

Ile jest Ja w emocjach samoświadomościowych? Rodzaj zaangażowania Ja a wstyd, poczucie winy i zakłopotanie

Barnaba Danieluk

Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie, Instytut Psychologii

W literaturze amerykańskiej dominuje konceptualizacja emocji wstydu i poczucia winy oparta na wymiarze autoatrybucyjnym (M. Lewis, 1992; Tangney, Dearing, 2004; Tracy, Robins, 2004). Emocji wstydu miałyby towarzyszyć uogólnione negatywne atrybucje skierowane na całe Ja, podczas gdy poczuciu winy – atrybucje szczegółowe skierowane na konkretne zachowanie. Podejście to zakłada dominującą rolę samoświadomości prywatnej, negując tradycyjne, wywodzące się z antropologii rozróżnienie między tymi emocjami oparte na wymiarze publiczne–prywatne. Tymczasem wielu badaczy wskazuje na znaczącą rolę publicznej samoświadomości w przeżywaniu wspomnianych emocji. Prezentowane wyniki dwóch eksperymentów miały na celu weryfikację wymiaru autoatrybucyjnego oraz przetestowanie alternatywnej hipotezy dotyczącej istoty rozróżnienia między wstydem, poczuciem winy, a także zakłopotaniem. Owa hipoteza dotyczyła ukierunkowania uwagi podmiotu – rodzaju zaangażowania Ja. Wzięto pod uwagę skupienie na wrażeniu wywieranym na otoczeniu (Ja odzwierciedlone), skupienie na rozbieżnościach między zachowaniem i idealnym obrazem siebie (Ja idealne) oraz skupienie na czynie i jego konsekwencjach. Uzyskane wyniki sugerują, że poczucie winy jest związane ze stanem samoświadomości prywatnej, wynika z refleksji nad własnym zachowaniem i negatywnej jego oceny (przede wszystkim z punktu widzenia standardów osobistych). Wstyd natomiast jest konsekwencją percepowanej negatywnej oceny społecznej (zewnętrznej), jest przeżywany w stanie samoświadomości publicznej, lecz zawiera również motywy krytycznej autorefleksji. Zakłopotanie, wbrew stanowisku przyjmowanemu przez dużą część badaczy (np. Izard, 1977; Frijda, 1987; Lazarus, 1991), nie stanowi wyłącznie słabszej formy wstydu, lecz różni się od niego również jakościowo.

Słowa kluczowe: *wstyd, poczucie winy, zakłopotanie, publiczna samoświadomość, prywatna samoświadomość, Ja idealne, Ja odzwierciedlone, autoatrybucja*

Przeglądając literaturę przedmiotu, można odnieść wrażenie, że dorobek psychologii w zakresie badania emocji jest naprawdę imponujący. Istnieją dziesiątki obszernych opracowań na ten temat, prowadzone są liczne i szeroko zakrojone projekty badawcze uwzględniające emocjonalny wymiar ludzkich zachowań, ich wpływ na poznanie (również społeczne), kształtowanie postaw, formułowanie sądów, podejmowanie decyzji czy zachowania pro- i antyspołeczne. Takie periodyki jak *Emotion and Motivation* czy *Cognition and Emotion* są uznawane za jedne z najbardziej prestiżowych w naszej dziedzinie, co

wyraża się wyliczanym dla nich wysokim współczynnikiem *Impact Factor*. Daje to podstawy by uznać, że „błąd Kartezjusza” (por. Damasio, 1999) psychologia ma już za sobą. Wydaje się również, że w ciągu ostatnich kilkudziesięciu lat mechanizmy emocjonalne zostały już bardzo wyczerpująco opisane i wyjaśnione. Analizując istniejącą literaturę, można jednak zauważyć, że względny konsensus istnieje niemal wyłącznie w odniesieniu do emocji, które Ekman (1992) nazywa podstawowymi. Problem pojawia się, gdy obszarem naszych zainteresowań stają się emocje bardziej złożone, nazywane czasem pochodnymi czy wtórnymi.

W odróżnieniu od emocji podstawowych, emocje złożone są często określane jako zależne od poznania.

Barnaba Danieluk, Instytut Psychologii UMCS, pl. Litewski 5,
20-080 Lublin, e-mail: barnaba@umcs.pl

Nazwa ta ma u swego źródła założenie, że emocje tego typu przyjmują u jednostki swą dojrzałą postać dopiero w momencie, gdy zostaną osiągnięte ważne etapy rozwoju poznawczego (M. Lewis, 2005a; Niedenthal, Krauth-Gruber, Ric, 2006). Stąd pojawiają się one w rozwoju osobniczym później niż emocje podstawowe. Szczególną grupę stanowią tzw. emocje samoświadomościowe (ang. *self-conscious emotions*). Emocje te opierają się na rozwiniętym poczuciu odrębnego Ja i wszystkie one odnoszą się do sytuacji straty lub zysku w kontekście Ja. Nie znaczy to, że w przypadku emocji podstawowych nie występują motywy związane z Ja, nie są one jednak niezbędne do wzbudzenia tych emocji. Rozwinięte poczucie Ja i procesy z nim związane są natomiast konieczne do ujawnienia się emocji samoświadomościowych i to właśnie one definiują tę grupę (Lewis, 2005b; Tangney, Dearing, 2004).

Emocje samoświadomościowe dzielone są na dwie główne grupy: emocje dotyczące porównań społecznych (*social comparison emotions*), np. zazdrość i zawiść, oraz emocje wynikające z procesów oceny samego siebie (*self-evaluation emotions*). Druga kategoria emocji samoświadomościowych jest bardziej interesująca z punktu widzenia niniejszego artykułu. Autoewaluacyjne emocje samoświadomościowe opierają się na zdolności jednostki do traktowania siebie jako obiektu oceny, odnoszenia własnych cech i zachowania do standardów. Ja jest tutaj zarówno podmiotem, jak i przedmiotem oceny (por. Higgins, 1987; Lazarus, 1991). Autoewaluacje będące podstawą tej grupy emocji opierają się na porównaniach Ja realnego (chwilowego, bieżącego) z własnymi celami i standardami (Ja idealne), jak również z wartościami i celami promowanymi przez społeczeństwo (Ja powinnościowe). Normy te najczęściej dotyczą zachowań uznawanych za moralne, stąd emocje tej grupy nazywane są często emocjami moralnymi (Ausubel, 1955; Hoffman, 1982; Tangney, 1991). Należą do nich wstyd, poczucie winy, zakłopotanie, ale także duma i pycha. Trzy pierwsze (wstyd, poczucie winy i zakłopotanie) wzbudzone są w sytuacjach, gdy oceniamy siebie lub swoje zachowanie negatywnie. Natomiast duma i pycha to emocjonalny skutek autoewaluacji pozytywnej.

Gdy emocje samoświadomościowe, takie jak wstyd, poczucie winy i zakłopotanie, opisywane są łącznie, autorzy w zdecydowanej większości zgadzają się co do tego, co stanowi istotę ich przeżywania i w jakich sytuacjach się ujawniają. Rozbieżności i kontrowersje pojawiają się natomiast na etapie ich rozróżniania. Przegląd literatury dotyczącej różnic między wstydem a poczuciem winy daje obraz pełen sprzecznych wyników badań empirycznych i wykluczających się koncepcji teoretycznych. Rozbieżności te są tak ogromne, że przykładowo, część

badaczy prezentuje wyniki świadczące o ścisłym związku między poczuciem winy a psychopatologią (por. Jones, Kugler, 1993), podczas gdy inni zaprzeczają, że emocja ta jest czynnikiem sprzyjającym zaburzeniom psychicznym i postrzegają poczucie winy jako emocję adaptacyjną (por. Tangney, Wagner, Fletcher, Gramzow, 1992). Różnice te wpływają na koncepcje teoretyczne (modele) uwzględniające wstyd i poczucie winy oraz kierunki poszukiwań elementarnych procesów leżących u ich podstaw, a w konsekwencji na proponowane kierunki terapii.

Podobne kontrowersje budzi rozróżnienie między emocją wstydu i zakłopotania. Wielu czołowych badaczy emocji nie uważa za zasadne rozróżniania jakościowego między wstydem i zakłopotaniem (por. Borg, Staufenbiel, Scherer, 1988; Frijda, 1987; Izard, 1977; Kaufman, 1989; Lazarus, 1991; Tomkins, 1963). Uważają oni, że zakłopotanie nie jest emocją odrębną od wstydu, a jedynie jego słabszą formą, dla której stworzono odrębne pojęcie, choć jego istota, sposób przetwarzania poznawczego i natura wyzwalających go sytuacji są takie same. Różnicę ma stanowić jedynie intensywność przeżywanej emocji (wymiar ilościowy) wynikająca z różnej wagi sytuacji wywołujących owe emocje. Z drugiej strony, wielu innych naukowców (np. Babcock, 1988; Goffman, 1956; Gross, Stone, 1964; Manstead, Semin, 1981; Modigliani, 1968; Robbins, Parlavacchio, 2006; Sabini, Garvey, Hall, 2001) uważa zakłopotanie za emocję odrębną od wstydu, posiadającą własne niezmienniki, wzór przetwarzania poznawczego, schemat reakcji fizjologicznych oraz specyficzne tendencje behawioralne.

W literaturze funkcjonuje przynajmniej pięć konkurencyjnych teorii zakłopotania, opisujących po części odrębne, a po części powtarzające się mechanizmy poznawcze odpowiedzialne za wzbudzenie tej emocji. W modelu dramaturgicznym (Silver, Sabini, Parrott, 1987) zakłopotanie ujmowane jest jako stan wynikający z zakłócenia płynności interakcji społecznej, w sensie utraty skryptu zachowania w danej sytuacji. Przeżywający je człowiek wypada ze swojej roli w „teatrze życia”, a jego dyskomfort wynika ze stanu dezorientacji na zasadzie: „... i co mam teraz zrobić?”. W myśl modelu ocen społecznych (Manstead, Semin, 1981) zakłopotanie jest rezultatem niepożądanego oceny społecznej towarzyszącej sytuacjom trudnym. Podejście to zakłada, że jego źródłem może być jakakolwiek ocena (negatywna, ale również pozytywna) sugerująca, że wrażenie wywołane na publiczności nie jest takie, jak zaplanowaliśmy. Jedną ze starszych koncepcji jest propozycja Modiglianiego (1968, 1971), czyli model sytuacyjnego poczucia własnej wartości. Zdaniem tego autora podstawową przyczyną zakłopotania jest utrata szacunku do siebie spowodowana publicznym

niepowodzeniem. Uświadomienie sobie możliwości pojawienia się negatywnej oceny społecznej prowadzi do krótkotrwałej, lecz dotkliwej utraty poczucia własnej wartości – jej źródłem jest lekceważenie doświadczane ze strony obserwatorów. W modelu standardów osobistych (Babcock, 1988) nacisk położony został na rozbieżności Ja. Zakłopotanie rozumiane jest tutaj jako skutek niespełnienia osobistego standardu (*persona*) określającego normy zachowania w danej sytuacji. Postrzegana rozbieżność między własnym zachowaniem a aktualnym standardem osobistym stanowi podstawę i przyczynę wzbudzenia omawianej emocji. Jedną z najnowszych koncepcji roszcącą pretensje do najpełniejszego i najtrafniejszego opisu istoty zakłopotania jest propozycja Robbinsa i Parlavecchio (2006). Wychodzą oni z założenia, że zakłopotanie jest uczuciem towarzyszącym świadomości niechcianego odsłonięcia lub ujawnienia pewnych aspektów Ja. Owo ujawnienie może obejmować szerokie spektrum ukrytych tematów (co do których podmiot sądzi, że nie powinny być poddane omówieniu lub ocenie), ale także ujawnienie motywów podmiotu, które kierowały nim przy podejmowaniu takich czy innych działań.

KONCEPCJE RÓŻNICUJĄCE EMOCJE SAMOŚWIADOMOŚCIOWE NA WYMIARZE POZNAWCZYM

Celem niniejszego artykułu była odpowiedź na pytanie, czy dla emocji wstydu, poczucia winy i zakłopotania istnieją różnice we wzorcu przetwarzania poznawczego. Innymi słowy, chciano sprawdzić, czy stany emocjonalne nazywane wstydem, poczuciem winy i zakłopotaniem różnią się między sobą na poziomie fenomenologicznym. Nie mniej istotne było to, na ile skrypty emocjonalne odpowiadające tym trzem etykietom w warunkach polskich pokrywają się ze skryptami charakterystycznymi dla kultur, z których pochodzi większość badań prowadzonych w tym obszarze.

Próbę rozróżnienia między wstydem i poczuciem winy na poziomie procesów poznawczych podjęto w badaniach amerykańskich. Najbardziej reprezentatywną teorię w tym zakresie zaproponował Michael Lewis (1992). Istotą jego poznawczo-atrybucyjnej teorii emocji samoświadomościowych są procesy autoewaluacyjne, czyli ocena własnych myśli, działań i uczuć w kontekście zinternalizowanych norm. O tym, jaka emocja zostanie wzbudzona jako skutek dokonywanej autoewaluacji, mają decydować dwa wymiary. Pierwszym z nich jest ocena na wymiarze sukcesu vs. porażki. Jeżeli własne myśli lub działania zostaną ocenione przez podmiot jako zgodne z osobistymi normami, standardami lub celami, ocenia

on dane zdarzenie jako sukces, co skutkuje wzbudzeniem emocji pozytywnych. Jeżeli natomiast ocenia je jako sprzeczne z własnym systemem normatywnym czy standardami Ja, traktuje je jako porażkę, co w konsekwencji powoduje wywołanie emocji o zabarwieniu negatywnym. O tym, która konkretna emocja zostanie wzbudzona, decyduje wynik oceny dokonanej na drugim z wymiarów, czyli zakresie dokonywanej autoatrybucji (autoatrybucje związane z Ja). Lewis wprowadza rozróżnienie na autoatrybucje szczegółowe i autoatrybucje całościowe. Autoatrybucje szczegółowe odnoszą się do konkretnych własnych cech lub działań a człowiek dokonujący tego typu atrybucji skupia się na własnym zachowaniu w określonej sytuacji. Autoatrybucje całościowe natomiast odnoszą się do całego Ja podmiotu, który koncentruje się na sobie, a nie na swoich czynach. Model uwzględnia oba te wymiary i opisuje cztery podstawowe ewaluacyjne emocje samoświadomościowe: wstyd, poczucie winy, pycha i dumę. Wstyd w teorii Lewisa jest skutkiem oceny sytuacji jako porażki, czyli takiej, w której działania lub cechy podmiotu pozostają w sprzeczności z jej systemem norm i celów przy jednoczesnej negatywnej ocenie całego Ja. Poczucie winy jest również skutkiem negatywnej oceny własnych działań, ale negatywny afekt dotyczy tylko konkretnej cechy lub zachowania ujawnionego w tej jednej, szczególnej sytuacji. Analogicznie, ocena zdarzenia jako sukcesu przy autoatrybucji całościowej (pozytywny afekt rozlany na całe Ja) skutkuje pychą, natomiast poczucie sukcesu, przy jednoczesnej pozytywnej ocenie własnego działania lub cechy ujawnionej w tej konkretnej sytuacji, wzbudza emocję dumy.

