowały jako adaptacja do zmieniającego się środowiska (Damasio, 1994; Lazarus, 1991). Ich główną funkcją jest dekodowanie znaczenia bodźców w procesach świadomych lub nieświadomych. Owo dekodowanie opiera się nie tylko na percepcji, lecz także na warunkowaniu i pamięci, co sprawia, że jednostki reagują emocjonalnie w podobny sposób w sytuacjach postrzeganych przez nie jako podobne (Christianson, 1992). W konsekwencji przyjęty wzorec reakcji jest czasami nieracjonalny i destrukcyjny. Jeśli więc przyjmujemy, zgodnie z teorią socjomietru, że samoocena jest termometrem służącym do pomiaru zmian w naszej wartości relacyjnej, a emocje są słupkiem rtęci w tym termometrze, to w naszym interesie powinno być, aby termometr ten był jak najdokładniejszy. Innymi słowy, zupełny brak odczuwania emocji w sytuacji odrzucenia czyni cały proces nieskutecznym. Zniesienie reakcji emocjonalnej niesie ze sobą zagrożenie zupełnego ostracyzmu społecznego. To emocje przecież, według koncepcji socjomietru, motywują do zmiany zachowania na takie, które sprawi, że zostaniemy ponownie włączeni do grupy lub nawiążemy satysfakcjonujące relacje interpersonalne. Z drugiej strony emocje wywoływane przez odrzucenie nie należą do przyjemnych zarówno dla jednostki je odczuwającej, jak i dla otoczenia, jeśli osoba wykluczona zdecyduje się je okazać. Złość, lęk i uraza prowadzą do zachowań agresywnych (Buckley i in., 2004) i ryzykownych (Twenge, Catanese i Baumeister, 2002), obniżają też tendencję do zachowań prospołecznych (Twenge, Baumeister, DeWall, Ciarocco i Bartels, 2007). A zatem nawykowa, silnie negatywna emocjonalnie reakcja na odrzucenie także nie prowadzi do skutecznej adaptacji.

Badania pokazują i drugą stronę medalu. Zagrożenie wykluczeniem może też mieć pozytywne skutki w postaci zwiększonej motywacji do zawierania nowych znajo-

mości, pracy z innymi, dzielenia się nagrodami z nowymi partnerami interakcji. Te przejawy prospołeczności nie dotyczą jednak tych, którzy nas odrzucili (Maner, DeWall, Baumeister i Schaller, 2007). Stąd pytanie o warunki konieczne personalnego traktowania innych, nawet wtedy gdy nas odrzucają. Pojawia się wówczas szansa, że nasze reakcje emocjonalne będą efektem refleksji, a nie w przeważającej mierze automatycznych i nieświadomych procesów. Czy jest to jednak możliwe w sytuacji zagrożenia? Procesy świadome związane z oceną i postrzeganiem środowiska niemal cały czas pozostają pod wpływem afektów pierwotnych. Owe afekty wpływają również na reakcje z wykluczeniem kontroli poznawczej, stąd niektóre reakcje emocjonalne są nieświadome, automatyczne, szybkie i spontaniczne (Ekman i Davidson, 1994; Jarymowicz, 1997; Jarymowicz i Bar-Tal, 2003; LeDoux, 1996). Tylko w niektórych przypadkach bodziec dociera do ośrodków korowych, wywołując świadomą reakcję uczucia (Damasio, 2001, za: Jarymowicz i Bar-Tal, 2003). Są to wówczas emocje bazujące na zrozumieniu, wiedzy deklaratywnej i operacjach intelektualnych. LeDoux (1996) opisał dwie drogi transmisji bodźców. Droga niska prowadzi od receptorów przez wzgórze do ciała migdałowatego i jest całkowicie niezależna od systemu poznawczego, ponieważ omija ośrodki korowe. Reakcje są więc szybkie i automatyczne. Bodziec wędrujący drogą wysoką trafia najpierw do wzgórza, następnie jest przetwarzany w ośrodkach korowych, co jest czasochłonne, i dopiero wówczas przechodzi do ciała migdałowatego. W sytuacji zagrożenia, jakim jest odrzucenie społeczne, na pierwszy plan wysuwa się w związku z tym szybka i automatyczna reakcja afektywna, a procesy intelektualnej oceny pozostają pod jej wpływem. Jedynie w sytuacji, gdy bodziec nie ma znaczenia pierwotnego, a emocje nie są rezultatem bodźców zewnętrznych, procesy poznawcze mogą pozostawać autonomiczne wobec afektu (Jarymowicz i Bar-Tal, 2003). Sytuacja ta jednak znacznie odbiega od warunków, w jakich jednostka doznaje odrzucenia czy wykluczenia. Wówczas dominują emocje negatywne. Zgodnie z efektem asymetrii negatywno-pozytywnej (Peeters i Czapiński, 1990; Ito i in., 1998) reakcje emocjonalne na bodźce negatywne i pozytywne różnią się intensywnością. Także dowody neurobiologiczne przemawiają za różną lokalizacją anatomiczną emocji negatywnych i pozytywnych. Te pierwsze związane są z prawą półkulą, te drugie z lewą (Springer i Deutsch, 1998). Półkula prawa funkcjonuje całościowo i intuicyjnie, lewa zaś odpowiada za procesy artykulacji i myślenia. Stąd przypuszczenie, że emocje negatywne zbliżone są w swoim funkcjonowaniu do procesów typowych dla półkuli prawej. Ponadto połączenia między

korą a układem limbicznym są mniej liczne niż połączenia w przeciwną stronę (LeDoux, 1995, 1996). Z tych powodów negatywne emocje mogą zdominować procesy poznawcze.

Istnieją jednak warunki, dzięki którym ludzie, pomimo odrzucenia, są w stanie doświadczać mniej negatywnych emocji. Maria Jarymowicz (2001; Jarymowicz i Bar-Tal, 2003) podkreśla znaczenie rozwoju refleksyjnego systemu ewaluacji i motywacji dla zdolności do przewycięzania negatywnych emocji. Warunkiem koniecznym posługiwania się tym systemem jest osiągnięcie odpowiedniego poziomu rozwoju intelektualnego, ale również motywacja, by w procesach używać oceny. Owa motywacja, by powściągać negatywne emocje w sytuacji odrzucenia i zamiast w reakcje agresywne, energię i czas inwestować w poszukiwanie rozwiązań stresującej sytuacji, oparta może być na poznawczych standardach ewaluacji (Gołąb i Reykowski, 1985; Reykowski, 1989; Jarymowicz, 1999). Pochodzą one od koncepcji dobra i zła wytworzonej w drodze operacji intelektualnych (Jarymowicz, 2001). Wyrastają więc z systemu wartości jednostki i są reflektowane jako ideały. Higgins (1987, 1996, 1997; Strauman i Higgins, 1987; Camacho, Higgins i Luger, 2003) w swojej koncepcji dotyczącej regulacji rozbieżności między reprezentacjami Ja postulował, że brak zgodności między Ja aktualnym (*actual self-state*) i idealnym (*ideal self-state*) skutkuje innymi reakcjami emocjonalnymi niż niezgodność między Ja aktualnym i Ja powinnościowym (*ought self-state*). Pierwszy rodzaj rozbieżności zakłada bowiem koncentrację na oczekiwaniu pozytywnych efektów, w związku z czym ich niezrealizowanie wywoływać może poczucie rozczarowania czy zawodu. Drugi rodzaj rozbieżności związany jest z chęcią uniknięcia negatywnych skutków, a więc ich pojawienie się wywoływać będzie emocje złości, urazy czy lęku. Stąd wniosek, że w celu regulacji rozbieżności między rzeczywistością a ideałem, jednostka będzie podejmować pozytywną aktywność związaną z otwartą postawą wobec innych, dążeniem do pozostania z nimi w relacji i bardziej pozytywnym afektem. Kiedy natomiast rozbieżność dotyczy powinności czy też zobowiązań, regulacja związana jest z chęcią uniknięcia negatywnych konsekwencji, również afektywnych.

W związku z tym, za Andersen i Chen (2002), które w swojej koncepcji bazowały na ustaleniach Higginsa, odrzucenie postrzegać można na dwa sposoby: jako zagrożenie dla Ja, które skutkuje obniżonym poczuciem bezpieczeństwa i wywołuje negatywne emocje, lub jako zagrożenie dla relacji, które motywować będzie do odbudowywania więzi na podstawie emocji bardziej pozytywnych. Reakcje na odrzucenie oparte na refleksyjnym sys-



temie ewaluacji związane byłyby więc raczej z dostrzeżoną rozbieżnością między stanem aktualnym a ideałem, co wywoływałoby mniej emocji negatywnych niż reakcje z udziałem systemu afektywnego.

Posługiwanie się systemem refleksyjnym zależy jednak od wcześniejszego rozwoju pojęć i umiejętności zdefiniowania związanych z nimi standardów (ideałów), które następnie muszą zostać uznane za własne. Procesy te są natomiast możliwe wówczas, gdy jednostka skłonna jest do koncentracji na sobie w celu autorefleksji, mogącej prowadzić do uformowania się względnie niezależnych schematów Ja i nie-Ja (Jarymowicz, 1999). Poznawcze wyodrębnienie Ja to warunek konieczny rozwoju podmiotowych standardów leżących u podstaw własnych wyborów, a nawet uznawania celów cudzych za własne (Jarymowicz, 1994b). Indywiduacja rozumiana jako proces formowania się własnych norm, ocen i dostrzegania specyficznych dla siebie cech, stanowi według Marii Jarymowicz (1994a, b, 1999) podstawę rozwoju standardów samokontroli, a w konsekwencji otwarcia się na świat, rozumienia i akceptowania siebie i innych. Osoby, które w najmniejszym stopniu były w stanie różnicować schematy Ja, My i Inni, okazywały się też najbardziej egocentryczne i najmniej przychylne innym ludziom (Szuster-Zbrojewicz, 1991). Osoby te w niewielkim stopniu zdolne były do wnikania w perspektywę innych, projektowały na innych swoje własne przekonania i oceniały partnera interakcji tym bardziej pozytywnie, im bardziej był on do nich podobny (Jarymowicz, 1999; Krzemionka, 1989). Warunkiem przekraczania perspektywy egocentrycznej jest więc pewien stopień odrębności schematów Ja i My. Mechanizm ten warunkować może koncentrację na partnerze interakcji w sytuacji odrzucenia, połączoną z dążeniem do odbudowania zagrożonej więzi. Refleksja nad sobą, własnymi ideałami, czy nad perspektywą partnera, ma potencjał regulacyjny wobec negatywnego afektu.

