

DOROTA SZCZYGIEŁ, ALINA KOLAŃCZYK

SKALA POZIOMÓW ŚWIADOMOŚCI EMOCJI
ADAPTACJA SKALI LEVELS OF EMOTIONAL AWARENESS SCALE
LANE'A I SCHWARTZA*

I. ZNACZENIE ŚWIADOMOŚCI WŁASNYCH EMOCJI

Doświadczany stres i złe samopoczucie sprawiają, że ludzie szukają pomocy u psychoterapeuty. Jeżeli nawet zgłaszanymi przez pacjentów problemami nie są trudności emocjonalne, lecz „obiektywnie trudne sytuacje życiowe” czy dolegliwości somatyczne, to i tak prędzej czy później terapeuta zapyta: „Co czujesz?”, „Jakie uczucia wzbudza w tobie ta sytuacja?” albo „Jak tego doświadczasz?” Większość programów psychoterapeutycznych stara się pomóc pacjentowi w lepszym tolerowaniu intensywnych stanów emocjonalnych i zmniejszaniu tendencji do wyłączenia tych stanów ze świadomości. Pytania psychoterapeuty mają pomagać pacjentowi w lepszym określaniu tego, co czuje.

Znaczenie świadomości własnych emocji i umiejętności wyrażenia ich słowami podkreślane jest nie tylko przez klinicystów. Twórcy koncepcji inteligencji emocjonalnej, Mayer i Salovey (1999), za jeden z głównych wymiarów inteligencji emocjonalnej uważają „zdolność do nazywania emocji i rozpoznawania związków między etykietkami słownymi a treściami, jakie oznaczają”. Mówiąc o kompetencji emocjonalnej, Saarni (1999) wymienia m.in. „zdolność do używania określeń werbalnych do opisu emocji”. Brak umiejęt-

MGR DOROTA SZCZYGIEŁ, Instytut Psychologii Uniwersytetu Gdańskiego, ul. Pomorska 68, 80-343 Gdańsk.

PROF. DR HAB. ALINA KOLAŃCZYK, Instytut Psychologii Uniwersytetu Gdańskiego, ul. Pomorska 68, 80-343 Gdańsk.

* Monika Pawłowska-Fusiara pomogła nam w opracowaniu statystycznym wyników badań. Dziękujemy także za wsparcie w dyskusjach metodologicznych.

ności werbalizowania swoich doświadczeń emocjonalnych uważany jest za istotę aleksytymii („brak słów dla emocji”, „analfabetyzm emocjonalny”), uznawanej za czynnik sprzyjający powstawaniu chorób psychosomatycznych.

II. TRADYCYJNE METODY BADANIA DOŚWIADCZENIA EMOCJONALNEGO

Badanie świadomości emocji może się wydawać niedostępne obiektywnemu pomiarowi. Klasyczny sposób badania doświadczenia emocjonalnego to np. odwołanie się do wymuszonego wyboru reakcji z repertuaru zaproponowanego przez badacza. Zadaniem badanego jest określenie, jak często i/lub intensywnie opisana reakcja występuje u niego. Badacz zakłada więc, że dana emocja może wystąpić w określonej przez niego sytuacji i sugeruje badanemu to, co może odczuwać. W ten sposób nie możemy poznać struktury doświadczenia emocjonalnego, tj. stopnia jego zróżnicowania czy integracji. Poznawane są tylko różnice w treści przeżywanych emocji. Nie wiadomo też, czy wybory nie narzucone, a spontanicznie wyrażane przez badanych, byłyby takie same.

Inną, równie popularną metodą pomiaru doświadczenia emocjonalnego, jest odwołanie się do samoopisu i refleksji badanego nad własną emocjonalnością. W tym przypadku odwołujemy się do wiedzy badanych o swoich emocjach i zakładamy, że oddaje ona trafnie zachodzące zmiany. Wiadomo jednak, jak różnie mogą przebiegać procesy spostrzegania własnych stanów. Na twierdzenie kwestionariusza: „Trudno mi znaleźć właściwe określenie dla swoich uczuć” można z łatwością udzielić nietrafnej odpowiedzi. Osoby mające dużą łatwość w określaniu swoich uczuć, mogą – np. na skutek porównania – uważać, że mają w tym zakresie trudności.

Metody pomiaru odwołujące się do samoopisu są użyteczne, ale należy pamiętać o ich ograniczeniach. Stosowane do sprawdzania różnic między badanymi w zakresie ich subiektywnych przekonań na temat swoich emocji, a także do badania zgodności zachowań z przekonaniami na swój temat, stanowią ważne narzędzie badawcze. Samoopis nie pozwala natomiast wnioskować o różnicach indywidualnych w zakresie formalnych właściwości doświadczenia emocjonalnego (np. poziomu werbalizacji własnych uczuć).

Mayer i Salovey (1999) proponują taką metodę pomiaru, która polega na przedstawieniu badanemu zadania i na ocenie poziomu świadomości emocji na podstawie poziomu jego wykonania. Unikamy dzięki temu kłopotów z su-

biektywnymi kryteriami stosowanymi przez badanych przy ocenie swoich kompetencji czy możliwości – nie mierzymy przekonań osoby badanej, ale stan faktyczny.

Artykuł prezentuje Skalę Poziomów Świadomości Emocji – Levels of Emotional Awareness Scale (LEAS), która pozwala na pomiar poziomu świadomości emocji z ominięciem ograniczeń typowych dla tradycyjnie stosowanych metod. Podstawą konstrukcji LEAS jest poznawczo-rozwojowa teoria świadomości emocji, sformułowana przez Lane'a i Schwartz'a.

III. POZNAWCZO-ROZWOJOWA TEORIA POZIOMÓW ŚWIADOMOŚCI EMOCJI LANE'A I SCHWARTZA

Lane i Schwartz (1987) analizują świadomość emocji z perspektywy rozwoju poznawczego. Przyjmują, że ludzie różnią się od siebie strukturą doświadczenia emocjonalnego na skutek różnic w opracowaniu poznawczym doznawanego pobudzenia. Autorzy ci nawiązują do koncepcji Wernera i Kaplana, zgodnie z którą to procesy symboliczne determinują naturę doświadczenia (Werner, 1948; Werner, Kaplan, 1963 – za: Lane, Schwartz, 1987). Werner i Kaplan wskazują, że symbolizacja (w tym język) nadaje doświadczeniu strukturę, dzięki której jednostka może formułować wyraźne jego cechy. Symbolizacja umożliwia przechodzenie doświadczenia od stanu względnej globalności i braku zróżnicowania do stanu wzrastającej artykulacji, zróżnicowania i integracji. Reprezentacje symboliczne służą odzwierciedlaniu złożonego świata zewnętrznego, a – zdaniem Lane'a i Schwartz'a – także świata wewnętrznego.

Światem wewnętrznym jednostki jest przede wszystkim doświadczane przez nią pobudzenie emocjonalne, które może być potencjalnie postrzegane na nieskończenie wiele sposobów – w zależności od konstelacji pobudzeń poszczególnych narządów wewnętrznych. Można założyć, że ludzie różnią się od siebie strukturą tego, co doświadczają jako pobudzenie. Lane i Schwartz twierdzą, że struktura ta ma swoje odbicie w werbalnych reprezentacjach użytych do opisanie doświadczanych stanów wewnętrznych.

Ważnym źródłem teorii Lane'a i Schwartz'a stała się teoria rozwoju poznawczego Piageta. Autorzy zastanawiali się, czy rozwój struktury wiedzy danej osoby na temat świata wewnętrznego podąża tą samą sekwencją, jaką dla rozwoju poznawczego opisał Piaget. Teoria rozwoju poznawczego Piageta

jest próbą opisanego zmian strukturalnych zachodzących w czasie organizacji wiedzy dziecka o świecie zewnętrznym. Piaget opisał cztery główne okresy rozwoju poznawczego: sensoryczno-motoryczny, przedoperacyjny, okres operacji konkretnych i okres operacji formalnych. Okresy rozwoju wyróżnione przez Piageta charakteryzują się postępującą tendencją w kierunku wyższego poznawczego funkcjonowania jednostki i wzrastającą koordynacją schematów poznawczych jednostki. Lane i Schwartz zastosowali opisane przez Piageta charakterystyki transformacji wiedzy na temat świata zewnętrznego do opisu transformacji wiedzy o wewnętrznym świecie emocji.