Propozycja M. Lewisa nie jest niczym nowym literaturze przedmiotu. Już na początku lat siedemdziesiątych Helen Block Lewis, pracująca na Uniwersytecie Yale, zaproponowała – pionierskie jak na tamte czasy – rozróżnienie między wstydem a poczuciem winy na wymiarze poznawczym (H. B. Lewis, 1971). Kluczową różnicę między doświadczeniami wstydu i poczucia winy stanowi rola, jaką pełni w nich Ja podmiotu. Lewis uznała, że wstyd jest ściśle związany z Ja i to właśnie Ja jest przedmiotem oceny. Przy poczuciu winy przedmiotem oceny nie jest Ja, ale czyn, którego dopuścił się podmiot. Dochodzi tutaj również do negatywnej oceny siebie, ale wynika ona z faktu popełnionego wykroczenia i jest ona owszem powiązana, ale nie skierowana bezpośrednio na Ja. H. B. Lewis uważa, że przy wstydzie skupiamy się na Ja („To JA zrobiłem tę straszną rzecz”), podczas, gdy przy poczuciu winy skupiamy się na zachowaniu („To ja ZROBIŁEM tę straszną rzecz”). Owo rozróżnienie prowadzi do odmiennych doświadczeń wewnętrznych towarzyszących obu emocjom. Autorka opisuje wstyd jako

szczególnie bolesny, towarzyszy mu poczucie bezsilności, bezwartościowości, kurczenia się w sobie. Zawstydzeni ludzie czują się jednocześnie wystawieni na widok publiczny. Mimo tego, że doświadczanie wstydu nie wymaga obecności rzeczywistych świadków, towarzyszy mu często wyobrażenie, jak owo ułomne Ja zostałoby ocenione przez inne osoby (Ja odzwierciedlone). Poczucie winy natomiast widzi jako zdecydowanie mniej destrukcyjną i bardziej adaptacyjną emocję, głównie z powodu skupienia na konkretnym zachowaniu (zaniechaniu) podmiotu, będącym w dużej mierze niezależnym od Ja. Emocja ta nie powoduje obniżenia poczucia własnej wartości, gdyż nie godzi w tożsamość podmiotu i nie dezawuuje Ja realnego. Warto w tym miejscu zwrócić uwagę, że źródłem hipotez były dla H. B. Lewis prawidłowości zaobserwowane w grupie pacjentów uczestniczących w psychoterapii, a sama autorka jednoznacznie zastrzegła, że jej ustalenia dotyczą patologii, a nie normy.

Mimo tego, że M. Lewis w przypadku wstydu mówi o autoatrybucji całościowej, a nie o skupieniu na Ja, oba te podejścia w konsekwencji oznaczają praktycznie to samo. Negatywna autoatrybucja całościowa oznacza rozlanie afektu na całe Ja jednostki, czyli na wszystkie jej cechy charakteru, co jest równoznaczne z postrzeganiem siebie jako osoby ułomnej, niewiele wartej. Podobnie autoatrybucja szczegółowa, oznaczająca negatywną ocenę konkretnych zachowań w danej sytuacji pokrywa się z rozumieniem poczucia winy w kontekście skupienia na zachowaniu, które pozostaje jedynie pośrednio związane z Ja. Autoatrybucja szczegółowa opisywana przez M. Lewisa jako kluczowa dla poczucia winy dotyczy jednak nie tylko zachowań, ale również konkretnych, izolowanych cech ujawnionych w danej sytuacji. Sam M. Lewis traktuje je jednak jako chwilowe i uwarunkowane sytuacyjnie, co zbliża je raczej do zachowania niż stałych cech charakterologicznych stanowiących o Ja podmiotu. Co ważniejsze, sam M. Lewis nie weryfikował empirycznie swojej koncepcji. Jej prawdziwości dowodził, odwołując się do badań Tangney (por. M. Lewis, 2005b), która z kolei weryfikowała założenia koncepcji H. B. Lewis. Oznacza to, że sam M. Lewis uważa swoje rozumienie wstydu i poczucia winy za zbieżne z propozycjami H. B. Lewis.

Podobnie różnice między wstydem a poczuciem winy ujmowane są w procesualnym modelu emocji samoświadomościowych Tracy i Robinsa (2004). Szczególna wartość tego modelu, w porównaniu do propozycji M. Lewisa, polega na tym, że wyjaśnia on, dlaczego w identycznych sytuacjach niektóre osoby odczuwają emocje samoświadomościowe (np. wstyd lub poczucie winy), inni odczuwają emocje podstawowe (np. gniew lub smutek),

a niektórzy nie wykazują w ogóle reakcji emocjonalnej. Emocje samoświadomościowe zdaniem tych autorów zostają wzbudzone w sytuacji, w której podmiot ocenia zdarzenie jako rozbieżne z własnymi celami tożsamościowymi, a jego przyczynę upatruje w sobie (atrybucja wewnętrzna). Zgodnie z tym modelem emocja wstydu zostaje wzbudzona jako konsekwencja negatywnej atrybucji wewnętrznej o charakterze stabilnym, niekontrolowalnym i uogólnionym (np. niewystarczające zdolności, deficyty intelektu), podczas gdy poczucie winy jest rezultatem negatywnej atrybucji wewnętrznej o charakterze chwilowym, kontrolowalnym i skonkretyzowanym (np. niewystarczający wysiłek). Autorzy sami przyznają, że owo rozróżnienie pokrywa się z rozróżnieniem Ja–zachowanie zaproponowanym przez H.B. Lewis i M. Lewisa. Osobne miejsce w modelu Tracy i Robinsa zajmuje emocja zakłopotania. Podobnie jak wstyd i poczucie winy wymaga ona oceny zdarzenia jako rozbieżnego z celami tożsamościowymi podmiotu oraz jako wynikającego z czynników wewnętrznych. Inaczej jednak niż opisane wyżej emocje, zakłopotanie nie wymaga dalszych ocen poznawczych i procesów atrybucji. Pojawia się w sytuacjach, w których uwaga podmiotu skierowana jest na publiczne Ja (Ja odzwierciedlone) aktywowane odpowiadającymi mu publicznymi autoreprezentacjami. Podmiot może poczuć się zakłopotany zarówno w sytuacji publicznego ujawnienia niekompetencji (czynnik stabilny, niekontrolowalny i uogólniony), jak i w sytuacji wylania kawy na spódnie swojego szefa (czynnik niestabilny, kontrolowalny i skonkretyzowany).

Wyżej opisane koncepcje teoretyczne nie zostały jednak potwierdzone empirycznie w sposób satysfakcjonujący nawet przez ich autorów i największych zwolenników. Tangney podjęła szereg prób zweryfikowania rozróżnienia między wstydem i poczuciem winy na wymiarze Ja vs. zachowanie. W jednym z pierwszych badań (Tangney, 1993) proszono studentów o opisanie sytuacji, w których odczuwali wstyd, poczucie winy, dumę i depresję. Mimo tego, że uzyskano wyniki potwierdzające w sposób pośredni trafność założeń H.B. Lewis, kluczowe założenie, dotyczące związku wstydu z negatywną oceną Ja a poczucia winy z negatywną oceną zachowania, nie zostało potwierdzone. Rodzaj emocji (wstyd vs. poczucie winy) nie różnicował stopnia, w jakim osoby badane wniły swoje Ja lub zachowanie. Zbieżne wyniki uzyskała Tangney wraz ze współpracownikami (Tangney, Miller, Flicker, Barlow, 1996) w badaniu dotyczącym istoty różnic między wstydem, poczuciem winy i zakłopotaniem. W analogicznej procedurze badacze prosili studentów o opisanie sytuacji, w których odczuwali wstyd, poczucie winy i zakłopotanie. Następnie osoby badane oceniały

przywołane z pamięci doświadczenia, odpowiadając na wiele pytań dotyczących różnych ich aspektów (poznawczych, afektywnych, behawioralnych). Jedno z pytań dotyczyło stopnia, w którym obwiniali swoje Ja lub swoje zachowanie. Ponownie okazało się, że przeciwnie do hipotez badaczy, osoby przeżywające wstyd nie wykazywały większej tendencji do obwiniania własnego Ja, a osoby doświadczające poczucia winy nie skupiały się bardziej na swoim zachowaniu. Jedyny sukces przy weryfikowaniu wymiaru Ja vs. zachowanie odniosła Tangney w badaniach nad myśleniem kontrfaktycznym (Niedenthal, Tangney, Gavanski, 1994). Zdaniem Tangney (Tangney, Dearing, 2004) niepowodzenia we wcześniej opisywanych badaniach miały wynikać z tego, że pytanie sformułowane w stylu: „W jakim stopniu za to, co się stało, winisz siebie vs. swoje zachowanie?” jest zbyt abstrakcyjne dla studentów nieposiadających wiedzy psychologicznej. Autorka zakładała, że myślenie kontrfaktyczne jako proces mentalnego „odczynienia”, odwrócenia sytuacji, na zasadzie „Jeśli by tylko zmienić coś w przeszłym zdarzeniu, to zdarzenie nigdy by nie wystąpiło” będzie mniej abstrakcyjne dla badanych i bardziej przystające do sytuacji wstydu i poczucia winy. Przeprowadzono dwa badania, w pierwszym z nich badani przypominali sobie osobiste doświadczenia wstydu i poczucia winy, a następnie zachęcano ich do myślenia kontrfaktycznego odnośnie do tych wydarzeń. Drugie badanie oparte było na gotowych scenariuszach – historyjkach, zawierających sytuacje prototypowe dla wstydu i poczucia winy. Zgodnie z hipotezami badaczy w obu procedurach osoby doświadczające poczucia winy wyraźnie częściej dążyły do mentalnej zmiany swego zachowania, natomiast osoby konfrontowane z emocją wstydu częściej dążyły do mentalnej zmiany swojego Ja.

Weryfikacja modelu Tracy i Robinsa przeprowadzona przez samych autorów w większości potwierdziła hipotezy badaczy dotyczących rozróżnienia między wstydem i poczuciem winy (Tracy, Robins, 2006). W serii czterech badań udało im się potwierdzić różnice między tymi emocjami na wymiarze kontrolowalności (wstyd – brak kontroli podmiotu nad zdarzeniem, poczucie winy – kontrola nad sytuacją) oraz stabilności (wstyd – przyczyna oceniana jako stała, poczucie winy – przyczyna oceniana jako chwilowa, zależna od sytuacji), choć wyniki dla tego drugiego wymiaru nie były jednoznaczne. Autorzy nie zweryfikowali jednak trzeciego wymiaru atrybucyjnego mającego również decydować o tym, która z emocji samoświadomościowych zostanie wzbudzona, a mianowicie wymiaru ogólności (czyli tego, który w koncepcji Lewisa i Tangney uznawany jest za kluczowy). Co więcej, wyniki badań prowadzonych przez niezależnych

badaczy, w wielu przypadkach nie są spójne z założeniami Tracy i Robinsa. Russell i McAuley (1986) nie wykazali związku między wewnętrznymi, niestabilnymi atrybucjami a poczuciem winy, gdy badali rzeczywiste oceny, a nie hipotetyczne sytuacje. W badaniach Brown i Weinerja (1984) atrybucje związane z wysiłkiem okazały się pozytywnie związane z emocją wstydu.

Część badaczy emocji upatruje różnic między wstydem a poczuciem winy w charakterze rozbieżności między Ja realnym a Ja idealnym. Dostyc powszechnie podzielany jest pogląd, że gdy normy, którym sprzeniewierzył się podmiot, mają charakter norm indywidualnych (własne standardy), przeżywa on wstyd, natomiast gdy owe normy są powszechnie podzielane i usankcjonowane społecznie (standardy uniwersalne), ludzie doświadczają poczucia winy (por. Izard, 1977; Lazarus, 1991). Podobnie wstyd i poczucie winy różnicowane są w teorii Higginsa (1987). Rozbieżność między Ja realnym a Ja idealnym skutkuje wstydem, podczas gdy poczucie winy jest rezultatem rozbieżności między Ja realnym a Ja powinnościowym.

Wspomniane rozróżnienie między analizowanymi emocjami przeprowadzone na podstawie zakresu dokonywanej autoatrybucji jest niesatysfakcjonujące pod względem empirycznej weryfikacji, a poza tym, skupiając się na stanie samoświadomości prywatnej (autokoncentracji), nie uwzględnia wymiaru samoświadomości publicznej. Już w pracach antropologów (por. Benedict, 1946/2003) pojawił się motyw rozróżniania między wstydem a poczuciem winy na wymiarze: publiczne–prywatne. Wstyd miałby stanowić emocję ujawniającą się w sytuacjach upublicznienia, podczas gdy poczucie winy miałoby być charakterystyczne dla sytuacji prywatności (anonimowości). Pogląd ten podziela część psychologów (por. Ausubel, 1955; Gehm, Scherer, 1988), podczas gdy inni taką interpretację podważają (por. Tangney, Dearing, 2004). Jednakże bez względu na swój stosunek do hipotezy publiczne–prywatne, nawet jej przeciwnicy (np. Tangney) w swoich badaniach uzyskują wyniki świadczące o tym, że w sytuacji wstydu ludzie skupiają się na Ja odzwierciedlonym, tj. mają poczucie poddania ocenie społecznej, troszczą się o wywarte na innych wrażenie, doświadczają „odsłonięcia” Ja (Tangney, 1992; Tangney i in., 1996; Ferguson, Stegge, Damhuis, 1991; Smith, Webster, Parrott, Eyre, 2002). Fakt, że wstyd jest związany ze stanem publicznej samoświadomości, staje się bezdyskusyjny, gdy uwzględnimy istnienie tzw. wstydu odzwierciedlonego, czyli wstydu, który odczuwamy obserwując naganne zachowanie innych, najczęściej bliskich nam, osób (por. Lickel, Schmader, Barquissau, 2004).

Poczucie winy jest z drugiej strony często związane z skupieniem na własnych myślach, rozważaniem konse-

kwencji własnych działań (szczególnie wobec osób cierpiących na skutek zachowania będącego źródłem omawianej emocji). To z poczuciem winy najczęściej wiąże się żal, skrucha i wyrzuty sumienia, rozumiane jako wyższa instancja moralna (Izard, 1977; Kuczkowski, 2000; M. Lewis, 1992; Mosher, White, 1981; Tracy, Robins, 2007).