Podjęcie zaproponowane przez Marię Jarymowicz może budzić jednak szereg kontrowersji. Odrębność schematu Ja od My może być nie tyle poznawczym mechanizmem umożliwiającym określanie własnej indywidualności czy odmienności od grupy, ile wyrazem osłabienia egocentrycznej tendencji do przypisywania własnych cech grupie. Projekcja społeczna to proces, w którym ludzie dochodzą do przekonania, że inni są do nich podobni. Pozwala on ludziom dokonywać szybkich i względnie trafnych ocen na temat środowiska społecznego (Krueger, 2007; Krueger i Clement, 1996; Ames, 2004a,b; Orive, 1988). Jest to proces automatyczny, przebiegający z minimalnym udziałem procesów poznawczych (Krueger, 1998). Idąc tym tropem, osoby w niewielkim stopniu rozróżniające pomiędzy Ja a My można uznać za jednost-

ki w największym stopniu skłonne do projekcji, zaś te, które dostrzegają więcej różnic pomiędzy schematem Ja a schematem My, za dokonujące projekcji w stosunkowo niewielkim stopniu. Takie zdefiniowanie problemu nie podważa jednak modelu zależności skonstruowanego przez Jarymowicz.

Poważniejszy zarzut dotyczy przypisywania funkcji regulacyjnych schematowi poza-Ja, którego wyodrębnienie umożliwia zrozumienie perspektywy innego człowieka, a więc zdolność do decentracji i, przyjmując podejście Kruegera (2007), mniejszą tendencję do projekcji. Podobne podejście prezentowała Rachel Karniol (2003a,b), przeciwstawiając egocentryzm protocentryzmowi i wiążąc te dwie perspektywy z dwoma różnymi reprezentacjami: Ja i Innego (obejmującą też własną osobę). Regulacyjne funkcje reprezentacji Innego podkreślały też, choć w kontekście relacji ze znaczącymi osobami, Andersen i Chen (2002), czy badacze rozwijający koncepcję przywiązania Bowlby'ego (Ainsworth, Blehar, Walters i Wall, 1978; Fonagy, Gergely, Jurist i Target, 2002; Fonagy, Steel, Morgan, Steel i Higgitt, 1991; Fonagy i Target, 1997; Fonagy, 2003). Badania z obszaru neuroanatomii także wskazują na rozdzielność w mózgu obszarów związanych z Ja i Innymi, chociaż występuje także obszar dla nich wspólny (Decety i Sommerville, 2003).

Inną kwestią jest zdolność do rzeczywistego rozumienia innych ludzi na podstawie schematu poza-Ja. Szereg badań wskazuje na to, że z pewnością nie jest to zjawisko powszechne. Wychodzenie poza egocentryczną perspektywę wiąże się z dostępnością dużych zasobów poznawczych, nieograniczonym czasem i starszym wiekiem badanych, a więc z aktywacją procesów wolicjonalnych i świadomych, które pozwalają nanieść „korektę” na procesy automatycznego odnoszenia do Ja (Epley, Morewedge i Keysar, 2004; Birch i Bloom, 2004; Ferguson i Bargh, 2004).

Ustalenia Markus i Kitayamy (1991) mogą natomiast podważyć hipotezę Jarymowicz dotyczącą warunków koniecznych do wczuwania się w perspektywę innych. Według nich to aktywacja, lub dominacja ze względu na kulturę, Ja współzależnego, nie zaś niezależnego skłania do zainteresowania się stanem innych ludzi, gromadzenia na ich temat wiedzy, kierowania się dobrem ogółu, współczuciem i empatią. Rzadko pojawia się u tych osób gniew jako emocja zaburzająca więź i harmonię. Jednak to poczucie więzi z innymi, według Jarymowicz (1999), zmienia się wraz z sytuacją i dotyczy tylko osób uznanych w danej chwili za członków własnej grupy. W sytuacji odrzucenia lub wykluczenia z grupy, osoby o Ja współzależnym reagują więc silnie negatywnymi emocjami (Yamaguchi, Kuhlman i Sugimori, 1995).

W świetle cytowanych badań pod dyskusję powinna zostać poddana jeszcze jedna kwestia – wieku, w którym możliwe jest wyjście poza własną perspektywę, a więc nie tylko afektywne, lecz także poznawcze i świadome przetwarzanie bodźców związanych z zagrożeniem, jakie niesie odrzucenie. Okres dorastania najczęściej zamyka proces rozwoju intelektualnego (Piaget, 1966, 1972). Jednak według badań mniejsza część populacji przekracza próg najbardziej zaawansowanego poziomu myślenia przed ukończeniem 16. roku życia (Colleman, Hendry, 1990). Ponadto u młodzieży w okresie dorastania mamy do czynienia ze zjawiskiem egocentryzmu młodzieńczego (Elkind, 1967, za: Turner i Helms, 1999) oraz nasilonymi procesami formowania się tożsamości (np. Carner, 1995; Kroger, 1996; Marcia, 1966), które Erickson (1997) określił mianem kryzysu tożsamości. Procesy te związane są ze znaczną koncentracją na własnej osobie. Wymienione zmiany rozwojowe skłaniają do przypuszczenia, że młodzież w okresie dorastania będzie szczególnie wyczulona na odrzucenie interpersonalne, podczas gdy jej zdolności i motywacja do posługiwania się refleksyjnym systemem ewaluacji może być – z uwagi na ograniczenie zasobów poznawczych – mniejsza niż u osób dorosłych. Można jednak przyjąć, że już w okresie dorastania poziom rozwoju intelektualnego powinien pozwalać części badanej młodzieży na efektywną regulację emocji w oparciu o świadome i wolicjonalne procesy poznawcze.

### Hipotezy

Mając na uwadze przytoczone przewidywania teoretyczne i wyniki badań, postawiono hipotezy dotyczące regulacyjnych funkcji dystynktywności Ja oraz wpływu wartości w relacji na reakcje emocjonalne.

*Hipoteza 1.* Odrzucenie oraz sytuacja neutralna powodować będą większe nasilenie negatywnych i mniejsze pozytywne emocji niż akceptacja.

*Hipoteza 2.* Poznawcze wyodrębnienie schematu Ja będzie moderować reakcje emocjonalne młodzieży na odrzucenie *versus* akceptację interpersonalną. (a) Osoby o niskim poznawczym wyodrębnieniu Ja będą deklarować większe nasilenie emocji negatywnych, a mniejsze pozytywnych w sytuacji odrzucenia niż osoby o wysokim poziomie odrębności. (b) Reakcje emocjonalne osób silnie zindywidualizowanych będą względnie niezależne od zmian w środowisku, natomiast reakcje młodzieży o niskim poziomie wyodrębnienia Ja będą ulegać zmianie w zależności od warunków manipulacji. Więcej emocji negatywnych, a mniej pozytywnych osoby te doświadczają będą w sytuacji odrzucenia i w warunkach neutralnych niż wówczas, gdy zostaną zaakceptowane.

### Metoda

#### *Schemat badania*

Schemat badania miał postać 3 x 2. Wartość relacyjną (Leary, 2005) w niniejszych badaniach zoperacjonalizowano jako informację o chęci partnera do współpracy z osobą badaną w dwóch możliwych wariantach: „zdecydowanej niechęci” i „zdecydowanej chęci” współpracy. Manipulowano więc informacją o odrzuceniu i akceptacji. Grupie kontrolnej polecono wypełnienie „Testu uwagi”, co miało być czynnością neutralną emocjonalnie. Drugą zmienną niezależną stanowiły dyspozycje tożsamościowe rozumiane jako poziom odrębności schematu Ja od schematu My, a więc różnica w uznawanych za własne (przynależne Ja) i uznawanych za wspólne (przynależne My) prototypowych wymiarach opisu Ja lub My (np. elegancja, energiczność). Na podstawie wartości wskaźników tej zmiennej, badanych podzielono na dwie grupy: o niskim i wysokim nasileniu odrębności schematów. Obserwowano wpływ wartości w relacji i odrębności Ja na reakcję emocjonalną badanych. Pomiarowi podlegało deklarowane nasilenie pięciu emocji, w tym czterech negatywnych (złości, urazy, smutku, lęku) i jednej pozytywnej (radości).

#### *Zmienne niezależne i ich pomiar*

*Wyodrębnienie schematu Ja z My.* Do pomiaru zmiennej niezależnej, jaką była odrębność między schematami Ja i My użyto Kwestionariusza Spostrzegania Społecznego autorstwa Marii Jarymowicz (1994a,b) dostosowanego do badań młodzieży gimnazjalnej. Zmiany polegały przede wszystkim na uproszczeniu i maksymalnym skróceniu instrukcji, powiększeniu czcionki i rozbiciu tekstu na mniejsze fragmenty. Działania te miały na celu zwiększenie przejrzystości tekstu, aby był on bardziej zrozumiały (badania prowadzone uprzednio na tej grupie wiekowej przez autorkę przy użyciu KSS wykazały, że forma instrukcji stosowana do badania ludzi dorosłych jest często dla nastolatków niezrozumiała).

Narzędzie to oryginalnie składa się z trzech części. Pierwsza skupia uwagę badanych na Innych, druga na My, a trzecia na Ja. W prezentowanych badaniach zrezygnowano z części pierwszej ze względu na to, że porównanie zróżnicowania schematów My i Ja uznaje się za bardziej dokładną miarę wyodrębnienia. Dążono również do ograniczenia zadań, jakie młodzież miałaby wykonać ze względu na dostępny czas przeznaczony na badanie oraz mniejsze niż u dorosłych zdolności lub motywację do koncentracji uwagi na zadaniu, co wykazały badania pilotażowe.