Podstawowym założeniem teorii Lane'a i Schwartza jest twierdzenie, że świadomość emocji powstaje w wyniku poznawczego przetwarzania pobudzenia emocjonalnego i przechodzi przez pięć poziomów transformacji strukturalnych, co u człowieka dorosłego znajduje odbicie w strukturze języka opisującego doświadczane stany emocjonalne. Poziomami tymi, uporządkowanymi zgodnie ze wzrastającą złożonością, są: 1) świadomość wrażeń płynących z ciała, 2) świadomość tendencji do działania, 3) świadomość pojedynczych emocji, 4) świadomość kilku różnych uczuć (*blends of emotions*), 5) świadomość złożonych kombinacji wielu różnych uczuć (*blends of blends of emotions*).

Człowiek dorosły może sobie uświadamiać emocje na każdym z pięciu poziomów pod warunkiem, że rozwinął w pełni swoje możliwości, przechodząc przez wszystkie stadia.

Pierwszy poziom świadomości emocji dotyczy tylko wrażeń cielesnych – pochodzących z narządów wewnętrznych i z mimowolnej motoryki towarzyszącej pobudzeniu. Emocje na tym poziomie komunikowane są wyraźną ekspresją mimiczną, na podstawie której obserwator może z łatwością identyfikować jakość emocji. Niemowlęca świadomość niezależnego istnienia jest na tym etapie minimalna albo nie istnieje w ogóle, a doświadczanie innych osób jest ograniczone do odzwierciedlania. Człowiek dorosły na tym poziomie świadomości emocji opisuje tylko doznania cielesne.

Drugi poziom świadomości emocji obejmuje ciało w działaniu. Emocja jest wówczas doświadczana zarówno jako wrażenie cielesne, jak i tendencja do działania. Zdolność do doświadczania emocji jako odrębnej jakości nie jest jeszcze wykształcona. Tendencje do działania oparte są na globalnych i wszechogarniających stanach przyjemności czy przykrości. Zewnętrzny obserwator może identyfikować naturę doświadczenia emocjonalnego na podstawie zachowania (motoryki). Świadomość innych ludzi jest na tym poziomie minimalna. Doświadczanie innych reprezentowane jest przez modelowanie –

tendencję do robienia rzeczy w taki sposób jak robią to inni – bez świadomości, że tak się dzieje. Na tym poziomie świadomości emocji człowiek dorosły opisuje tendencję do działania lub ogólny stan hedonistyczny.

Trzeci, przedoperacyjny poziom świadomości emocji obejmuje pojedyncze uczucia. Emocje jako takie doświadczane są zarówno jako doznania somatyczne, jak i zjawiska psychologiczne. Stany emocjonalne są wszechogarniające i mają jakość albo-albo (np. ktoś jest albo szczęśliwy, albo smutny). Natomiast zdolność do doświadczania złożonych, wielorakich emocji nie jest jeszcze rozwinięta. Zakres doświadczanych emocji jest ograniczony, a werbalne opisy emocji często stereotypowe. Inni ludzie postrzegani są jako różni raczej na podstawie cech zewnętrznych niż na podstawie charakterystyk wewnętrznych (jak przekonania). Świadomość doświadczeń drugiej osoby jest niekonsekwentna i opiera się na reagowaniu na szczególnie, konkretny aspekt zachowania innych, a nie na wielorakie i złożone aspekty zachowania. Człowiek dorosły na tym poziomie świadomości emocji nazywa ich poszczególne jakości (złość, radość itp.).

Czwarty poziom świadomości emocji obejmuje – dzięki rozwojowi operacji konkretnych – kilka emocji różnych jakościowo. Zakres doświadczenia emocjonalnego rozszerza się i jest ono teraz bardziej spójne. Manifestuje się to większym zrozumieniem zmian doświadczenia emocjonalnego w czasie. Nowe doświadczenie emocjonalne nie wypiera, lecz uzupełnia istniejące już doświadczenia. Przykładem zdolności do bardziej złożonych reakcji może być umiejętność doświadczania nadziei wtedy, gdy w danym momencie sytuacja wydaje się beznadziejna, czy świadomość różnych (nawet przeciwnych) uczuć wobec tej samej osoby. Chociaż inni ludzie są rozpoznawani jako różni, rozumienie ich doświadczenia emocjonalnego jest jednowymiarowe, stosunkowo niezróżnicowane w porównaniu ze świadomością swojego własnego doświadczenia. Osoba dorosła funkcjonująca na tym poziomie jest zdolna do opisanego złożonych i zróżnicowanych własnych stanów emocjonalnych.

Piąty poziom świadomości emocjonalnej – osiągnęty dzięki wykształceniu operacji formalnych – wiąże się z pojawieniem złożonych kombinacji wielu różnych uczuć. Charakteryzuje się większym zróżnicowaniem i integracją rozumienia innych osób w kontekście postępującego różnicowania się świadomości własnych doświadczeń. Jednostka dysponuje zdolnością mieszania czy łączenia uczuć różnych jakości i intensywności w nowe wzorce, chociaż schematy te nigdy nie były modelowane czy opisywane przez innych. Możliwe jest postrzeganie zróżnicowanego, wielowymiarowego doświadczenia innych bez opierania się na własnym doświadczeniu. Wykształca się zdolność

widzenia siebie oczami innych ludzi. Poprzez antycypowanie potrzeb i reakcji innych ludzi jednostka zdolna jest do działania obejmującego potrzeby wszystkich osób znajdujących się w danej sytuacji. Pojawia się zdolność do pełnego przewidywania przyszłych doświadczeń.

IV. TEORIA LANE'A I SCHWARTZA W ŚWIETLE WSPÓŁCZESNYCH BADAŃ NAD UŚWIADAMIANIEM EMOCJI

Wartość metody badawczej w znacznej mierze zdeterminowana jest koncepcją teoretyczną, na podstawie której została skonstruowana. Dotyczy to także Skali Poziomów Świadomości Emocji. Wyrosła ona z teorii wyjaśniającej kształtowanie się dyspozycji (zdolności) do uświadamiania emocji. Wyjaśnia je przechodzeniem przez kolejne stadia rozwojowe, a z nimi – przez kolejne poziomy uświadamiania. W omawianej teorii ukryta jest koncepcja procesu emocjonalnego, w tym uświadamiania jego istnienia.

Podobnie jak Leventhal (1980) oraz Laird i Bresler (1994), Lane i Schwartz nawiązują do Jamesowskiego rozumienia emocji. Podstawą doświadczenia emocjonalnego jest według nich zróżnicowane pobudzenie organizmu i spostrzeganie własnych tendencji do działania. Leventhal, a także Laird i Bresler dokonali szerokiego przeglądu badań eksperymentalnych nad kształtowaniem się doświadczenia emocjonalnego. Uświadamianie emocji traktowane jest przez nich jako rodzaj spostrzegania, wnioskowania percepcyjnego skoncentrowanego na sobie.

