

## **Recenzja rozprawy doktorskiej**

**pt. Strategie regulacji złości: różnice indywidualne w ich preferencji oraz efektywności”  
napisanej przez p. mgr Agatę Kozłowską.**

**Promotor rozprawy: p. prof. dr hab. Magdalena Marszał- Wiśniewska**

Przedstawiana do recenzji rozprawa doktorska ma charakter weryfikacji na bazie przeprowadzonych eksperymentów oraz analiz korelacyjnych znaczenia różnic indywidualnych w podejmowanych strategiach regulacji złości. Generalnie praca jest napisana w sposób przejrzysty, wywody są logicznie uporządkowane, całość treści pracy jest dobrze przemyślana i stanowi przykład rzetelnego podejścia do analiz naukowych.

Rozprawa składa się z części teoretycznej, w której zaprezentowane zostały modele regulacji emocji (a zasadniczo procesualny model regulacji emocji w ujęciu Jamesa Grossa), analiza złości jako emocji i strategie jej regulacji, a dalej dyspozycje (sprowadzone do cechy złości oraz struktury temperamentu) jako najważniejsze jej predyktory, których znaczenie jest zapośredniczone przez różne wymiary inteligencji emocjonalnej. Odrębną część pracy stanowi opis założeń projektu badawczego oraz analiza uzyskanych wyników własnych badań empirycznych.

Choć przyjęty model regulacji emocji jest obiecujący, to jak sam Gross wskazuje w swoich najnowszych analizach wymaga on pewnych uzupełnień (za: Ford, B. Q., Gross, J.J. (2018), *Emotion Regulation: Why Beliefs Matter. Canadian Psychology*, vol. 59, no. 1, 1-14).

Istotne są bowiem nie tylko same etapy przebiegu regulacji, ale podstawowe przekonania na temat emocji oraz ich istotne znaczenie jakie pełnią one w regulacji emocji. Te przekonania są ważne na każdym etapie procesu regulacji (identyfikacji potrzeby regulacji, selekcji strategii regulacyjnych, implementacji regulacji czy monitorowania przebiegu regulacji). Ważne jest też to, jak czasowo przebiega regulacja i jak przekonania kształtują wewnętrzne (osobiste) i zewnętrzne (na ile dotyczą innych) strategie. Być może uwzględnienie powyższych czynników, pozwoliłoby w nieco innej perspektywie usytuować zmienne w proponowanym modelu, jak i potem umożliwiłyby pełniejsze wyjaśnienie uzyskanych rezultatów własnych badań empirycznych.

Wracając do treści rozprawy, cele projektu badawczego sprowadzały się do weryfikacji modelu różnic indywidualnych wyjaśniających wybór (preferencję?) wymienianych wcześniej (w części teoretycznej) strategii regulacji złości (pierwszy cel badawczy) oraz do

analizy różnic indywidualnych w skuteczności stosowanych strategii regulacji złością (drugi cel badawczy). Każdy z powyższych celów badawczych został precyzyjnie zaplanowany; dla realizacji każdego z tych celów zaproponowano także konkretne oczekiwania w postaci hipotez. Należy w tym miejscu podkreślić, że postawione hipotezy są uzasadnione, precyzyjne i wynikają z wcześniejszych analiz teoretycznych. Powyższe wskazuje na bardzo rzetelne i krytyczne podejście autorki do sposobu wykorzystania dostępnych danych.

Zadanie zmierzające do spełnienia pierwszego celu sprowadzało się do weryfikacji modelu różnic indywidualnych (sprowadzonych do cech temperamentu, na podstawie których oceniano możliwości przetwarzania stymulacji, złości jako cechy oraz istotnej roli inteligencji emocjonalnej) w preferencji wyboru strategii regulacji złością. Kluczowe znaczenie w tym zadaniu badawczym miało zastosowanie i przystosowanie do polskich warunków kwestionariusza do pomiaru strategii regulacji złością (ARGI- *Anger- Related Reactions and Goal Inventory* zaproponowany przez pracowników uniwersytetu w Greifswaldzie- Thomas Kubiak, Monika Wiedig-Allison, Sandra Zgoriecki, Hannelore Weber, który wymaga od badanego oceny w skali 4- stopniowej każdego z itemów). To narzędzie stało się podstawowym źródłem informacji, zatem jego „dobroć” wydaje się być kluczowa dla oceny wartości uzyskiwanych rezultatów badawczych. Pomijając uzyskane dobre wyniki w zakresie rzetelności, dobroci dopasowania modelu do struktury czynnikowej, etc. zastanawiam się nad samą w sobie wartością i trafnością tego typu strategii badawczej (tj. pomiar kwestionariuszowy).