Powyższe koncepcje teoretyczne, jak również wyniki badań pochodzą przede wszystkim z kultury amerykańskiej, kultury promującej Ja niezależne. Obraz omawianych emocji samoświadomościowych przedstawia się zgoła inaczej w kulturach kolektywistycznych, promujących Ja współzależne. Mnóstwo badań prowadzonych wśród narodów Azji (Japończycy, Chińczycy, Filipińczycy), ale również w południowej części Europy (Hiszpania) dowodzi pozytywnego, adaptacyjnego wydźwięku emocji wstydu w tych kulturach. Dla przykładu kultury, na które wpłynęły wartości filozofii konfucjańskiej, promują ciągłe zmiany i ulepszanie własnego Ja, stąd jego zmiany są pozytywnie wartościowane, a nawet oczekiwane (Cho, 2000). Co więcej, niewiele (jeśli w ogóle jakieś) aspektów Ja jest postrzeganych jako niezmiennie (Li, Wang, 2004). W tym kontekście odczuwanie negatywnych uczuć odnośnie do Ja nie tylko jest normalne, lecz nawet oczekiwane, gdyż służy większemu celowi, jakim jest samodoskonalenie. Chociaż w Stanach Zjednoczonych wstyd uznawany jest za wyjątkowo negatywną emocję, Abu-Lughod (1986) zauważył, że ta sama emocja wśród Beduinów ma konotacje pozytywne. W Chinach wstyd uznawany jest za naturalny i zdrowy element ludzkiego życia (Li, Wang, Fischer, 2004), a przyznanie się do pomyłki i wykroczenia uważane jest za akt odwagi. Dlatego trudno mówić o wstydzie jako o emocji w tej kulturze, jest on raczej pewnym rodzajem moralnej i cnotliwej wrażliwości. W tym kontekście osoba nieodczuwająca wstydu jest uważana za bardziej zhańbioną niż osoba zawstydzona. Ludzie, którzy nie okazują w odpowiedni sposób wstydu, są uważani za zdrajców moralnego porządku społecznego, osoby mało przewidywalne i niegodne zaufania. Dlatego wyrażanie wstydu jest interpretowane jako oznaka przystosowania do norm społecznych i kolektywnych wartości. Różnice te nie ograniczają się do wymiaru Wschód–Zachód. Podobne wyniki uzyskano, porównując Hiszpanów i Holendrów (Fischer, Manstead, Mosquera, 1999). Hiszpanie częściej niż Holendrzy opisywali wstyd w kontekście pozytywnym oraz częściej dzielili się swoimi doświadczeniami wstydu z innymi osobami. W związku z powyższym nie jest zaskakujące, że doświadczanie wstydu w kulturach kolektywistycznych okazywało się w badaniach związane nie z tendencją do unikania, ale z gotowością

do podtrzymania i naprawy relacji (Bagozzi, Verbecke, Gavino, 2003; Heine, Lehman, Markus, Kitayama, 1999).

Dla pełnego obrazu wyników badań nad omawianymi emocjami niezbędne jest przedstawienie rezultatów studiów empirycznych prowadzonych w obrębie naszej kultury. Jedne z niewielu badań nad rozumieniem emocji wstydu i poczucia winy prowadzili w Polsce Harwas-Napierała i Trempała (1991). Objęto nimi grupę adolescentów (13–14-latków), uczniów siódmej klasy szkoły podstawowej. Wyniki ujawniły, że polska młodzież postrzega emocję poczucia winy jako silniejszą, bardziej intensywną od wstydu, związaną z popełnieniem czynu niemoralnego (odczuwane wyrzuty sumienia), występującą przede wszystkim w warunkach prywatności. Wstyd z drugiej strony był bezpośrednio związany z lękiem przed oceną społeczną, dotyczył sytuacji związanej z jakimś deficytem (np. umiejętności), a przeżywany był w warunkach upublicznienia zdarzenia. Przy poczuciu winy źródłem negatywnej oceny był dla polskiej młodzieży sam podmiot, podczas gdy przy wstydzie źródłem negatywnej ewaluacji było otoczenie społeczne.

PROBLEMATYKA BADAŃ WŁASNYCH

Jak było już wspomniano, celem przeprowadzonych badań była próba odpowiedzi na pytanie, czym na poziomie poznawczym różnią się od siebie emocje wstydu, poczucia winy i zakłopotania. Po pierwsze, chciano sprawdzić, czy wymiar zakresu dokonywanej przez podmiot negatywnej autoatrybucji różnicuje omawiane emocje samoświadomościowe. Innymi słowy, podjęto próbę weryfikacji opisanych wyżej koncepcji amerykańskich (H. B. Lewis, 1971; M. Lewis, 1992; Tracy, Robins, 2004). Zgodnie z nimi emocji wstydu miałyby towarzyszyć uogólniona negatywna ocena całego Ja (jestem zły, nikczemny), podczas gdy emocji poczucia winy miałyby towarzyszyć negatywna ocena ograniczona do wycinkowych, kontrolowanych aspektów Ja, wyrażających się w zachowaniu. Z wcześniejszych badań (Danieluk, 2011) wynikało jednak, że sytuacje wstydu, poczucia winy (i zakłopotania) nie różniły się gotowością do dokonywania autoatrybucji całościowych i szczegółowych. Bez względu na rodzaj scenariusza (i związanej z nim emocji) badani istotnie częściej dokonywali autoatrybucji szczegółowych (czyli winili swoje zachowanie) niż autoatrybucji całościowych (negatywne oceny rozlane na całe Ja). Wyniki te są spójne z dobrze opisanymi i zweryfikowanymi w psychologii społecznej mechanizmami autowaloryzacji, czyli uniwersalnym dążeniem do podtrzymania poczucia własnej wartości w sytuacjach porażki (por. Fiske, Taylor, 1991; Wojciszke, 2002). Ponieważ negatywne emocje samoświadomościowe wzbudzone są w warunkach złamania

norm, niespełnienia zasad, wyrządzenia krzywdy czy porażki autoprezentacyjnej, jest oczywiste, że wiążą się one z zagrożeniem samooceny. W tej sytuacji bardziej adaptacyjne jest skupienie się na własnym czynie, co pozwala odzyskać kontrolę nad zdarzeniem, daje szansę na aktywne poradzenie sobie z nim i odbudowę pozytywnego wizerunku zarówno we własnych oczach, jak i w oczach otoczenia. W związku z tym, hipoteza pierwsza miała postać: Hipoteza 1. Bez względu na rodzaj doświadczanej negatywnej emocji samoświadomościowej ludzie będą w większym stopniu dokonywać autoatrybucji szczegółowych niż całościowych.

Najbardziej obiecującym poznawczo w sensie zrozumienia istoty różnic między omawianymi emocjami wydawał się rodzaj zaangażowania Ja. Wyniki wcześniejszych badań (Danieluk, 2011) oraz literatura przedmiotu (Gehm, Scherer, 1988; Harwas-Napierała, Trempała, 1991; Tangney, 1992; Tangney i in., 1996; Smith i in., 2002) sugerowały, że w sytuacji wstydu ludzie skupiają się przede wszystkim na Ja odzwierciedlonym, czyli na hipotetycznych ocenach, jakich dokonują wobec nich osoby z ich otoczenia. Rodzajem ukierunkowania Ja charakterystycznym dla poczucia winy wydaje się być skupienie podmiotu na czynie oraz żalu związanym z tym, co się stało (jego konsekwencjach). To z poczuciem winy wiązana jest skrucha, wyrzuty sumienia oraz tendencje do ruminowania przeszłych zdarzeń (Izard, 1977; Kuczkowski, 2000; M. Lewis, 1992; Mosher, White, 1981; Tracy, Robins, 2007). Na tej podstawie sformułowano dwie kolejne hipotezy:

Hipoteza 2. W sytuacjach prototypowych dla wstydu ludzie w większym stopniu będą skupiali się na Ja odzwierciedlonym niż na czynie i jego konsekwencjach.

Hipoteza 3. W sytuacjach prototypowych dla poczucia winy ludzie w większym stopniu będą skupiali się na czynie i jego konsekwencjach niż na Ja odzwierciedlonym.

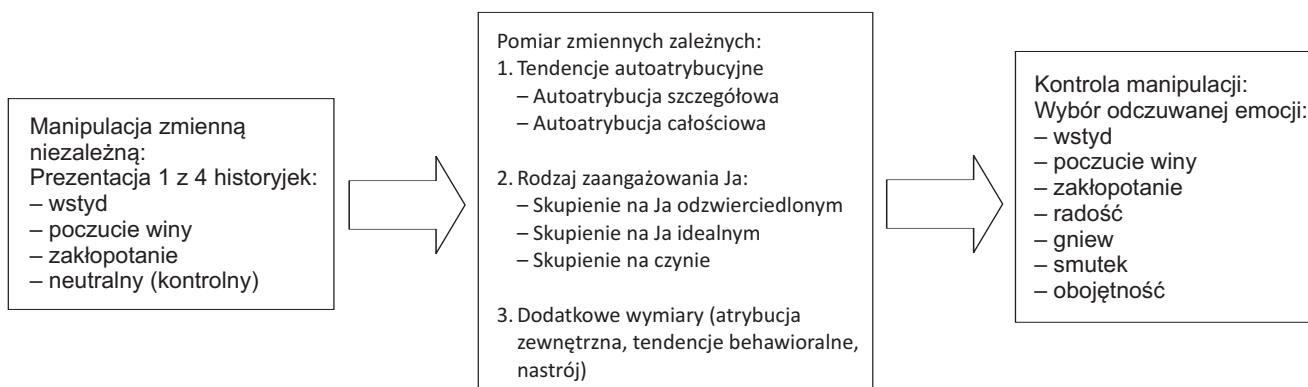
Klasyczne podejście do wstydu i poczucia winy przemawia za tym, że ludzie, doświadczając omawianych emocji, skupiają się na fakcie złamania zinternalizowanych norm, czyli na postrzeganej rozbieżności między tym, jacy jesteśmy (Ja realne), a tym, jacy chcielibyśmy lub powinniśmy naszym zdaniem być (Ja idealne lub Ja powinnościowe). W omawianych badaniach uwzględniono również pomiar tej tendencji, lecz na podstawie dotychczasowych badań trudno było stawiać jednoznaczną hipotezę kierunkową. Nie stawiano również hipotez odnoszących się do emocji zakłopotania. Jej niejasny status jako emocji odrębnej od wstydu nie dawał podstaw do jednoznacznych przewidywań. Gdyby uznać za słuszne podejście „klasyków” (zob. Izard, 1977; Lazarus, 1991; Tomkins, 1963), zakładające, że różnica między zakłopotaniem a wstydem ma charak-

ter tylko i wyłącznie ilościowy, dla obu tych emocji powinno się uzyskać podobne wzorce wyników różniące się jedynie nasileniem poszczególnych tendencji.

METODA

Aby zweryfikować postawione hipotezy, zaplanowano dwa badania eksperymentalne przeprowadzone w paradygmacie powtarzanych pomiarów (drugie badanie stanowiło replikację badania pierwszego). Procedura, jaką przyjęto, opierała się na tzw. niezmiennikach, czyli prototypowych sytuacjach wywołujących emocje. We wstępnych badaniach przygotowano po trzy hipotetyczne scenariusze – historyjki, których bohaterowie dokonywali czynów, jakie w percepcji osób badanych wywołałyby wstyd, poczucie winy i zakłopotanie. Przykładowo, w pierwszym badaniu jako historyjkę prototypową dla zakłopotania opisano sytuację przyjęcia towarzyskiego, podczas którego bohater (lub bohaterka – w zależności od płci osoby badanej) przez swoją niefrasobliwość wylewa zawartość kieliszka czerwonego wina na własną białą bluzkę w obecności świadków (pełna treść wykorzystanych scenariuszy znajduje się w załączniku). Dodatkowo w obu badaniach zastosowano czwarty, neutralny scenariusz jako warunek kontrolny, który z definicji nie powinien był wywoływać żadnej emocji. Procedura identyfikacji prototypowych historyjek obejmowała analizę doświadczeń osobistych oraz późniejszą weryfikację prototypowości w badaniach typu papier-olówek. Została ona szczegółowo opisana w innym opracowaniu (Danieluk, 2009, 2011). Zastosowanie procedury prototypowych scenariuszy było o tyle adekwatne, że przytłaczającą większość badań nad wstydem, poczuciem winy i zakłopotaniem prowadzono w paradygmacie osobistych doświadczeń i prototypowych scenariuszy (por. Baumeister, Stillwell, Heatherton, 1994; Blum, 2008; Smith i in., 2002; Tangney, Dearing, 2004). Dało to możliwość porównania wyników własnych badań do wyników badań amerykańskich.

Oba badania przeprowadzono w identycznym schemacie. Do prezentacji bodźców i rejestracji odpowiedzi osób badanych użyto komputera z zainstalowanym pakietem do badań eksperymentalnych SuperLab Pro 1.04 dla Windows. Po prezentacji instrukcji i sposobu udzielania odpowiedzi na pytania, program wyświetlał jedną z czterech prototypowych historyjek zaczynającą się od słów: „Wyobraź sobie następującą sytuację...”. W instrukcji wyjaśniono, że celem osoby badanej jest wczucie się w sytuację bohatera opisanego scenariusza tak, jakby on sam w tej sytuacji uczestniczył i ją przeżywał. Gdy badany zapoznał się ze scenariuszem, przechodził do kolejnych plansz, na których wyświetlały się po kolei



Rysunek 1. Schemat obrazujący procedurę eksperymentalną.

samoopisowe stwierdzenia dotyczące tego, co myślałby o sobie w tej sytuacji (autoewaluacja), na czym skupiałby swoją uwagę (rodzaj zaangażowania Ja), oraz dodatkowych aspektów sytuacji (gotowości do eksternalizacji winy, tendencji behawioralnych, nastroju). Ponieważ owe dodatkowe aspekty sytuacji nie stanowią istoty niniejszego artykułu, nie będą w tym miejscu szerzej opisywane. Do każdego ze stwierdzeń badani ustosunkowywali się za pomocą 7-stopniowej, dwubiegunowej skali, naciskając odpowiedni klawisz na klawiaturze (krańce skali opisano etykietami *zdecydowanie nie* i *zdecydowanie tak*). Treść stwierdzeń (pytań) prezentuje tabela 1. Ostatnie pytanie stanowiło podstawę późniejszej weryfikacji trafności eksperymentalnej – badani mieli określić, jaką emocję najprawdopodobniej odczuwaliby w danej sytuacji (wybierali jedną spośród siedmiu prezentowanych).