Odczucie emocji wywodzi się z czynności organizmu – zarówno wegetatywnych, jak i mięśniowych (mimicznych – na które szczególną uwagę zwraca Leventhal – pantomimicznych, a także ukierunkowanych do lub od obiektu). Powszechnie znane są dzisiaj badania nad zależnością doświadczenia emocji od ekspresji mimicznej (np. Strack, Martin, Stepper, 1988), a także od pobudzenia. Znaczenie pobudzenia – tak ważnego w teorii Lane'a i Schwartz – poddawano wielokrotnie testowaniu od czasu słynnego eksperymentu Schachtera i Singera (1962). Wykazano, że wzrost pobudzenia ma znaczenie tylko dla doświadczenia strachu, złości, romantycznej miłości (Zillmann, 1983) i dysonansu poznawczego (Fazio, Cooper – za: Laird, Bresler, 1994). Jednak w badaniach tych koncentrowano się na pobudzeniu niespecyficznym (zgodnie z teorią Schachtera), nie zaś na zróżnicowanych wzorcach pobudzenia „odczytywanych” dla każdej emocji – jak zakłada to koncep-

cja Lane'a i Schwartza (i inne neoJamesowskie). O istnieniu wzorców pobudzenia wiemy ciągle nie dość wiele, ale na podstawie badań neurobiochemicznych ich istnienie zakładają tacy badacze, jak Damasio (1994) i LeDoux (2000). Utrzymują oni także, że owe specyficzne konstelacje pobudzenia stanowią podstawę doświadczania emocji.

Laird i Bresler (1994) odwołują się nadto do badań Steinberga i Lairda, które jednoznacznie wykazały, że ludzie różnią się zdolnością do używania wskazówek pochodzących z własnego organizmu w kształtowaniu doświadczenia emocjonalnego. Wskazówki płynące z sytuacji zewnętrznej powszechnie kształtują ludzkie uczucia. Można sądzić, że osobami wnioskującymi o własnych emocjach z sytuacji zewnętrznej są np. aleksytymicy, o których jest jeszcze mowa w tym artykule.

Teoria Lane'a i Schwartza oddaje więc nie tylko prawidłowości rozwojowe w zakresie doświadczania emocji, ale jest także zgodna ze współczesnymi badaniami nad procesem uświadamiania emocji.

Także rozważania na temat roli języka w kształtowaniu doświadczenia emocjonalnego korespondują ze współczesnymi badaniami nad emocjami – zarówno Leventhala (1980), jak i Maruszewskiego, i Ścigały (1998). Autorzy ci opisywali rodzaje kodów psychologicznych służących identyfikacji doświadczenia emocjonalnego. Kod schematowy/werbalny (Leventhal/Maruszewski i Ścigała) służy identyfikacji pojedynczych emocji (por. poziom trzeciej teorii Lane'a i Schwartza), zaś kod abstrakcyjny umożliwia porównywanie poszczególnych jakości emocji z odniesieniem do szerokiej wiedzy o sytuacjach emotogennych i ich następstwach, o potrzebach ludzi itp. To dzięki kodom abstrakcyjnym możliwe staje się przeżywanie uczuć złożonych i ich kombinacji (poziom 4 i 5 koncepcji Lane'a i Schwartza).

Przedstawione tutaj dodatkowe uzasadnienia empiryczne teorii Lane'a i Schwartza zachęcają do polskiej adaptacji skonstruowanej przez nich skali.

V. SKALA POZIOMÓW ŚWIADOMOŚCI EMOCJI (LEVELS OF EMOTIONAL AWARENESS SCALE)

Wychodząc z założeń własnej teorii, Lane i Schwartz skonstruowali skalę do pomiaru świadomości emocji – Levels of Emotional Awareness Scale (LEAS). Badania prowadzone na populacji amerykańskiej wykazały, że skala ta charakteryzuje się dobrymi parametrami psychometrycznymi (Lane, Qunlan, Schwartz, Walker, Zeitlin 1990; Lane, Kivley, DuBois, Shamasundara,

Schwartz, 1995; Lane, Reiman, Axelrod, Yun, Holmes, Schwartz, 1998; Lane, Sechrest, Reidel, Weldon, Kaszniak, Schwartz, 1996).

Skala składa się z 20 scen opisujących sytuacje interpersonalne o dużym ładunku emocjonalnym (np. scena 5: „Spędzasz wakacje za granicą. Poznany w czasie wakacji znajomy robi nieprzyjemne i poniżające uwagi o Twoim kraju. Jak byś się czuł(a)? Jak czułby się Twój znajomy?”). Zadaniem osób badanych jest opisanie uczuć swoich i drugiej osoby występującej w każdej ze scen. Scenariusze poszczególnych sytuacji skonstruowano w ten sposób, by (potencjalnie) wywoływały cztery typy emocji podstawowych (złość, lęk, szczęście i smutek) (Ortony, Turner, 1990) na pięciu poziomach o wzrastającej złożoności. Jakość emocji opisanej przez osobę badaną nie ma znaczenia – skala mierzy złożoność strukturalną emocji, a nie jej rodzaj¹. Rosnącą złożoność uzyskano, komplikując sytuacje opisane w scenach. Sceny prezentowane są w określonym porządku: pierwsze cztery dotyczą poziomu 1, następne cztery poziomu 2 itd. Porządek emocji w każdym bloku jest stały.

Podstawę wnioskowania o poziomie, na jakim dana emocja jest uświadamiana, stanowi analiza werbalnych reakcji badanych. Dane jakościowe (słowa opisujące doświadczenia emocjonalne badanych) zostają zamienione na dane ilościowe (na odpowiadający im poziom świadomości emocji) przez sędziego kompetentnego, zgodnie z kryteriami wyprowadzonymi z teorii Lane’a i Schwartza.

Przystępując do oceniania, sędzia otrzymuje: a) kryteria oceniania odpowiedzi badanych wywiedzione z teorii poziomów świadomości emocji; b) słownik wyrażeń opisujących emocje z przypisanymi ocenami poziomu świadomości emocji.

VI. SKALA POZIOMÓW ŚWIADOMOŚCI EMOCJI – SPSE ADAPTACJA LEVELS OF EMOTIONAL AWARENESS SCALE

Przystępując do adaptacji narzędzia badawczego, stajemy przed wieloma problemami. Na silne osadzenie kulturowe i językowe świadomości emocji

¹ Problemem pojawiającym się przy analizie opisów doświadczanych emocji jest to, że informacje werbalne mogą być nieprawdziwe czy udawane. Można z dużym prawdopodobieństwem założyć, że zjawisko takie pojawi się również w przypadku badania prezentowaną tu skalą. Jeżeli jednak nawet informacja werbalna o przeżywanej emocji w danej scenie jest fałszywa, to aby ją podać, badany musiał sięgnąć do struktur doświadczenia emocjonalnego, a tego właśnie dotyczy pomiar tą skalą.

wskazują badania Wierzbickiej (1994), a także Maruszewskiego i Ścigały (1998). Dowodzą one polskiej specyfiki reprezentacji słownych, komunikacji i ekspresji emocji.

Tworząc opisy scen Skali Poziomów Świadomości Emocji, wzorowałyśmy się na Levels of Emotional Awareness Scale i praktycznie sceny zostały przetłumaczone z języka angielskiego. Wprowadziłyśmy tylko nieznaczne modyfikacje dostosowujące opisy scen do specyfiki warunków polskich. Dokonałyśmy zatem translacji skali (por. Drwal, 1995), uwzględniając także przedział wiekowy badanych osób.

O równoważności psychometrycznej LEAS i tworzonej przez nas SPSE możemy wnioskować jedynie pośrednio. Wobec braku polskich adaptacji metod zastosowanych do oceny trafności w warunkach amerykańskich, zastosowałyśmy polskie metody mierzące te same zmienne albo odwołujące się do tych samych założeń teoretycznych. (Przy opisie kolejnych etapów adaptacji skali wskażemy na oryginalne odpowiedniki).

