

Samoregulacja i samokontrola powinnościowe: analiza psychometryczna Skali Rozbieżności Ja (SkRAP)

Kamila Wojdyło¹, Jacek Buczny²

¹ Instytut Psychologii, Uniwersytet Gdański

² Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej, Wydział Zamiejscowy w Sopocie

Samoregulacja ukierunkowana na powinność stanowi, według koncepcji Higginsa (1987), mechanizm regulacyjny osobowości, związany z dążeniem przede wszystkim do ochrony, poczucia bezpieczeństwa oraz odpowiedzialności. W artykule przedstawiono wyniki kontynuacji badań nad właściwościami psychometrycznymi i trafnością polskiej Skali Rozbieżności Ja (SkRAP). Skala mierzy poziom rozbieżności (vs. dopasowania) między strukturami Ja aktualnego i Ja powinnościowego „w oczach innych”. W badaniach osób dorosłych ($N = 462$) wyniki confirmacyjnej analizy czynnikowej pokazały, że zasadne jest wyróżnienie czterech wymiarów Ja: aktualnego i powinnościowego w zakresie cech związanych z samoregulacją oraz aktualnego i powinnościowego w zakresie cech związanych z samokontrolą ($RMSEA = 0,08$; $CFI = 0,94$). Analizy trafności kryterialnej wykazały, między innymi, pozytywne związki między rozbieżnością Ja a orientacją wspólnotową, samooceną, prewencyjnością i negatywnym afektem oraz ujemne korelacje między poziomem rozbieżności Ja a orientacją sprawczą i satysfakcją z życia. SkRAP jest narzędziem o wysokich parametrach psychometrycznych i może być wykorzystane w diagnozie nieprzystosowawczych wzorców zachowania związanych z silną regulacją powinnościową, na przykład pracoholizmu lub anoreksji. Narzędzie można również stosować w procesie wspierania rozwoju cech związanych z działaniami autonomicznymi, na przykład kreatywności lub mądrości (por. Ryan i Deci, 2008).

Słowa kluczowe: rozbieżność Ja, samokontrola, samoregulacja, autonomia, confirmacyjna analiza czynnikowa

Samoregulacja rozpatrywana z perspektywy struktur Ja dotyczy wyróżnionych w psychologii trzech stanów Ja – Ja aktualne, Ja idealne oraz Ja powinnościowe – nazywanych zakresami lub obszarami Ja (*domains of the self*; Higgins, 1987, 1989; Higgins, Klein i Strauman, 1987; Van Hook i Higgins, 1988). Składowe systemu Ja – które reprezentują pożądane wzorce idealnych vs. powinnościowych cech – określane są jako standardy lub ukierunkowania Ja (Kofta i Doliński, 2000; zob. też: Pervin,

2002). Zgodnie z teorią rozbieżności Ja (*self-discrepancy theory*) jednostka dąży do zmniejszania różnic (rozbieżności) między tym, jak siebie spostrzega (Ja aktualne), a tym, jaka chciałaby być (Ja idealne), lub tym, jaka powinna być (Ja powinnościowe) (Higgins, 1987; Van Hook i Higgins, 1988; zob. też Bąk, 2002, 2005).

Dla procesów samoregulacji duże znaczenie według Higginsa ma to, czy jednostka ocenia dany obszar Ja z osobistego punktu widzenia (*own standpoint*), czy z punktu widzenia innych (*other standpoint*), znaczących dla niej osób (rodziców, przyjaciół). Osobiste przekonania jednostki o posiadanych przez nią cechach tworzą obszar Ja aktualnego „w oczach własnych” (*actual/own*), natomiast przekonania odnoszące się do cech, co do których jednostka uważa, że są jej przypisywane przez innych, tworzą zakres Ja aktualnego „w oczach innych”

Kamila Wojdyło, Instytut Psychologii, Uniwersytet Gdański,
ul. Bażyńskiego 4, 80–952 Gdańsk, adres e-mail:
psykw@univ.gda.pl

Jacek Buczny, Wydział Zamiejscowy w Sopocie, Szkoła Wyższa
Psychologii Społecznej, ul. Polna 16/20, 81–745 Sopot,
adres e-mail: jbcuczny@swps.edu.pl

Korespondencję prosimy kierować na adres: psykw@univ.gda.pl

(*actual/other*). Reprezentacje nadziei, aspiracji, życzeń, cech, które jednostka chciałaby posiadać, tworzą Ja idealne „w oczach własnych” (*ideal/own*). Z kolei, reprezentacje tych atrybutów, co do których osoba uważa, że inni chcieliby, aby je miała, wchodzi w zakres Ja idealnego „w oczach innych” (*ideal/other*). Odpowiednio, powinnościowy obszar Ja jest zbiorem atrybutów (reprezentacji poczucia obowiązku, odpowiedzialności), które jednostka we własnym przekonaniu powinna posiadać (Ja powinnościowe „w oczach własnych”, *ought/own*) lub uważa, że zdaniem innych przymioty te powinny ją charakteryzować (Ja powinnościowe „w oczach innych”, *ought/other*). Znaczenie danego typu ukierunkowań (standardów) Ja (idealnych lub powinnościowych) i rozbieżności Ja (życzeniowych czy powinnościowych) zależy od tego, które z ukierunkowań dominują w procesach regulacji.

Niedopasowanie (rozbieżność) w zakresie Ja aktualnego i określonego rodzaju standardu Ja konstytuuje poznawczą strukturę i tworzy rodzaj negatywnej sytuacji psychologicznej mającej emocjonalno-motywacyjne konsekwencje. Rozbieżności te oraz ich konsekwencje mogą być aktywowane automatycznie, co determinuje ich chroniczny wpływ na regulowanie zachowań (Strauman i Higgins, 1987). Przedmiotem zainteresowania w niniejszym artykule jest rozbieżność między Ja aktualnym a Ja powinnościowym „w oczach innych” – z dwóch powodów. Po pierwsze, z badań wynika, że największe rozbieżności Ja związane są ze standardami Ja „w oczach innych” (niezależnie od rodzaju standardów – Baldwin i Holmes, 1987; Moretti i Higgins, 1990). To implikuje większy wpływ regulacyjny na zachowanie ukierunkowań powinnościowych „w oczach innych” niż ukierunkowań powinnościowych „w oczach własnych”. Po drugie, jak wynika z teorii rozbieżności Ja, niezgodności typu powinnościowego (Ja aktualne/Ja powinnościowe) wywierają – z motywacyjnego punktu widzenia – bardziej destrukcyjny wpływ na zachowanie niż rozbieżności Ja o charakterze życzeniowym (Ja aktualne/Ja idealne). Dane na temat motywacyjnej funkcji rozbieżności Ja aktualne/Ja idealne przedstawił w swoich pracach Łukaszewski (1974, 1978).

Rozbieżności o charakterze powinnościowym związane są z koncentracją na wynikach negatywnych oraz z systemem regulacji opartym na prewencji (*prevention focus system*), który wyznaczą motywacja unikania niepowodzenia i potrzeba bezpieczeństwa (Higgins i Tykocinski, 1992; por. Wojdyło, 2004). Rozbieżność Ja aktualne/Ja idealne (w odróżnieniu od rozbieżności powinnościowej) jest natomiast związana z regulacją opartą na wspieraniu (*promotion focus system*), którą wyznaczą motywacja osiągnięć i potrzeba doskonalenia się.

Wychodząc z założenia, że rozbieżność między Ja aktualnym „w oczach własnych” i Ja powinnościowym „w oczach innych” zdaje się wyjaśniać wiele prawidłowości związanych z motywacją osiągnięć. Wojdyło (2004) skonstruowała polskojęzyczną skalę do mierzenia rozbieżności o charakterze powinnościowym (SkRAP – Skala Rozbieżności Ja aktualne/Ja powinnościowe). Służy ona różnicowaniu osób z wysoką i niską rozbieżnością Ja. Wyniki wstępnych badań psychometrycznych narzędzia przedstawiono w odrębnym artykule (Wojdyło, 2004). W niniejszych badaniach skoncentrowano się na weryfikacji struktury czynnikowej narzędzia oraz dalszych badaniach dotyczących trafności skali SkRAP.

Rozbieżności Ja a samoregulacja i samokontrola

Punktem wyjścia w założeniach dotyczących struktury czynnikowej SkRAP są dotychczasowe wyniki badań dotyczących związku między rozbieżnościami Ja aktualne/Ja powinnościowe a typem emocji (np. Bąk, 2003, 2005; Bruch, Rivet i Laurenti, 2000). Rezultaty dotychczasowych badań w tym zakresie, jak się okazuje, są nie do końca spójne z teorią. Ogólnie biorąc, z założeń teorii rozbieżności Ja wynika, że osoby z wysoką rozbieżnością między Ja aktualnym i Ja powinnościowym funkcjonują (na poziomie emocjonalno-motywacyjnym) gorzej w porównaniu z osobami o niskim poziomie tego rodzaju rozbieżności, ponieważ w większym stopniu doświadczają emocji lękowych, niepokoju, zdenerwowania, napięcia oraz są bardziej ukierunkowane na unikanie niepowodzenia. Jednocześnie wiele wyników badań dotyczących emocjonalnych konsekwencji rozbieżności Ja nie potwierdza założeń teorii Higginsa. Badania dowodzą, że powiązania między rozbieżnościami Ja a emocjami są niespecyficzne. Na przykład, rozbieżność typu powinnościowego może być związana zarówno z emocjami depresyjnymi, jak i lękowymi (np. Bąk, 2003, 2005; Bruch, Rivet i Laurenti, 2000). Z dotychczasowych danych wynika więc, że rozbieżności Ja aktualne/Ja powinnościowe mogą być związane z dwoma różnymi typami emocji negatywnych: emocjami depresyjnymi (*dejected related emotions*) oraz emocjami lękowymi (*agitation-related emotions*), lecz nie – jak przewiduje teoria Higginsa – wyłącznie z ostatnim rodzajem emocji.