Ponieważ zastosowano schemat wewnątrzgrupowy, każdy uczestnik badany był we wszystkich czterech warunkach eksperymentalnych (scenariusz prototypowy dla

wstydu, poczucia winy, zakłopotania oraz warunek kontrolny). Kolejność warunków dla każdej osoby była losowo generowana przez komputer. Dodatkowo program SuperLab rejestrował czasy reakcji osób badanych na każde z pytań, co pozwoliło wykluczyć osoby udzielające odpowiedzi w sposób mechaniczny i nieprzemyślany (bardzo krótkie odstępy czasu między prezentacją pytania a udzieleniem odpowiedzi). Podsumowując, zmienną niezależną stanowił rodzaj prototypowej sytuacji emocjonalnej i przyjmowała ona cztery wartości (wstyd, poczucie winy, zakłopotanie, neutralna). Zmienne zależne stanowił rodzaj dokonywanej autoatrybucji (odrębnie mierzone autoatrybucje szczegółowe i całościowe) oraz rodzaj zaangażowania Ja (skupienie na Ja odzwierciedlonym, Ja idealnym, skupienie na czynie). Dodatkową zmienną zależną, służącą weryfikacji trafności manipulacji eksperymentalnej, był wybór odczuwanej emocji (gniew, wstyd, radość, zakłopotanie, smutek, poczucie winy, obojętność). Schemat eksperymentalny obrazuje rysunek 1.

Tabela 1
Samoopisowe stwierdzenia służące pomiarowi zmiennych zależnych (wersja dla mężczyzn)

| Zmienna zależna | Treść stwierdzenia |
|----------------------------------|---|
| Autoatrybucja szczegółowa | Badanie 1: W tej sytuacji będziesz myślał: „Zachowałem się beznadziejnie” Badanie 2: W tej sytuacji będziesz myślał: „Gdybym tylko nie zachował się tak beznadziejnie” |
| Autoatrybucja całościowa | Badanie 1: W tej sytuacji będziesz myślał: „Jestem beznadziejny” Badanie 2: W tej sytuacji będziesz myślał: „Gdybym tylko nie był taki beznadziejny” |
| Skupienie na Ja idealnym | Będziesz myślał o tym, jak to możliwe że okazałeś się taką osobą |
| Skupienie na czynie | Będziesz myślał o tym, co zrobisz i jak bardzo tego żałujesz |
| Skupienie na Ja odzwierciedlonym | Będziesz myślał o tym, co inni sobie o Tobie pomyślą |

EKSPERYMENT I

Pierwszy eksperyment przeprowadzono z udziałem 96 studentów Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie, w równej liczbie kobiet i mężczyzn. Wzięto pod uwagę trzy kierunki studiów: politologię, ekonomię oraz chemię. Rozkład zmiennych płęć oraz kierunek studiów był idealnie symetryczny (po 16 kobiet i mężczyzn dla każdego uwzględnionego kierunku studiów). Wszyscy badani byli studentami III roku studiów stacjonarnych. Badanie prowadzone było indywidualnie, każda osoba badana pracowała na tym samym komputerze w warunkach prywatności. Jako instrukcję maskującą podawano badanym informację, że badanie dotyczy sposobu reagowania w sytuacjach trudnych.

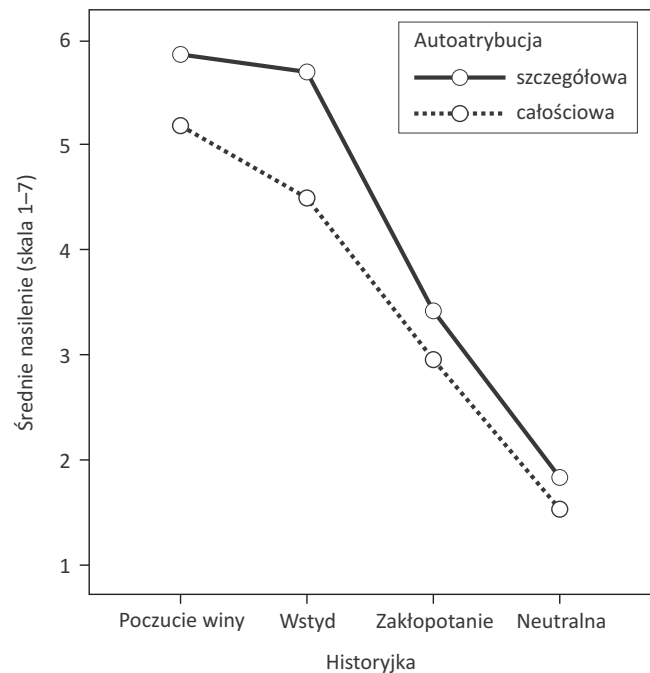
W pierwszym eksperymencie pomiar tendencji autoatrybucyjnych miał formę pytań wprost (tabela 1). Zgodnie z sugestią Tangney (por. Tangney, Dearing, 2004) pytań nie formułowano w sposób: na ile za to, co się stało, winisz swoje Ja vs. zachowanie”, użyto natomiast sformułowań *jestem...* (negatywny przymiotnik) vs. *zachowałem się...* (negatywny przymiotnik).

Wykorzystane scenariusze (patrz: załącznik) opisywały: zdradę seksualną (poczucie winy), utratę kontroli nad własnym zachowaniem pod wpływem alkoholu (wstyd), publicznie ujawnioną niezgrabność ze szkoda własną (zakłopotanie), oraz niemożność udzielenia pomocy z przyczyn niezależnych od podmiotu (neutralna).

WYNIKI

Aby sprawdzić trafność manipulacji eksperymentalnej, analizowano procentowy rozkład wyborów emocjonalnych (ostatnie pytanie) w każdym z czterech warunków eksperymentalnych, czyli dla każdego scenariusza. W historii prototypowej dla poczucia winy 68,8% osób dokonało zgodnego z kluczem wyboru, w scenariuszu neutralnym brak odczuwania jakiejkolwiek emocji (obojętność) wybrało 72,9% badanych. Mniejszą prototypowość, choć zgodną z założeniami badania, otrzymano w przypadku scenariuszy wstydu i zakłopotania. Dla scenariusza wstydu odpowiedzi zgodnych z kluczem było 55,2% (drugą najczęściej wybieraną emocją było zakłopotanie – 25%). Analogicznie przy historii opisującej zakłopotanie odpowiedzi zgodnych z założeniami było 50%, a drugą najczęściej wybieraną emocją był wstyd (26%). Zwraca uwagę fakt, że część osób badanych w sytuacji prototypowej dla wstydu deklarowała odczuwanie zakłopotania i dokładnie analogiczna tendencja ujawniła się w przypadku historii prototypowej dla zakłopotania. Warto zaznaczyć, że w badaniach wstępnych dla tych samych scenariuszy uzyskano wyższą prototypowość.

Do weryfikacji hipotez wykorzystano analizę wariancji w schemacie wewnątrzgrupowym (GLM 3) oraz pakiet SPSS w wersji 17.0 PL. W celu weryfikacji hipotezy 1 przeprowadzono analizę dwuczynnikową: dla efektu autoatrybucji (szczegółowa vs. całościowa) oraz manipulacji eksperymentalnej (sytuacja wstydu vs. poczucia winy vs. zakłopotania vs. neutralna). Test Mauchly'ego ujawnił, że dla efektu interakcji między rodzajem autoatrybucji a manipulacją eksperymentalną założenie o sferyczności zostało złamane ($\chi^2_{(5)} = 13,18; p < 0,05$), dlatego przy interpretacji uwzględniono poprawkę Greenhouse'a-Geissera ($\epsilon = 0,94$). Testy efektów wewnątrzobiektywnych ujawniły istotny efekt główny rodzaju autoatrybucji [$F(1, 95) = 70,05; p < 0,001; \eta^2 = 0,42$]. Bez względu na warunek eksperymentalny ludzie w większym stopniu dokonywali autoatrybucji szczegółowych (oszacowana średnia brzegowa $M = 4,20; SE = 0,20$) niż całościowych ($M = 3,54; SE = 0,12$). Istotny okazał się również drugi z efektów głównych manipulacji eksperymentalnej [$F(3, 285) = 155,31; p < 0,001; \eta^2 = 0,62$]. Poziom dokonywanych autoatrybucji zależał od rodzaju historii bodźcowej, badani dokonywali najsilniejszych autoatrybucji, wczuwając się w sytuację typową dla poczucia winy i wstydu (oszacowane średnie brzegowe wynosiły odpowiednio $M = 5,52; SE = 0,17$ i $M = 5,09; SE = 0,18$) w zdecydowanie mniejszym stopniu przy zakłopotaniu



Rysunek 2. Średni stopień zgadzania się ze stwierdzeniami dotyczącymi tendencji autoatrybucyjnych dla poszczególnych historii (badanie 1).

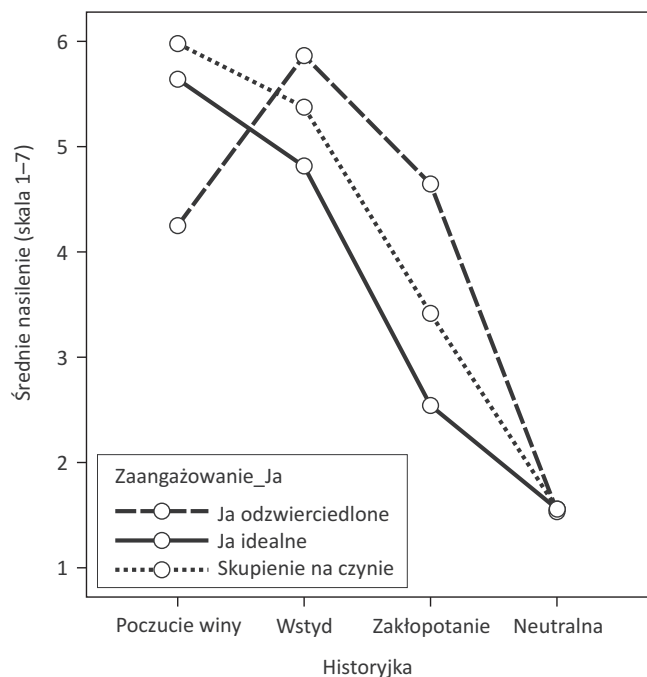
($M = 3,18$; $SE = 0,16$) oraz w sytuacji neutralnej ($M = 1,68$; $SE = 0,11$). Efekt interakcji obu zmiennych także był istotny, jednakże jego siła była zdecydowanie słabsza niż efektów głównych [$F(2,78; 263,87) = 6,94$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,07$].

Z rysunku 2 wynika, że wzorec wyników dla obu rodzajów autoatrybucji pozostał identyczny w każdym z czterech warunków eksperymentalnych, pomimo tego, że interakcja między predyktorami okazała istotna statystycznie. Przeprowadzona dodatkowa analiza efektów prostych ujawniła, że tendencja do autoatrybucji szczegółowej była w każdym z warunków eksperymentalnych istotnie wyższa niż tendencja do autoatrybucji całościowej (choć siła efektu różniła się między poszczególnymi warunkami: najsilniejsza dla wstydu: $\eta^2 = 0,34$; najslabsza dla scenariusza neutralnego: $\eta^2 = 0,08$). Powyższe wyniki pozwoliły na pozytywną weryfikację hipotezy 1. Bez względu na rodzaj doświadczanej negatywnej emocji samoświadomościowej (prototypowej sytuacji bodźcowej) badani w większym stopniu dokonywali autoatrybucji szczegółowych niż całościowych.

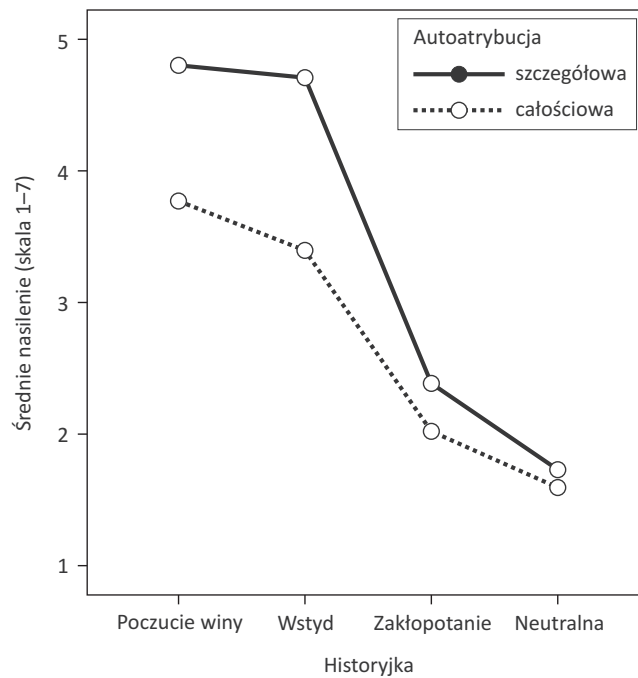
Do weryfikacji hipotezy 2 i 3 ponownie wykorzystano dwuczynnikową analizę wariancji w schemacie wewnątrzgrupowym (GLM 3). Analogicznie jak w pierwszym przypadku do modelu wprowadzono efekt manipulacji

eksperymentalnej (cztery warunki) oraz rodzaj zaangażowania Ja (skupienie na Ja idealnym vs. skupienie na Ja odzwierciedlonym. Test sferyczności Mauchly'ego ujawnił, że dla zaangażowania Ja oraz interakcji obu efektów warunek sferyczności został złamany (odpowiednio: $\chi^2(2) = 15,83$; $p < 0,001$ oraz $\chi^2(20) = 80,80$; $p < 0,001$). Przy analizach uwzględniono więc poprawkę Greenhouse'a-Geissera (odpowiednio $\epsilon = 0,86$ i $\epsilon = 0,77$). Ponownie oba efekty główne okazały się istotne statystycznie. Osoby badane we wszystkich czterech warunkach eksperymentalnych w różnym stopniu skupiały się na dokonanym czynnie, Ja idealnym oraz Ja odzwierciedlonym (efekt rodzaju zaangażowania Ja, $F(1,72; 164,5) = 12,22$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,11$). Istotny efekt główny manipulacji eksperymentalnej oznaczał, że rodzaj sytuacji bodźcowej różnicował poziom zaangażowania Ja ($F(3, 285) = 223,20$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,70$). Najbardziej interesująca interpretacyjnie była jednak interakcja między obiema zmiennymi [$F(4,54; 431,73) = 45,37$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,32$]. Zgodnie z przewidywaniami autora w sytuacjach prototypowych dla wstydu, poczucia winy i zakłopotania osoby badane w odmienny sposób angażowały poznawczo swoje Ja.

Analiza efektów prostych połączona z analizą kontrastów wewnątrzgrupowych (prostych) pozwoliła zweryfi-



Rysunek 3. Średni stopień zgadzania się ze stwierdzeniami dotyczącymi rodzaju zaangażowania Ja dla poszczególnych historyjek (badanie 1).