W wielu zakresach opracowanie SPSE przekracza procedurę adaptacji LEAS, przez co stanowi narzędzie bardziej rzetelne i wygodniejsze w posługiwaniu się. Po pierwsze – sprawdzono trafność przyjętego założenia, że sceny wzbudzają u badanych cztery podstawowe emocje (strach, gniew, smutek i radość; Lane i Schwartz takiego sprawdzenia nie przeprowadzili). Po drugie – autorzy oryginalnej wersji całkowicie arbitralnie stworzyli słownik ułatwiający sędziowanie wypowiedzi osób badanych. W przypadku SPSE słownik powstawał na podstawie decyzji siedmiu sędziów kompetentnych. Trudniejsze od tłumaczenia skali okazało się także stworzenie kryteriów oceniania dla sędziów, które łączą w sobie założenia teoretyczne z egzemplifikacją werbalną, typową dla języka polskiego. Po trzecie – wprowadzono dodatkową miarę rzetelności skali, typu test-retest, wykazując względną stabilność wyników skali w czasie. Po czwarte – dobre parametry skali pozwoliły na skrócenie jej o połowę, co znacznie ułatwia zarówno prowadzenie badań, jak i obliczanie wyników.

Proces adaptacji skali obejmował następujące etapy pracy:

1. Przygotowanie 20 scen prezentowanych osobom badanym.
2. Opracowanie kryteriów oceny odpowiedzi dla sędziów oceniających odpowiedzi badanych.
3. Przygotowanie słownika zawierającego słowa opisujące stany emocjonalne z zaznaczeniem, jaki poziom świadomości emocji reprezentują. Słownik stanowi uzupełnienie kryteriów oceniania.
4. Sprawdzenie trafności i rzetelności skali.

Przygotowanie prezentowanych scen. Po przetłumaczeniu opisów skal wprowadzono zmiany w treści jednej sceny (w scenie 12 „*long distance call*”, zawiadamiający o śmierci matki, zamieniono na telefon z pogotowia ratunkowego). Dla trzech scen przygotowano dwie równorzędne wersje różniące się drugą osobą (mąż/chłopak – żona/dziewczyna). Praktycznie były to zmiany techniczne i nie zmieniały sensu opisywanych scen, czyniły je natomiast bardziej dostosowanymi do specyfiki warunków polskich oraz grup wiekowych, które zamierzano poddać badaniu (młodszy – 19 lat – i starsi dorośli). Ostateczna wersja została zaakceptowana przez polonistkę pod względem poprawności językowej.

Kryteria oceny odpowiedzi badanych. Kryteria ocen odpowiedzi badanych zostały opracowane przez nas na podstawie poznawczo-rozwojowej teorii świadomości emocji i kryteriów oceny wersji oryginalnej. Odpowiedzi są oceniane oddzielnie dla każdej sceny. Każda scena otrzymuje trzy punktacje:

1. JA – dla odpowiedzi opisujących uczucia badanego,
2. INNI – dla odpowiedzi opisujących uczucia drugiej osoby,
3. CAŁOŚĆ – powstaje na podstawie punktacji JA i INNI i stanowi ostateczną punktację dla danej sceny.

Oceny JA i INNI dokonywane są dokładnie tak samo: opis emocji każdej osoby przypisywany jest poziomowi od 0 do 4. Dla każdej sytuacji mamy jeden wynik dla JA (od 0 do 4) i jeden wynik dla INNI (od 0 do 4). Wyższa punktacja odzwierciedla większe zróżnicowanie i integrację emocji swoich i drugiej osoby.

Ocena CAŁOŚĆ równa jest wyższej z punktacji JA i INNI. W przypadku gdy obie mają wynik równy 4 i dodatkowo emocje dla JA i INNI są różne, odpowiedź należy zaliczyć do poziomu 5. Wyższa ocena CAŁOŚĆ odzwierciedla świadomość większej złożoności emocji swoich i emocji drugiej osoby.

Punktacja CAŁOŚĆ określana jest na skali od 0 do 5, co odpowiada poziomom, na jakich emocja może być uświadamiana (zgodnie z teorią Lane’a i Schwartza). Maksymalna ilość punktów za daną scenę wynosi 5. Przy analizie wyników brana jest pod uwagę punktacja całkowita (CAŁOŚĆ). Wszystkie punkty CAŁOŚĆ dla poszczególnych scen są sumowane. Maksymalna ilość punktów, jaką może uzyskać osoba badana, wynosi 100 (5 punktów x 20 scen).

Poziom 0 – jest przyznawany za odpowiedzi nieemocjonalne, w których słowo „czuć” było użyte do opisanie myśli (np. *Czułbym, że on nie ma racji, Czułby, że jest za późno na zmianę*).

Poziom 1 – odzwierciedla świadomość fizjologicznych oznak emocji (np. *Czułbym suchość w ustach, Czułby bicie serca*).

Poziom 2 – odnosi się do takich opisów stanów emocjonalnych, które używają słowa czuć do poinformowania o tendencji do działania (np. *Czułbym, że chcę go zmielić na kleik dla dzieci, Czułby, że zacznie tłuc głową w ścianę*) albo opisów będących stereotypowymi, słabo różnicującymi określeniami stanów emocjonalnych (np. *Zdenerwowałbym się, co może oznaczać zarówno złość, lęk, jak i wstręt*).

Poziom 3 – odpowiedzi zawierające jedno słowo informujące o typowej, dobrze zróżnicowanej emocji (np. *szczęśliwy, smutny, zły*).

Poziom 4 – do opisanie emocji użyto dwóch lub więcej słów z poziomu 3, co świadczyłoby o większym zróżnicowaniu emocjonalnym (np. *Czułbym smutek, że przegrałem, i radość, że wygrał mój przyjaciel*).

Poziom 5 – przyznawany jest wówczas, gdy zarówno odpowiedzi dotyczące JA, jak i INNI otrzymały punktację z poziomu 4 i jeżeli spełniony był dodatkowy warunek: emocje opisujące siebie i drugą osobę były różne (np. *Czułbym złość i smutek, a on czułby się dumny i szczęśliwy*).

Przedstawione tutaj opisy poszczególnych poziomów są oczywiście ich ogólnymi charakterystykami. Kryteria oceny przedstawione sędziom są bardzo szczegółowe i mają formę zeszytu instrukcyjnego do SPSE.

Przykłady odpowiedzi na każdym poziomie:

Scena 5: „Spędzasz wakacje zagranicą. Poznany w czasie wakacji znajomy robi nieprzyjemne i poniżające uwagi o Twoim kraju. Jak byś się czuł(a)? Jak czułby się Twój znajomy?”

0 – Ja poczułbym, że nie jestem tu mile widziany i nic tu po mnie. Mój znajomy prawdopodobnie poczułby, że powiedział to, co jest zgodne z jego przekonaniem.

1 – Poczułbym, że robi mi się gorąco i krew napływa mi do twarzy. Trudno powiedzieć, co poczułby mój znajomy – to zależałoby od tego, jakie znaczenie miałyby dla niego nasza znajomość.

2 – Oczywiście nie skakałbym do sufitu i prawdopodobnie przez parę dni czułbym się fatalnie. Jestem pewien, że mój znajomy czułby się wspaniale myśląc, że ma nade mną przewagę.

3 – Ja byłbym zły, a znajomy czułby się dumny, że pochodzi z lepszego kraju (w swoim mniemaniu).

4 – W środku czułbym się wściekły, ale wobec znajomego na pewno udawałbym, że jestem dumny, że pochodzę z Polski. Znajomy czułby wstyd, że tak się zachował.

5 – Byłbym bardzo zły, że obraża mój kraj, a z drugiej strony czułbym wstyd, szczególnie gdyby naszej rozmowie towarzyszyły inne osoby. Mój znajomy byłby szczęśliwy i dumny ze swojego pochodzenia.

Emocje aktywizowane przez sceny skali LEAS. Autorzy wersji oryginalnej skali zakładali, że poszczególne sceny wywołają u badanych cztery emocje podstawowe: złość, lęk, szczęście i smutek, a razem z komplikowaniem się treści poszczególnych scen emocje te będą się składały na inne uczucia lub uczestniczyły w mieszankach emocji.