W niniejszej pracy przyjęto założenie, że związek rozbieżności powinnościowej z różnymi typami emocji negatywnych może sugerować powiązanie struktur Ja i niezgodności powinnościowej z dwoma różnymi systemami regulacji osobowości: samoregulacją i samokontrolą. Przesłanki dla poparcia powyższej tezy można odnaleźć w teorii Higginsa (1987), teorii procesów wolicjonalnych

Kuhla (Fröhlich i Kuhl, 2004; Kuhl i Fuhrmann, 1998), jak również w koncepcji Ryana i Deciego (2008).

Higgins postuluje, że emocje depresyjne i lękowe są związane z dwoma odmiennymi sytuacjami psychologicznymi, odpowiednio: brakiem stanu pozytywnego oraz obecnością stanu negatywnego. Postulat ten sugeruje, że wymienione dwa typy negatywnej sytuacji psychologicznej powiązane są z odpowiednio: systemem nagrody (odpowiedzialnym za generowanie emocji pozytywnych) oraz systemem kary (odpowiedzialnym za generowanie emocji negatywnych). Zgodnie z teorią procesów wolicjonalnych Kuhla (Fröhlich i Kuhl, 2004; Kuhl, 2001; Kuhl i Fuhrmann, 1998), te dwa systemy (nagród i kar) są związane z dwoma odmiennymi procesami regulacji osobowości: samoregulacją oraz samokontrolą. Emocje pozytywne (układ nagrody) sterują procesami samoregulacji, natomiast emocje negatywne (układ kary) kierują procesami samokontroli. Według Kuhla, samoregulacja dotyczy autonomicznego tworzenia oraz utrzymywania celów kongruentnych z Ja (przy uwzględnieniu możliwie wielu osobistych potrzeb, uczuć, wartości własnych i innych osób) i działa na zasadzie „wewnętrznej demokracji”. Samokontrola natomiast, będąc systemem przeciwnym do systemu autonomicznej samoregulacji, dotyczy koncentracji na zawężonym zakresie celów, wykluczającym cele alternatywne (cele niekoniecznie muszą być zintegrowane z własnymi celami jednostki) i działa za zasadzie „wewnętrznej dyktatury” – samodyscypliny. Innymi słowy można założyć, że powinność „w oczach innych” związana z samoregulacją zawiera cele, które stanowią reprezentacje zintegrowanych potrzeb osobistych i potrzeb innych ważnych dla podmiotu osób (jednostka konfrontuje własne potrzeby z oczekiwaniami innych i autonomicznie *zgadza się z tym*, że zdaniem innych cechy te powinna posiadać). Z kolei powinność „w oczach innych” związana z samokontrolą zawiera cele, które reprezentują oczekiwania/potrzeby innych (jednostka bez konfrontacji z potrzebami własnymi *przyjmuje*, że zdaniem innych cechy te powinna posiadać).

Przyjęcie hipotezy o powiązaniu regulacji powinnościowej z dwoma odmiennymi typami regulacji osobowości: samoregulacją i samokontrolą wydaje się uzasadnione również w świetle założeń koncepcji Ryana i Deciego (2008). Autorzy wyróżniają dwa typy kontroli działania: kontrolę nieautonomiczną (regulowaną zewnętrznymi lub wewnętrznymi naciskami/przymusem) i kontrolę autonomiczną (regulację sterowaną przez standardy zintegrowane i zidentyfikowane z Ja). W niniejszym artykule założono więc, że standardy powinnościowe mogą być niezintegrowane z Ja i funkcjonować jako wewnętrzne naciski lub mogą być zintegrowane z Ja i funkcjonować jako

autonomiczne struktury. Tym samym regulacja powinnościowa wynikająca z rozbieżności Ja może być związana z procesami kontroli nieautonomicznej lub kontroli autonomicznej, to znaczy może być bardziej związana albo z procesami samokontroli, albo samoregulacji.

Koncepcja Higginsa zakłada, że regulacyjna funkcja struktur Ja zależy od relacji rozbieżności między nimi. Na podstawie koncepcji procesów wolicjonalnych Kuhla oraz koncepcji Deciego i Ryana, w niniejszej pracy przyjmuje się, że regulacyjna funkcja struktur Ja składa się z dwóch wymiarów: relacji między stanami Ja aktualne/Ja powinnościowe oraz typu kontroli działania, do jakiej stany Ja odnoszą się, czyli samoregulacji lub samokontroli.

Z danych wynika, że typ kontroli działania związany jest z kształtowaniem się określonych cech. Według teorii Ryana i Deciego (2008), kształtowanie się określonego typu orientacji warunkowane jest stylem rodzicielskiego wychowania, ukierunkowanym na dominację określonego typu cech, ważnych dla danego typu regulacji. Koncentracja rodzica albo innego opiekuna na wspieraniu postępu i rezultatach pozytywnych, sprzyja kształtowaniu regulacji autonomicznej i związanych z nią dominacji takich cech, jak inteligencja, mądrość, kreatywność, inicjatywa, zaradność życiowa i odwaga. Z kolei koncentracja rodzica/opiekuna na błędach i zapobieganiu porażce sprzyja kształtowaniu regulacji kontrolnej (opartej na przymusie) i związanych z nią dominacji cech, takich jak: pracowitość, systematyczność, wytrwałość, silna wola, rozwaga.

Również Kuhl wskazuje na związek typu regulacji z określonymi cechami osobowości. Skuteczność postępowania autonomicznego jest warunkowana działaniem zgodnym z potrzebami własnymi i innych osób oraz elastycznością działania dostosowaną do zmian w otoczeniu. Autonomia powiązana jest przede wszystkim z cechami: mądrości, inteligencji, zaradności. Natomiast skuteczność postępowania określonego wewnętrzną presją, zależy od umiejętności całkowitego skupienia na realizacji celu niekoniecznie zgodnego z własnymi potrzebami z wykluczeniem zajęcia się alternatywnymi działaniami i jest związana przede wszystkim z takimi cechami, jak pracowitość, systematyczność, silna wola itp.

Hipoteza o związku cech z określonym typem regulacji znajduje poparcie również w danych empirycznych. Badania pokazują bowiem, że samokontrola w większym stopniu niż samoregulacja wpływa na wyczerpywanie zasobów ego (np. Moller, Deci i Ryan, 2006; Muraven, 2008), a wysiłek i wyczerpanie są związane z pracowitością, wytrwałością w działaniu. Z kolei samoregulacja zwiększa poziom subiektywnego poczucia energii i sił

witalnych (Kasser i Ryan, 1999), co jest związane z cechami zaradności i mądrości. Badania polskie dowodzą, że wysiłek wkładany w działanie zależy od typu kontroli działania i jest większy w przypadku samokontroli niż samoregulacji (Kadzikowska-Wrzosek, 2010).

Powyższe badania pokazują, że działania kontrolowane, w związku z tym, że są sterowane przez nacisk zewnętrzny lub wewnętrzny, wymagają dużego wysiłku. Można więc zakładać, że samokontrola związana jest z takimi cechami, jak wytrwałość, systematyczność, pracowitość, silna wola, rozważa i motywacja. Działania autonomiczne z kolei, sterowane przez poczucie ważności celu i satysfakcję z jego realizacji, wymagają mniej wysiłku, energia do ich realizacji pochodzi z samej czynności i wartości działania (por. Kuhl, 2001). Można więc wnioskować, że samokontrola jest bardziej związana z takimi cechami, jak inteligencja, mądrość, kreatywność, inicjatywa, zaradność życiowa czy odwaga. Poza tym, według teorii PSI Kuhla (*Personlichkeits-und Integrationssysteme Theorie*, Kuhl, 2001) cechy związane bardziej z samoregulacją są spokrewnione z właściwościami pamięci ekstensywnej oraz zintegrowanego systemu *self*: równoległych procesów opracowywania danych na wyższym poziomie integracji (który dopuszcza rozpatrywanie wielu możliwości w interpretacji danych). Do cech tych należą na przykład mądrość, inteligencja oraz takie kompetencje systemu *self* (dotyczące motywowania siebie), jak inicjatywa czy odwaga. Z kolei cechy związane bardziej z samokontrolą są bliżej spokrewnione z systemem pamięci intencjonalnej i sekwencyjnego opracowywania danych, skoncentrowanego na poczuciu obowiązku i kontroli (Kuhl i Fuhrmann, 1998).