Rysunek 4. Średni stopień zgadzania się ze stwierdzeniami dotyczącymi tendencji autoatrybucyjnych dla poszczególnych historyjek (badanie 2).

kować hipotezy 2 i 3. W sytuacji prototypowej dla wstydu badani istotnie silniej skupiali się na Ja odzwierciedlonym ($M = 5,86$; $SD = 1,68$) niż na czynie, którego się dopuścili ($M = 5,38$; $SD = 1,86$). Efekt prosty zmiennej zaangażowanie Ja dla scenariusza wstydu okazał się istotny statystycznie [$F(2, 190) = 15,69$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,14$], a test kontrastów wewnątrzbielkowych dla skupienia na Ja odzwierciedlonym i skupienia na czynie również przekroczył próg istotności statystycznej [$F(1, 95) = 6,96$; $p < 0,01$]. Uzyskany wynik pozwala pozytywnie zweryfikować hipotezę 2. Zgodnie z hipotezą 3, w sytuacji prototypowej dla poczucia winy zaobserwowano dokładnie odwrotną tendencję. Osoby badane istotnie silniej skupiały się na dokonanym czynie ($M = 5,98$; $SD = 1,61$) niż na tym, co inni mogliby o nich pomyśleć w tej sytuacji ($M = 4,25$; $SD = 2,17$). Efekt prosty zmiennej zaangażowanie Ja dla scenariusza poczucia winy okazał się istotny statystycznie [$F(2, 190) = 39,16$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,29$], podobnie jak odpowiadający powyższemu porównaniu test kontrastów wewnątrzbielkowych [$F(1, 95) = 50,60$; $p < 0,001$]. Pozwala to na pozytywną weryfikację hipotezy 3, zakładającej większą tendencję do skupiania się na dokonanym czynie i jego konsekwencjach niż na Ja odzwierciedlonym w sytuacjach prototypowych dla poczucia winy.

Tendencja do skupiania się na Ja idealnym (a dokładniej postrzeganej rozbieżności między Ja realnym a Ja idealnym) wystąpiła przede wszystkim w sytuacji prototypowej dla poczucia winy. Co charakterystyczne, okazała się ona silniejsza ($M = 5,66$; $SD = 1,82$) od tendencji do skupiania się na Ja odzwierciedlonym ($M = 4,25$; $SD = 2,17$). Odwrotną relację zaobserwowano w scenariuszu prototypowym dla wstydu. Osoby badane istotnie bardziej troszczyły się o wywarte wrażenie ($M = 5,86$; $SD = 1,68$) niż ogniskowały swą uwagę na Ja idealnym ($M = 4,81$; $SD = 1,93$). Analiza kontrastów wewnątrzbielkowych pokazała, że w obu przypadkach różnice te były istotne statystycznie (dla poczucia winy: $F(1, 95) = 42,22$; $p < 0,001$; dla wstydu $F(1, 95) = 23,66$; $p < 0,001$). Interesujące wyniki uzyskano dla scenariusza zakłopotania. Wzorzec zaangażowania Ja okazał się identyczny z uzyskanym dla scenariusza wstydu, a różnice między nimi miały charakter wyłącznie ilościowy.

Dyskusja

Zgodnie z oczekiwaniami w sytuacjach prototypowych dla poczucia winy, wstydu i zakłopotania badani w większym stopniu winili swoje zachowanie niż swoje Ja. Są to wyniki sprzeczne z założeniami M. Lewisa (1992), H. B. Lewis (1971), Tangney (Tangney, Dearing, 2004) czy Tracy i Robinsa (2004) o rodzaju dokonywanych

autoatrybucji (całościowe vs. szczegółowe) jako istocie rozróżnienia między wstydem a poczuciem winy.

Szczególnie interesujące okazały się dane świadczące o odmiennym schemacie zaangażowania Ja. W sytuacji prototypowej dla wstydu badani skupiali się przede wszystkim na wyobrażonych ocenach społecznych na temat własnej osoby, w nieco mniejszym stopniu na dokonanym czynie oraz rozbieżności między Ja realnym a Ja idealnym. Odwrotny wzorzec zaobserwowano dla scenariusza poczucia winy, skupienie na czynie oraz Ja idealnym wyraźnie przeważało nad troskami o wizerunek Ja w oczach innych osób. Sugeruje to, że dla emocji wstydu charakterystyczny jest stan samoświadomości publicznej, podczas gdy poczuciu winy towarzyszy stan samoświadomości prywatnej. Wyniki uzyskane dla zakłopotania świadczą o trafności hipotezy, zgodnie z którą stanowi ono słabszą formę wstydu. Ze względu na fakt, że otrzymane zależności mogły mieć swe źródło nie tyle w istocie omawianych emocji, ile w specyficznej treści użytych w eksperymencie scenariuszy, zaplanowano kolejne badanie z wykorzystaniem nowego materiału bodźcowego.

EKSPERYMENT II

Eksperyment drugi zaprojektowano jako replikację pierwszego. Procedura wyodrębnienia nowych, prototypowych historyjek była analogiczna jak w badaniu pierwszym. Na etapie wstępnym poproszono grupę 42 studentów Politechniki Lubelskiej o przypomnienie sobie sytuacji, w których odczuwali wstyd, poczucie winy i zakłopotanie. Wybór uczelni podyktowany był dążeniem do uzyskania informacji od grupy, która w toku studiów nie odbywała zajęć z psychologii. Autorowi zależało również na tym, aby scenariusze pochodziły przede wszystkim od mężczyzn (w pierwszym zestawie scenariuszy pochodziły one przede wszystkim od kobiet). Na podstawie analizy osobistych doświadczeń sformułowano osiem scenariuszy, których prototypowość została w dalszej kolejności zweryfikowana na 120-osobowej próbie studentów pedagogiki i psychologii. Ostatecznie wybrano cztery najbardziej prototypowe scenariusze, po jednym dla wstydu, poczucia winy, zakłopotania oraz scenariusz kontrolny (neutralny). Scenariusz wstydu opisywał sytuację przyłapania na ściąganiu na egzaminie (73,6% wyborów tej emocji w próbie weryfikacyjnej), scenariusz poczucia winy dotyczył zaniedbania w relacji z dziadkiem (babcią), co doprowadziło do kontuzji starszej osoby (85,1% wyborów). Historyjka prototypowa dla zakłopotania opowiadała zdarzenie, w którym podmiot spotykał na ulicy kogoś, kto dobrze go pamiętał, choć on sam nie mógł sobie przypomnieć, skąd zna tę osobę (90,1% wyborów). Wreszcie scenariusz neutralny opisywał sytuację,

w której podmiot nie mógł udzielić informacji starszej osobie z przyczyn obiektywnych (71,1% wyborów).

Wprowadzono również drobną modyfikację sposobu pomiaru zmiennej rodzaj dokonywanej autoatrybucji. W pierwszym eksperymencie pytania miały formę bezpośrednią, natomiast w drugim przyjęto formę kontrfaktyczną: „Gdybym tylko nie był taki...”, „Gdybym tylko nie zachował się tak...” (tabela 1). Inspiracją do tej zmiany była sugestia sformułowana przez Tangney, że kontrfaktyczna forma autonarracji jest bardziej naturalna w analizie doświadczeń emocji samoświadomościowych i mniej abstrakcyjna dla osób badanych (por. Niedenthal, Tangney, Gavanski, 1994; Tangney, Dearing, 2004).

W drugim eksperymencie, podobnie jak w eksperymencie pierwszym, wzięło udział 96 studentów Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, w równej liczbie kobiet i mężczyzn. Tym razem do udziału zaproszono studentów II roku studiów stacjonarnych, studiujących na kierunkach: socjologia (50% badanych), politologia (29,2%) oraz rysunek i malarstwo (20,8%). Badanie prowadzono z użyciem tej samej wersji programu SuperLab oraz na tym samym komputerze. Warunki badania również były analogiczne (pojedynczo, w osobnym pomieszczeniu).

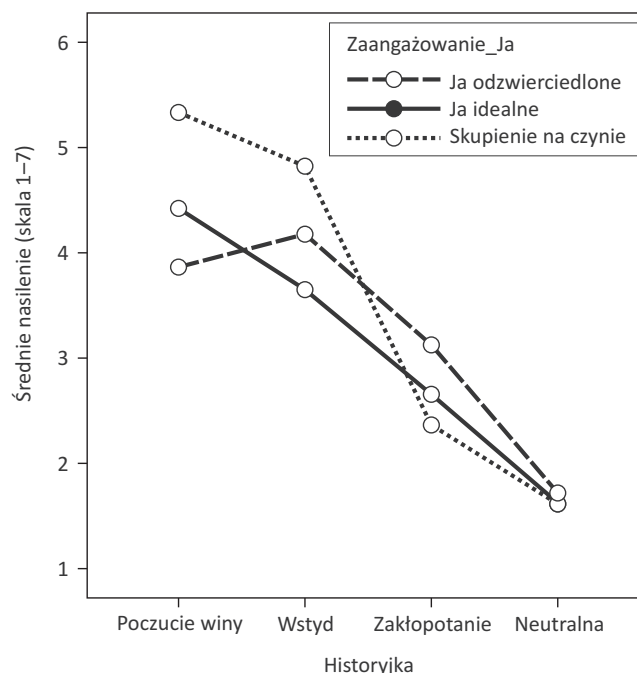
WYNIKI

Weryfikacja skuteczności manipulacji eksperymentalnej ujawniła mniejszą prototypowość zastosowanych historyjek niż uzyskano w próbie weryfikującej ich treść, chociaż w każdym przypadku dominującym wyborem była emocja zgodna z założeniami autora. Najwyższą prototypowość uzyskano dla scenariusza zakłopotania (75% odpowiedzi zgodnych z kluczem) oraz scenariusza neutralnego (59,4% badanych wybrało obojętność). Nieco niższą prototypowość otrzymano w przypadku poczucia winy (51% wyborów tej emocji). Najmniej prototypowa okazała się historyjka opisująca sytuację typową dla wstydu (32,3% wyborów), była to jednak najczęstsza z udzielanych odpowiedzi, w dalszej kolejności osoby badane wybierały gniew (25%) oraz zakłopotanie (22,9%).

Pomimo zastosowania pomiaru tendencji autoatrybucyjnych w formie kontrfaktycznej, w odniesieniu do hipotezy 1 uzyskano praktycznie identyczne wyniki, jak w badaniu 1. Dwuczynnikowa analiza wariancji w schemacie wewnątrzgrupowym ujawniła istotne efekty główne rodzaju dokonywanej autoatrybucji [$F(1, 95) = 83,18; p < 0,001; \eta^2 = 0,47$] oraz manipulacji eksperymentalnej [$F(2,68; 254,09) = 93,06; p < 0,001; \eta^2 = 0,50$] jak również istotny efekt interakcji [$F(2,69; 255,76) = 11,55; p < 0,001; \eta^2 = 0,11$]. Dla efektu głównego manipulacji oraz efektu interakcyjnego test Mauchly’ego udowodnił złamanie założenia sferyczności [$\chi^2(5) = 20,72; p < 0,01$]

oraz $\chi^2(5) = 17,74; p < 0,01$], dlatego dla tych dwóch efektów uwzględniono poprawkę Greenhouse’a–Geissera (odpowiednio $\epsilon = 0,89$ i $\epsilon = 0,90$). Związek między rodzajem autoatrybucji a sytuacją eksperymentalną obrazuje rysunek 4.

Efekt główny rodzaju dokonywanej autoatrybucji, podobnie jak w pierwszym badaniu, ujawnił, że ludzie w istotnie większym stopniu winili swoje zachowanie – autoatrybucja szczegółowa (oszacowane średnie brzegowe $M = 3,41; SE = 0,12$) niż swoje Ja – autoatrybucja całościowa ($M = 2,70; SE = 0,12$). Efekt ten był szczególnie silny dla poczucia winy [$F(1, 95) = 42,74; p < 0,001; \eta^2 = 0,31$] oraz wstydu [$F(1, 95) = 39,81; p < 0,001; \eta^2 = 0,30$]. Istotny efekt interakcji rodzaju dokonywanej autoatrybucji i manipulacji eksperymentalnej wynikał z faktu, że dla scenariusza neutralnego różnica między autoatrybucją szczegółową a całościową nie przekroczyła progu istotności statystycznej [$F(1, 95) = 1,24; p = n.i.$]. Ponieważ dla wszystkich trzech warunków eksperymentalnych przewaga tendencji do autoatrybucji szczegółowej nad tendencją do autoatrybucji całościowej była istotna statystycznie, hipoteza pierwsza ponownie została potwierdzona. Bez względu na rodzaj doświadczanej negatywnej emocji samoświadomościowej osoby badane w większym stopniu dokonywały autoatrybucji szczegółowych niż całościowych.



Rysunek 5. Średni stopień zgadzania się ze stwierdzeniami dotyczącymi rodzaju zaangażowania Ja dla poszczególnych historyjek (badanie 2).

Analiza wyników dla rodzaju zaangażowania Ja dała nieco inny rozkład wyników niż w badaniu pierwszym (rysunek 5). Podobnie jak w pierwszym eksperymencie istotne okazały się oba efekty główne oraz efekt interakcji. Dla efektu głównego zaangażowania Ja złamane zostało założenie sferyczności [$\chi^2(2) = 11,00; p < 0,01$] stąd dla statystyki F stosowano poprawkę Greenhouse'a-Geissera ($\epsilon = 0,90$). Osoby badane w różnym stopniu skupiały się na dokonanym czynie, Ja idealnym i Ja odzwierciedlonym [$F(1,80; 171,11) = 9,22; p < 0,001; \eta^2 = 0,09$]. Podobnie jak w eksperymencie pierwszym, istotny okazał się również efekt główny manipulacji eksperymentalnej [$F(3, 285) = 113,25; p < 0,001; \eta^2 = 0,54$]. Do interpretacji wyników posłużyła przede wszystkim analiza efektu interakcyjnego między tymi zmiennymi [$F(4,83; 458,84) = 15,91; p < 0,001; \eta^2 = 0,14$]. Test istotności statystyki F dla efektu interakcyjnego uwzględniał poprawkę Greenhouse'a-Geissera ($\epsilon = 0,81$) ze względu na złamanie założenia sferyczności [$\chi^2(20) = 67,01; p < 0,001$].

Analiza efektów prostych połączona z analizą kontrastów wewnątrzgrupowych (prostych) pozwoliła na weryfikację 2 i 3 hipotezy badawczej. W sytuacji prototypowej dla poczucia winy osoby badane w istotnie większym stopniu skupiały się na dokonanym czynie ($M = 5,33; SD = 1,79$) niż na tym, co inni mogliby o nich pomyśleć w tej sytuacji ($M = 3,86; SD = 1,96$). Efekt prosty zmiennej zaangażowanie Ja obliczony dla scenariusza poczucia winy okazał się istotny statystycznie [$F(2, 190) = 25,67; p < 0,001; \eta^2 = 0,21$], a test kontrastów wewnątrzgrupowych dla skupienia na Ja odzwierciedlonym i skupienia na czynie również przekroczył próg istotności statystycznej [$F(1, 95) = 44,93; p < 0,001$]. Pozwala to na pozytywną weryfikację hipotezy 3. Dla scenariusza wstydu uzyskano zależność odwrotną od oczekiwanej. Badani, wczuwając się w bohatera tej historyjki, podobnie jak było to w przypadku poczucia winy, w istotnie większym stopniu skupiali się na dokonanym czynie ($M = 4,82; SD = 1,99$) niż na Ja odzwierciedlonym ($M = 4,18; SD = 2,22$). Jest to wynik świadczący o czymś odwrotnym niż zakładano w hipotezie 2 i, jak widać, w eksperymencie drugim sytuacje prototypowe dla wstydu i poczucia winy nie różniły się stopniem skupienia na Ja odzwierciedlonym i dokonanym czynie.