Pomiar regulacji emocjami jest jednym z najtrudniejszych zadań stawianych badaniom nad emocjami.

Już same w sobie określenie typu „preferencje” (być może lepszym byłoby określenie jako „gotowość do...”) strategii regulacyjnych jest nieco kłopotliwe. Ze swej istoty emocje mają charakter automatyczny i natychmiastowy, powstają one na poziomie różnych form oszacowania- nie tylko na poziomie świadomym, pojęciowym czy nawet dającym się poddać refleksji, na poziomie schematów (co wiąże się też bezpośrednio ze strategiami regulacyjnymi). W rezultacie tego typu sformułowanie jest często ryzykowne i zakłada analizę emocji jako świadomie kontrolowalnej rzeczywistości; oczywiście, złość jest kontrolowalna, ale po zadziałaniu (uaktywnieniu) procesów- mechanizmów, które nie dają się sprowadzić tylko do wymiaru emocjonalnych zachowań, ale muszą uwzględniać systemy osobowych- jednostkowych doświadczeń, nastawień, dojrzałości, czy jednostkowej zdolności

kontroli i panowania nad podstawowymi mechanizmami regulacyjnymi. Konstruowane narzędzia kwestionariuszowe do pomiaru preferowanych form regulacji emocjonalnej w formie itemów wymagających świadomego ustosunkowanie się do tego, na ile odpowiadają osobistym doświadczeniom mogą być obarczone wieloma zakłóceniami (będącymi efektem chociażby zniekształceń na rzecz samego siebie, oczekiwań, schematów kulturowych, itp.). Badania też z reguły doprowadzą do potwierdzenia zakładanych przypuszczeń, a dalej sama analiza przy użyciu procedur statystycznych doprowadzi tylko do bardziej lub mniej wyraźnych oczekiwań, ale z reguły potwierdzających przypuszczenia. W układzie interakcji pomiędzy konstruowanymi na bazie analiz teoretycznych formami przebiegu regulacji emocjonalnej a różnicami indywidualnymi dojdziemy także do uchwycenia pewnych zbieżności. Ale to są tylko zbieżności, one nie zawsze wyjaśniają, czy pozwalają na opis mechanizmów.

Proszę o potraktowanie powyższych uwag nie jako formy zarzutu, lecz jako swego rodzaju refleksję nad wartością dominujących w psychologii współczesnej sposobów konstruowania narzędzi i dostarczania na ich podstawie dowodów trafności lub nietrafności hipotez.

Realizacja drugiego celu badawczego pozwalała na postawienie dwóch grup hipotez, odnoszących się do efektywności stosowanych przez badanych strategii regulacyjnych oraz uwzględniających indywidualne właściwości wyjaśniające ich efektywność. Podobnie, jak w przypadku realizacji celu pierwszego, również i tutaj należy docenić zasadność i precyzyjność postawionych hipotez.

W realizacji drugiego celu badawczego istotne znaczenie miała procedura zaplanowanego eksperymentu. Tutaj drobna uwaga, otóż wydaje się, że rozpiętość wiekowa osób badanych może być nieco zakłócającym czynnikiem (z punktu widzenia psychologii rozwojowej osoby w wieku 18 lat i 35 lat dość istotnie różnią między sobą- inne sposoby podejścia do świata, chyba nieco inne formy kontroli i regulacji emocjonalnej). Mam także pewne uwagi dotyczące samej procedury eksperymentalnej. W pierwszym etapie (pomijam tutaj instrukcję wskazującą na możliwość rezygnacji z udziału w badaniach, bez podania przyczyn) stosowano pomiar aktualnego stanu emocjonalnego w zakresie 6 emocji. Rozumiem, że to jest oparte na najczęściej wymienianych przez Ekmana rodzajach emocji. Niemniej, warto było uzasadnić nieco szerzej, dlaczego akurat te, a nie inne kategorie emocji?

Sama procedura eksperymentalna obejmowała także indukowanie złości (to miało kluczowe znaczenie), poprzez rozwiązywanie zadań nierozwiązywalnych, wprowadzanie stanu

dyskomfortu przy pomocy dźwięku oraz zagrożenie samooceny (wzbudzanej poprzez informację, że większość osób dobrze radziła sobie z zadaniem- a wiadomo, że zadanie było nierozwiązywalne). To interesująca procedura, szczególnie w zakresie obniżania samooceny. Nie wiem, na ile można ufać, że powyższe stany generowały stan złości, a nie inne stany emocjonalne, jak np. zagubienie, zmartwienie, rezygnację? Co prawda po wykonaniu zadania indukującego złość dokonywano pomiaru aktualnego stanu emocjonalnego, ale jak wspominałem jest to pomiar ograniczony tylko do pewnych kategorii emocji.