Punktem wyjścia przyjętych hipotez dotyczących struktury czynnikowej skali SkRAP były następujące przesłanki teoretyczne i empiryczne:

1. Emocjonalno-motywacyjne konsekwencje związane z rozbieżnościami Ja ujawniają się względem cech ważnych (co wynika z teorii rozbieżności Ja Higginsa).
2. Cechami ważnymi dla jednostki w ocenie siebie są bardziej cechy sprawnościowe niż cechy moralne (Wojciszke, 1997).
3. Cechy sprawnościowe mogą być związane z dominacją jednego z dwóch rodzajów procesów regulacyjnych: samokontroli vs. samoregulacji (Kuhl i Fuhrmann, 1998).
4. Oczekuje się, że regulacja powinnościowa i rozbieżności Ja mają związek z dwójakiemu rodzaju cechami: (a) związanymi bardziej z procesami samoregulacji (np. mądrość, zaradność życiowa, inicjatywa) oraz (b) związanymi bardziej z procesami samokontroli (np. pracowitość, silna wola, wytrwałość).
5. Zakłada się również indywidualne zróżnicowanie ludzi pod względem ważności cech oraz rozbieżności Ja aktualne/Ja powinnościowe. Przyjmuje się więc, że powinnościowy styl regulacji zachowań cechuje ludzi z niejednakowym nasileniem oraz że odmienności te można mierzyć za pomocą kwestionariusza, w którym ludzie relacjonują stopień posiadanych właściwości (Ja aktualne) i stopień, w jakim właściwości te w oczach innych powinni posiadać (Ja powinnościowe).

W artykule przedstawiono badania dotyczące: (1) struktury czynnikowej SkRAP oraz (2) trafności teoretycznej SkRAP z wykorzystaniem różnych metod. W badaniu trafności czynnikowej testowano hipotezę o czteroczynnikowej strukturze skali SkRAP i oczekiwano wystąpienia następujących wymiarów: Ja aktualne związane z samokontrolą i Ja aktualne związane z samoregulacją, Ja powinnościowe związane z samokontrolą i Ja powinnościowe związane z samoregulacją. Oczekiwano również dwuczynnikowej struktury rozbieżności Ja, tj. wystąpienia dwóch rodzajów rozbieżności Ja: związanej z samoregulacją oraz związanej z samokontrolą. W celu określenia trafności teoretycznej skali SkRAP zbadano także korelacje z innymi kwestionariuszami mierzącymi takie zmienne psychologiczne, jak emocje pozytywne i negatywne, ocena własnej sprawczości i wspólnotowości, poczucie szczęścia, samoocena, promocyjność oraz prewencyjność.

Przewidywano, że wyższa rozbieżność Ja wiąże się z wyższym poziomem emocji negatywnych, ale niskim poziomem pozytywnych, mniej pozytywną oceną własnej sprawczości, niższą samooceną i poczuciem niskiej satysfakcji z życia. Koncepcja nastawienia regulacyjnego (Higgins, 1987; Bąk, 2002) zakłada, że samoregulacja w stosunku do struktur Ja idealne różni się od regulacji w stosunku do struktur Ja powinnościowe w zakresie ukierunkowań regulacyjnych. Regulacja zorientowana na Ja idealne obejmuje nastawienie o charakterze promocyjnym, natomiast regulacja zorientowana na Ja powinnościowe – nastawienie o charakterze prewencyjnym. Regulacja o charakterze promocyjnym obejmuje zainteresowanie postępowaniem, wzrostem, rozwojem, z kolei regulacja o charakterze prewencyjnym dotyczy zainteresowania ochroną, bezpieczeństwem i odpowiedzialnością. Jako że regulacja oparta na samokontroli jest nieautonomiczna, z kolei oparta na samoregulacji – autonomiczna, przewidujemy, że związek rozbieżności powinnościowej z promocyjnością i prewencją będzie odmienny w zależności od typu procesów regulacji: struktury Ja powinnościowe i rozbieżności o charakterze powinnościowym w zakresie samoregulacji będą związane z orientacją na promocję natomiast rozbieżności powinnościowe w zakresie samokontroli – z orientacją na prewencję.

Metoda

Osoby badane

Analizy psychometryczne oparto na danych zebranych w dwóch próbach. Próba A liczyła 358 osób, w tym 162 pracowników i 196 studentów; 268 kobiet i 90 mężczyzn; w wieku od 18 do 61 lat ($M = 26,13$; $SD = 7,83$). Próba B liczyła 104 osoby, stanowili ją wyłącznie pracownicy (68 kobiet, 36 mężczyzn) w wieku od 20 do 76 lat ($M = 33,30$; $SD = 11,82$).

Narzędzia i procedury

We wszystkich próbach osoby najpierw wypełniały kwestionariusz SkRAP autorstwa Wojdyła (2004). Narzędzie składa się z dwóch skal – jednej do pomiaru wysokości Ja aktualnego („w oczach własnych”) i drugiej – do pomiaru wysokości Ja powinnościowego („w oczach innych”)¹. W pierwszej kolejności osoby badane oceniają stopień ważności cech (od najbardziej do najmniej dla siebie ważnych, przypisując im odpowiednio numery od 1 do 12), następnie na osi od 0 (*brak cechy*) do 100 (*bardzo wysokie natężenie cechy*) oceniają stopień wszystkich 12 cech, w jakim, ich zdaniem, właściwości te posiadają (skala Ja aktualne) oraz ponownie oceniają 12 cech pod względem stopnia, w jakim inni – ważne dla jednostki osoby (np. matka, ojciec) – jej zdaniem uważają, że daną właściwość powinna posiadać (skala Ja powinnościowe „w oczach innych”). Wskaźnikiem wysokości Ja aktualnego jest suma wyników dla poszczególnych 12 cech w skali Ja aktualne. Wskaźnikiem wysokości Ja powinnościowego jest suma wyników dla poszczególnych cech. Wynikiem skali SkRAP jest rozbieżność globalna (RG), będąca sumą rozbieżności ocen każdej z 12 cech w skali Ja aktualne oraz w skali Ja powinnościowe. Dla każdej z 12 cech obliczane są rozbieżności elementarne (RE) według równania: $RE(JA, JP) = b_i(JP_i - JA_i)$, gdzie b_i to waga przypisywana i -tej cesze², JA_i – ocena cechy w skali Ja aktualne, JP_i – ocena cechy w skali Ja powinnościowe. Wagi przypisywane cechom należy obliczać według klucza odwróconego (1 – *cecha najmniej ważna*, 12 – *cecha najbardziej ważna*, tj. 1 = 12; 2 = 11 itd.). Rozbieżność globalna równa jest sumie rozbieżności elementarnych:

$$RG(JP, JA) = \sum_{i=1}^n b_i(JP_i - JA_i).$$

Osoby z próby A wypełniały skalę afektywności pozytywnej i negatywnej PANAS (Watson, Clark i Tellegen, 1988) w polskiej adaptacji Brzozowskiego (1991). Uzyskana rzetelność pomiaru mierzona współczynnikiem α Cronbacha była wysoka: dla skali afektu pozytywnego wyniosła 0,82, dla skali afektu negatywnego 0,84.

Osoby z próby B wypełniały cztery kwestionariusze. Najpierw oceniały siebie za pomocą Skali Sprawczości i Wspólnotowości autorstwa Wojciszke i Szlendak (2010). Skala składa się z dwóch wymiarów. Wymiar sprawczości obejmuje treści dotyczące sprawności i skuteczności w realizacji celów oraz kwestię, czy działania podmiotu przynoszą jemu samemu zyski bądź powodują straty. Wymiar wspólnotowości dotyczy treści związanych ze społecznym i moralnym funkcjonowaniem człowieka oraz kwestii, czy jego działania przynoszą innym ludziom korzyści bądź straty. Rzetelność pomiaru skalą Sprawczości wyniosła $\alpha = 0,85$, skalą Wspólnotowości $\alpha = 0,94$. Następnie osoby badane wypełniały Skalę Satysfakcji z Życia (SWLS; Diener, Emmons, Larson i Griffin, 1985) w polskiej adaptacji Juczyńskiego (2001), która mierzy poczucie zadowolenia z własnych osiągnięć i warunków życia. Rzetelność pomiaru wyniosła $\alpha = 0,86$.

Samoocenę mierzono z wykorzystaniem Skali Samooceny SES Rosenberga w polskiej adaptacji Dzwonkowskiej, Lachowicz-Tabaczek i Łaguny (2008). Założono, za Tafariodim i Milnem (2002), że narzędzie mierzy dwa wymiary samooceny: lubienie siebie (*self-liking*) oraz ocenę własnych kompetencji (*self-competence*; por. Wojciszke, Baryła, Parzuchowski, Szymków i Abele, 2011). Wyniki badań pokazują bowiem, że narzędzie ma strukturę dwuwymiarową, a nie jak wcześniej zakładano jednowymiarową. Samoocena w zakresie kompetencji jest definiowana jako ocena siebie pod względem osobistych zdolności, efektywności działania i siły. Z kolei lubienie siebie dotyczy oceny siebie jako „obiekty społecznego”, osoby dobrej lub złej w odniesieniu do wewnętrznie zinternalizowanych standardów wartości. Rzetelność pomiaru dla całej skali SES wyniosła $\alpha = 0,84$, natomiast dla skali Ocenę Własnych Kompetencji $\alpha = 0,76$, a dla skali Lubienie Siebie $\alpha = 0,64$.