Uzyskano natomiast zależność między skupieniem na Ja idealnym oraz Ja odzwierciedlonym identyczną, jaka ujawniła się w pierwszym eksperymencie. Osoby badane w sytuacji prototypowej dla poczucia winy w istotnie większym stopniu skupiały się na Ja idealnym ($M = 4,44; SD = 2,07$) niż Ja odzwierciedlonym ($M = 3,86; SD = 1,96$), a analiza kontrastów pokazała, że różnice te były istotne statystycznie [$F(1, 95) = 5,92; p < 0,05$]. W sytuacji

prototypowej dla wstydu zależność była odwrotna, badani w istotnie większym stopniu skupiali się na Ja odzwierciedlonym ($M = 4,18; SD = 2,22$) niż na Ja idealnym ($M = 3,67; SD = 2,08$), co potwierdziła analiza kontrastów [$F(1, 95) = 5,48; p < 0,05$].

W scenariuszu prototypowym dla zakłopotania uzyskano podobne wyniki jak w scenariuszu prototypowym dla wstydu (istotna przewaga skupienia na Ja odzwierciedlonym nad Ja idealnym). Wyraźną różnicę stanowiła tendencja do kierowania swej uwagi na czyn, którego dopuścił się podmiot. W warunkach wstydu istotnie przeważała ona nad tendencją do skupienia się na Ja idealnym i Ja odzwierciedlonym (wewnątrzgrupowy kontrast różnicy istotny statystycznie: $F(1, 95) = 15,30; p < 0,001$), natomiast w scenariuszu typowym dla zakłopotania była od nich istotnie niższa [wewnątrzgrupowy kontrast różnicy istotny statystycznie: $F(1, 95) = 11,02; p < 0,01$].

Dyskusja

Mimo niższej prototypowości zastosowanych scenariuszy, w eksperymencie drugim uzyskano bardzo podobny wzorec wyników do tego, jaki otrzymano w pierwszym badaniu. Najmniej spójne okazały się rezultaty dla scenariusza wstydu. Niższy niż zakładano poziom skupienia na Ja odzwierciedlonym wynikał najprawdopodobniej z najniższej prototypowości tego scenariusza. Opowiadał on sytuację, w której bohater zostaje przyłapany na ściąganiu na egzaminie. Co ciekawe, motyw oszukiwania na egzaminie połączony z faktem ujawnienia owego oszustwa był najczęściej opisywaną sytuacją przeżywania wstydu w badaniu pilotażowym (gdzie studenci politechniki mieli za zadanie przypomnieć sobie osobiste doświadczenia tej emocji). Możliwe jest, że sytuacje te były przywoływane z pamięci nie ze względu na wielkość odczuwanego dys stresu, ale ze względu na powszechność tego typu zdarzeń oraz związaną z nią dostępność poznawczą. Brak zinternalizowanej normy uczciwości akademickiej oraz społeczne przyzwolenie na takie zachowania wśród polskich studentów prawdopodobnie spowodowało zmniejszenie obaw związanych z własnym wizerunkiem, a przez to mniejsze niż w poprzednim badaniu skupienie na Ja odzwierciedlonym.

DYSKUSJA PODSUMOWUJĄCA

W obu badaniach uzyskano wyniki sprzeczne z poznawczo-atrybucyjną teorią emocji samoświadomościowych M. Lewisa (1992), podejściem H.B. Lewis (1971) oraz Tangney (Tangney, Dearing, 2004), pośrednio również Tracy i Robinsa (2004). Uczestnicy obu eksperymentów w sytuacjach prototypowych dla wstydu, poczucia winy i zakłopotania za każdym razem w większym

stopniu winili swoje zachowanie niż swoje Ja, chociaż zgodnie z założeniami powyższych autorów w sytuacji prototypowej dla wstydu tendencja ta powinna ulec odwróceniu. Tymczasem przewaga autoatrybucji szczegółowej nad całościową była w obu przypadkach największa właśnie w scenariuszach, w których badani przeżywaliby (przynajmniej deklaracyjnie) właśnie tę emocję. Co więcej, tendencja utrzymała się bez względu na to, czy pytania formułowano wprost czy w formie kontrfaktycznej.

Istnieje kilka możliwych interpretacji uzyskanego wyniku. Po pierwsze, jest on spójny z uogólnioną i uniwersalną tendencją do autowaloryzacji, czyli motywem związanym z Ja polegającym na dążeniu do obrony, podtrzymania lub nasilenia dobrego mniemania o sobie oraz egotyzmem atrybucyjnym (Taylor, Fiske, 1991; Wojciszke, 2002). Sytuacje opisane w scenariuszach stawiały jego bohatera wobec zagrożenia samooceny. W takich okolicznościach reakcją adaptacyjną jest przypisywanie źródła własnego negatywnego zachowania czynnikom kontrolowalnym, chwilowym oraz skonkretyzowanym, jakimi są chwilowe nastawienie, nieuwaga, niefrasobliwość czy niewłaściwa postawa. Niewątpliwie uzyskane wyniki potwierdzają odmienny status emocji wstydu w kulturze polskiej w porównaniu do kultury amerykańskiej. We wcześniejszych badaniach polskich (Harwas-Napierała, Trempała, 1991) wstyd był przez młodych Polaków uznawany za emocję mniej intensywną i mniej destruktywną niż poczucie winy oraz niezwiązaną z wymiarem unikania. Tymczasem z badań amerykańskich wyłania się obraz wstydu jako emocji destruktywnej, związanej z brakiem kontroli, motywującej do wycofania lub ucieczki (Damhuis, 1991; Ferguson, Stegge, Lewis, 1971; Lindsey-Hartz, 1984; Tangney, 1991, 1993). W kulturach promujących współzależny schemat Ja wstyd jest emocją społecznie pożądaną, stanowi rodzaj moralnej cnoty, motywując jednostkę do przestrzegania norm i standardów, a przez to do stawiania się bardziej wartościową dla społeczeństwa (Abu-Lughod, 1986; Eid, Diener, 2001; Fischer i in., 1999; Li i in., 2004; Mesquita, Karasawa, 2004; Wallbott, Scherer, 1995). Można postawić hipotezę, że kosztem dominacji Ja niezależnego w kulturze jest właśnie destrukcyjna i nieadaptacyjna forma, jaką przyjmuje w takich społeczeństwach emocja wstydu. Skoro za źródło sukcesów uważana jest przede wszystkim inteligencja i pracowitość, nie powinno być zaskoczeniem, że w percepcji członków kultury indywidualistycznej źródłem porażek jest głupota, lenistwo czy niemoralność.

Powyższe rozważania mogą sugerować, iż traktując uzyskane wyniki jako pochodzące z kultury kolektywistycznej. W skali indywidualizmu-kolektywizmu

Hofstede'a (2001) naszemu krajowi przyznano 60 punktów, który to wynik zbliża nas bardziej do kultur *stricte* indywidualistycznych (80 i więcej punktów) niż kolektywistycznych (poniżej 30 punktów). Lewicka (2005) sugeruje, że owo oszacowanie może wydawać się zawyżone, biorąc pod uwagę szczególną rolę rodziny i więzi rodzinnych w kulturze polskiej. Potwierdzają to wyniki badań prowadzone w ramach projektu GLOBE (House i in., 2004), w których rozróżniano między kolektywizmem instytucjonalnym a kolektywizmem rodzinnym. Przy takim rozróżnieniu rodzima kultura wydaje się bardziej kolektywistyczna niż indywidualistyczna właśnie w wymiarze rodzinnym. Różnice uzyskane między otrzymanymi rezultatami a koncepcjami opisywanymi w literaturze amerykańskiej mogą wynikać z innego wymiaru kulturowego, wymiaru uniwersalizmu vs. partykularyzmu (Trompenaars, Hampden-Turner, 2002). Boski (2010) charakteryzuje polską kulturę jako „ludzka” (humanistyczną), co w praktyce oznacza niekierowanie się imperatywem kategorycznym, czyli założeniem, że normy i zasady społeczne działają bezwyjątkowo i dotyczą każdego w takim samym stopniu (uniwersalizm). Dla Polski bardziej charakterystyczny jest partykularyzm, czyli dopuszczalność nagięcia norm i zasad ze względu na relacje osobiste, grupowe czy lojalność wobec członków własnej grupy. Z jednej strony sprzyja on nadawaniu codziennym relacjom charakteru bardziej osobistego (odformalizowanego), ale z drugiej – ułatwia patologizację życia społecznego (nepotyzm, korupcja). Partykularyzm w odpowiedziach badanych osób ujawnił się chociażby w omawianej już wcześniej niskiej prototypowości historyjki opisującej oszukiwanie na egzaminie. Powszechnie znaną prawdą jest to, że pewne normy są w naszym kraju traktowane z przymrużeniem oka, co może skutkować tym, iż ich złamanie nie wywoła tendencji do negatywnego oceniania całego Ja.

Nie należy również zapominać, że sami twórcy i zwolennicy rozróżnienia między wstydem i poczuciem winy na wymiarze Ja vs. zachowanie nie byli w stanie w sposób satysfakcjonujący udowodnić swoich tez na rodzimym gruncie. Faktem jest, że koncepcja Tangney i M. Lewisa została oparta na doświadczeniach H. B. Lewisa (1971) z pacjentami nerwicowymi. Analogiczne rozumienie opisywanych emocji samoświadomościowych pojawia się w literaturze nurtu klinicznego i psychoterapeutycznego (por. Dodziuk, 1999; Kurtz, 2007; Potter-Effron, Potter-Effron, 1989). Jednoznacznie nasuwa się interpretacja, że tendencja do autoatrybucji całościowej stanowić może diagnostyczną cechę patologicznej formy negatywnych emocji samoświadomościowych. Traktowanie emocji wstydu jako nieadaptacyjnej jest sprzeczne z faktem, że

emocje powszechnie uważane są za mechanizmy ewolucyjne ułatwiające realizację celów związanych z przeżyciem i reprodukcją (Cosmides, Tooby, 2005). Człowiek wykształcił w toku ewolucji złożoną i zhierarchizowaną strukturę społeczną i nasze przetrwanie zależy obecnie w dużej mierze od zdolności do przewyższania licznych i skomplikowanych problemów interpersonalnych. Wypromowało to ewolucję specjalnej grupy emocji skierowanych na osiąganie celów społecznych. Tracy i Robins (2007) podkreślają, że to właśnie emocje samoświadomościowe stymulują zachowania zwiększające stabilność hierarchii społecznej, umacniające status i rolę jednostek. Z tej perspektywy uznawanie wstydu jako mechanizmu emocjonalnego ze swej istoty nieadaptacyjnego budzi poważne wątpliwości.

Kluczowy dla rozróżnienia między wstydem, poczuciem winy i zakłopotaniem wydaje się rodzaj zaangażowania Ja (ukierunkowanie uwagi podmiotu). Zgodnie z przewidywaniami, skupienie na dokonanym czynie i konsekwencjach z nim związanych było charakterystyczne przede wszystkim dla poczucia winy, w istotnie mniejszym stopniu dla wstydu, najmniej dla zakłopotania. Z drugiej strony, w sytuacjach uznanych za prototypowe dla wstydu ujawniła się najsilniejsza troska podmiotu o swój społeczny wizerunek, o to, jak inni go postrzegają w związku z czynem, jakiego się dopuścił. W tym obszarze uzyskane wyniki pozostają zbieżne z wynikami badań amerykańskich. Ludzie przeżywający wstyd skupiali się przede wszystkim na wyobrażonej opinii otoczenia, mieli poczucie „odsłonięcia” Ja. Przy doświadczaniu winy bardziej skupiali się na własnym myślach, przeżywali rozterki sumienia, czynili sobie wyrzuty, obwiniali się za to, co się stało, co oznacza jednoznaczne i wyraźne skupienie na własnych myślach i konsekwencjach swoich działań (Ferguson, Stegge, Damhuis, 1991; Smith i in., 2002; Tangney, 1992; Tangney i in., 1996). Zakładana w hipotezie 2 przewaga skupienia na Ja odzwierciedlonym nad skupieniem na czynie w sytuacji wstydu, mimo potwierdzenia w pierwszym badaniu nie potwierdziła się w badaniu drugim. Mogło to wynikać z faktu mniejszej prototypowości scenariuszy użytych w badaniu replikacyjnym (weryfikacja trafności manipulacji eksperymentalnej ujawniła najmniejszą prototypowość właśnie dla scenariusza wstydu). Może być jednak tak, że kluczowa dla rozróżnienia między wstydem a poczuciem winy nie jest różnica w tendencji do skupienia się na własnym czynie vs. Ja odzwierciedlonym, ale różnica między skupieniem na Ja odzwierciedlonym a Ja idealnym. Należy jednak w tym miejscu zaznaczyć, że stwierdzenie samoopisowe mające mierzyć skupienie na Ja idealnym, zorientowane na uświadomienie rozbieżności między Ja

realnym a Ja idealnym w związku z tym, co się wydarzyło („Będziesz myślał o tym, jak to możliwe, że okazałeś się taką osobą”), mogło oprócz podkreślenia rozbieżności Ja implikować autoatrybucję całościową (co obniża trafność tego pomiaru).

Wnikliwy czytelnik mógł zauważyć, że użyte w badaniach scenariusze prototypowe dla emocji wstydu zawierały wątek upublicznienia opisanego w treści scenariusza. Wynikało to z faktu, iż wszystkie najbardziej prototypowe historyjki uzyskane w badaniach wstępnych dotyczyły sytuacji, w których otoczenie dowiaduje się o złamaniu normy przez jej bohatera. Optymalne byłoby zastosowanie scenariusza o wysokiej prototypowości dla wstydu opisującego zdarzenie o charakterze prywatnym. Nasuwa się pytanie, czy jest to w ogóle możliwe i czy właśnie fakt upublicznienia nie decyduje o tym, że w danej sytuacji odczuwamy wstyd. Wyniki uzyskane w Polsce (Harwas-Napierała, Trempała, 1991), ale również w Stanach Zjednoczonych (np. Smith i in., 2002) sugerują właśnie taką interpretację. Z drugiej strony, istnieją dane świadczące o tym, że przynajmniej część społeczeństwa (amerykańskiego) odczuwa wstyd również w sytuacjach prywatnych (Tangney, Dearing, 2004). Doświadczenia wstydu w warunkach prywatności są jednak relatywnie rzadkie (ok. 10% przypadków w badaniach Tangney), co wyklucza prototypowość tak skonstruowanych scenariuszy. Bezdyskusyjna weryfikacja tego, na ile skupienie na Ja odzwierciedlonym wynika ze specyfiki sytuacji, a na ile ze specyfiki emocji wstydu, wymagałaby przyjęcia innej procedury niż procedura niezmienników.