W pierwszej części badani mieli w sposób dowolny dokończyć zdanie „My to ...”. W prezentowanym ba-

daniu wyniki tej części pomiaru nie podlegały analizie. Następnie badany wybierał dziesięć spośród siedemdziesięciu wymiarów charakterystycznych dla My (np.: wszechstronność, dojrzałość, towarzyskość). Wszystkie one sformułowane zostały w terminach pozytywnych. Instrukcja brzmiała: „Na następnej stronie jest lista różnych cech. Przeczytaj ją! Po przeczytaniu zaznacz tylko 10 cech, które najlepiej pasują do Twojej grupy, czyli do Was”. Użycie terminu „cecha” zamiast „rodzaj właściwości” oraz polecenie wybrania od razu dziesięciu cech było uproszczeniem w stosunku do oryginalnej instrukcji, w której badani proszeni byli najpierw o zakreślenie dowolnej liczby właściwości, a następnie wyselekcjonowanie dziesięciu, których najczęściej używają. Druga część techniki dotyczyła Ja: osoba badana, używając wciąż tej samej listy rzeczowników, miała wskazać dziesięć cech, które najlepiej pasują do niej.

Wskazane w toku dwóch kolejnych zadań wymiary uznawane są za schematyczne dla Ja i dla My. Wskaźnik odrębności schematów Ja–My otrzymano poprzez zliczenie wymiarów odnoszących się do Ja, a niewystępujących wśród wymiarów My. Tym sposobem uzyskano 11-stopniową skalę poziomu odrębności schematowej. Wartość wskaźnika mogła wahać się od 0 do 10.

*Manipulacja odrzuceniem i akceptacją interpersonalną.* W konstrukcji opisywanej procedury wzorowano się tu na manipulacji zastosowanej przez Buckleya i współpracowników (2004). W prezentowanym badaniu przyjęto podobny sposób prezentowania informacji o odrzuceniu lub akceptacji, jako chęci bądź niechęci do współpracy.

Manipulacja odrzuceniem i akceptacją interpersonalną przebiegała w dwóch etapach. W trakcie pierwszego spotkania uczestnicy dowiadywali się, że badanie sprawdza ich „zdolności kierowania ludźmi potrzebne w pracy menedżera” i jest prowadzone równocześnie w dwóch szkołach gimnazjalnych. Ich zadaniem będzie ocena ucznia z innej szkoły, jako kandydata na „pracownika”, na podstawie wypełnionej przez tego ucznia ankiety zwanej „Kwestionariuszem osobowym”. Ankieta zawierała pytania z dopasowanymi do nich kilkoma standardowymi odpowiedziami, z których należało wybrać jedną. Pytania te dotyczyły znaku zodiaku, ulubionego przedmiotu szkolnego, gatunku muzyki, potrawy oraz cech, jakie partner osoby badanej ceni w ludziach i jego preferencji do pracy w grupie bądź pracy samodzielnej. Ankieta w rzeczywistości była uprzednio wypełniona przez eksperymentatora. Dbano przy tym o to, by zachować różnorodność wyborów odpowiedzi, przyborów do pisania i charakterów pisma, aby sprawić wrażenie, że kwestionariusze te były wypełniane przez rówieśników (badanie odbywało się w grupach i młodzież miała dostęp do ankiet innych osób).

Po zapoznaniu się z domniemanymi preferencjami kandydata do pracy, badani mieli za zadanie „wczuć się w rolę menedżera” i określić na podstawie zdobytych wiadomości, czy chcieliby pracować z tą osobą. Do wyboru mieli trzy możliwości: „zdecydowanie chcę pracować z tą osobą”, „wszystko mi jedno, czy będę pracować z tą osobą” i „zdecydowanie nie chcę pracować z tą osobą”. Ta część badania miała upewnić uczestników, że badanie odbywa się w rzeczywistości i oceniają realnie istniejące osoby, co było istotne dla dalszej procedury manipulacyjnej.

Kolejnym zadaniem badanych było samodzielne wypełnienie identycznego „Kwestionariusza osobowości” w celu przekazania go do oceny. Teraz badani mieli występować w roli kandydatów do pracy, a ich partnerzy z „innego gimnazjum” mieli oceniać swoją chęć współpracy z nimi.

Uczestnicy zostali też poinformowani, że tylko część z nich poddana zostanie ocenie, reszta osób weźmie udział w badaniu drugim, które dotyczyć będzie „zdolności koncentracji uwagi”, które także są ważne w pracy menedżera. O tym, kto z nich weźmie udział w badaniu pierwszym, a kto w drugim miał zdecydować przypadek. Wyniki oceny obiecywano dostarczyć za tydzień. Po upływie tego czasu następował drugi etap manipulacji, w którym część uczestników otrzymywała informację zwrotną od osoby, która ich oceniała, a pozostali badani zaznaczali przez 3 minuty litery d w ciągu złożonym z liter podobnych wizualnie (zadanie wzorowane na teście „d2” Brickenkampa). Zamiarem autorki było stworzenie w ten sposób grupy kontrolnej, która nie doświadczyłaby ani odrzucenia, ani akceptacji, ale brałaby udział w całym badaniu, podobnie jak dwie grupy podlegające wpływowi manipulacji. Zakładano, że zaznaczanie liter będzie neutralne emocjonalnie dla badanych, a ograniczony czas przeznaczony na to zadanie nie spowoduje znużenia czy frustracji, która mogłaby wynikać z jego monotoni.

W warunkach akceptacji uczestnicy otrzymywali informację o tym, że osoba, która ich oceniała „zdecydowanie chce” z nimi pracować, zaś w warunkach odrzucenia informacja ta brzmiała: „zdecydowanie nie chcę pracować z tą osobą”. Informacja była podana na identycznym arkuszu, jaki badani wypełniali tydzień wcześniej w odniesieniu do osoby, którą sami oceniali, co miało uwiarygodnić procedurę manipulacji. Pod pytaniem „Czy chciałbyś pracować z tą osobą” eksperymentator zaznaczał odpowiednio do warunków jedną z trzech możliwości (zawsze pomijając odpowiedź „wszystko mi jedno”).

#### *Zmienne zależne i ich pomiar*

*Reakcja emocjonalna.* Deklarowane nasilenie emocji negatywnych i pozytywnych mierzono techniką wzorowaną



na prezentowanej w pracy Buckleya i współpracowników (2004). Badani określali „jak teraz się czują”. Na 11-stopniowej skali mieli za zadanie zaznaczyć poziom intensywności odczuwania danej emocji (od 0 – „wcale nie odczuwam” do 10 – „bardzo silnie odczuwam”). Kwestionariusz zawierał 20 pozycji pozwalających określić nasilenie pięciu emocji: radości (np.: wesoły, zadowolony), złości (np.: zirytowany, wściekły), urazy (np.: zraniony, skrzywdzony), lęku (np.: nerwowy, niepewny) i smutku (np.: smutny, przybity). W efekcie zsumowania wyników dla poszczególnych skal otrzymano pięć wskaźników emocji, mogących przyjmować wartość od 0 do 40.

#### *Osoby badane*

Uczestnikami badania byli uczniowie dwóch, średniej wielkości szkół gimnazjalnych z podwarszawskiej miejscowości. Wszyscy ukończyli 15 lat. W pierwszym etapie badania udział wzięło 178 osób, jednak część z nich nie była obecna w trakcie II etapu lub nieprawidłowo wypełniła kwestionariusze, więc w analizach uwzględniono dane uzyskane od 137 badanych, w tym 59 chłopców i 78 dziewcząt.

#### *Procedura i przebieg badania*

Badanie przeprowadzono w trakcie lekcji w 11 klasach, w dwóch etapach z tygodniowym odstępem. W klasie oprócz eksperymentatora przebywał nauczyciel, który nie ingerował w procedurę badawczą (jego obecność była wymagana przez dyrekcje szkół). W pierwszym etapie uczniowie najpierw proszeni byli o zakodowanie zestawu kwestionariuszy, który otrzymali, następnie kolejno podawana była instrukcja do badania, uczestnicy czytali wypełniony przez innego ucznia „Kwestionariusz osobowy”, określali swoją chęć współpracy z nim i sami wypełniali identyczną ankietę. Po wykonaniu tych czynności przystępowali do wypełniania kolejnych stron otrzymanego zestawu narzędzi, a w tym: KSS i kwestionariusza mierzącego nasilenie pięciu emocji. W ten sposób przebadano 178 osób, z czego 12 niepoprawnie uzupełniło KSS. Następnie pozostałe 166 osób podzielono na dwie grupy o niskich (od 0 do 5) i wysokich wskaźnikach odrębności schematu Ja. W pierwszej grupie znalazły się 93, a w drugiej 73 osoby. Podstawą podziału były średnia arytmetyczna (4,98). Uczniowie zostali następnie losowo przydzieleni do trzech grup eksperymentalnych. Dbano jednak, żeby w każdej grupie znalazła się podobna liczba osób o niskim i wysokim nasileniu odrębności schematu Ja.

W trakcie drugiego spotkania uczniowie w kopertach formatu A4 z naklejonym kodem, który pozwalał na ich identyfikację, otrzymywali zestaw kwestionariuszy oraz informację zwrotną lub „Test uwagi”. Osoby, które zostały

losowo przydzielone do grupy akceptowanej lub odrzuconej najpierw zapoznawały się z oceną ze strony partnera, a w następnej kolejności odpowiadały na pytanie: „Jaką informację zwrotną otrzymałeś od partnera w trakcie badania?”. Możliwe były trzy odpowiedzi: partner chce lub nie chce współpracować bądź jest mu wszystko jedno. Pytanie to miało dwie funkcje: sprawdzenie zrozumienia informacji i jej utrwalenie. Kolejnym zadaniem było ponowne wypełnienie kwestionariusza mierzącego nasilenie 20 różnych emocji. Następnie dziękowano za udział w badaniu i nagradzano uczniów dodatnimi punktami „za pomoc”, które składają się na ocenę z zachowania. Ponieważ uczniowie znają się i szybko przekazują sobie informacje na temat zdarzeń w klasach (zachodziła obawa, że manipulacja nie będzie w takich warunkach skuteczna), dopiero po przeprowadzeniu badania we wszystkich klasach wyjaśniano jego rzeczywisty cel.