Promocyjność i prewencyjność mierzono z zastosowaniem Kwestionariusza Nastawienia Regulacyjnego (RFQ; Higgins i in., 2001) w polskiej adaptacji Kolańczyk (2010). Kwestionariusz składa się z 11 pytań dotyczących subiektywnej historii sukcesów i porażek w promocyjnie i prewencyjnie zorientowanej samoregulacji. Promocyjność mierzona tym narzędziem wyraża się w deklaracjach dotyczących działań zorientowanych na osiągnięcie celów i sukces i wiąże się z dużym zaangażowaniem i zapałem. Prewencyjność dotyczy doświadczeń ukierunkowanych na cel, ale takich działań, które wiązały się z silną koncentracją na przeszkodach i motywacją do ich unikania (Higgins i in., 2001). Rzetelność pomiaru skalą Promocyjności wyniosła $\alpha = 0,72$, skalą Prewencyjności $\alpha = 0,73$.

Wyniki

Analiza trafności teoretycznej (czynnikowej) skali SKRAP

Przeprowadzono confirmacyjną analizę czynnikową. Jej celem było zbadanie dopasowania danych zebranych w próbach A i B do czteroczynnikowego modelu cech osobowościowych składających się na Ja aktualne i Ja powinnościowe. Analizy przeprowadzono także w celu porównania tego modelu z alternatywnymi modelami struktury (zob. Tabela 1).

Oceny jakości i adekwatności modeli dokonano na podstawie różnych wskaźników dopasowania (por. Tabachnick i Fidell, 2007). Pierwszym z nich był *RMSEA* (*Root Mean Square Error of Approximation*), dla którego norma wynosi poniżej 0,05, a dopuszczalne są wartości nie większe niż 0,08 (Browne i Cudeck, 1993). Wartość powyżej 0,08 wskazuje na poważny błąd aproksymacji, dotyczący uogólnienia wyników na populację (Zakrzewska, 2004). Kolejnymi współczynnikami były *GFI* (*Goodness of Fit Index*) i *AGFI* (*Adjusted GFI*). Wskaźnik *GFI* można interpretować analogicznie jak R^2 w analizie regresji wielokrotnej (Tanaka i Huba, 1989). Przyjmuje się, że wartości współczynnika równe 0,90 bądź większe oznaczają dobre dopasowanie, a taki model nie wymaga modyfikacji (Zakrzewska, 2004). Dopasowanie oceniono także na podstawie wskaźników *CFI* (*Comparative Fit Index*) i *TLI* (*Tucker Lewis Index*). Model uznaje się za dopasowany, jeśli wartości tych wskaźników znajdują się w zakresie między 0,90 a 1. Z punktu widzenia użytkownika jak najwyższej jakości modelu wartości powyżej 0,95 są najbardziej pożądane (Browne i Cudeck, 1993). Ostatnim analizowanym współczynnikiem był *SRMR* (*Standardized Root Mean Square Residual*), który wskazuje na poziom błędów – im mniejsza wartość, tym mniejszy błąd. Najlepiej jest, jeśli wartość tego współczynnika jest nie większa niż 0,08 (Hu i Bentler, 1999). Wszystkie analizy wykonano w programie LISREL 8.8 (Jöreskog i Sörbom, 2006).

Analizy jakości i adekwatności modeli czynnikowych przeprowadzono w kilku fazach. Stworzono zestaw modeli alternatywnych w stosunku do modelu zakładanego. Przyjęta zasada testowania modeli czynnikowych wynika z sugerowanych standardowych procedur psychometrycznych, które zawiera literatura (np. Qiao i Schaufeli, 2011; też Konarski, 2010). Tabela 1 prezentuje charakterystykę wszystkich 19 stworzonych modeli. Modele należące do grupy 4 i 5 (od 4a do 4d oraz 5a i 5b) były ściśle związane z modelem zaprezentowanym w hipotezie, gdzie modele z grupy 5 były pochodną modelu wybranego. W procesie konstruowania modeli przyjęto zasadę, że każdy model

wieloczynnikowy testowany jest w wersji hierarchicznej, tzn. przy założeniu, że struktura czynnikowa jest dwupoziomowa: czynnik (czynniki) drugiego rzędu jest (są) czynnikiem (czynnikami) nadrzędnym (nadrzędnymi) względem czynników pierwszego rzędu (zob. Byrne, 2010). Tego rodzaju procedura ma uzasadnienie również ze względu na hierarchiczną budowę Ja (np. Markus i Nurius, 1986) i założenie o hierarchiczności reprezentacji poznawczych (Nęcka, Orzechowski i Szymura, 2006).

Należy też wskazać, że zestaw 12 cech był wykorzystywany przez badanych dwukrotnie, zarówno do oceny stopnia posiadanych własności, jak i oceny tego, w jakim stopniu powinni charakteryzować się w oczach innych ważnych osób. Oznaczało to, że pomiaru danej struktury Ja dokonywano dwukrotnie za pomocą tej samej metody (cechy), co było podstawą do skorelowania błędów (reszt). Ze statystycznego punktu widzenia tego rodzaju procedura jest uprawniona (Konarski, 2010), z reguły bowiem zwiększa dopasowanie danych do modelu.

Podsumowując, najpierw zbadano model jednoczynnikowy, zakładając, że kwestionariusz bada strukturę Ja bez podziału na wymiary, następnie badano struktury bardziej złożone. W modelach z grupy 2 założono, że struktura Ja składa się z Ja Aktualnego i Ja Powinnościowego, a w modelach z grupy 3, że Ja składa się z wymiarów Samokontroli i Samoregulacji. Wreszcie w modelach z grupy 4 założono czteroelementową strukturę czynnikową, będącą połączeniem modeli 2 i 3 (Tabela 1). W przypadku modeli 4c i 4d czynnik drugiego rzędu Ja Aktualnego był nadrzędny względem Samokontroli Ja Aktualnego i Samoregulacji Ja Aktualnego, a czynnik drugiego rzędu Ja Powinnościowego był nadrzędny względem Samokontroli Ja Powinnościowego i Samoregulacji Ja Powinnościowego. W sytuacji modeli 4e i 4f konfiguracja była odmienna, gdyż nadrzędnymi czynnikami były Samokontrola i Samoregulacja. Modele w grupie 5 oparto na różnicy (rozbieżnościach) między pomiarami Ja Aktualnego i Ja Powinnościowego w obrębie samokontroli i samoregulacji.

Seria confirmacyjnych analiz przeprowadzona na bazie pomiarów w grupie 462 osób (próby A i B) dała satysfakcjonujące wyniki, gdyż potwierdzono oczekiwaną czteroczynnikową strukturę kwestionariusza SKRAP. Wniosek ten wynika z wartości parametrów dopasowania wyliczonych dla modelu 4b. Wartości te spełniają wszystkie przyjęte kryteria dopasowania. Modelem alternatywnym, którego parametry były najbardziej zbliżone do modelu wybranego, był model 4d (hierarchiczny). Model 4b okazał się lepszy, gdyż różnica w wartościach χ^2 między modelem 4b i 4d była istotna statystycznie ($\Delta\chi^2 = 13,83$; $\Delta df = 1$; $p < 0,001$) i mniejsza dla modelu 4b (por. Konarski,

Tabela 1.
Charakterystyka modeli czynnikowych testowanych za pomocą konfirmacyjnej analizy czynnikowej

Nazwa	Model hierarchiczny	Liczba czynników drugiego rzędu	Liczba czynników pierwszego rzędu	Nazwa(-y) czynnika(-ów) drugiego rzędu ^a	Nazwy czynników pierwszego rzędu ^b	Skorelowane reszty
Model 1a	Nie	–	1	Grupa 1	Ja	Nie
Model 1b	Nie	–	1		Ja	Tak
Model 2a	Nie	–	2	Grupa 2	Ja Aktualne, Ja Powinnościowe	Nie
Model 2b	Nie	–	2		jw. (model 2a)	Tak
Model 2c	Tak	1	2		jw. (model 2a)	Nie
Model 2d	Tak	1	2		jw. (model 2a)	Tak
Model 3a	Nie	–	2	Grupa 3	Samokontrola, Samoregulacja	Nie
Model 3b	Nie	–	2		jw. (model 3a)	Tak
Model 3c	Tak	1	2		jw. (model 3a)	Nie
Model 3d	Tak	1	2		jw. (model 3a)	Tak
Model 4a	Nie	–	4	Grupa 4	Samokontrola Ja Aktualne, Samokontrola Ja Powinnościowe, Samoregulacja Ja Aktualne, Samoregulacja Ja Powinnościowe	Nie
Model 4b	Nie	–	4		jw. (model 4a)	Tak
Model 4c	Tak	2	4	Ja aktualne, Ja powinnościowe	jw. (model 4a)	Nie
Model 4d	Tak	2	4	jw. (model 4c)	jw. (model 4a)	Tak
Model 4e	Tak	2	4	Samokontrola, Samoregulacja	jw. (model 4a)	Nie
Model 4f	Tak	2	4	jw. (model 4c)	jw. (model 4a)	Tak
Model 5a	Nie	–	1	Grupa 5 ^c	Ja	Nie
Model 5b	Nie	–	2		Rozbieżność Ja związana z Samokontrolą i Samoregulacją	Nie
Model 5c	Tak	1	2	Ja	jw. (model 5b)	Nie

^a tylko w modelu hierarchicznym; ^b zarówno w modelu hierarchicznym, jak i modelu czynników równorzędnych; ^c dopasowanie tych modeli liczone na różnicy obliczonej dla 12 cech w obrębie danej struktury Ja

2010). Należy też zaznaczyć, że zaobserwowane wysokie i istotne wartości χ^2 dla każdego modelu wynikają z tego, że współczynnik ten jest wrażliwy na wielkość próby (Zakrzewska, 2004). Sprawdzono także trafność modeli na bazie danych, którymi były różnice między pomiarami w obrębie samoregulacji i samokontroli Ja (Tabela 1). Nie są to modele alternatywne względem modelu 4d, ale pochodne, dlatego nie porównano ich. Spośród modeli grupy 5 najlepiej dopasowany był model 5b.