Uogólniając, można wyciągnąć wniosek, że emocja wstydu jest bardziej związana ze stanem samoświadomości publicznej, czyli tendencją do skupiania uwagi na wrażeniu, jakie naszym zdaniem zrobiliśmy na innych osobach. Fenigstein, Scheier, Buss (1975) podkreślają, że osoba o podwyższonej samoświadomości publicznej jest w dużej mierze skupiona na autoprezentacji swego Ja lub zachowaniu w kontekście społecznym. Poczucie winy natomiast jest konsekwencją wzbudzenia stanu samoświadomości prywatnej, czyli tendencji do autorefleksji, wglądu w siebie i uświadamiania własnych myśli i uczuć. Stąd pierwotnym źródłem negatywnej ewaluacji są w przypadku emocji wstydu inni ludzie (obecni lub tylko wyobrażeni), natomiast w przypadku poczucia winy jest nim sam podmiot. W sytuacji wstydu konsekwencją wyobrażonej oceny otoczenia jest w dalszej kolejności negatywna ocena Ja, której autorem jest sam podmiot. Podobnie rozumowali Tracy i Robins (2007), uznając, że do wzbudzenia emocji samoświadomościowych niezbędna jest autoewaluacja, która w przypadku wstydu może być zainicjowana świadomością (wyobrażeniem)

negatywnej oceny zewnętrznej. Podsumowując, poczucie winy byłoby emocjonalną konsekwencją wzbudzonej samoświadomości prywatnej, autorefleksji związanej z własnym zachowaniem (popelnionym czynem), skonfrontowania go z uwewnętrznionym systemem norm (Ja idealne, ewentualnie Ja powinnościowe) i w konsekwencji negatywną autoewaluacją (ogniskującą się raczej na zachowaniu niż na całym Ja). Wstyd natomiast jawi się jako emocjonalny skutek wzbudzonej samoświadomości publicznej, postrzeganej negatywnej oceny społecznej, która niejako wtórnie wywołuje negatywną autoewaluację (również zorientowaną przede wszystkim na zachowanie).

Biorąc pod uwagę powyższe założenia, można pokusić się o rozwinięcie interpretacji różnic w tendencjach autoatrybucyjnych, które zdaniem części badaczy amerykańskich odróżniają wstyd od poczucia winy. Manstead i Semin (1981) udowodnili, że w kłopotliwych sytuacjach ludzie nie oceniają swego zachowania tak źle, jak uważają, że ocenia ich otoczenie. Osoby biorące udział w tych badaniach były przekonane, że świadkowie zdarzenia osądzali je zdecydowanie bardziej surowo, niż robili to oni sami. W związku z tym, w kulturach promujących Ja niezależne, osoby doświadczające wstydu mogą postrzegać oceny społeczne jako dezawuuujące je w sposób całościowy i uogólniony, co w konsekwencji może skutkować własną uogólnioną negatywną autoewaluacją rozlaną na całe Ja. Ponieważ przy poczuciu winy źródłem autoewaluacji jest autorefleksja, zgodnie z tym, co zakładają Manstead i Semin, wobec siebie jesteśmy bardziej pobłażliwi (dodatkowo przy wzbudzonej samoświadomości prywatnej uruchamiają się mechanizmy autowaloryzacji – ochrony Ja), stąd autoewaluacja skupia się na samym zachowaniu, nie podważając w sposób bezpośredni istoty Ja. Z kolei w kulturach promujących Ja współzależne (lub partykularyzm) postrzegana negatywna ocena społeczna nie zakłada automatycznie, że otoczenie negatywnie wartościuje całe Ja podmiotu, gdyż zachowanie człowieka uwarunkowane jest jego rolą, zobowiązaniami, więziami społecznymi, a normy społeczne mogą w pewnych sytuacjach ulegać zawieszeniu czy też nie dotyczą wszystkich w tym samym stopniu. Stąd negatywna autoewaluacja całościowa również się nie ujawnia. Ta interpretacja zbieżna jest po części z propozycją Leary'ego (2007), który spekulował, że doświadczając wstydu, ludzie sądzą, że ich otoczenie dokonało negatywnej całościowej ewaluacji ich osoby. Leary zakładał jednak, że poczucie winy również jest skutkiem wyobrażonej negatywnej oceny społecznej, tym razem ograniczonej do samego zachowania. Uzyskane wyniki oraz inne cytowane wyżej opracowania sugerują, że źródłem autorefleksji w przypadku poczucia

winy jest przede wszystkim sam podmiot, a nie rozterki mające swe źródło w Ja odzwierciedlonym.

Pozostaje jeszcze do omówienia kwestia zakłopotania. Zaprezentowane wyniki dwóch eksperymentów sugerują, że rację mogli mieć autorzy opisujący zakłopotanie jako słabszą formę wstydu (Borg, Staufenberg, Scherer, 1988; Frijda, 1986; Izard, 1977; Kaufman, 1989; Lazarus, 1991; Tomkins, 1963). Wzorzec zaangażowania Ja charakterystyczny dla zakłopotania i wstydu w pierwszym eksperymencie okazał się identyczny, a różnica między nimi była czysto ilościowa. Obraz ten zaburzają wyniki drugiego eksperymentu, w którym skupienie na dokonanym czynie różnicowało obie te emocje. Należy jednak zaznaczyć, że użyty w drugim badaniu scenariusz prototypowy dla wstydu okazał się najmniej trafny ze wszystkich ośmiu scenariuszy użytych w obu eksperymentach. Niewątpliwie przewaga skupienia na Ja odzwierciedlonym nad Ja idealnym charakterystyczna dla wstydu występowała również w przypadku zakłopotania w obu eksperymentach i była to zależność odwrotna niż zaobserwowana dla poczucia winy. Dodatkowo w obu eksperymentach, w scenariuszach zakłopotania ujawnił się bardzo wyraźny spadek obu tendencji autoatrybucyjnych w porównaniu do scenariuszy wstydu i poczucia winy. Wartości średnich wyraźnie poniżej teoretycznego środka skali (wartość 4) sugerują, że w sytuacjach zakłopotania ludzie nie dokonują negatywnych autoatrybucji, czyli nie uważają, że zdarzenia tego typu są powodem do wyrzucania sobie czegokolwiek. Nawiązując do wcześniejszej interpretacji mechanizmów charakterystycznych dla wstydu i poczucia winy, można postawić hipotezę, że zakłopotanie jest emocjonalną konsekwencją wzbudzenia samoświadomości publicznej i przeżywanych trosk autoprezentacyjnych wynikających z wyobrażonych negatywnych ocen społecznych (Ja odzwierciedlone) przy jednoczesnym braku negatywnej autoewaluacji. Ludzie zakłopotani mają poczucie, że – mówiąc potocznie – „wyglępli się” w oczach otoczenia, lecz sami nie uważają, że mają wystarczający powód do czynienia sobie wyrzutów. Ta interpretacja jest najbardziej spójna z modelem ocen społecznych Mansteada i Semina (1981) jako teorią wyjaśniającą mechanizmy leżące u podstaw zakłopotania. Manstead i Semin nie uwzględniali jednak tego, czy postrzegane oceny społeczne powodują w konsekwencji autoewaluację, czy też nie.

Przedstawione studium empiryczne nie jest wolne od ograniczeń, które należy uwzględnić przy interpretacji wyników. Po pierwsze, nie wzbudzano emocji w sposób bezpośredni. Osoby badane nie łamały norm i standardów, wczuwały się natomiast w sytuacje hipotetyczne. Były one co prawda dobrane w taki sposób, aby opisywały

wydarzenia, które potencjalnie mogły się przytrafić każdej z badanych osób, niemniej odpowiedzi miały charakter deklaracyjny. Należy jednak stwierdzić, że większość badań, z którymi porównywano wyniki badań własnych, prowadzone były właśnie w procedurze prototypowych scenariuszy (por. Blum, 2008). Eksperymentalne wzbudzanie omawianych stanów byłoby zarówno wątpliwe pod względem etycznym, jak również nie dawałoby pewności co do trafności manipulacji, ze względu na ich złożoność, zależność od kontekstu i zaangażowanie procesów poznawczych. W interpretacji należy uwzględnić również fakt, iż procedura weryfikacji trafności eksperymentalnej ujawniła niepełną prototypowość niektórych scenariuszy (mimo tego, że dominujące wybory emocjonalne za każdym razem pozostawały zgodne z kluczem). Po części mogło to wynikać z niedoskonałości samych scenariuszy, choć należy stwierdzić, że w badaniach pilotażowych prototypowość zastosowanych historyjek w każdym przypadku przekraczała 70% wyborów. Nie bez znaczenia mógł być fakt, że w badaniach wstępnych po zapoznaniu się ze scenariuszem zadanie badanych polegało wyłącznie na wyborze hipotetycznie odczuwanej emocji, podczas gdy w badaniu zasadniczym najpierw odpowiadali na pytania dotyczących procesów poznawczych (oraz tendencji behawioralnych), a dopiero na samym końcu dokonywali wyboru emocjonalnego. Wcześniejsze pytania mogły spowodować dostępność poznawczą innych aspektów rozważanej sytuacji i w konsekwencji u części badanych osób zmienić ich wybory hipotetycznie odczuwanej emocji. Z ostrożnością należy traktować również wyniki dla wymiaru skupienia na Ja idealnym. Stwierdzenie, którym je mierzono, mogło sugerować badanym negatywną autoewaluację całościową bez jednoznacznego odniesienia do Ja idealnego.

Podsumowując, poznawcze różnice między wstydem, poczuciem winy i zakłopotaniem wynikają najprawdopodobniej z odmiennego wzorca zaangażowania Ja podmiotu. Poczucie winy ujawnia się w sytuacjach samoświadomości prywatnej, wynika z refleksji nad własnym zachowaniem i jego negatywnej oceny (przede wszystkim z punktu widzenia standardów osobistych). Wstyd natomiast jest konsekwencją samoświadomości publicznej i percypowanej negatywnej oceny społecznej (zewnętrznej), która prowadzi w konsekwencji do własnej negatywnej oceny Ja. Zakłopotanie łączy ze wstydem stan samoświadomości publicznej i postrzeganej krytycznej oceny otoczenia (porażki autoprezentacyjnej), której nie towarzyszy jednak negatywna autoewaluacja. Powyższe ustalenia wymagają jednak dalszej weryfikacji empirycznej. Sposobem na przezwycięzenie ograniczeń opisanych badań (przede wszystkim faktu skorelowania scenariuszy

prototypowych dla wstydu z upublicznieniem złamania normy – co niejako implikuje skupienie na Ja odzwierciedlonym) byłoby zastosowanie procedury eksperymentalnego wzbudzenia stanu samoświadomości publicznej i samoświadomości prywatnej podczas wczuwania się w sytuację osoby łamiącej normy.

LITERATURA CYTOWANA

- Abu-Lughod, L. (1986). *Veiled sentiments*. Los Angeles, CA: University of California Press.
- Ausubel, D. P. (1955). Relationships between shame and guilt in the socializing process. *Psychological Review*, 62 (5), 378–390.
- Babcock, M. K. (1988). Embarrassment: A window of the self. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 18, 459–483.
- Bagozzi, R. P., Verbeke, W., Gavino, J. C. Jr. (2003). Culture moderates the self-regulation of shame and its effects on performance: The case of salespersons in the Netherlands and the Philippines. *Journal of Applied Psychology*, 88, 219–233.
- Baumeister, R. F., Stillwell, A. M., Heatherton, T. F. (1994). Guilt: An interpersonal approach. *Psychological Bulletin*, 115, 243–267.
- Benedict, R. (2003). *Chryzantema i miecz. Wzory kultury japońskiej* (tłum. E. Klekot). Warszawa: PIW. (Oryginalna praca została opublikowana w 1946 roku).
- Blum, A. (2008). Shame and guilt, misconception and controversies: A critical review of the literature. *Traumatology*, 14, 91–102.
- Borg, I., Staufenbiel, T., Scherer, K. R. (1988). On the symbolic basis of shame. W: K. R. Scherer (red.), *Facets of emotion: Recent research* (s. 79–98). Hillsdale: Erlbaum.
- Boski, P. (2010). *Kulturowe ramy zachowań społecznych. Podręcznik psychologii międzykulturowej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, SWPS Academica.
- Brown, J. D., Weiner, B. (1984). Affective consequences of ability versus effort ascriptions: Controversies, resolutions, and quandaries. *Journal of Educational Psychology*, 76, 146–158.
- Cho, H. (2000). Public opinion as personal cultivation: A normative notion and a source of social control in traditional China. *International Journal of Public Opinion Research*, 12, 299–325.
- Cosmides, L., Tooby, J. (2005). Psychologia ewolucyjna a emocje. W: M. Lewis, J. M. Haviland-Jones (red.), *Psychologia emocji* (s. 128–159). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Damasio, A. R. (1999). *Błąd Kartezjusza. Emocje, rozum i ludzki mózg* (tłum. M. Karpiński). Poznań: Rebis.
- Danieluk, B. (2009). W poszukiwaniu niezmienników emocji samoświadomościowych: wstyd, zakłopotanie, poczucie winy. W: B. Danieluk, K. Stasiuk (red.), *Spotkania z psychologią społeczną* (t. 1, s. 46–56). Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Danieluk, B. (2011). *Poznawcze i behawioralne aspekty emocji wstydu i poczucia winy*. Niepublikowana rozprawa doktorska, Instytut Psychologii UMCS, Lublin.