W kolejnym etapie osoby badane „wykonywały zadanie mające na celu uruchomienie losowo wybranej strategii regulacji złości” (cytat za: s. 85). Po czym następował ponownie pomiar stanów emocjonalnych. Zastanawiam się ponownie, czy nie mamy tutaj do czynienia z swego rodzaju narzucaniem sposobów mentalnych, w które osoba badana niejako musi być wpłątana, a które niekoniecznie są odzwierciedleniem jej faktycznego stanu i nastawień. Są to tylko uwagi, które mogą budzić pewne wątpliwości co do dobroci uzyskiwanych wyników.

Bardzo dobrą strategią było opracowanie różnic indywidualnych wyjaśniających strategię, przy pomocy modelowania równań strukturalnych (szczególnie interesującą jest strategia respecyfikacji przyjętych modeli w przypadku otrzymywania danych wskazujących na niedopasowanie modeli prezentowanych w przyjętych hipotezach- wyniki analizy na stronach 92- 100). W rezultacie uzyskano wiele interesujących związków pomiędzy zmiennymi oceniającymi różnice indywidualne a preferowanymi strategiami regulacji emocją złości, co umożliwiło zaprezentowanie różnych – poszczególnych modeli odnoszących się czy wyjaśniających strategię regulacji złości w powiązaniu ze zmiennymi opisującymi różnice indywidualne (tj. złość jako cecha, możliwości przetwarzania stymulacji oraz inteligencja emocjonalna). Uzyskane wyniki w wielu obszarach potwierdzały oczekiwania; pojawiało się też wiele nowych zaobserwowanych relacji pomiędzy zmiennymi. Nie udało się jednak odkryć i zarysować uniwersalnego modelu wyjaśniającego strategię regulacji złości (modelu w którym pojawiały by się wszędzie dane kategorie wyjaśniających regulację cech indywidualnych). Bardzo niejednoznaczny w regulacji złością okazał się być też udział inteligencji emocjonalnej (np. jedynie percepcja i rozumienie emocji ujawniały istotne, negatywne związki ze strategią humoru i dystrakcji). Najbardziej uniwersalnym i najlepszym predyktorem preferencji strategii regulacji okazało być nasilenie złości jako cechy. Powyższe w jakiejś mierze wskazywałoby na to, że celem wyjaśnienia strategii regulacji emocjonalnej, być może warto byłoby odnieść się do szeroko pojętych wymiarów jednostkowej struktury

oraz wymiarów procesualnych osobowości (jak np. oczekiwań, nastawień, kontekstów zachowania).

Odrębną kwestią były analizy efektywności stosowanych strategii regulacyjnych i próby ich powiązania ze zmiennymi opisującymi różnice indywidualne. Jak się okazuje, stosowanie większości strategii regulacyjnych (poza ruminacją) prowadziło do obniżenia poziomu złości. Z kolei przeprowadzone odrębne analizy do oceny znaczenia złości jako cechy, przetwarzania stymulacji oraz inteligencji emocjonalnej pozwoliły na wskazanie powtarzalności pewnych związków zmiennych opisujących różnice indywidualne z efektywnością stosowanych strategii. Jak sama autorka przyznaje, znaczenie różnic indywidualnych może mieć z jednej strony charakter uniwersalny dla efektywności wszystkich strategii regulacyjnych, a z drugiej efekt specyficzny dla efektywności danego rodzaju strategii regulacyjnych. Interpretacje i wyjaśnienia uzyskanych przez autorkę wyników są godne uwagi i zasługują na uznanie. Sposób odwoływania się do danych uzyskiwanych w wielu innych badaniach, łatwość „osadzania” własnych wyników w różnych kontekstach teoretycznych jest bardzo cenną umiejętnością.

Podsumowując, zaprezentowana do oceny rozprawa jest wartościowa, oryginalna i wnosi nowe spojrzenie na możliwości wyjaśnienia czynników odpowiadających za gotowość do pewnych sposobów regulacji emocji złości. Literatura jest wyczerpująca, wskazuje na dobrą orientację autorki w zakresie podejmowanej tematyki. Pomijam tutaj wcześniej wymieniane uwagi, które mają charakter pewnych refleksji i mają na celu podkreślenie trudności z jakimi może mieć do czynienia każdy badacz poruszający się w tym obszarze analiz.

Uważam, że zaprezentowana do oceny rozprawa doktorska spełnia wymogi stawiane w art. 13 ustawy z dnia 14 marca 2003 roku o tytule i stopniach naukowych i może być dopuszczona do dalszych etapów postępowania zgodnie z formalną procedurą.



Dr hab. Henryk Gasiul, prof. UKSW

Warszawa, 18.12.2019 r.