#### **Wyniki i dyskusja**

Otrzymany rozkład wskaźników odrębności schematu Ja można uznać za zbliżony do normalnego, przy czym żadna z osób nie uzyskała najwyższego wskaźnika równego 10. Zgodnie z rozkładem procentowym charakterystycznym dla rozkładu normalnego 23% osób uzyskało wyniki niskie (od 0 do 3), a 20,5% wyniki wysokie (od 7 do 9). Pozostałych badanych (56,5%) można było uznać za osoby umiarkowanie wyodrębnione. Z tego też powodu wydaje się uprawnione stwierdzenie, że młodzież w okresie dorastania jest już w podobnym stopniu, co osoby dorosłe, zdolna do dostrzegania różnic i podobieństw w schemacie Ja i My.

Kolejnymi kwestiami wymagającymi wstępnych analiz były: skuteczność zabiegów podejmowanych w celu wywołania u badanych uczucia odrzucenia lub akceptacji oraz ustalenie, czy działania poprzedzające pomiar zmiennych zależnych w grupie kontrolnej („test uwagi”) nie wpływały na afekt. W celu sprawdzenia efektywności manipulacji oraz neutralności warunków w grupie kontrolnej porównano średnie wskaźniki emocji otrzymane w pierwszym i drugim etapie badania. W trakcie pierwszego spotkania uczestnicy byli dopiero przygotowywani do manipulacji, można więc zakładać, że działania te nie miały wpływu na deklarowany poziom nasilenia emocji w grupach eksperymentalnych, do których osoby zostały przydzielone w sposób losowy. Przypuszczenie to przetestowano przy użyciu ogólnego modelu liniowego w schemacie 3 (odrzuć, warunki neutralne, akceptacja) x 2 (niskie i wysokie wyodrębnienie). Zgodnie z oczekiwaniami nie zaobserwowano interakcyjnego wpływu zmiennych niezależnych na poziom emocji badanych. Nie odnotowano także efektów głównych, poza jednym.



Dotyczył on różnic między grupami eksperymentalnymi w średnich wskaźnikach złości ( $F(145,2) = 3,245$ ;  $p = 0,042$   $\eta^2 = 0,43$ ). Osoby przydzielone do grupy akceptowanej deklarowały wyższy poziom złości niż osoby, które miały w przyszłości rozwiązywać z założenia neutralny „Test uwagi” ( $M = 5,10$  vs.  $2,40$ ; różnica istotna na poziomie  $p = 0,045$  w teście Bonferroniego).

Przeprowadzone badanie było quasi-eksperymentem przeprowadzonym w planie mieszanym 2 (pomiar emocji przed i po manipulacji)  $\times$  3 informacja o chęci współpracy otrzymana od rówieśnika (odrzućcie, brak informacji, akceptacja)  $\times$  2 poziom wyodrębnienia schematu Ja (niski, wysoki). Przeprowadzono w związku z tym analizy wariancji w schemacie  $2 \times 3 \times 2$  dla pięciu mierzonych emocji. Istotne efekty interakcji trzeciego stopnia otrzymano jedynie dla emocji urazy ( $F(287,2) = 4,755$ ;  $p = 0,009$ ;  $\eta^2 = 0,33$ ).

Dalsze analizy przeprowadzono za pomocą testu T-Studenta dla prób zależnych. Ustalono, jakie były zmiany w reakcji emocjonalnej w trzech warunkach eksperymentalnych w stosunku do poziomu emocji deklarowanego w pierwszym etapie badania.

Istotnej zmianie, po podaniu informacji o odrzuceniu, w stosunku do pierwszego pomiaru, uległy emocje złości ( $t(48,1) = -2,608$ ;  $p = 0,012$ ) i radości ( $t(48,1) = 4,039$ ;  $p < 0,001$ ). Poziom radości u badanych zmalał, zaś złości wzrósł. Zmiany w natężeniu emocji urazy, smutku i lęku nie uzyskały wymaganego poziomu istotności. U osób, które zostały zaakceptowane zmalał poziom lęku ( $t(48,1) = 2,622$ ;  $p = 0,012$ ) oraz na poziomie trendu także smutku ( $t(48,1) = 1,864$ ;  $p = 0,069$ ). Nie wzrosło natomiast nasilenie radości i nie zmalał poziom złości i urazy. Badani rozwiązujący „test uwagi” deklarowali mniejsze nasilenie radości ( $t(48,1) = 2,681$ ;  $p = 0,010$ ) i złości (istotne na poziomie tendencji  $t(48,1) = -1,971$ ;  $p = 0,055$ ). Nasilenie pozostałych emocji nie zmieniło się. Średnie wskaźniki korelacji, odchylenia standardowe i wyniki testu T-Studenta zamieszczono w Tabelach 1–3.

Okazało się, że reakcje emocjonalne badanych różniły się po zastosowaniu manipulacji względem pierwszego pomiaru. Poziom złości i radości zmieniał się po podaniu informacji o odrzuceniu, ale także po rozwiązaniu z założenia neutralnego emocjonalnie „testu uwagi”. Siła oddziaływania odrzucenia była jednak znacznie większa niż warunków uznanych za kontrolne. Efekt oddziaływania odrzucenia na poziom radości był niemal dwukrotnie silniejszy niż wpływ warunków z użyciem „testu uwagi” (różnica we współczynnikach  $t$  wyniosła  $1,358$ ). Nieco mniejszą różnicę można było zaobserwować dla zmiany we wskaźnikach złości (różnica w  $t$  wyniosła  $0,637$ ). Prawdopodobne jest, jak sugerował Leary (2005), że nawet najmniejszy bodziec, który może wskazywać na odrzucenie, powoduje negatywną reakcję emocjonalną. Dlatego informacja o zakwalifikowaniu do drugiego badania mogła być przez uczestników odebrana jako odrzucenie z badania pierwszego. Jest też możliwe, że zadanie polegające na monotonnym, żmudnym i absorbującym uwagę wybieraniu liter z ciągu podobnych znaków powodowało u badanych obniżenie nastroju, a w tym spadek radości i niewielki wzrost emocji złości w stosunku do pomiaru wykonanego tydzień wcześniej. Jeszcze innym możliwym wyjaśnieniem byłoby odwołanie się do aktywacyjnych teorii emocji. „Zarówno emocje pozytywne, jak i negatywne mogą wiązać się i ze wzrostem, i ze spadkiem poziomu aktywacji. Wzrost poziomu aktywacji obserwowany jest w gniewie czy strachu, ale aktywacja wzrasta również w wypadku radości czy dumy” (Zdankiewicz-Ścigała i Maruszewski, 2000, s. 402). Brak informacji zwrotnej od rówieśnika mógł obniżyć poziom pobudzenia osób badanych, co skutkowało niższymi wskaźnikami zarówno emocji złości, jak i radości.

Zaskakującym wynikiem jest brak istotnej zmiany natężenia radości u osób zaakceptowanych. Być może akceptacja jest stanem oczekiwanym i w związku z tym nie powoduje wzrostu pozytywnego nastroju, zaś jej spadek odczuwany jest jako dotkliwy i znacząco oddziałuje na

Tabela 1.

Porównanie natężenia emocji przed i po manipulacji odrzuceniem (N = 49)

Emocje	Średnie (M)		Odchylenia (SD)		Wyniki testu T-Studenta		
	pomiar1	pomiar2	pomiar1	pomiar2	$t(48,1)$	istotność	SD
złość	3,28	6,83	4,28	9,46	-2,608	0,012	9,53
uraza	3,81	5,67	7,41	9,02	-1,639	0,108	11,06
lęk	5,14	5,72	5,54	7,65	-0,627	0,533	6,44
smutek	3,63	6,46	6,52	10,69	-1,702	0,095	11,66
radość	22,02	15,93	9,52	10,75	4,039	0,000	10,54

Tabela 2.

Porównanie natężenia emocji przed i po wykonaniu „Testu uwagi” (N = 44)

Emocje	Średnie (M)		Odchylenia (SD)		Wyniki testu T-Studenta		
	pomiar1	pomiar2	pomiar1	pomiar2	t	istotność	SD
złość	2,68	5,28	3,87	9,49	-1,971	0,055	8,84
uraza	2,75	3,33	4,66	8,07	-0,421	0,676	9,21
lęk	4,44	5,68	6,52	10,02	-0,839	0,406	9,95
smutek	3,66	3,51	6,31	7,88	0,126	0,900	8,28
radość	21,91	18,64	10,27	11,05	2,681	0,010	9,17

Tabela 3.

Porównanie natężenia emocji przed i po manipulacji akceptacją (N = 47)

Emocje	Średnie (M)		Odchylenia (SD)		Wyniki testu T-Studenta		
	pomiar1	pomiar2	pomiar1	pomiar2	t(48,1)	istotność	SD
złość	4,65	3,17	6,85	7,23	1,639	0,108	6,23
uraza	3,61	2,23	6,18	6,17	1,399	0,169	6,77
lęk	6,40	5,59	7,38	6,40	2,622	0,012	7,94
smutek	3,70	2,06	5,69	6,33	1,864	0,069	6,02
radość	22,19	24,44	10,57	11,33	-1,232	0,224	12,54

poziom emocji pozytywnych, co zgodne by było z ustaleniami Marka Leary’ego (1995). Oczekowaną zmianą było natomiast zmniejszenie nasilenia smutku i lęku po podaniu informacji o chęci współpracy ze strony partnera, w stosunku do zadeklarowanego poziomu tych emocji w pierwszym etapie badania. Można się jednak zastanawiać, dlaczego bez zmian pozostało nasilenie złości i urazy. Emocje te, według Lazarusa (1991), powstają w odniesieniu do innego człowieka, kiedy stwierdzamy, że jest on winny naszej porażki czy krzywdy. Badani nie byli stawiani w podobnej sytuacji ani przed pierwszym, ani przed drugim pomiarem, w przeciwieństwie do osób odrzuconych, stąd brak zmian we wskaźnikach nasilenia tych emocji. Strach jest efektem poczucia zagrożenia, a smutek wynikiem stwierdzenia braku zasobów (Lazarus, 1991). Po informacji o tym, że rówieśnik uznał nas za pożądanego współpracownika nasze poczucie zagrożenia może być mniejsze, a zasoby lepiej oceniane niż w momencie oczekiwania na decyzję. Ogólnie rzecz biorąc, powyższe analizy pozwoliły potwierdzić skuteczność manipulacji.