W efekcie dokonanego wyboru kolejne analizy psychometryczne przeprowadzono, bazując na modelu czteroczynnikowym (model 4b). Analizy trafności kryterialnej (zbieżnej) oparto na bazie dwuczynnikowego modelu pochodnego (model 5b), bezpośrednio reprezentującego strukturę rozbieżności Ja, gdyż taka struktura rozbieżności Ja stanowi istotę prezentowanej tutaj koncepcji Ja. Tabela 3 zawiera wartości ładunków czynnikowych dla przyjętego (oczekiwanego) modelu czynnikowego i modelu pochodnego – wszystkie parametry były istotne statystycznie ($t > 1,96$; $p < 0,001$). W przypadku modelu

czteroczynnikowego najwyższe wartości ładunków czynnikowych zanotowano dla cech Inteligencja i Mądrość, które wchodziły w skład czynnika dotyczącego samoregulacji oraz cech Wytrwałość i Systematyczność związanych z samokontrolą, natomiast najniższe, odpowiednio, w przypadku Odwagi i Rozwagi. W przypadku modelu dwuczynnikowego rozbieżności Ja najwyższy ładunek uzyskała Motywacja (Samokontrola) i Mądrość (Samoregulacja).

Obliczono korelacje między czynnikami i rzetelność pomiaru dla skal kwestionariusza SkRAP. Wyniki prezentuje Tabela 4. Rzetelność skal była wysoka. Średnia korelacja między pozycjami składającymi się na skalę Samokontroli Ja Aktualnego wyniosła $r = 0,29$, dla Samokontroli Ja Powinnościowego $r = 0,28$, a dla skali Samoregulacji Ja Aktualnego wyniosła $r = 0,36$ i dla Samoregulacji Ja Powinnościowego $r = 0,37$. Najsilniejszy związek zanotowano między skalą drugą i czwartą (Tabela 4). W modelu rozbieżności Ja stopień korelacji między Samokontrolą i Samoregulacją wyniósł 0,48.

Tabela 2.

Wyniki konfirmacyjnej analizy czynnikowej. Porównanie dopasowania modeli przedstawionych w Tabeli 1 ($N = 462$)

Model	χ^2	<i>df</i>	<i>GFI</i>	<i>RMSEA</i>	<i>RMSEA</i> (PU 90%)	<i>CFI</i>	<i>TLI</i>	<i>SRMR</i>
Model 1a	3004,62*	252	0,65	0,15	0,15–0,16	0,83	0,82	0,11
Model 1b	2995,89*	240	0,65	0,16	0,15–0,16	0,84	0,82	0,11
Model 2a	2027,57*	251	0,73	0,12	0,12–0,13	0,88	0,87	0,08
Model 2b	1532,96*	239	0,78	0,11	0,10–0,11	0,91	0,90	0,08
Model 2c	3004,58*	252	0,65	0,15	0,15–0,16	0,83	0,82	0,11
Model 2d	2995,88*	240	0,65	0,16	0,15–0,16	0,84	0,93	0,11
Model 3a	2731,17*	251	0,67	0,15	0,14–0,15	0,85	0,84	0,10
Model 3b	2718,61*	239	0,67	0,15	0,15–0,16	0,86	0,84	0,10
Model 3c	3004,58*	252	0,65	0,15	0,15–0,16	0,83	0,82	0,11
Model 3d	2965,65*	240	0,65	0,16	0,15–0,16	0,84	0,83	0,11
Model 4a	1326,19*	246	0,81	0,10	0,09–0,10	0,92	0,91	0,07
Model 4b	946,66*	234	0,90	0,08	0,07–0,08	0,95	0,93	0,06
Model 4c	1906,29*	247	0,70	0,11	0,10–0,11	0,86	0,85	0,08
Model 4d	960,59*	235	0,86	0,08	0,08–0,09	0,94	0,93	0,06
Model 4e	2224,61*	247	0,68	0,15	0,15–0,16	0,84	0,83	0,12
Model 4f	1008,23*	235	0,85	0,08	0,08–0,09	0,94	0,93	0,08
Model 5a	563,71*	54	0,83	0,14	0,13–0,15	0,81	0,76	0,09
Model 5b	103,86*	53	0,96	0,08	0,07–0,10	0,96	0,90	0,04
Model 5c	563,67*	54	0,83	0,14	0,13–0,15	0,81	0,76	0,09

RMSEA (PU 90%) = przedział ufności parametru *RMSEA*

* $p < 0,001$

Tabela 3

Wartości ładunków czynnikowych (całkowicie standaryzowane λ_X) wybranego modelu (4d) i modelu pochodnego opartego na rozbieżności Ja (5b) dla poszczególnych pozycji kwestionariusza SkRAP ($N = 462$)

Cechy	Wymiary Ja					
	Samokontrola			Samoregulacja		
	Ja Aktualne	Ja Powinnościowe	Rozbieżność Ja	Ja Aktualne	Ja Powinnościowe	Rozbieżność Ja
	λ_x	λ_x	λ_x	λ_x	λ_x	λ_x
Wytrwałość	0,78	0,80	0,79	–	–	–
Systematyczność	0,69	0,78	0,71	–	–	–
Silna wola	0,66	0,70	0,60	–	–	–
Pracowitość	0,61	0,70	0,75	–	–	–
Motywacja	0,58	0,67	0,81	–	–	–
Rozwaga	0,50	0,64	0,63	–	–	–
Inteligencja	–	–	–	0,72	0,70	0,54
Mądrość	–	–	–	0,71	0,73	0,76
Kreatywność	–	–	–	0,68	0,62	0,68
Inicjatywa	–	–	–	0,66	0,63	0,50
Zaradność życiowa	–	–	–	0,57	0,64	0,58
Odwaga	–	–	–	0,50	0,54	0,62

λ_x = całkowicie standaryzowana λ_X . Normalną czcionką wypisano ładunki czynnikowe w wybranym modelu (4d), natomiast pismem pogrubionym ładunki pochodnego względem 4d, czyli modelu 5b

Tabela 4.

Statystyki opisowe, wskaźniki rzetelności oraz interkorelacje między skalami czteroczynnikowego kwestionariusza SkRAP (model 4d) ($N = 462$)

Zmienna	M	SD	α	1	2	3
1. Samokontrola Ja Aktualne	369,18 ^a	93,27	0,80	–		
2. Samokontrola Ja Powinnościowe	428,57	95,37	0,86	0,41*	–	
3. Samoregulacja Ja Aktualne	371,73	84,46	0,80	0,47*	0,34*	–
4. Samoregulacja Ja Powinnościowe	426,51	81,37	0,81	0,34*	0,69*	0,51*

α = współczynnik rzetelności Cronbacha; ^a średnia sumowanych odpowiedzi, których udzielano na wymiarze do 0 do 100; maksymalna suma dla danej skali wynosiła 600;

* $p < 0,001$

Analiza trafności kryterialnej skali SkRAP

W celu określenia związków między afektem jako cechą a rozbieżnością Ja przeprowadzono analizę regresji wielokrotnej. Wykonano ją na danych zebranych w próbie A. Zmiennymi objaśnianymi były poziomy rozbieżności Ja (dla samoregulacji i samokontroli), zmiennymi objaśniającymi były wskaźniki poziomu afektu negatywnego i pozytywnego. Wyniki przedstawia Tabela 5. Okazało się, że im większa rozbieżność Ja, zarówno dla samokontroli, jak i samoregulacji, tym silniejszy afekt negatywny, natomiast im większa rozbieżność między Ja

powinnościowym a Ja aktualnym, ale wyłącznie w aspekcie samoregulacji, tym niższy poziom afektu pozytywnego. Wyniki te potwierdzają hipotezy o związku między rozbieżnością Ja w kontekście samoregulacji i samokontroli a dwoma rodzajami afektu traktowanymi jako dyspozycje.