D. Szczygieł sprawdziła, czy skala rzeczywiście aktywizuje wspomniane rodzaje emocji; 37 studentów IV roku psychologii określało, jakie emocje wywołują przedstawione sceny. Zadaniem studentów było określenie: „Jakie emocje może wywoływać scena?” Do analizy włączono te odpowiedzi, które podawały nazwę specyficznych emocji. Nie brano pod uwagę wypowiedzi opisujących niespecyficzne stany afektywne (typu zdenerwowanie czy przykrość).

Tabela 1 przedstawia emocje najczęściej przypisywane JA i INNYM w poszczególnych scenach oraz emocje podstawowe, które – jak zakładali Lane i Schwartz – miały być wzbudzane. Pod uwagę brano te emocje, które pojawiły się u co najmniej 25% sędziów kompetentnych.

Rodzaje emocji wzbudzane przez przyjęcie perspektywy JA są inne niż emocji wzbudzanych przez przyjęcie perspektywy INNI. Drugiej osobie występującej w scenie przypisywane są prawie wyłącznie emocje złożone o charakterze społecznym (poczucie winy, współczucie, pogarda). Występują one obok emocji podstawowych, które z kolei dominują w opisach emocji JA. Jedynie emocja społeczna wstydu pojawia się w opisie emocji JA. Emocje podstawowe, których pojawienie się zakładali Lane i Schwartz, wymieniane są głównie w odniesieniu do JA. INNYM nie przypisuje się w ogóle złości, natomiast przypisywane są im złożone emocje społeczne².

² W nawiasach podano częstość występowania danej emocji. Należy dodać, że liczba emocji wywołanych u INNYCH była o jedną trzecią niższa od liczby emocji wywołanych u JA. Tendencje tę zauważyliśmy również w trakcie sygnowania odpowiedzi badanych.

Tab. 1. Emocje przypisywane JA i INNYM w poszczególnych scenach w porównaniu z emocjami zakładanymi przez autorów skali³

Numer sceny	JA			INNI	
	LEAS	SPSE			
1.	złość	złość/wściekłość wstyd	[36] [11]	poczucie winy	[12]
2.	strach	strach/lęk złość/wściekłość	[22] [18]	poczucie winy strach/lęk	[14] [13]
3.	szczęście	szczęście/radość	[32]	szczęście/radość	[21]
4.	smutek	złość/wściekłość smutek	[33] [18]	współczucie smutek szczęście/radość	[10] [9] [9]
5.	złość	złość/wściekłość	[41]	pogarda	[10]
6.	strach	strach/lęk zaskoczenie	[33] [13]	smutek strach/lęk	[22] [12]
7.	szczęście	zaskoczenie złość/wściekłość szczęście/radość	[18] [18] [17]	poczucie winy	[15]
8.	smutek	złość/wściekłość smutek	[27] [21]	smutek	[9]
9.	złość	złość/wściekłość	[31]	poczucie winy szczęście/radość	[15] [9]
10.	strach	strach/lęk	[42]	strach/lęk zaskoczenie	[28] [11]
11.	szczęście	szczęście/radość	[41]	szczęście/radość	[33]
12.	smutek	smutek strach/lęk	[36] [13]	smutek współczucie	[16] [11]
13.	złość	złość/wściekłość zaskoczenie strach/lęk	[20] [16] [13]	smutek poczucie winy	[19] [10]

³ Różnice w jakości emocji przypisywanych sobie można tłumaczyć tym, że są to emocje aktora, w odróżnieniu od „refleksyjnych” emocji obserwatora (przypisywanych innym; por. Lewicka, 1993).

Numer sceny	JA			INNI	
	LEAS	SPSE			
14.	strach	strach/lęk smutek	[28] [13]	szczęście/radość	[17]
15.	szczęście	szczęście/radość zaskoczenie	[24] [23]	szczęście/radość	[11]
16.	smutek	smutek złość/wściekłość	[15] [15]	szczęście/radość	[11]
17.	złość	złość/wściekłość zaskoczenie	[33] [10]	poczucie winy	[22]
18.	strach	szczęście/radość	[16]	szczęście/radość	[15]
19.	szczęście	szczęście/radość zaskoczenie	[31] [22]	szczęście/radość	[22]
20.	smutek	smutek złość/wściekłość szczęście/radość	[24] [13] [10]	szczęście/radość poczucie winy	[38] [9]

Przygotowanie słownika. Słownik stanowi dodatkowy (obok kryteriów oceny odpowiedzi) punkt odniesienia dla sędziów oceniających odpowiedzi badanych. Zawiera pulę słów, które niezależnie od kontekstu, w jakim się pojawiają, mogą być jednoznacznie interpretowane jako wskazujące na określony poziom. Było dla nas oczywiste, że słownik dla polskiej wersji skali musi powstać w odniesieniu do naszej kultury i tłumaczenie go z wersji oryginalnej nie ma większego sensu. Przy konstruowaniu słownika skorzystano z pomocy siedmiu sędziów kompetentnych. Zadaniem sędziów było określenie poziomu świadomości emocji, jaki odpowiadał danemu określeniu stanu emocjonalnego.

Etapy pracy nad słownikiem dla SPSE:

1. Grupa 122 osób (wyrównana pod względem płci) wypełniła Skalę Poziomów Świadomości Emocji. Badani byli uczniami klas maturalnych jednego z gdańskich liceów ogólnokształcących⁴.

⁴ Badania w szkołach przeprowadziła w każdym przypadku D. Szczygiel.

2. Wypisano wszystkie odpowiedzi udzielone przez badanych. W przypadku odpowiedzi rozbudowanych podzielono je na części (odrębne całości stanowiące opis doświadczanych stanów). Po wykluczeniu odpowiedzi powtarzających się powstała pula 1175 wypowiedzi⁵.

3. Każda z 1175 odpowiedzi została osobno zapisana na kartoniku. Odpowiedzi pozbawione były kontekstu, w jakim zostały udzielone – sędziowie nie wiedzieli, do której sceny odnosi się dana odpowiedź.

4. Wszystkie odpowiedzi zostały podzielone na sześć grup przez siedmiu sędziów kompetentnych. Cztery grupy odpowiadały poziomom od 0 do 3. Grupę piątą miały stanowić odpowiedzi, których klasyfikacja zależy od kontekstu. Grupa szósta to odpowiedzi, które nie spełniały żadnego z powyższych warunków – były to twierdzenia nie mające emocjonalnych konotacji, a które pojawiły się w odpowiedziach badanych – dotyczyły opisu zachowań nieemocjonalnych, np. „*Patrzyłby po prostu w dół rzeki*”.

5. Ocenione przez sędziów słowa poddano analizie pod względem częstości przydzielania do określonej grupy. Co najmniej pięciokrotne (na siedem możliwych) włączenie danego określenia do tego samego poziomu uznano za kryterium włączenia go do określonego poziomu:

a) 119 określeń nie spełniało powyższego warunku i wyłączono je z dalszej analizy.

b) z dalszej analizy wyłączono również 125 określeń należących do grupy VI.

c) pozostałe określenia (931) zostały ocenione przez sędziów w sposób następujący.

Tab. 2. Wyniki oszacowania odpowiedzi w skali LEAS przez sędziów kompetentnych

Poziom	7/7	6/7	5/7	Razem
0	50	35	22	107
1	28	58	63	149
2	144	164	100	408
3	80	79	64	223
Zależne od kontekstu	25	7	12	44
Razem	327	343	261	931

⁵ Na tym etapie nie stosowano żadnej selekcji wypowiedzi, tzn. nie kierowano się żadnymi kryteriami dotyczącymi emocjonalności-nieemocjonalności odpowiedzi.