#### Wyniki dotyczące Hipotezy 1:

##### reakcje emocjonalne na odrzucenie i akceptację

Aby przekonać się, czy grupy eksperymentalne różniły się między sobą pod względem nasilenia emocji negatyw-

nych (złości, smutku, lęku, urazy) i pozytywnych (radości), porównano średnie za pomocą jedнокrotnej analizy wariancji oraz testu *post hoc* Bonferroniego.

W Hipotezie 1 zakładano, że odrzucenie oraz sytuacja neutralna emocjonalnie powodować będą większe nasilenie negatywnych i mniejsze pozytywnych emocji niż akceptacja. Przewidywania te znalazły częściowe potwierdzenie w badaniach.

Zgodnie z założeniami, młodzież w trzech grupach eksperymentalnych różniła się pod względem deklarowanej radości ( $F(139, 2) = 7,194; p = 0,001; \eta^2 = 0,099$ ). Wyniki testu Bonferroniego wskazały na różnicę ( $p = 0,001$ ) między wskaźnikami radości osób odrzuconych ( $M = 15,93$ ) i akceptowanych ( $M = 24,44$ ). Istotna na poziomie trendu ( $p = 0,060$ ) była także różnica w nasileniu radości między osobami akceptowanymi i grupą neutralną emocjonalnie ( $M = 19,02$ ). Nieistotna natomiast, zgodnie z hipotezą, okazała się różnica w poziomie radości w warunkach odrzucenia i neutralnych. Osoby akceptowane uzyskiwały wyższe wskaźniki radości niż osoby odrzucane i badani w grupie kontrolnej.

Okazało się także, że nasilenie smutku różniło się w zależności od warunków eksperymentalnych ( $F(139,2) = 3,375; p = 0,037; \eta^2 = 0,040$ ). Osoby odrzucane deklarywały wyższe nasilenie tej emocji ( $M = 6,46$ ) niż osoby akceptowane ( $M = 2,06$ ), a różnica między grupami była

istotna, na poziomie  $p = 0,037$ . Nie odnotowano różnic we wskaźnikach smutku między grupą kontrolną a odrzuconą i akceptowaną. Wynik ten jest więc tylko do pewnego stopnia zgodny z hipotezą, która zakładała wystąpienie różnicy w nasileniu emocji negatywnych między grupą akceptowaną i neutralną. Tymczasem osoby wykonujące „Test uwagi” wcale nie były bardziej smutne niż badani, którzy otrzymali informację o tym, że ich partner chce z nimi współpracować.

Wyniki analiz wariancji dotyczące emocji urazy, złości i lęku okazały się nieistotne. Manipulacja wpływała jedynie na emocje radości (zgodnie z hipotezą) i smutku (częściowo zgodnie z hipotezą). Możliwym wytłumaczeniem uzyskanych efektów mogłoby być uznanie, że poczucie urazy, lęku i złości jest bardziej zależne od względnie stałych dyspozycji osobowościowych niż emocje radości i smutku. Z drugiej jednak strony wyniki testów dokonanych z użyciem pomiarów natężenia emocji przed (pomiar 1) i po manipulacji (pomiar 2) wskazywały na to, że poziom złości zwiększa się w warunkach odrzucenia, a poziom lęku spada w warunkach akceptacji w porównaniu do początkowego pomiaru. Różnice te sugerują wrażliwość również i tych emocji na oddziaływanie manipulacji. Być może brak różnic między warunkami neutralnymi i dwoma warunkami manipulacji obniżał istotność wyników analizy wariancji. Można też w tym miejscu przywołać wyniki badań dokonanych w zespole Roya Baumeistera w 2003 r. Wykluczenie lub odrzucenie nie powodowało reakcji emocjonalnych negatywnych ani pozytywnych. Ten brak efektów wiązano ze „stanem dekonstrukcji” (Twenge i in., 2003, s. 409) w wyniku silnego stresu doświadczanego na skutek informacji o wykluczeniu. Jednak w omawianym badaniu odnotowano różnice we wskaźnikach radości i smutku w sytuacji odrzucenia i akceptacji, co nie pozwala na przyjęcie wyjaśnienia zaproponowanego przez zespół Baumeistera. Także wyniki badań przytaczane przez Marię Jarymowicz i Jalomę Bar-Tal (2003), dotyczące różnic w poziomach przetwarzania (świadomym vs. nieświadomym) emocji negatywnych i pozytywnych, nie mogą tu znaleźć zastosowania z uwagi na to, że opisywane efekty dotyczą zarówno emocji pozytywnej, jak i negatywnej.

Aby ostatecznie przekonać się, czy występują różnice w nasileniu omawianych emocji między grupą odrzuconą i akceptowaną przeprowadzono testy (T-Studenta dla prób niezależnych) z wyłączeniem warunków neutralnych. Okazało się, że w sytuacji odrzucenia badani deklarowali więcej złości niż gdy byli akceptowani ( $t(95,1) = 2,125$ ;  $p = 0,036$ ;  $M = 6,83$  vs. 3,17). Poczucie urazy także było wyższe, kiedy uczestnicy otrzymywali negatywną informację zwrotną niż w obliczu informacji pozytywnej

( $t(95,1) = 2,170$ ;  $p = 0,033$ ;  $M = 5,67$  vs. 2,23). Jedynie różnica we wskaźnikach lęku okazała się nieistotna.

Otrzymane wyniki wskazują na to, że młodzież różniła się pod względem nasilenia emocji negatywnych w zależności od tego, czy uzyskała informację o akceptacji, czy o wykluczeniu. Wskaźniki natężenia emocji negatywnych w warunkach neutralnych były umiarkowane i nie różniły się istotnie od wskaźników uzyskiwanych w warunkach odrzucenia i akceptacji. Jeśli chodzi o przebieg krzywej, jest to wynik niezgodny z hipotezą, jednak powielający wyniki badań uzyskane przez Marka Leary’ego (podsumowanie wyników: Leary, 2005). Przewidywania potwierdziły się natomiast w części dotyczącej wpływu manipulacji na emocje pozytywne. Otrzymana krzywa miała charakter kwadratowy, tak jak zakładano.

*Wyniki dotyczące Hipotezy 2: regulacyjna rola wyodrębnienia Ja*

W Hipotezie 2 zakładano, że poznawcze wyodrębnienie Ja będzie moderować reakcję emocjonalną badanych na odrzucenie vs. akceptację. Spodziewano się, że osoby postrzegające siebie jako bardzo podobne do grupy określanej jako My będą w mniejszym stopniu w stanie regulować swoje emocje w reakcji na odrzucenie, niż osoby bardziej zindywidualizowane na skutek mniejszej zdolności do decentracji (Hipoteza 2a). Przewidywania te zweryfikowano przy użyciu ogólnego modelu liniowego jednej zmiennej oraz testów *post hoc* Bonferroni’ego i T-Studenta dla prób niezależnych, przeprowadzając analizy oddzielnie dla każdej emocji. Liczebność grup eksperymentalnych przedstawiono w Tabeli 4.

Hipoteza 2a znalazła potwierdzenie w wynikach przeprowadzonego badania w odniesieniu do emocji złości, urazy i lęku. Reprezentacja tych rezultatów znajduje się w Tabeli 5 i na wykresach (Rysunki 1, 2, 3).

Wyniki interakcyjnego wpływu zmiennych niezależnych na nasilenie emocji negatywnych: złości ( $F(131,2) = 2,666$ ;  $p = 0,073$ ;  $\eta^2 = 0,039$ ), urazy ( $F(131,2) = 3,152$ ;  $p = 0,046$ ,  $\eta^2 = 0,046$ ) i lęku ( $F(131,2) = 2,784$ ;  $p = 0,066$ ;  $\eta^2 = 0,041$ ) zgodne były z przewidywaniami, chociaż na-

*Tabela 4.*  
Liczebność grup eksperymentalnych

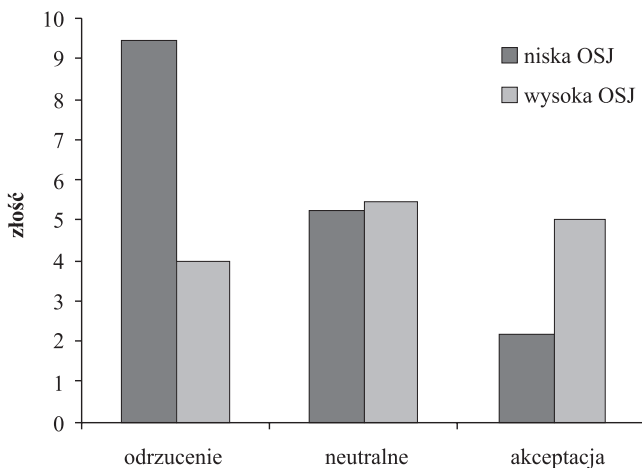
	Odrzucenie	Warunki neutralne	Akceptacja
niska odrębność			
Ja-My	26	25	27
wysoka odrębność			
Ja-My	22	19	18



Tabela 5.

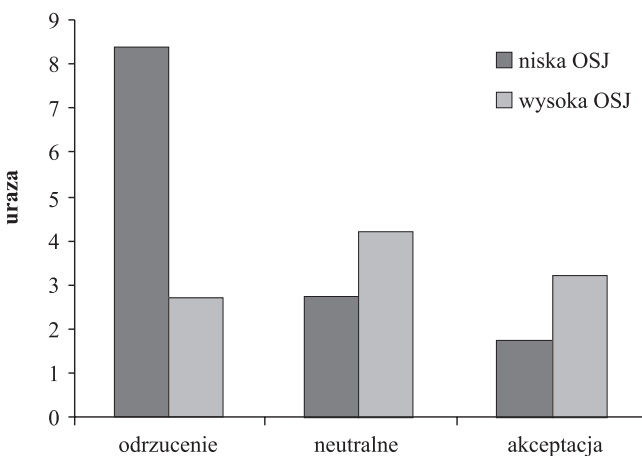
Wyniki analizy efektów interakcji pomiędzy trzema warunkami manipulacji (odrzućenia, akceptacji, neutralnymi i dwoma poziomami odrębności schematu Ja (niskim i wysokim)

Emocje	F (131,2)	Istotność	Siła efektu $\eta^2$
złość	2,666	0,073	0,039
uraza	3,152	0,046	0,046
lęk	2,784	0,066	0,041
smutek	1,332	0,267	0,020
radość	4,319	0,015	0,062



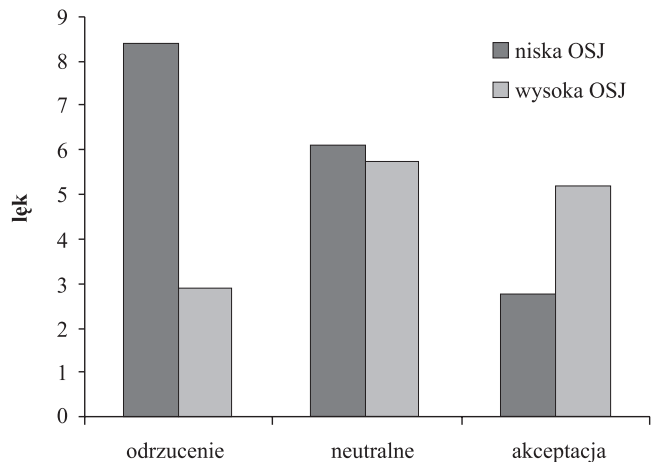
Rysunek 1.