Kolejne wyniki analizy regresji dla pomiarów dokonanych za pomocą SkRAP i odmiennego zestawu narzędzi służących ocenie trafności diagnostycznych prezentuje Tabela 6. Dane pochodziły z pomiarów dokonanych w próbie B. Zmiennymi objaśnianymi były poziomy

Tabela 5.
Wyniki analizy regresji wielokrotnej dla rozbieżności Ja jako zmiennych objaśnianych ($N = 358$)

Zmienna	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>
Rozbieżność Ja związana z samokontrolą				
Afekt negatywny	7,55	2,99	0,14	2,53*
Afekt pozytywny	-3,58	4,67	-0,04	0,77
R^2	0,03			
$F(2, 355)$	4,13*			
Rozbieżność Ja związana z samoregulacją				
Afekt negatywny	6,57	2,83	0,12	2,31*
Afekt pozytywny	-13,72	4,39	-0,17	-3,13**
R^2	0,05			
$F(2, 355)$	9,74**			

B = niestandardowany współczynnik regresji; *SE* = błąd standardowy;
* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Tabela 6.
Wyniki analizy regresji wielokrotnej dla rozbieżności Ja jako zmiennych objaśnianych ($N = 104$)

Zmienna	<i>B</i>	<i>SE</i>	β	<i>t</i>
Rozbieżność Ja związana z samokontrolą				
Sprawczość	-263,99	103,98	-0,28	-2,55*
Wspólnotowość	214,76	79,44	0,29	2,70**
Satysfakcja z życia	-21,67	57,22	-0,05	-0,55
Promocyjność	-88,96	162,61	-0,05	-0,55
Prewencyjność	286,26	92,74	0,31	3,09**
Ocena Własnych Kompetencji (SES)	559,83	158,83	0,41	3,53***
Lubienie Siebie (SES)	67,57	157,72	0,05	0,43
skorygowane R^2	0,19			
$F(7,96)$	4,48***			
Rozbieżność Ja związana z samoregulacją				
Sprawczość	-195,88	95,85	-0,22	-1,97*
Wspólnotowość	131,39	73,87	0,19	1,99*
Satysfakcja z życia	-102,83	53,21	-0,21	-1,98*
Promocyjność	393,51	151,20	0,26	2,60*
Prewencyjność	165,29	86,24	0,19	1,92
Ocena Własnych Kompetencji (SES)	514,04	147,69	0,40	3,48***
Lubienie Siebie (SES)	-216,57	146,66	-0,17	1,48
skorygowane R^2	0,20			
$F(7, 96)$	4,96***			

B = niestandardowany współczynnik regresji; *SE* = błąd standardowy;
* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

rozbieżności Ja, zmiennymi objaśniającymi był poziom ocen sprawczości i wspólnotowości, satysfakcji z życia, poziomy promocyjności i prewencyjności oraz samoocena w dwóch wymiarach. Należy ponownie zaznaczyć, że na podstawie badań Tatarodiego i Milne'a (2002) wydzielono dwa wymiary samooceny mierzonej kwestionariuszem SES Rosenberga: (1) Ocena Własnych Kompetencji (*self-competence*), (2) Lubienie Siebie (*self-liking*). Okazało się, że im wyższy poziom rozbieżności Ja, zarówno w zakresie samokontroli, jak i samoregulacji, tym niższe oceny sprawczości, co jest zgodne z hipotezą. Okazało się także, że im wyższy poziom rozbieżności, tym wyższe oceny wspólnotowości. Wykazano również, iż im wyższa rozbieżność Ja w aspekcie samokontroli, tym silniejsza prewencyjność – wynik ten potwierdza oczekiwania. Następnie na podstawie wartości współczynników β stwierdzono, że im wyższa rozbieżność Ja dla samoregulacji, tym silniejsza promocyjność i tym niższa satysfakcja z życia, co również potwierdza hipotezy (szczegóły w Tabeli 6). Dodatni związek stwierdzono między rozbieżnością Ja a samooceną, lecz wyłącznie w wymiarze oceny odnoszącej się do kompetencji, co jest niezgodne z postawioną hipotezą.

Ważność cech

W ramach analiz dodatkowych sprawdzono rozkład częstości wyboru poszczególnych cech najważniejszych i mniej ważnych. Dane dla połączonych prób ($N = 462$) zestawiono w Tabeli 7. Okazało się, że cechy związane z samoregulacją były wybierane znacznie częściej jako najważniejsze albo bardzo ważne niż cechy związane z samokontrolą. W wymiarze samokontroli uczestnicy badań uznali cechę Pracowitość i Silna wola za najważniejsze dla ich samoopisu, a cechy Systematyczność i Rozwaga za najmniej istotne. W wymiarze samoregulacji najważniejszymi cechami była Mądrość i Inteligencja, natomiast za najmniej istotne uznano Odwagę i Inicjatywę.

Dyskusja

Analizy psychometryczne wykazały, że skala SkRAP cechuje się wysoką trafnością czynnikową. Wykazano przede wszystkim, że zasadne jest wyodrębnienie dwuczynnikowego konstruktów rozbieżności Ja o charakterze powinnościowym składającym się z wymiarów: samoregulacja i samokontrola. Można przyjąć, że rezultaty badawcze modyfikują koncepcję Higginsa zakładającą jednoczynnikową strukturę rozbieżności powinnościowej.

Tabela 7.
Procentowy rozkład ważności cech zależnie od aspektu Ja ($N = 462$)

Zmienne	Wagi											
	1 ^a	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	Samokontrola											
Wytrwałość	2,4 ^b	6,1	11,3	8,4	8,7	11,9	11,0	10,2	9,7	11,5	5,8	3,0
Systematyczność	1,7	5,0	6,5	6,5	9,3	8,4	9,1	10,2	10,6	9,5	8,7	14,5
Silna wola	4,8	5,2	7,1	10,4	9,1	8,0	9,7	10,4	8,0	9,3	9,1	8,9
Pracowitość	7,6	10,6	10,4	10,2	8,2	11,5	7,4	7,1	8,9	8,2	6,5	3,5
Motywacja	2,6	3,0	5,4	7,1	9,7	7,8	10	11,5	9,7	13,2	10,4	9,5
Rozwaga	3,2	3,9	5,2	6,7	7,4	10,2	10,2	8,4	10,0	8,9	14,9	11,0
	Samoregulacja											
Inteligencja	21	19,5	15,6	10,8	7,1	5,0	5,4	4,5	4,8	2,8	2,4	1,1
Mądrość	22,7	16,7	9,3	8,9	8,2	8,2	5,4	5,8	5,2	3,9	3,5	2,2
Kreatywność	6,5	7,8	8,2	9,3	9,5	8,7	8,2	7,1	6,9	8,9	9,3	9,5
Inicjatywa	3,5	6,1	4,1	8,0	8,9	8,4	10,2	8,7	7,4	9,1	10,6	15,2
Zaradność życiowa	21,4	13,2	12,1	8,0	7,6	6,1	4,5	6,9	5,0	4,1	5,0	6,1
Odwaga	2,6	3,0	4,5	6,3	6,3	5,8	8,7	9,3	13,6	10,4	13,9	15,6

^a 1 to waga najwyższa, 12 to waga najniższa. Kolumny dla każdej z 12 wag sumują się do 100%; tak samo jest w przypadku każdego wiersza przypisanego do cechy; ^b wartość procentowa dla całej próby

Uzyskano też dane potwierdzające trafność kryterialną narzędzia, na co wskazuje wiele wyników. Po pierwsze okazało się, że wyższa rozbieżność Ja jest związana z wyższym nasileniem emocji negatywnych oraz niskim poziomem emocji pozytywnych. Po drugie, zgodnie z oczekiwaniami, wysoka rozbieżność Ja wiązała się z mniej pozytywnymi ocenami sprawczości. Może to oznaczać, że uświadomienie sobie albo po prostu istnienie rozbieżności między Ja aktualnym i Ja powinnościowym prowadzi do obniżenia oceny własnej sprawczości, która jest zasadniczo ważniejsza dla samooceny niż orientacja wspólnotowa (Wojciszke i inni, 2011).

Zgodnie z przewidywaniami okazało się, że rozbieżność powinnościowa w zakresie samokontroli korelowała dodatnio z prewencyjnością, natomiast rozbieżność powinnościowa w zakresie samoregulacji – z promocyjnością. Wyniki te wskazują, że aktywacja standardów powinnościowych w zakresie samokontroli jako regulacji nieautonomicznej i przymusowej jest związana z koncentracją na przeszkodach, porażce i motywacją do unikania ich, natomiast aktywacja standardów powinnościowych w zakresie samoregulacji jako regulacji autonomicznej jest związana z koncentracją na rozwoju i motywacją dążeniową do realizacji celów.

Uzyskane rezultaty pokazały też, że wyższa rozbieżność w zakresie Ja skorelowana jest z niższymi ocenami poczucia satysfakcji z życia, ale jedynie wtedy, gdy analizowano wymiar samoregulacji (takie cechy, jak inteligencja czy kreatywność). Wynik ten można interpretować w kontekście uzyskanych rezultatów dotyczących większej ważności cech samoregulacji niż samokontroli. Jeśli, jak wskazały wyniki badań własnych, cechy związane z samoregulacją są oceniane przez ludzi jako ważniejsze niż te związane z samokontrolą, to doświadczany stan rozbieżności powinnościowej w zakresie samoregulacji jest związany z niższym poczuciem zadowolenia z życia.