6. Ostatecznie, po wykluczeniu tych samych określeń pojawiających się w różnych kombinacjach (np. słowo „wyrzuty sumienia” pojawiło się cztery razy: „miałbym wyrzuty sumienia”, „gryzłyby mnie wyrzuty sumienia”, „byłby pełen wyrzutów sumienia” i „wyrzuty sumienia”) oraz wyłączeniu określeń o tej samej konstrukcji (jak było bardzo często w przypadku stwierdzeń zaliczonych do poziomu 0: „Czułbym, że jest późno”, „Czułbym, że pora iść do domu”, „Czułem, że nic tu po mnie” itp.), opracowano słownik składający się z 700 pozycji: 31 dla poziomu 0; 100 dla poziomu 1; 377 dla poziomu 2 i 161 dla poziomu 3 z zaznaczeniem tych pozycji, co do których możliwe jest zastosowanie podwójnej, zależnej od kontekstu punktacji.

Lane i Schwartz nie stosowali opisanej powyżej procedury przy tworzeniu słownika. Słownik do wersji amerykańskiej został opracowany przez arbitralne przypisanie określonego poziomu wybranym określeniom.

Skala Poziomów Świadomości Emocji (SPSE) – ocena rzetelności i trafności

1. Rzetelność SPSE sprawdzono trzema różnymi sposobami: testując zgodność wewnętrzną skali, sprawdzając rzetelność połówkową skali oraz sprawdzając niezmienność wyników czasie.

Sprawdzono trafność teoretyczną skali:

a) metodą zgodności sędziów kompetentnych;

b) przez odwołanie się do analizy różnic międzygrupowych. Zakładano, że kobiety będą osiągały wyższe wyniki w SPSE niż mężczyźni. Istnieje powszechne przekonanie, że kobiety są bardziej emocjonalne niż mężczyźni. Uważa się, że mają one większy dostęp do własnych emocji, reagują bardziej emocjonalnie, a większości emocji doświadczają intensywniej. Kiedy emocjonalność definiowana jest jako globalna, stała w czasie i w dużym stopniu niezależna od kontekstu społecznego dyspozycja, to stereotyp ten wydaje się być potwierdzony: kobiety konsekwentnie opisują siebie jako bardziej emocjonalne (Diener, Sandvik, Larsen, 1985; Fujita, Diener, Sandvik, 1991; Grosman, Wood, 1993). Badania intuicyjnego stylu orientacji, wikłającego wymiar afektywności, także wykazały większą intuicyjność i afektywność kobiet (Kolańczyk, 1991). Istnieją po temu powody neuronalne. Mózg kobiety jest mniej zlateralizowany, o bogatszych połączeniach międzypółkulowych. Stąd pobudzenie emocjonalne, jak i inne wskazówki afektywne (głównie prawopółkulowe) poddawane są stałej interpretacji przez półkulę lewą. Świat poznawany jest przez mózg kobiecy w całościach afektywno-poznawczych. Założono zatem, że jeżeli narzędzie jest trafne, to wychwyci różnice między płciami.

c) Trafność teoretyczną narzędzia określono także, ustalając korelacje wyników SPSE z kryterium zewnętrznym (wynikami innych testów).

Aspekt zbieżny ustalono, korelując wyniki badania SPSE z wynikami ALEX-40, skali służącej do pomiaru aleksytymii. Zakładano ujemną korelację pomiędzy wynikami w SPSE a wynikami w skali ALEX-40. Zgodnie z poznawczo-rozwojową teorią świadomości emocji, osoby uzyskujące wyższe wyniki w skali charakteryzują się większym zróżnicowaniem i integracją poznawczych reprezentacji emocji. Aleksytymia natomiast bywa określana jako „brak słów dla emocji”. Zgodnie z teorią Lane’a i Schwartz’a, aleksytymie można uznać za syndrom charakteryzujący się brakiem zdolności do tworzenia symbolicznych reprezentacji emocji oraz brakiem świadomości istnienia złożonych emocjonalnie doświadczeń, które mogłyby być potencjalnie aktywizowane. Można zakładać, że osoby uzyskujące niższe wyniki w SPSE będą uzyskiwały wyższe wyniki przy pomiarze poziomu aleksytymii.

Aspekt różnicowy ustalono, porównując wyniki w SPSE z wynikami dwóch testów WAIS-R PI Wechslera: Słownikiem i Rozumieniem. Zakładano brak korelacji pomiędzy wynikami SPSE a wynikami w Słowniku i Rozumieniu. SPSE jest narzędziem opierającym się na analizie zachowań werbalnych. Nie ma jednak mierzyć w swoim założeniu sprawności werbalnej jako takiej (rozumianej jako inteligencja werbalna, stopień opanowania języka czy zdolności językowe), lecz złożoność reprezentacji opisujących doświadczenia emocjonalne. Należy więc wykluczyć związek wyników w SPSE z ogólną sprawnością językową. Do sprawdzenia trafności teoretycznej narzędzia wybrano dwa testy (Słownik i Rozumienie) ze skali WAIS-R PL.

„Słownik jest testem mierzącym głównie rozumienie werbalne, stopień opanowania języka oraz umiejętność ekspresji siebie za pomocą słów[...] może być traktowany jako wskaźnik umiejętności klasyfikowania i tworzenia pojęć. Wysoki wynik uzyskany w *Słowniku* może odzwierciedlać wysoką inteligencję werbalną” (Brzeziński, Hornowska, 1993, s. 168-170).

„Rozumienie jest testem pozwalającym na oszacowanie zdolności rozumienia typowych zwyczajów i codziennych sytuacji społecznych. Wysoki wynik w tym teście jest pochodną umiejętności trafnego i zwięzłego posługiwania się językiem (werbalizowania), więc może on „karać” te osoby, których stopień rozumienia sytuacji testowych jest właściwy, a które nie potrafią tego poprawnie zwerbalizować. Wysokie wyniki w tym teście są uwarunkowane dobrym rozeznaniem w sytuacjach społecznych, dobrą organizacją posiadanej wiedzy, dojrzałością społeczną, zdolnością dobrego werbalizowania i wreszcie rozległymi doświadczeniami. Niskie wyniki natomiast są spowodowane zbyt

konkretnym myśleniem oraz trudnościami w słownym wyrażaniu myśli” (Brzeziński, Hornowska, 1993, s. 193-196).

Badana grupa. Badania przeprowadzono w grupie 122 uczniów klas maturalnych jednego z gdańskich liceów. Grupa była wyrównana pod względem płci oraz wysokiego (powyżej przeciętnej) poziomu inteligencji; różnice między płciami były nieistotne statystycznie.

Procedura badania. Zastosowano następujące metody:

1. Skalę Poziomów Świadomości Emocji SPSE. Odpowiedzi badanych były sygnowane przez dwóch sędziów (A. K. i D. S.). W celu uniknięcia efektu *hallo* najpierw sędziowane były wszystkie odpowiedzi dla sceny 1, potem dla 2, 3 itd. Do dalszych analiz włączono wyniki tych osób badanych, które w SPSE udzieliły odpowiedzi na co najmniej 17 scen (85%)⁶. Było to 57 kobiet i 56 mężczyzn (razem 113 osób badanych). Jeżeli osoba badana udzieliła odpowiedzi na mniej niż 20, a więcej niż 16 scen, to brakującą punktację uzupełniono wynikami średnimi, uzyskanymi przez daną osobę.

2. ALEX-40. Jest to skala służąca do pomiaru aleksytymii. Została skonstruowana w 1994 roku przez psychologów holenderskich, a w roku 1998 Maruszewski i Ścigała dokonali adaptacji tej skali do warunków polskich (Maruszewski, Ścigała, 1998). ALEX-40 opiera się na samoopisie i składa się z 40 twierdzeń. Badani zaznaczają swoje odpowiedzi na 5-wagowych skalach typu Likerta („W pełni mnie charakteryzuje” – „Zupełnie mnie nie charakteryzuje”).