Średnie wskaźniki złości w warunkach odrzućenia, neutralnych i akceptacji u osób o niskim i wysokim poziomie odrębności schematu Ja (OSJ).



Rysunek 2.

Średnie wskaźniki urazy w warunkach odrzućenia, neutralnych i akceptacji u osób o niskim i wysokim poziomie odrębności schematu Ja (OSJ).



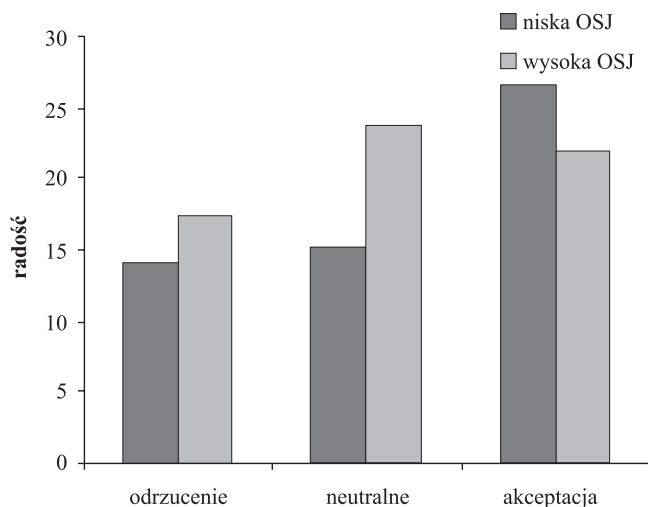
Rysunek 3.

Średnie wskaźniki lęku w warunkach odrzućenia, neutralnych i akceptacji u osób o niskim i wysokim poziomie odrębności schematu Ja (OSJ).

leży zaznaczyć, że efekty uzyskane dla złości i lęku istotne były tylko na poziomie tendencji, a siły efektu były raczej niewielkie. Osoby o niskim poziomie odrębności schematu Ja reagowały bardziej negatywnie w warunkach odrzućenia niż rówieśnicy o wyższym poziomie tej zmiennej – co wykazały analizy za pomocą testu T-Studenta dla prób niezależnych. Otrzymano następujące wyniki dla złości:  $t(46,1) = 2,045$  przy istotności  $p = 0,047$ , urazy:  $t(46,1) = 2,241$  istotne na poziomie  $p = 0,030$  i lęku:  $t(46,1) = 2,609$  zaś  $p = 0,012$ . Można w związku z tym stwierdzić, że młodzież o słabszym wyodrębnieniu Ja doświadczała na skutek odrzućenia silniejszych emocji negatywnych niż bardziej zindywidualizowani rówieśnicy.

W przypadku smutku efekt interakcji poznawczego wyodrębnienia z warunkami eksperymentalnymi nie uzyskał poziomu istotności. Natomiast różnica we wskaźnikach emocji pozytywnych w warunkach odrzućenia między grupą o niskim a grupą o wysokim poziomie odrębności Ja okazała się nieistotna, co jest sprzeczne z przewidywaniami, pomimo iż średnie wskaźniki radości rzeczywiście były niższe u osób odrzućanych ( $M = 14,2$ ) niż u akceptowanych ( $M = 17,4$ ), a efekt interakcji okazał się istotny i dosyć silny ( $F(131,2) = 4,319$ ;  $p = 0,015$ ,  $\eta^2 = 0,062$ ). Wyniki przedstawiono na Rysunku 4.

Bardziej radosne od słabo wyodrębnionych badanych ( $M = 15,1$ ) okazały się natomiast osoby o wyższym poziomie odrębności schematów Ja–My ( $M = 23,72$ ) w warunkach neutralnych ( $t(43,1) = -2,803$ ;  $p = 0,008$ ). Wyniki dotyczące pozytywnej reakcji emocjonalnej ponownie znacząco różniły się od wyników otrzymanych dla emocji negatywnych. Być może osoby o wyższym poziomie od-



Rysunek 4. Średnie wskaźniki radości w warunkach odrzucenia, neutralnych i akceptacji u osób o niskim i wysokim poziomie odrębności schematu Ja (OSJ).

rębności rozwiązujące „Test uwagi” lepiej radziły sobie z monotonią zadania. Jest też prawdopodobne, że osoby o niskim poznawczym wyodrębnieniu w większym stopniu ulegają inklinacji pozytywnej niż osoby o silniej wyodrębnionym Ja. Brak pozytywnej oceny otrzymanej od rówieśnika mógł być dla osób o niskiej dystynktywności Ja równie dotkliwy, jak informacja negatywna.

Wyniki weryfikacji Hipotezy 2b, w której przewidywano, że osoby o niższej odrębności Ja będą bardziej wrażliwe na warunki eksperymentalne niż badani o wysokim poziomie wyodrębnienia, generalnie przemawiają za jej słusznością, jednak z pewnymi zastrzeżeniami. Zgodnie z przewidywaniami okazało się, że reakcje emocjonalne osób o wysokim poziomie indywidualności nie ulegały istotnym zmianom w zależności od warunków eksperymentalnych. Można więc uznać, że osoby te były w stanie dokonywać efektywnej autoregulacji emocjonalnej w odpowiedzi zarówno na bodźce negatywne, jak i pozytywne.

Badani, stwierdzający w samoopisie więcej podobieństw niż różnic w stosunku do własnej grupy, zależni jednak byli od reakcji partnera interakcji. Jeśli ocena ich osoby dokonana przez partnera była pozytywna i wyrażał on chęć współpracy z nimi, wówczas ich nastrój był również bardziej pozytywny niż w momencie otrzymania oceny negatywnej. Różnicę taką za pomocą testu *post hoc* Bonferroniego stwierdzono zarówno dla emocji negatywnych: złości ( $p = 0,006$ ), urazy ( $p = 0,015$ ) i lęku ( $p = 0,052$ ), jak i pozytywnych, czyli radości ( $p < 0,001$ ), co było zgodne z przewidywaniami zawartymi w hipotezie.

Oczekiwano także różnic w reakcji emocjonalnej osób słabo wyodrębnionych w grupie neutralnej i akceptowanej. Wynik zgodny z tym założeniem otrzymano jedynie dla wskaźnika radości ( $p < 0,001$ ). Osoby w grupie kontrolnej były mniej radosne ( $M = 15,10$ ) niż w grupie akceptowanej ( $M = 26,50$ ). Wbrew założeniom, słabo wyodrębnione osoby, które doznały odrzucenia, czuły się bardziej urażone niż w warunkach neutralnych ( $M = 8,38$  vs.  $2,77$ ;  $p = 0,044$ ).

### Dyskusja ogólna

Na podstawie zaprezentowanych wyników można przyjąć, że zarówno Hipoteza 1 jak i obie części Hipotezy 2 znalazły pewne potwierdzenie. Ustalono, że poziom emocji radości, złości, urazy i smutku różnił się w sytuacji odrzucenia i akceptacji. Pozytywna informacja zwrotna była związana z mniejszym nasileniem emocji negatywnych i większym pozytywnych niż informacja o odrzuceniu. Potwierdzono również regulacyjny wpływ poznawczej odrębności Ja na reakcje emocjonalne osób odrzucanych i akceptowanych. Ogólnie rzecz biorąc, badani o mniejszym poziomie indywidualności byli bardziej wrażliwi emocjonalnie na ocenę ze strony nieznanego rówieśnika, niż osoby o wyższym poziomie tej zmiennej. Reakcje emocjonalne tych ostatnich nie były, tak jak przewidywano, różnicowane przez warunki eksperymentalne. Osoby o niewielkim poziomie odrębności dysponowały również mniejszą zdolnością do regulacji emocjonalnej w sytuacji odrzucenia niż uczestnicy określani jako silnie wyodrębnieni. Natomiast wówczas, gdy warunki były neutralne bądź informacja zwrotna była pozytywna, osoby o niskiej i wysokiej odrębności schematowej nie różniły się pod względem nasilenia emocji negatywnych.

Zastrzeżenia względem trafności Hipotezy 1 i 2b budzą jednak różnice dotyczące przewidywanego i uzyskanego przebiegu krzywych natężenia emocji negatywnych. Wbrew oczekiwaniom sformułowanym na podstawie wyników uzyskanych przez Marka Leary’ego (1998) nie było różnic w negatywnej reakcji emocjonalnej pomiędzy grupą neutralną i akceptowaną. Być może informacja o pozytywnej ocenie nie miała wystarczająco silnego wpływu na osoby badane, ponieważ takiej oceny oczekiwali. Akceptacja była stanem normalnym, który nie różnił się znacznie od warunków neutralnych. Pewnego poparcia dla takiego przypuszczenia można szukać w badaniach dotyczących inklinacji pozytywnej w ramach asymetrii pozytywno-negatywnej. Guido Peeters, który zwrócił uwagę na ten efekt dowodził, że ludzie mają tendencję do tworzenia pozytywnych hipotez na temat rzeczywistości i są gotowi do reagowania pozytywnymi sta-

nami emocjonalnymi szczególnie w nowych sytuacjach (Peeters, 1971; Lewicka, Czapiński i Peeters, 1992).