Część wyników była niezgodna z oczekiwaniami, co dotyczy przede wszystkim związków rozbieżności Ja z oceną własnych kompetencji (wymiar samoooceny). Okazało się bowiem, że korelacja między samooceną i rozbieżnością Ja była pozytywna, a nie, jak oczekiwano, negatywna. Im wyższa rozbieżność Ja, tym wyżej osoby badane oceniały siebie pod względem kompetencji. W celu wyjaśnienia tego efektu należałoby zwrócić uwagę, że samoocena może pełnić różne funkcje (np. Wojciszke, 2010). Z jednej strony może chronić przed lękiem egzystencjalnym czy wykluczeniem społecznym, a z drugiej – wspomagać realizację celów. Jak wynika z badań, wysoka samoocena wzmaga wytrwałość i wysiłek w dążeniu do realizacji wyznaczonych celów, ponieważ zwiększa subiektywne prawdopodobieństwo

sukcesu. Na przykład badania Sommera i Baumeistera (2002) pokazały, że osoby z wysoką samooceną wkładały więcej wysiłku w zadanie w sytuacji zagrożenia możliwości realizacji celu. Podobne wyniki uzyskano w innych badaniach (np. McFarlin i Blascovich, 1981; McFarlin, Baumeister i Blascovich, 1984; Sandelands, Brockner i Glynn, 1988). Samoocenę można więc uznać za tendencyjny „wspomagacz” realizacji celów (por. Wojciszke, 2010). W kontekście badań własnych można zatem domniemywać, że uświadomienie sobie rozbieżności między oceną siebie a oczekiwaniami innych w zakresie różnych powinności może wzmagać dążenie do podwyższania samooceny jako tendencyjnego wskaźnika możliwości osiągnięcia celów. Innymi słowy, wzrost samooceny może wspomagać redukcję rozbieżności, pełniąc funkcję motywacyjną.

Warto zwrócić uwagę, że uzyskany dodatni związek między rozbieżnością Ja a samooceną dotyczył wyłącznie oceniania siebie w zakresie kompetencji, lecz nie lubienia siebie. Można zatem przypuszczać, że do redukcji rozbieżności Ja silniej motywuje podwyższanie samooceny dotyczącej własnych kompetencji niż dotyczącej lubienia siebie, co może wskazywać na istnienie w obrębie samooceny mechanizmu kompensacyjnego³. Uzyskany wynik można traktować jako empiryczne wsparcie dla danych dotyczących wspomagającej funkcji samooceny w procesie realizacji celów. Jak wskazuje Wojciszke (2010), samoocena wspomaga dążenie do celów, można więc sądzić, że opiera się głównie na sprawczych, a więc kompetencyjnych właściwościach człowieka. Należy zauważyć, że wyjaśnianie dodatniego związku rozbieżności Ja i samooceny motywacyjną funkcją samooceny w zakresie cech sprawnościowych wydaje się uzasadnione, lecz przede wszystkim w odniesieniu do kultury indywidualistycznej w związku z wyższym wartościowaniem w tej kulturze cech sprawnościowych niż wspólnotowych, w porównaniu do kultury kolektywistycznej (Sedikides, Gaertner i Toguchi, 2003).

Podsumowując, pomiar orientacji powinnościowej jest jednym z ważnych determinantów skuteczności działania. Nasze badania pokazały, że zasadne jest odróżnienie dwóch typów regulacji powinnościowej związanej z samokontrolą i powiązanej z samoregulacją. Rozróżnienie między typem powinności kontrolnej lub/i autonomicznej jest ważne z uwagi na konsekwencje dominacji jednego lub drugiego typu regulacji dla optymalnego funkcjonowania osobowości. Skuteczność działania może być wspierana zarówno przez powinność nieautonomiczną/przymusową, jak i autonomiczną. W odniesieniu do badań Baumann i Kuhla (2005) należy jednak stwierdzić, że konsekwencje takich działań są odmienne, gdyż osoby

działające pod presją zewnętrznego przymusu, chociaż uzyskują doraźną skuteczność, tracą wgląd we własne potrzeby, wartości, preferencje – czyli, posługując się terminologią Obuchowskiego (1993), tracą podmiotowość działania.

Można określić kilka implikacji praktycznych naszych badań. Pomiar dwóch typów regulacji powinnościowej z zastosowaniem zaprezentowanej w artykule skali SkRAP może wskazywać obszar ewentualnych działań prewencyjnych w rozwoju osobowości. Wyższy poziom nasilenia powinności działania w zakresie cech związanych z samokontrolą (niż dotyczących samoregulacji) u danej jednostki można traktować jako wskaźnik potrzeby wspierania cech związanych z wyższym poziomem autonomii, np. kreatywności, inicjatywy i mądrości.

Regulacja związana z powinnością kontrolną vs. autonomiczną może być ważnym wskaźnikiem predyspozycji osobowościowych do zaburzeń psychicznych albo dobrostanu psychicznego bądź doświadczania konsekwencji stresu. Badania Baumann, Kaschel i Kuhl (2007) pokazały bowiem, że osoby o regulacji działania kierowanej przez presję częściej niż osoby o regulacji ukierunkowanej na autonomię doświadczają obniżenia dobrostanu psychicznego i częściej cierpią z powodu zaburzeń psychosomatycznych, jak również doświadczają więcej negatywnych konsekwencji stresujących sytuacji życiowych. Pomiar powinności związanej z samokontrolą może być szczególnie ważny w diagnozie nieprzystosowawczych wzorów zachowań u pewnych grup osób z cechami osobowości obsesyjno-kompulsyjnej⁴, na przykład pracoholików (np. Golińska, 2008; Hornowska i Paluchowski, 2007; Wojdyło, 2007, 2010) lub osób z anoreksją (Józefik, 1999), których funkcjonowanie, jak dowodzą badania, jest powodowane w szczególności wewnętrzną presją lub powinnością ukierunkowaną na zwiększenie skuteczności działań.

LITERATURA CYTOWANA

- Baldwin, M. W., Holmes, J. G. (1987). Salient private audiences and awareness of the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 1087–1098.
- Baumann, N., Kaschel, R., Kuhl, J. (2007). Affect sensitivity and affect regulation in dealing with positive and negative affect. *Journal of Research in Personality*, 41, 239–248.
- Baumann, N., Kuhl, J. (2005). How to resist temptation: The effects of external control versus autonomy. *Journal of Personality*, 73, 444–472.
- Bąk, W. (2002). E. Tory Higginsa teoria rozbieżności Ja. *Przeгляд Psychologiczny*, 45, 39–55.
- Bąk, W. (2003). Struktura systemu Ja a nasilenie lęku egzystencjalnego. W: P. Francuz, M. Grygielski, W. Otrębski (red.), *Studia z psychologii w KUL* (t. 11, s. 137–156). Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Bąk, W. (2005). Emocjonalne korelaty rozbieżności Ja – badania inspirowane teorią E. T. Higginsa. *Psychologia, Edukacja i Społeczeństwo*, 2, 27–39.
- Bąk, W. (2008). Teoria ukierunkowań regulacyjnych E. Tory Higginsa. *Roczniki Psychologiczne*, 11, 7–38.
- Bąk, W., Łaguna, M. (2009, wrzesień). *Metody badania ukierunkowań regulacyjnych*. VI Zjazd Polskiego Stowarzyszenia Psychologii Społecznej, Lublin.
- Browne, M. W., Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. W: K. A. Bollen, J. S. Long (red.), *Testing structural equation models* (s. 136–162). Newbury Park: Sage.
- Bruch, M. A., Rivet, K. M., Laurenti, K. J. (2000). Type of self-discrepancy and relationships to components of the tripartite model of emotional distress. *Personality and Individual Differences*, 29, 37–44.
- Brzozowski, P. (1991). Internal structure stability of positive and negative concepts. *Polish Psychological Bulletin*, 22, 91–106.
- Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS. Basic concepts, applications, and programming*. New York: Routledge.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75.
- Dzwonkowska, I., Lachowicz-Tabaczek, K., Łaguna, M. (2008). *Samoocena i jej pomiar. Polska adaptacja skali SES M. Rosenberga. Podręcznik*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Frohlich, S., Kuhl, J. (2004). Das Selbststeuerungsinventar [Inwentarz Zdolności Samoregulacji]. W: J. Stiensmeier-Pelster, F. Rheinberg (red.), *Tests und trends: Motivation* (s. 221–257). Göttingen: Hogrefe.
- Golińska, L. (2008). *Pracoholizm – uzależnienie czy pasja*. Warszawa: Wydawnictwo Difin.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319–341.
- Higgins, E. T. (1989). Continuities and discontinuities in self-regulatory and self-evaluative processes: A developmental theory relating self and affect. *Journal of Personality*, 57, 407–444.
- Higgins, E. T. (1997). Beyond pleasure and pain. *American Psychologist*, 52, 1280–1300.
- Higgins, E. T., Friedman, R. S., Harlow, R. E., Idson, L. C., Ayduk, O. N., Taylor, A. (2001). Achievement orientations from subjective histories of success: Promotion pride versus prevention pride. *European Journal of Social Psychology*, 31, 3–23.
- Higgins, E. T., Klein, R., Strauman, T. (1987). Self-discrepancies: Distinguishing among self-states, self-state conflicts, and emotional vulnerabilities. W: K. M. Yardley, T. M. Honess (red.), *Self and identity: Psychosocial perspectives* (s. 173–186). New York: Wiley.
- Higgins, E. T., Tykocinski, O. (1992). Self-discrepancies and biographical memory: Personality and cognition at the level