3. WAIS-R PL. Jest to standardowe narzędzie w diagnozie inteligencji. Składa się z 11 podtestów mierzących różne obszary funkcjonowania intelektualnego. Badania dwiema pierwszymi metodami zostały przeprowadzone grupowo – w odstępie tygodnia. Badania WAIS-R PL zostały przeprowadzone indywidualnie.

⁶ Instrukcja zezwala na pozostawienie sceny bez odpowiedzi.

VII. RZETELNOŚĆ SKALI

1. Zgodność wewnętrzna narzędzia

Współczynniki α Cronbacha dla JA, INNYCH i CAŁOŚCI wyniosły odpowiednio: 0,86, 0,81, 0,87. Poszczególne pozycje składające się na SPSE mają zadowalającą moc dyskryminacyjną – wszystkie współczynniki mocy dyskryminacyjnej (obliczane na podstawie wyników CAŁOŚCI) mieszczą się w przedziale 0,34-0,67 (średnia 0,48).

Współczynniki α Cronbacha uzyskane w badaniach amerykańskich skalą LEAS wyniosły dla *SELF* (JA), *OTHER* (INNI) i *TOTAL* (CAŁOŚĆ) odpowiednio: 0,84, 0,83, 0,88 (Lane i in. 1996). Autorzy badań LEAS nie podają wartości mocy dyskryminacyjnej poszczególnych pozycji skali.

Tab. 3. Moce dyskryminacyjne poszczególnych pozycji skali.

Pozycja skali – numer sceny	Współczynnik mocy dyskryminacyjnej (relatywny wkład poszczególnych pozycji skali w wynik ogólny)
1	0, 40
2	0, 47
3	0, 42
4	0, 34
5	0, 65
6	0, 45
7	0, 55
8	0, 50
9	0, 55
10	0, 43
11	0, 56
12	0, 45
13	0, 67
14	0, 42
15	0, 45
16	0, 52
17	0, 49
18	0, 50
19	0, 40
20	0, 35
Średnia	0, 48

2. Rzetelność połówkowa skali

Zastosowano podział na parzyste i nieparzyste pozycje skali. Rzetelność połówkowa dla JA, INNYCH i CAŁOŚCI wynosiła odpowiednio 0,88, 0,83, 0,90.

3. Niezmiennność wyników w czasie

Szczygiel przeprowadziła również dodatkowe badanie mające potwierdzić rzetelność skali na podstawie powtarzanego pomiaru. Badania te zostały przeprowadzone na grupie 52 kobiet w wieku 35-40 lat, z wykształceniem średnim, w odstępnie 6 miesięcy. Średnia i odchylenie standardowe wyników CAŁOŚCI wynoszą: w badaniu I: 55,73 (6,46), a w badaniu II: 54,61 (6,75). Uzyskane współczynniki korelacji dla JA, INNYCH i CAŁOŚCI w powtarzanych badaniach wyniosły odpowiednio: 0,75, 0,80, 0,90 ($p < 0,01$)

VIII. TRAFNOŚĆ

1. Zgodność sędziów kompetentnych

Zgodność między sędziami w określaniu poziomów świadomości emocji własnych (JA), INNYCH i CAŁOŚCI wynosiła odpowiednio: 0,997; 0,993; 0,998. Wszystkie związki wyrażono współczynnikiem korelacji Pearsona i są one istotne: $p < 0,0001$. W badaniach amerykańskich współczynniki korelacji wynosiły odpowiednio: 0,98; 0,91; 0,92 (Lane i in. 1996).

2. Trafność teoretyczną SPSE (ustalona za pomocą analizy różnic międzygrupowych)

Zbadano, czy wariancje wyników w grupach kobiet i mężczyzn są równe. Wynik testu Levene'a ($F = 0,16$; $p \leq 0,53$) jest statystycznie nieistotny, tak więc można wnioskować o jednorodności wariancji w obu porównywalnych

grupach (kobiet i mężczyzn⁷). Poziom świadomości emocji w całej grupie odbiega od rozkładu normalnego⁸ (test W Shapiro-Wilka $W = 0,96$ przy $p < 0,0027$, skośność = $-0,66$, kurtoza = $0,76$).

Ponieważ konsekwencje niespełnienia warunku normalności rozkładu nie są poważne (na co wskazują badania Monte Carlo), przystąpiono do analiz międzygrupowych. Różnica między średnimi CAŁOŚCI mierzona testem t dla prób niezależnych okazała się istotna statystycznie ($t = 3,81$; $p \leq 0,0002$). Kobiety – zgodnie z założeniem – charakteryzują się wyższym poziomem uświadamiania emocji. Podobne wyniki uzyskiwano w badaniach amerykańskich. Różnica między średnimi wynikami w zakresie JA w grupach mierzona testem t dla prób niezależnych okazała się istotna statystycznie ($t = 4,35$; $p \leq 0,000029$).

Różnica między średnimi INNI w grupach mierzona testem t dla prób niezależnych okazała się istotna śladowo ($t = 1,93$; $p \leq 0,056$). Uzyskane wyniki stanowią przesłanki do przewidywania innego mechanizmu uświadamiania emocji u kobiet i mężczyzn.

3. Trafność teoretyczna narzędzia (ustalona za pomocą współczynników korelacji wyników SPSE z kryterium zewnętrznym)

Aspekt zbieżny. Sprawdzono korelacje między wynikami skal SPSE i ALEX-40. Współczynnik korelacji liniowej Pearsona wyniósł: $-0,29$, $p \leq 0,002$. Zgodnie z przewidywaniami wyższy poziom świadomości emocji koreluje ujemnie z poziomem aleksytymii. W badaniach amerykańskich podobne zależności uzyskano przy pomiarze zależności między wynikami w skali LEAS a kwestionariuszem do pomiaru aleksytymii TAS-20.

Aspekt różnicowy. Uzyskano następujące współczynniki korelacji skali SPSE z wynikami SŁOWNIKA i ROZUMIENIA: Słownik x SPSE: $r = 0,05$, $p \leq 0,57$ (przy kontroli płci również nieistotny statystycznie); Rozumienie x SPSE: $r = 0,12$, $p \leq 0,19$ (przy kontroli płci również nieistotny).

⁷ Porównywano wyniki CAŁOŚCI.

⁸ Analiza rozkładu cechy przeprowadzona niezależnie dla kobiet i mężczyzn wykazała: dla kobiet test W Shapiro-Wilka $W = 0,985$ przy $p < 0,1104$, co wskazuje, że badana cecha ma rozkład normalny; dla mężczyzn: test W Shapiro-Wilka $W = 0,941$ przy $p < 0,0079$, co wskazuje, że badana cecha odbiega od rozkładu normalnego.

Zgodnie z założeniami teoretycznymi, wyniki obu podskal testu Wechslera i skali SPSE nie są skorelowane. Świadczy to o braku związku między poziomem, na jakim ludzie są świadomi swoich emocji, a sprawnością językową, inteligencją werbalną i rozeznaniem w sytuacjach społecznych oraz umiejętnością werbalizowania tych doświadczeń. Wynik ten wskazuje, że umiejętność werbalizowania własnych doświadczeń emocjonalnych jest względnie niezależna od sprawności językowej i od ogólnej umiejętności werbalizowania. Wykazanie braku zależności między SPSE a Słownikiem i Rozumieniem jest potwierdzeniem trafności teoretycznej skali.

Można więc zakładać, że SPSE mierzy tę cechę, do pomiaru której został skonstruowany. SPSE można uznać za narzędzie wystandaryzowane, ponieważ sposób jego stosowania jest ujednolicony. Skala jest wyposażona w instrukcję dla osób badanych oraz jasne kryteria oceniania odpowiedzi (zamiana danych jakościowych na ilościowe odbywa się zgodnie z ustalonymi regułami, które są tak samo rozumiane przez niezależnych sędziów). Dwie osoby niezależnie oceniające odpowiedzi badanych dochodzą do takich samych wniosków, posługując się tymi samymi kryteriami. Można więc przyjąć, że SPSE spełnia wymagania stawiane dobrej metodzie.