Drugim odstępstwem od spodziewanych wyników była odmienność w reakcjach emocjonalnych na odrzucenie i akceptację w odniesieniu do emocji pozytywnych i negatywnych. Baumeister i współpracownicy (Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer i Vohs, 2001) twierdzą, że emocje negatywne odczuwane są z większą intensywnością niż pozytywne. Tymczasem w prezentowanych badaniach wyniki zgodne z Hipotezami 1 i 2b otrzymano tylko dla emocji pozytywnych. Może być to efektem stosowanego pomiaru emocji. Miary deklaratywne podatne są na zakłócenia związane z dążeniem do uzyskania aprobaty społecznej. Analiza średniego nasilenia deklarowanych emocji pokazuje, że zarówno przed, jak i po manipulacji badani dużo chętniej przyznawali się do doświadczania emocji pozytywnych (średnia 21,40 w pierwszym pomiarze i 19,75 w drugim) niż negatywnych (średnie od 3,51 do 5,41). Normą poprawności społecznej jest raczej zakaz wyrażania emocji negatywnych niż przymus bycia radosnym (Jarymowicz, 2004). Badanym prawdopodobnie łatwiej było deklarować niższe poczucie zadowolenia w sytuacji neutralnej i w warunkach odrzucenia w stosunku do warunków akceptacji, niż przyznać się do odczuwanej złości, urazy, smutku czy lęku. Zgodnie z danymi cytowanymi przez Jarymowicz i Bar-Tala (2003) można też zakładać, że badani w mniejszym stopniu byli w stanie uświadomić sobie swoje emocje negatywne. Może być to jeden z powodów uzyskania niższych istotności dla współczynników emocji negatywnych zarówno w odniesieniu do Hipotezy 1, jak i 2.

Na uwagę zasługuje jeszcze odmienność emocji smutku od pozostałych reakcji negatywnych. Jedynie dla tej emocji nie uzyskano istotnych efektów interakcyjnego wpływu manipulacji i wyodrębnienia poznawczego. Pewnym wyjaśnieniem byłoby uznanie za Higginsem (1987), że smutek jest emocją wynikającą raczej z niemożności zrealizowania swoich ideałów niż z frustracji spowodowanej nieudaną próbą uniknięcia negatywnych konsekwencji. Jako jedyna z czterech negatywnych emocji jest efektem rozbieżności między rzeczywistością a ideałem. Być może więc nie podlega regulacji w ten sam sposób, co emocje wynikające z rozbieżności między Ja aktualnym i powinnościowym. Kwestia ta wymaga jeszcze wielu dalszych analiz w celu ustalenia, czy nie jest to tylko jednostkowy wynik.

Kwestią wymagającą dyskusji jest także status neutralności „Testu uwagi”. Okazało się, że osoby po rozwiązaniu tego zadania czuły się mniej radosne, ale również mniej zagniewane. Można przypuszczać, że przed pierwszym pomiarem badani oczekiwali w napięciu na rozwój

wydarzeń, co mogło skutkować wyższym poziomem aktywacji. Kiedy jednak dowiedzieli się, że nie będą oceniani, ich poziom pobudzenia opadł, co potęgowane mogło być monotonią zadania lub zmęczeniem po jego wykonaniu (wymagało ono skupienia i szybkiego tempa pracy, ponieważ mierzony był czas).

### Podsumowanie

Wyniki badań pomyślnie zweryfikowały hipotezy, jednak skłoniły do postawienia dalszych pytań dotyczących przebiegu krzywej nasilenia emocji negatywnych w warunkach odrzucenia, neutralnych i akceptacji, odmienności pozytywnych i negatywnych reakcji emocjonalnych, a także specyficznej pozycji smutku wśród emocji negatywnych.

Dyskutowane wyniki skłaniają również ku ograniczeniu ustaleń Twenge'a i współpracowników (2003), że wykluczenie społeczne powoduje wewnętrzną pustkę wyrażającą się między innymi w braku reakcji emocjonalnej. Efekty wpływu odrzucenia i akceptacji na emocje – zarówno pozytywne, jak i negatywne – okazały się istotne w prezentowanym badaniu. Być może, tak jak sugerowali Twenge i współpracownicy, stosowany w badaniu sposób wywoływania poczucia odrzucenia, który bazował na technice opracowanej w zespole Marka Leary'ego, nie powodował stanu dekonstrukcji. Badani nie mieli możliwości spotkania się z osobą, która ich oceniała, mogli także umniejszyć wartość współpracy z osobą, której nie poznali, a tym samym obniżyć poziom stresu wynikającego z otrzymania informacji o odrzuceniu.

Także kwestie związane z wiekiem badanych znalazły swoje rozstrzygnięcie. Tak jak zakładano, osoby, które ukończyły 15. rok życia, były intelektualnie zdolne do postrzegania siebie jako odrębnych od My. Poznawcze wyodrębnienie u młodzieży w tym wieku mogło także regulować afekt w zagrażających sytuacjach. Rozważać więc można zastosowania praktyczne otrzymanych wyników badań w pracy z młodzieżą. Programy oparte na budowaniu własnej tożsamości mogą pozytywnie wpływać na nastrój młodych ludzi i ich reakcje w sytuacjach społecznych, w których nie zawsze spotykają się z akceptacją.

Należy również wspomnieć o ograniczeniach w wyciąganiu wniosków na podstawie prezentowanych wyników badań. Szczególnie istotna wydaje się kwestia pomiaru zmiennych niezależnych. Deklaracje stanu emocjonalnego ulegają silnym wpływom akceptacji społecznej. Nie są także wolne od związków z indywidualnymi zdolnościami do autoobserwacji i wglądu, poziomem inteligencji słownej, czy środowiskiem wychowawczym wraz z jego normami oraz nakazami i zakazami kulturowymi. W związku z tym warto przeprowadzić badania z miara-



mi niewymagającymi werbalizacji. Ponadto omawiane wyniki są jedynie wstępem do dalszych badań i z pewnością wymagają weryfikacji z użyciem innych narzędzi czy sposobów manipulacji.

#### LITERATURA CYTOWANA

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Walters, E., Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Andersen, S. M., Chen, S. (2002). The Relational Self: An Interpersonal Social-Cognitive Theory. *Psychological Review*, 109 (4), 619–645.
- Ames, D. R. (2004a). Inside the mind reader's tool kit: Projection and stereotyping in mental state inference. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87 (5), 340–353.
- Ames, D. R. (2004b). Strategies for social inference: A similarity contingency model of projection and stereotyping in attribute prevalence estimates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87 (5), 573–585.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191–215.
- Baumeister, R. F., Tice, D. M. (1990). Anxiety and social exclusion. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 165–195.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., Tice, D. M. (1994). *Losing control: How and why people fail at self-regulation*. San Diego, CA: Academic Press.
- Baumeister, R. F., Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497–529.
- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Finkenauer, C., Vohs, K. D. (2001). Bad is stronger than good. *Review of General Psychology*, 5 (4), 323–370.
- Baumeister, R. F., Twenge, J. M., Nuss, C. K. (2002). Effects of social exclusion on cognitive processes: Anticipated aloneness reduces intelligent thought. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (4), 817–827.
- Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J., Twenge, J. M. (2005). Social exclusion impairs self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88 (4), 589–604.
- Birch, S. A. J., Bloom, P. (2004). Understanding children's and adults' limitations in mental state reasoning. *Trends in Cognitive Sciences*, 8 (6), 255–260.
- Bourgeois, K. S., Leary, M. R. (2001). Coping with rejection: Derogating those who choose us last. *Motivation and Emotion*, 25 (2), 101–111.
- Buckley, K. E., Winkel, R. E., Leary, M. R. (2004). Reactions to acceptance and rejection: Effects of level and sequence of relational evaluation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40, 14–28.
- Buss, K.E. (1990). The evolution of anxiety and social exclusion. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 196–210.
- Cacioppo, J. T., Gardner, W. L. (1999). Emotion. *Annual Review of Psychology*, 50, 191–214.
- Camacho, C. J., Higgins, E. T., Luger, L. (2003). Moral value transfer from regulatory fit: What feels right is right and what feels wrong is wrong. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (3), 498–510.
- Carner, P. (1995). Identity, narcissism, and defense mechanisms in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 29, 341–361.
- Christianson, S. A. (1992). Remembering emotional events: Potential mechanisms. W: S. A. Christianson (red.), *The handbook of emotion and memory* (s. 307–340). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Damasio, A. R. (1994). *Descartes' error: Emotion, reason, and the human brain*. New York: Putnam.
- Decety, J., Sommerville, J. (2003). Shared representations between self and other: A social cognitive neuroscience view. *Trends in Cognitive Sciences*, 7 (12), 527–533.
- Ekman, P., Davidson, R. J. (red.) (1994). *The nature of emotion: Fundamental question*. New York: Oxford University Press.
- Epley, N., Morewedge, C. K., Keysar, B. (2004). Perspective taking in children and adults: Equivalent egocentrism but differential correction. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40, 760–768.
- Erickson, E. H. (1997). *Dzieciństwo i społeczeństwo*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Ferguson, M. J., Bargh, J. A. (2004). How social perception can automatically influence behavior. *Trends in Cognitive Sciences*, 8 (1), 33–39.
- Fonagy, P. (2003). The development of psychopathology from infancy to adulthood: The mysterious unfolding of disturbance in time. *Infant Mental Health Journal*, 24 (3), 212–239.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E., Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of self*. New York: Other Press.
- Fonagy, P., Steel, H., Moran, G., Steel, M., Higgitt, A. (1991). The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment. *Infant Mental Health Journal*, 13, 200–217.
- Fonagy, P., Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self organization. *Development and Psychopathology*, 9, 679–700.
- Gołąb, A., Reykowski, J. (1985). *Studia nad rozwojem standardów ewaluacyjnych*. Wrocław: Ossolineum.
- Greenberg, J., Pyszczynski, T., Salomon, S. (1986). The causes and consequences of a need to for self-esteem: A terror management theory. W: R. F. Baumeister (red.), *Public self and private self* (s. 189–207). New York: Springer-Verlag.
- Greenwald, A. G. (1980). The totalitarian ego: Fabrication and revision of personal history. *American Psychologist*, 35, 603–618.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy theory: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319–340.
- Higgins, E. T. (1996). The „self digest”: Self-knowledge serving self-regulatory functions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71 (6), 1062–1083.

- Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, 52 (12), 1280–1300.
- Ito, T. A., Larsen, J. T., Smith, N. K., Cacioppo, J. T. (1998). Negative information weights more heavily on the brain: The negativity bias in evaluative categorizations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 887–900.
- Jarymowicz, M. (1977). Pytania o naturę emocji: O świadomych i niespontanicznych emocjach. *Czasopismo Psychologiczne*, 3, 153–170.
- Jarymowicz, M. (1994a). W stronę indywidualnej podmiotowości i zbliżeń z innymi: podmiotowe podstawy społecznych identyfikacji. W: M. Jarymowicz (red.), *Poza egocentryczną perspektywą widzenia siebie i świata* (s. 107–125). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Jarymowicz, M. (1994b). Poznawcza indywidualizacja a społeczne identyfikacje: model zależności pomiędzy odrębnością schematów Ja-My/Inni i gotowością do identyfikowania się z innymi. W: M. Jarymowicz (red.), *Poza egocentryczną perspektywą widzenia siebie i świata* (s. 107–125). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Jarymowicz, M. (1999). O godzeniu wody z ogniem: związki kolektywizmu z indywidualizmem. W: B. Wojciszke, M. Jarymowicz (red.), *Psychologia rozumienia zjawisk społecznych* (s. 122–152). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Jarymowicz, M., Sikorzyńska, A., Waszuk, G. (1988). Poznawcze wyodrębnienia Ja a społeczne funkcjonowanie. W: M. Jarymowicz (red.), *Studia nad spostrzeganiem relacji JA–INNI: tożsamość, indywidualizacja, przynależność*. Wrocław: Ossolineum.
- Jarymowicz, M., Karwowska, D. (2001). Hipotetyczne związki struktur Ja z podatnością na wpływ afektu: dane dotyczące roli dystynktywności schematu Ja. W: M. Jarymowicz (red.), *Pomiędzy afektem i intelektem: poszukiwania empiryczne*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Jarymowicz, M. (red.). (2001). *Pomiędzy afektem a intelektem: poszukiwania empiryczne*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Jarymowicz, M., Bar-Tal, D. (2003). The dominance of fear over hope – can it be changed? W: R. Jacoby, G. Keinan (red.), *Between stress and hope* (s. 105–122). Westport, CT: Praeger Publishers.
- Jarymowicz, M. (2004). Tożsamościowe przesłanki otwartości na innych i zachowań altruistycznych. W: J. Cuda (red.), *Spoleczna aktualizacja tożsamości człowieka. Teologia fundamentalna w społecznym dialogu*. Katowice: Księgarnia św. Jacka.
- Karniol, R. (2003a). Egocentrism versus protocentrism: The status of self in social prediction. *Psychological Review*, 110 (3), 564–580.
- Karniol, R. (2003b). Procentrism will prevail: A reply to Krueger (2003), Mussweiler (2003), and Sedikides (2003). *Psychological Review*, 110 (3), 595–600.
- Karwowska, D. (2006). *Uwarunkowania podatności procesu oceniania na dyfuzyjne wpływy utajonych afektów*. Niepublikowana praca doktorska. Wydział Psychologii UW, Warszawa.
- Kroger, J. (1996). *Identity in Adolescence. The balance between Self and Other*. London and New York: Routledge.
- Krzemionka, D. (1989). Poznawcze wyodrębnienie własnej osoby a atrakcyjność partnera podobnego i niepodobnego do Ja. *Studia Psychologiczne – numer specjalny*, 27 (2), 85–105.
- Krueger, J. I. (1998). On the perception of social consensus. W: M. P. Zanna (red.), *Advances in experimental social psychology* (vol. 30, s. 163–240). San Diego: Academic Press.
- Krueger, J. I. (2003). Return to Ego – Self-Referent Information as a Filter for Social Prediction: Comment on Karniol (2003). *Psychological Review*, 110 (3), 585–590.
- Krueger, J. I. (2007). From social projection to social behavior. *European Review of Social Psychology*, 18, 1–35.
- Krueger, J. I., Clement, W. (1996). Inferring category characteristics from sample characteristics: Inductive reasoning and social projection. *Journal of Experimental Psychology: General*, 125 (1), 52–68.
- Kwiatkowska, A. (1994). O funkcjach podziałów na swoich i obcych: tożsamościowe uwarunkowania społecznych kategorii. W: M. Jarymowicz (red.), *Poza egocentryczną perspektywą widzenia siebie i świata* (s. 107–125). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Leary, M. R. (1983). *Understanding social anxiety: Social, personality and clinical perspectives*. Newbury Park, CA: Sage.
- Leary, M. R. (2003). Commentary on self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis (1995). *Psychological Inquiry*, 14 (3–4), 270–274.
- Leary, M. R. (2005). Sociometer theory and the pursuit of relational value: Getting to the root of self esteem. *European Review of Social Psychology*, 16, 75–111.
- Leary, M. R., Tambor, E. S., Terdal, S. K., Downs, D. L. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (3), 518–530.
- Leary, M. R., Haupt, A. L., Strausser, K. S., Chokel, J. T. (1998). Calibrating the sociometer: The relationship between interpersonal appraisals and state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (5), 1290–1299.
- Leary, M. R., Koch, E., Hechenbleikner, N. (2001). Emotional responses to interpersonal rejection. W: M. R. Leary (red.), *Interpersonal rejection* (s. 145–166). New York: Oxford University Press.
- LeDoux, J. E. (1995). Emotion: Clues from the brain. *Annual Review of Psychology*, 46, 209–235.
- LeDoux, J. E. (1996). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. New York: Touchstone.
- Lewicka, M., Czapiński, J., Peeters, G. (1992). Positive-negative asymmetry of „when the heart needs a reason”. *European Journal of Social Psychology*, 22, 425–434.
- MacDonald, G., Leary, M. R. (2005). Why does social exclusion hurt? The relationship between social and physical pain. *Psychological Bulletin*, 131 (2), 202–223.
- Maner, J. K., DeWall, C. N., Baumeister, R. F., Schaller, M. (2007). Does social exclusion motivate interpersonal

- reconnection? Resolving the „Procupine Problem”. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92 (1), 42–55.
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity statuses. *Journal of Personal and Social Psychology*, 3, 555–558.
- Markus, H. R., Kitayama, S. (1991). Culture and the Self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224–253.
- Mussweiler, T. (2003). When egocentrism breeds distinctness-comparison processes in social prediction: Comment on Karniol (2003). *Psychological Review*, 110 (3), 581–584.
- Orive, R. (1988). Social projection and social comparison of opinions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (6), 953–964.
- Peeters, G. (1971). The positive-negative asymmetry: On cognitive consistency and positivity bias. *European Journal of Social Psychology*, 1, 455–474.
- Peeters, G., Czapiński, J. (1990). Positive-negative asymmetry in evaluations: The distinction between affective and informational negativity effects. W: W. Stroebe, H. Hwestone (red.), *European review of social psychology* (s. 33–60). London: Wiley.
- Piaget, J. (1966). *Studia z psychologii dziecka*. Warszawa: PWN.
- Piaget, J. (1972). Intellectual evaluation from adolescence to adulthood. *Human Development*, 15, 1–12.
- Reykowski, J. (1975). Osobowość jako centralny system regulacji i integracji czynności. W: T. Tomaszewski (red.), *Psychologia* (s. 762–825). Warszawa: PWN.
- Reykowski, J. (1989). Dimensions of development of moral values. W: N. Eisenberg, J. Reykowski, E. Staub (red.), *Social and moral values: Individual and societal perspectives* (s. 23–44). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Strauman, T. J., Higgins, E. T. (1987). Automatic activation of self-discrepancies and emotional syndroms: When cognitive structures influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53 (6), 1004–1014.
- Springer, S. P., Deutsch, G. (1998). *Left brain – right brain. Perspectives from cognitive neuroscience*. New York: W. H. Freeman.
- Szuster-Zbrojewicz, A. (1991). *Tożsamościowe przesłanki formowania obrazu Innego: analiza ustosunkowań wobec Innego* (Raport G-MEN-42/90). Warszawa: Uniwersytet Warszawski, Wydział Psychologii.
- Taylor, S. E., Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 116, 193–210.
- Turner, J. Helms, D. (1999). *Rozwój człowieka*. Warszawa: WSiP.
- Twenge, J. M., Catanese, K. R., Baumeister, R. F. (2002). Social exclusion causes self-defeating behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (3), 606–615.
- Twenge, J. M., Catanese, K. R., Baumeister, R. F. (2003). Social exclusion and deconstructed state: Time perception, meaningless, lethargy, lack of emotion, and self-awareness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 (3), 409–423.
- Twenge, J. M., Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J., Bartels, J. M. (2007). Social exclusion decreases prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92 (1), 56–66.
- Watson, D., Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin*, 98, 219–235.
- Yamaguchi, S., Kuhlman, D. M., Sugimori, S. (1995). Personality correlates of allocentric tendencies in individualistic and collectivistic cultures. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 26 (6), 658–672.
- Zajonc, R. B. (1998). Emotions. W: D. Gilbert, S. T. Fiske, G. Lindzey (red.), *The handbook of social psychology* (cz. 1, s. 591–632). Boston: McGraw-Hill.
- Zdankiewicz-Ściagała, E., Maruszewski, T. (2000). Teorie emocji. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki* (t. 2). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.



# Is it possible that adolescents' emotional reactions to interpersonal rejection and acceptance are regulated by self distinctiveness?

Joanna Rajchert

*Faculty of Psychology, Warsaw University*

## **Abstract**

The experiment examined the regulative function of self distinctiveness in adolescents and tested two hypotheses. One of them was derived from the sociometer model of self-esteem, according to which self-esteem monitors others' reactions and alerts an individual to the possibility of social rejection. It was predicted that exclusion and neutral conditions lead to more negative and less positive emotional reactions than does acceptance. The second hypothesis posits that adolescents with a less distinctive self are more sensitive to evaluation from an interaction partner than are those with high self distinctiveness. The experiment indeed showed that social rejection caused more negative emotions than acceptance and that self distinctiveness might regulate negative emotion in subjects who had been rejected.

Key words: self distinctiveness, emotional reactions, rejection, acceptance

Złożono: 16.07.2006

Złożono poprawiony tekst I: 11.07.2007

Złożono poprawiony tekst II: 14.10.2007

Zaakceptowano do druku: 17.10.2007