- Dodziuk, A. (1999). *Wstyd. Jak lepiej go rozumieć i nie pozwolić, aby zatruwał nam życie*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych PTP.
- Eid, M., Diener, E. (2001). Norms for experiencing emotions in different cultures: Inter- and intranational differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 869–885.
- Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6, 169–200.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522–527.
- Ferguson, T. J., Stegge, H., Damhuis, I. (1991). Children's understanding of guilt and shame. *Child Development*, 62, 827–839.
- Fischer, A. H., Manstead, A. S. R., Mosquera, P. M. R. (1999). The role of honour-related vs. individualistic values in conceptualising pride, shame, and anger: Spanish and Dutch cultural prototypes. *Cognition and Emotion*, 13, 149–179.
- Fiske, S. T., Taylor, S. E. (1991). *Social cognition*. New York: McGraw Hill, Inc.
- Frijda, N. H. (1987). *The emotions. Studies in emotion and social interaction*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Gehm, T. L., Scherer, K. R. (1988). Relating situation evaluation to emotion differentiation: Nonmetric analysis of cross-cultural questionnaire data. W: K. R. Scherer (red.), *Facets of emotion: Recent research* (s. 61–77). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Goffman, E. (1956). Embarrassment and social organization. *The American Journal of Sociology*, 62, 264–271.
- Gross, E., Stone, G. P. (1964). Embarrassment and the analysis of role requirements. *American Journal of Sociology*, 70, 1–15.
- Harwas-Napierała, B., Trempała, J. (1991). Wina i wstyd w starszym wieku szkolnym. *Przegląd Psychologiczny*, 34, 311–328.
- Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R., Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Psychological Review*, 106, 766–794.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319–340.
- Hoffman, M. L. (1982). Affect and moral development. W: D. Cicchetti, E. Hesse (red.), *New directions for child development: Emotional development* (s. 83–103). San Francisco: Jossey-Bass.
- Hofstede, G. (2001). *Culture's consequences. Comparing values, behaviors, institutions and organizations across nations*. Thousand Oaks: Sage.
- House, R. J., Hanges, P. J., Javidan, M., Dorfman, P. W., Gupta, V. (2004). *Culture, leadership, and organizations. The GLOBE study of 62 societies*. Thousand Oaks: Sage.
- Izard, C. E. (1977). *Human emotions*. New York: Plenum.
- Jones, W. H., Kugler, K. (1993). Interpersonal correlates of the guilt inventory. *Journal of Personality Assessment*, 61, 246–258.
- Kaufman, G. (1989). *The psychology of shame. Theory and treatment of shame-based syndroms*. New York: Springer.
- Kuczkowski, S. (2000). *Psychologia poczucia winy*. Kraków: Wyższa Szkoła Filozoficzno-Pedagogiczna „Ignatianum”.
- Kurtz, E. (2007). *Shame & guilt*. New York: iUniverse.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York–Oxford: Oxford University Press.
- Leary, M. R. (2007). How the self became involved in affective experience. Three sources of self-reflective emotions. W: J. L. Tracy, R. W. Robins, J. P. Tangney (red.), *The self-conscious emotions. Theory and research* (s. 38–52). New York: Guilford Press.
- Lewicka, M. (2005). „Polacy są wielkim i dumnym narodem”, czyli nasz portret (wielce) zróżnicowany. W: M. Drogoz (red.), *Jak Polacy przegrywają, jak Polacy wygrywają* (s. 5–34). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Lewis, H. B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. New York: International Universities Press.
- Lewis, M. (1992). *Shame: The exposed self*. New York: Free Press.
- Lewis, M. (2005a). Wyłanianie się ludzkich emocji. W: M. Lewis, J. M. Haviland-Jones (red.), *Psychologia emocji* (tłum. M. Kacmajor; s. 342–360). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Lewis, M. (2005b). Emocje samoświadomościowe: zażenowanie, duma, wstyd, poczucie winy. W: M. Lewis, J. M. Haviland-Jones (red.) *Psychologia emocji* (s. 780–797). Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Li, J., Wang, L., Fischer, K. W. (2004). The organization of Chinese shame concepts. *Cognition and Emotion*, 18, 767–797.
- Li, J., Wang, Q. (2004). Perceptions of achievement and achieving peers in U.S. and Chinese kindergartens. *Social Development*, 13, 413–436.
- Lickel, B., Schmader, T., Barquissau, M. (2004). The evocation of moral emotions in intergroup contexts: The distinction between collective guilt and collective shame. W: N. Branscombe, B. Doojse (red.), *Collective guilt: International perspectives* (s. 35–55). Cambridge: Cambridge University Press.
- Lindsay-Hartz, J. (1984). Contrasting experiences of shame and guilt. *American Behavioral Scientist*, 27, 689–704.
- Manstead, A. S. R., Semin, G. R. (1981). Social transgression, social perspectives, and social emotionality. *Motivation and Emotion*, 5, 249–261.
- Mesquita, B., Karasawa, M. (2004). Self-conscious emotions as dynamic cultural processes. *Psychological Inquiry*, 15, 161–166.
- Modigliani, A. (1968). Embarrassment and embarrassibility. *Sociometry*, 31, 313–326.
- Modigliani, A. (1971). Embarrassment, facework and eye contact: Testing the theory of embarrassment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 17, 15–24.
- Mosher, D. L., White, B. B. (1981). On differentiating shame and shyness. *Motivation and Emotion*, 5, 61–74.
- Niedenthal, P., Tangney, J. P., Gavanski, I. (1994). ‘If only I weren’t’ versus ‘If only I hadn’t’: Distinguishing shame and guilt in counterfactual thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 585–595.

- Niedenthal, P. M., Krauth-Gruber, S., Ric, F. (2006). *Psychology of emotion. Interpersonal, experiential, and cognitive approaches*. New York: Psychology Press.
- Potter-Effron, R., Potter-Effron, P. (1989). *Letting go of shame. Understanding how shame affects your life*. New York: Hazelden Publishing.
- Robbins, B. D., Parlavacchio, H. (2006). The unwanted exposure of the self: A phenomenological study of embarrassment. *The Humanistic Psychologist*, 34, 321–345.
- Russell, D., McAuley, E. (1986). Causal attributions, causal dimensions and affective reactions to success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 1174–1185.
- Sabini, J., Garvey, B., Hall, A. L. (2001). Shame and embarrassment revisited. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 104–117.
- Silver, M., Sabini, J., Parrott, W. G. (1987). Embarrassment: A dramaturgic account. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 17, 47–61.
- Smith, R. H., Webster, J. M., Parrott, W. G., Eyre, H. L. (2002). The role of public exposure in moral and nonmoral shame and guilt. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 138–159.
- Tangney, J. P., Dearing, R. L. (2004). *Shame and guilt*. New York: Guilford Press.
- Tangney, J. P. (1991). Moral affect: The good, the bad, and the ugly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 598–607.
- Tangney, J. P. (1992). Situational determinants of shame and guilt in young adulthood. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 199–206.
- Tangney, J. P. (1993). Shame and guilt. W: C. G. Costello (red.), *Symptoms of depression* (s. 161–180). New York: Wiley.
- Tangney, J. P., Wagner, P., Fletcher, C., Gramzow, R. (1992). Shame into anger? A relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 669–675.
- Tangney, J. P., Miller, R. S., Flicker, L., Barlow, D. H. (1996). Are shame, guilt, and embarrassment distinct emotions? *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1256–1269.
- Tomkins, S. (1963). *Affect, imaginary, consciousness* (t. 2). New York: Springer.
- Tracy, J. L., Robins, R. W. (2004). Putting the self into self-conscious emotions: A theoretical model. *Psychological Inquiry*, 15, 103–125.
- Tracy, J. L., Robins, R. W. (2006). Appraisal antecedents of shame and guilt: Support for a theoretical model. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 1339–1351.
- Tracy, J. L., Robins, R. W. (2007). The self in self-conscious emotions: A cognitive appraisal approach. W: J. L. Tracy, R. W. Robins, J. P. Tangney (red.), *The self-conscious emotions. Theory and research* (s. 3–20). New York: Guilford Press.
- Trompenaars, F., Hampden-Turner, C. (2002). *Siedem wymiarów kultury. Znaczenie różnic kulturowych w działalności gospodarczej* (tłum. B. Nawrot). Kraków: Oficyna Ekonomiczna.
- Wallbott, H. G., Scherer, K. R. (1995). Cultural determinants in experiencing shame and guilt. W: J. P. Tangney, K. W. Fisher (red.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (s. 465–487). New York: Guilford Press.
- Wojciszke, B. (2002). *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

ZAŁĄCZNIK

Scenariusze prototypowe dla poczucia winy (wersja dla mężczyzn)

Eksperyment 1: Wyobraź sobie następującą sytuację. Jesteś w związku z dziewczyną, którą kochasz, poznałeś ją jeszcze w liceum. Chodzicie ze sobą już trzy lata, wybraliście się na studia do tego samego miasta, zamieszkaliście razem i planujecie wspólną przyszłość. Ty zaangażowałeś się w działalność organizacji studenckiej i wybrałeś się na ogólnopolski wyjazd integracyjny dla studentów. Na tym wyjeździe spotykasz Anię, która od razu wydała Ci się „zjawiskowa”, a która również okazuje Ci swoje zainteresowanie. Ostatniego dnia pobytu, na imprezie pożegnalnej znajdujecie się sam na sam w pokoju i dochodzi między Wami do zbliżenia. Gdy emocje opadają, uzmysławiasz sobie, co zaszło, opuszczasz pokój Ani i w pośpiechu wracasz do swojego pokoju.

Eksperyment 2: Wyobraź sobie następującą sytuację. Dzwoni do Ciebie babcia z pytaniem, czy mógłbyś do niej przyjść następnego dnia i pomóc w myciu okien. Ponieważ najbliższe dni masz bardzo zajęte, proponujesz, że przyjdiesz w następnym tygodniu. Babcia odpowiada, że się zastanowi i jeszcze do Ciebie odezwie w tej sprawie. Dwa dni później dowiadujesz się, że babcia poważnie złamała sobie rękę, spadając ze stołu, gdy próbowała sama umyć okna. W rezultacie znalazła się w szpitalu.

Scenariusze prototypowe dla wstydu (wersja dla mężczyzn)

Eksperyment 1: Wyobraź sobie następującą sytuację. Wyjeżdżasz na dwudniowe szkolenie z pracy, tam poznajesz nowych ludzi i zostajesz zaproszony na wieczorną imprezę. Przesadzasz z alkoholem i tracisz kontrolę nad swoim

ciałem i żołądkiem. Kończysz imprezę, obejmując sedes. Następnego ranka nic nie pamiętasz, masz potwornego kaca, a wszyscy uśmiechają się na Twój widok, chociaż Ty nie bardzo wiesz, o co chodzi. Wieczorem w domu dostajesz na maila zdjęcia z imprezy. Na części z nich uwieczniono to, co robiłeś „po spożyciu”.

Eksperyment 2: Wyobraź sobie następującą sytuację. Piszesz ważny egzamin w dużej sali razem z wieloma innymi osobami. Nie jesteś pewien swojej wiedzy, więc przygotowałeś ściągawki. Ponieważ jedno z pytań pokrywa się z tym, co masz na ściągawce, wyjmujesz ją z kieszeni i zaczynasz ukradkiem czytać. Osoba prowadząca egzamin zauważa to, podchodzi do Ciebie, zabiera ściągawkę, po czym na oczach pozostałych egzaminowanych wyprowadza Cię z sali.

Scenariusze prototypowe dla zakłopotania (wersja dla mężczyzn)

Eksperyment 1: Wyobraź sobie następującą sytuację. Właśnie rozpoczynasz pracę w nowej firmie. W pierwszym tygodniu pracy zostałeś zaproszony na imieniny przez kolegę z pokoju, w którym pracujesz. Mieli tam gościć prawie wszyscy pracownicy Twojej firmy. Ubrałeś się elegancko i poszedłeś na przyjęcie. Zostałeś przedstawiony wielu osobom, po chwili włączyłeś się w towarzyską rozmowę. W toku rozmowy ktoś Cię zapytał: „Przepraszam, która godzina?”. Spojrzałeś na zegarek, przechylając przy tym kieliszek z czerwonym winem i wylałeś jego zawartość na swoją białą koszulę.

Eksperyment 2: Wyobraź sobie następującą sytuację. Idziesz ulicą, a z naprzeciwka idzie w Twoją stronę młody mężczyzna, którego twarz wydaje Ci się znajoma. On uśmiecha się do Ciebie i wita się z Tobą, używając Twojego imienia. Ty odwzajemniasz pozdrowienie i jesteś pewien, że skądś go znasz, chociaż w dalszym ciągu nie pamiętasz jego imienia ani nawet, gdzie go poznałeś. On zaczyna rozmowę, z której wynika, że sporo o Tobie wie, a Ty w dalszym ciągu nie przypominasz sobie niczego na jego temat.

Scenariusze neutralne (wersja dla mężczyzn)

Eksperyment 1: Wyobraź sobie następującą sytuację. Wracasz z pracy do domu. Na ulicy widzisz mężczyznę rozglądającego się wkoło i wyglądającego na zdezorientowanego. Gdy podchodzisz bliżej, ów człowiek zatrzymuje Cię na chwilę i pyta o to, jak dostać się na ulicę, której lokalizacji nie znasz. Przez chwilę myślisz intensywnie, ale nazwa ulicy nie Ci nie mówi, chociaż uważasz, że znasz dobrze swoje miasto. Informujesz go, że nie jesteś w stanie mu pomóc, a on kiwając ze zrozumieniem głową, dziękuje Ci za fatygę i odchodzi.

Eksperyment 2: Czekasz na przystanku na autobus. Podchodzi do Ciebie starsza pani, prosząc o sprawdzenie na rozkładzie, o której odjeżdża następny autobus interesującej ją linii. Podchodzisz do rozkładu i stwierdzasz, że akurat ten rozkład został czymś pomazany i nie jesteś w stanie go odczytać. Mówisz o tym starszej pani, a ta kiwając ze zrozumieniem głową, dziękuje Ci za dobre chęci.

How many selves is in the self-conscious emotions? Commitment of the self and shame, guilt and embarrassment

Barnaba Danieluk

University of Marie Curie-Skłodowska, Lublin, Institute of Psychology

ABSTRACT

In American literature the dominant conceptualization of shame and guilt is based on self-attributional processes (Lewis, 1992; Tangney and Dearing, 2004; Tracy and Robins, 2004). In this approach shame is accompanied by general negative attributions focused on the entire self, whereas guilt is connected to specific attributions focused on behavior. This approach assumes that private self-awareness plays the main role in experience of both types of emotions and it ignores the traditional distinction based on the private-public dimension, as present in anthropology. However, many scientists point to the significant role of the public self-consciousness in experiencing shame and guilt. Results of two experiments are presented, which aim was to verify the role of the self-attributional dimension as well as to check the alternative hypothesis that distinguishes between shame, guilt and embarrassment. Three themes are taken into consideration: focusing on the self-presentational concerns, focusing on the discrepancies between actual self and ideal self, focusing on the deed and its consequences. Results suggests, that guilt is strictly connected with private self-consciousness, self reflection and negative self-evaluation (mainly from the perspective of personal standards). Shame, which is experienced in a state of public self-consciousness, is a consequence of perceived negative external (social) evaluation, but includes motives of critical self-evaluation. Embarrassment, on the other hand, is not exclusively the mild form of shame, but has his own distinct features.

Keywords: shame, guilt, embarrassment, public self-consciousness, private self-consciousness, ideal-self, reflected-self, self-attribution

Złożono do druku: 16.02.2012

Złożono poprawiony tekst: 4.09.2012

Zaakceptowano do druku: 5.09.2012