IX. SKRÓCONA WERSJA SKALI SPSE

Tworząc krótszą wersję SPSE, usunięto te pozycje skali, które miały współczynnik mocy dyskryminacyjnej niższy od 0,45. Współczynnik rzetelności α Cronbacha = 0,84 pozostał na zadowalającym poziomie. Uzyskano w ten sposób skalę składającą się z 10 pozycji.

Tab. 4. Moce dyskryminacyjne i emocje wzbudzone przez sceny skróconej wersji skali

Numer sceny	Współczynnik mocy dyskryminacyjnej	Wzbudzone emocje	
		JA	INNI
1 [2]	0,48	strach/lęk złość/wściekłość	poczucie winy strach/lęk
2 [5]	0,64	złość/wściekłość	pogarda

Numer sceny	Współczynnik mocy dyskry- minacyjnej	Wzbudzone emocje	
		JA	INNI
3 [7]	0,54	20. zaskoczenie złość/wściekłość szczęście/radość	poczucie winy
4 [8]	0,50	złość/wściekłość smutek	smutek
5 [9]	0,54	złość/wściekłość	poczucie winy szczęście/radość
6 [11]	0,51	szczęście/radość	szczęście/radość
7 [13]	0,59	złość/wściekłość zaskoczenie strach/lęk	smutek poczucie winy
8 [16]	0,52	smutek złość/wściekłość	szczęście/radość
9 [17]	0,49	złość/wściekłość zaskoczenie	poczucie winy
10 [18]	0,50	szczęście/radość	szczęście/radość
20. Średnia	0,53		

W nawiasach podano liczby odpowiadające numerom scen w pierwotnej wersji skali składającej się z 20 scen. W prawym skrzydle tabeli umieszczono rodzaje emocji wzbudzanych przez sceny. Zestawienie to pokazuje, że sceny włączone do wersji skróconej SPSE odnoszą się do wszystkich emocji, które pojawiły się w wersji składającej się z 20 scen. Poza tym 10 wybranych scen rozłożyło się równomiernie w całej skali pierwotnej.

BIBLIOGRAFIA

- Brzeziński J., Hornowska E. (red.) (1993). *Skala inteligencji Wechslera WAIS-R. Polska adaptacja, standaryzacja, normalizacja i wykorzystanie w diagnostyce psychologicznej*. Warszawa: PWN.
- Damasio A. R. (1994/1999). *Błąd Kartezjusza. Emocje, rozum i ludzki mózg*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis.
- Diener E., Sandvik E., Larsen R. J. (1985). Age and sex effects for emotional intensity. *Developmental Psychology*, 21, 542-546.
- Drwal R. Ł. (1995). *Adaptacja kwestionariuszy osobowości*. Warszawa: PWN.
- Fujita F., Diener E., Sandvik E. (1991). Gender differences in negative affect and well-being. The case for emotional intensity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 427-434.
- Grossman M., Wood W. (1993). Sex differences in intensity of emotional experience: A social role interpretation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1010-1022.
- Kolańczyk A. (1991). *Intuicyjność procesów przetwarzania informacji*. Gdańsk: Wydawnictwa Uniwersytetu Gdańskiego.
- Laird J. D., Bresler Ch. (1994). The process of emotional experience: A self-perception theory. W: M. S. Clark (red.), *Review of personality and social psychology*, vol. 13: *Emotion*. Newbury Park, CA: Sage, s. 213-234.
- Lane R., Kivley L. S., DuBois M. A., Shamasundara P., Schwartz G. (1995). Levels of emotional awareness and the degree of right hemispheric dominance in the perception of facial emotion. *Neuropsychology*, 33, 525-538.
- Lane R., Quinlan D., Schwartz G., Walker P., Zeitlin S. (1990). The Levels of Emotional Awareness Scale: A cognitive-developmental measure of emotion. *Journal of Personality Assessment*, 55, 1-2, 124-134.
- Lane R., Reiman E., Axelrod B., Yun L.-S., Holmes A. H., Schwartz G. (1998). Neural correlates of levels of emotional awareness: Evidence of an interaction between emotion and attention in the Anterior Cingulate cortex. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 10, 525-535.
- Lane R., Schwartz G. (1987). Levels of emotional awareness: A cognitive-developmental theory and its application to psychopathology. *American Journal of Psychiatry*, 54, 309-313.
- Lane R., Sechrest B., Reidel R., Weldon V., Kaszniak A., Schwartz G. (1996). Impaired verbal and nonverbal emotion recognition in alexithymia. *Psychosomatic Medicine*, 58, 203-210.
- LeDoux J. E. (2000). *Mózg emocjonalny. Tajemnicze podstawy życia emocjonalnego*. Poznań: Media Rodzina.
- Lewicka M. (1993). *Aktor czy obserwator. Psychologiczne mechanizmy odchylenia od racjonalności w myśleniu potocznym*. Warszawa-Olsztyn: Pracownia Wydawnicza PTP.
- Leventhal H. (1980). Toward comprehension theory of emotion. W: L. Berkowitz (red.), *Advances in experimental social psychology*, vol. 13. New York: Academic Press, s. 139-207.
- Maruszewski T., Ścigała E. (1998). *Emocje – Aleksytymia – Poznanie*. Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.

- Mayer J., Salovey P. (1999). Czym jest inteligencja emocjonalna? W: P. Salovey, D. J. Sluyter (red.), *Rozwój emocjonalny a inteligencja emocjonalna*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis, s. 21-74.
- Ortony A., Turner T. (1990). What's basic about basic emotions? *Psychology Review*, 97, 315-331.
- Saarni C. (1999). Kompetencja emocjonalna i samoregulacja w dzieciństwie. W: P. Salovey, D. J. Sluyter (red.), *Rozwój emocjonalny a inteligencja emocjonalna*. Poznań: Dom Wydawniczy Rebis, s. 75-131.
- Schachter S., Singer J. E. (1962). Cognitive, social, and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*, 5, 379-389.
- Strack F., Martin L. L., Stepper S. (1988). Inhibiting and facilitating conditions of the human smile: A non-obtrusive test of the facial feedback hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 768-777.
- Werner H. (1948). *Comparative psychology of mental development*. New York: International Universities Press.
- Wierzbicka A. (1994). Emotion, language, and cultural scripts. W: S. Kitayama, H. R. Markus (red.), *Emotion and culture. Empirical studies of mental influence*. Washington, DC: American Psychological Association, s. 133-196.
- Zillmann D. (1983). Transfer of excitation in emotional behavior. W: J. T. Cacioppo, R. E. Petty (red.), *Social psychophysiology: A sourcebook*. New York: Guilford Press.

ADAPTATION OF LANE'S AND SCHWARTZ'S LEVELS OF EMOTIONAL AWARENESS SCALE

S u m m a r y

The paper presents adaptation of Levels of Emotional Awareness Scale (LEAS) created originally by Lane and Schwartz. According to their theory emotional awareness is a type of cognitive processing which undergoes five levels of structural transformation. LEAS is a written, projective instrument that asks subjects to describe her or his anticipated emotions and those of another person in each of 20 scenes described in 2 to 4 sentences. Scoring criteria allow to evaluate the degree of differentiation and integration of the words denoting emotions and the level of emotional awareness of the subject. Adaptation of the scale was conducted with a group of 113 subjects (aged – 19, equal number women and men) and group of 56 women (aged: 35 to 40). In order to establish reliability of the instrument three methods were used: 1) split-half reliability, 2) internal reliability and 3) test – retest reliability. All results obtained are showing high reliability of LEAS – PL. Validity of the scale was evaluated by showing its positive correlation with ALEX-40 (a questionnaire used for a measurement of alexithymia) and negative correlation with two verbal test of WAIS – R PL: Vocabulary and Comprehension. Construct validity was checked by group differences (women and men).