- of psychological situation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 527–535.
- Hornowska, E., Paluchowski, W. J. (2007). *Praca – skrywana obsesja. Wyniki badań nad zjawiskiem pracoholizmu*. Poznań: Bogucki Wydawnictwo Naukowe.
- Hu, L. T., Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1–55.
- Jöreskog, K. G., Sörbom, D. (2006). *LISREL 8.8 for Windows*. Lincolnwood: Scientific Software International, Inc.
- Józefik, B. (1999). *Anoreksja i bulimia psychiczna. Rozumienie i leczenie zaburzeń odżywiania się*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Juczyński, Z. (2001). *Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Kadzikowska-Wrzošek, R. (2010). Siła ego i sprawność mechanizmów kontroli działania a autonomia. *Studia Psychologiczne*, 48, 17–34.
- Kasser, V. G., Ryan, R. M. (1999). The relation of psychological needs for autonomy and relatedness to vitality, well-being and mortality in a nursing home. *Journal of Applied Social Psychology*, 29, 935–954.
- Kořta, M., Doliński, D. (2000). Poznawcze podejście do osobowości. W: J. Strelau (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki* (t. 2, s. 561–600). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Kolańczyk, A. (2010). *Polska adaptacja Regulatory Focus Questionnaire (RFQ)*. Maszynopis przygotowany do recenzji.
- Konarski, R. (2010). *Model równań strukturalnych. Teoria i praktyka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Kuhl, J. (2001). *Motivation und Persönlichkeit: Interaktionen psychischer Systeme*. Göttingen: Hogrefe.
- Kuhl, J., Fuhrmann, A. (1998). Decomposing self-regulation and self-control: The volitional components inventory. W: J. Heckhausen, C. S. Dweck (red.), *Motivation and self-regulation across the life-span* (s. 15–49). Cambridge: Cambridge University Press.
- Kuhl, J., Kazèn, M. (1997). *Persönlichkeits-Stil- und Störungs-Inventar (PSSI)*. Handanweisung. Göttingen: Hogrefe.
- Łukaszewski, W. (1974). *Osobowość: Struktura i funkcje regulacyjne*. Warszawa: PWN.
- Łukaszewski, W. (1978). *Struktura Ja a działanie w sytuacjach zadaniowych*. Wrocław: Wydawnictwa Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Markus, H., Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954–969.
- McFarlin, D. B., Baumeister, R. F., Blascovich, J. (1984). On knowing when to quit: Task failure, self-esteem, advice, and nonproductive persistence. *Journal of Personality*, 52, 138–155.
- McFarlin, D. B., Blascovich, J. (1981). Effects of self-esteem and performance feedback on future affective preferences and cognitive expectations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 521–531.
- Moller, A. C., Deci, E. L., Ryan, R. M. (2006). Choice and ego depletion: The moderating role of autonomy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 1024–1036.
- Moretti, M. M., Higgins, E. T. (1990). Relating self-discrepancy to self-esteem: The contribution of discrepancy beyond actual-self ratings. *Journal of Experimental Social Psychology*, 26, 108–123.
- Muraven, M. (2008). Autonomous self-control is less depleting. *Journal of Research in Personality*, 42, 763–770.
- Nęcka, E., Orzechowski, J., Szymura, B. (2006). *Psychologia poznawcza*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Obuchowski, K. (1993). *Człowiek intencjonalny*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Pervin, L. A. (2002). *Psychologia osobowości*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Qiao, H., Schaufeli, W. B. (2011). The convergent validity of four burnout measures in a chinese sample: A confirmatory factor-analytic approach. *Applied Psychology: An International Review*, 60, 87–111.
- Ryan, R. M., Deci, E. L. (2008). From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self. *Social and Personality Psychology*, 2, 702–717.
- Sandelands, L. E., Brockner, J., Glynn, M. A. (1988). If at first you don't succeed, try, try again: Effects of persistence-performance contingencies, ego involvement, and self-esteem on task persistence. *Journal of Applied Psychology*, 73, 208–216.
- Sedikides, C., Gaertner, L., Toguchi, Y. (2003). Pancultural self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 60–79.
- Sommer, K. L., Baumeister, R. (2002). Self-evaluation, persistence, and performance following implicit rejection: The role of trait self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 926–938.
- Strauman, T. J., Higgins, E. T. (1987). Automatic activation of self-discrepancies and emotional syndromes: When cognitive structures influence affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1004–1014.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (wyd. 5). Boston: Allyn & Bacon–Pearson Education.
- Tafarodi, R. M., Milne, A. B. (2002). Decomposing global self-esteem. *Journal of Personality*, 70, 443–483.
- Tanaka, J. S., Huba, G. J. (1989). A general coefficient of determination for covariance structure models under arbitrary GLS estimation. *Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, 42, 233–239.
- Van Hook, E. I., Higgins, E. T. (1988). Self-related problems beyond the self-concept: Motivational consequences of discrepant self-guides. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 625–633.
- Watson, D., Clark, L. A., Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063–1070.

- Wojciszke, B. (1997). Emocje związane z moralną i sprawnościową interpretacją zachowań własnych i cudzych. *Przegląd Psychologiczny*, 40, 137–156.
- Wojciszke, B. (2010). Funkcje samooceny. W: A. Kolańczyk, B. Wojciszke (red.), *Motywacje umysłu* (s. 111–126). Sopot: Smak Słowa.
- Wojciszke, B., Baryła, W., Parzuchowski, M., Szymków, A., Abele, A. E. (2011). Self-esteem is dominated by agentic over communal information. *European Journal of Social Psychology*, 41, 617–627.
- Wojciszke, B., Szlendak, M. (2010). Skale do pomiaru orientacji sprawczej i wspólnotowej. *Psychologia Społeczna*, 1 (13), 57–70.
- Wojdyło, K. (2004). Skala pomiaru rozbieżności Ja (SkRAP) – konstrukcja narzędzia oraz wstępna charakterystyka psychometryczna. *Nowiny Psychologiczne*, 4, 27–41.
- Wojdyło, K. (2007). Koncepcja osobowościowych wyznaczników pracoholizmu. Weryfikacja hipotez w korelacyjnym modelu. *Studia Psychologiczne*, 45, 53–67.
- Wojdyło, K. (2010). *Pracoholizm. Perspektywa poznawcza*. Warszawa: Wydawnictwo Difin.
- Zakrzewska, M. (2004). Konfirmacyjna analiza czynnikowa w ujęciu pakietu statystycznego LISREL 8.51 (2001) Karla G. Jöreskoga i Daga Sörboma. W: J. Brzeziński (red.), *Metodologia badań psychologicznych. Wybór tekstów* (s. 442–478). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

PRZYPISY

1. Pojęciem „wysokości Ja” określamy ilościowe natężenie cech danego obszaru Ja (zob. Łukaszeński, 1978, s. 19).
2. Można zakładać, że dla pary sądów homogenicznych (odnoszących się do tej samej właściwości) wagi są równe.
3. W badaniu dodatkowym uzyskano potwierdzenie dodatniej korelacji między rozbieżnością Ja w zakresie samokontroli a Oceną Własnych Kompetencji. Dodatkowo uzyskano negatywną korelację między tą rozbieżnością Ja a Lubieniem Siebie. Wykonano analizę regresji wzorowaną na analizie mediacji, w której wykazano, że pozytywna relacja między rozbieżnością Ja a Oceną Własnych Kompetencji ujawnia się, jeśli w równaniu uwzględniono Lubienie Siebie (jako czynnik pośredniczący). Wskazuje to najprawdopodobniej na istnienie w obrębie samooceny mechanizmu kompensacyjnego powiązanego z rozbieżnością Ja w zakresie samokontroli.
4. W badaniu dodatkowym uzyskano wyniki potwierdzające, że tylko powinnościowa rozbieżność Ja w zakresie samokontroli powiązana jest z tendencjami obsesyjno-kompulsyjnymi i narcystycznymi (zastosowano Inwentarz Stylów i Zaburzeń Osobowości PSSI-K Kuhla i Kazèna, 1997).

Self-regulation, self-control, and the ought self. Measuring ought self-discrepancy: A psychometric analysis of the SkRAP

Kamila Wojdyło¹, Jacek Buczny²

¹ *Department of Psychology, University of Gdansk*

² *Warsaw School of Social Sciences and Humanities, Faculty in Sopot.*

Abstract

This paper presents research on self-discrepancy in the context of two distinct regulatory processes: self-regulation and self-control (Kuhl, 2001; Deci & Ryan, 2008). According to the Self-Discrepancy Theory (Higgins, 1987) the ought self plays a crucial role in behavior regulation, and is considered as the main mechanism of moral actions. We performed the confirmatory factor analysis to test the four-factorial structure of the Polish Self-Discrepancy Questionnaire (SkRAP). We predicted that both the actual self and the ought self consist of two types of traits. The first type is associated with high self-control processes that are mostly externally driven (e.g., persistence, hard work, and strong will), and the second one represent self-regulatory processes, defined as an autonomous control over one's actions (e.g., intelligence, creativity, and wisdom). Analysis confirmed the model ($RMSEA = .08$, $CFI = .94$). Additional analyses confirmed the convergent validity of SkRAP. For example, it was revealed that the actual vs. ought self-discrepancy correlated positively with negative affect, prevention, and assessment of self-competence. On the other hand, results showed that the actual vs. ought self-discrepancy was negatively related to the positive affect, life-satisfaction, and orientation on agency. The questionnaire can be applied in different areas of psychological interventions, for example in the diagnosis of various disorders (anorexia nervosa or workaholism) or in stimulation of self-growth, i.e. creativity development.

Key-words: self-discrepancy, ought self, self-regulation, self-control

Złożono: 8.09.2011

Złożono poprawiony tekst: 2.01.2012

Zaakceptowano do druku: 15.01.2012