

O roli myślenia w regulacji reakcji automatycznych (dane dotyczące przejawów spójnego z przemyśleniami dekodowania utajonych słów)

Maria Jarymowicz*

Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski, Warszawa

STUDIES ON THE RELATIONSHIP BETWEEN DELIBERATIVE THINKING AND AUTOMATIC REACTIONS (EXPERIMENTAL DATA SHOWING COHERENCE BETWEEN EXPLICIT JUDGMENTS AND REACTIONS TO IMPLICIT WORDS)

It is worthy to distinguish between two types of automatic regulation: (1) – based on primary unconscious mechanisms and (2) based on accumulation of deliberative knowledge. The latter allow to have an indirect influence on one's own automatic reactions. This important assumption requires empirical exploration. The article presents results of three studies showing that reactions following subliminal expositions of different words (self-related *vs.* not related, affective *vs.* neutral ones) are coherent with functioning related to articulated meaning of the same words. It implies that automatic reactions to unconscious stimulation are due to previous conscious information processing.

Niewątpliwie trzon psychiki wyznaczają mechanizmy automatycznego reagowania, ale człowiek – dzięki myśleniu i samoświadomości – ma na te mechanizmy istotny wpływ. Samoregulacja stopniowo staje się podporządkowana nie tylko pierwotnym potrzebom, lękom i afektywnym preferencjom podmiotu, ale i jego świadomym wyborom, celom i dążeniom oraz refleksyjnie wypracowanym przekonaniom i ideałom.

Wiadomo, że najbardziej abstrakcyjne pojęcia, choć krystalizują się dzięki zdolnościom i procesom o najwyższym stopniu złożoności, są powiązane z przebiegiem najbardziej pierwotnych, elementarnych, nieświadomych procesów i reakcji (Bernstein i Pittman, 1992; Damasio, 1999, 2000; Cacioppo i Gradner, 2001). Ale reguły, jakim podlegają interakcje pomiędzy treścią świadomości i procesami automatycznymi wciąż wymagają solidnych studiów. Przedmiotem uwagi i rozważań są częściej

kwestie wpływu procesów nieświadomych na funkcjonowanie niż zagadnienie wpływu refleksyjnej świadomości podmiotu na procesy i reakcje mimowolne. Wiedza o tego typu zależnościach wymaga dalszych poszukiwań, a jej pogłębienie mogłoby mieć nader istotne znaczenie dla rozumienia zasad rozwoju ludzkiej podmiotowości oraz stopnia, w jakim własne funkcjonowanie może podlegać podmiotowi.

ZAŁOŻENIA DOTYCZĄCE NIEŚWIADOMEGO PRZETWARZANIA INFORMACJI I JEGO ZWIĄZKÓW Z MYŚLIENIEM

Stanowiska psychologów kolejnych generacji w kwestii założeń co do natury i genezy procesów nieświadomych (zachodzących poza wglądami podmiotu) są wyjątkowo rozproszone. Wciąż jeszcze liczni psychologowie ignorują wiedzę o regulacji nieświadomej i nie uwzględniają jej w repertuarze własnych pytań o właściwości psychiki. Inni wiążą jej zakres z patologią i przyjmują, że procesy nieświadome to rodzaj przypadłości charakterystycznych dla niektórych tylko ludzi (wymagających spe-

* Korespondencję dotyczącą artykułu można kierować na adres: Maria Jarymowicz, Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski, ul. Stawki 5/7, 00-183 Warszawa.

e-mail: mariaj@psych.uw.edu.pl

cialnej troski). Jeszcze inni redukują nieświadomość do mechanizmów obronnego samooszukiwania – przyjmując jednak, że nikt nie jest od nich wolny. A przecież dorobek psychologii i nauk z nią powiązanych wskazuje, że zakres nieświadomej regulacji psychicznej jest nieporównanie szerszy, bo obejmuje zarówno wielorakie procesy, które nigdy nie były dostępne świadomości (tak, jak orientacja w funkcjonowaniu własnej wątroby czy innych narządów wewnętrznych, dana podmiotowi dopiero wtedy, gdy stają się źródłem bólu), jak i wielorakie procesy powiązane z treścią doświadczeń, które z pola świadomości zniknęły w naturalny sposób, a pozostają w umyśle (tworząc tzw. struktury latentne – por. Lewicki, 1963) i są przez umysł wykorzystywane (Chlewiński, 2002).

Badacze powiązani z różnymi nurtami psychologii poświęcili procesom nieświadomym sporo uwagi – poczynając od badań eksperymentalnych podjętych jeszcze w XIX wieku (James, 1890; Abramowski, 1903, 1912). W historii studiów psychologicznych nad nieświadomym funkcjonowaniem psychiki nie zabrakło bodaj żadnych nadrzędnych kwestii, ale dorobek ten nie został w pełni zintegrowany. Za spektakularne można uznać nawiązanie współczesnej eksperymentalnej psychologii społecznej (jej nurtu *social cognition*) do idei psychoanalizy – tych, dotyczących wpływu potrzeb i pragnień podmiotu na tendencyjne przetwarzanie informacji (Freud, 1937/2004; Reykowski, 1968; Dixon, 1981; Grzegółowska-Klarkowska, 1986; Greenwald i Pratkanis, 1988; Wojciszke, 1988; Dymkowski, 1996; Underwood, 2004; Brycz 2004). Badania obu nurtów znalazły pod koniec XX wieku poważne wsparcie w wiedzy neurobiologicznej, uzasadniającej prymat afektów nad świadomym poznaniem – pierwszeństwo automatycznego reagowania afektywnego (wyznaczonego przez procesy podkorowe) względem świadomego rozpoznawania sygnałów i operowania informacjami (wymagającego dotarcia impulsów wyżej, do ośrodków korowych – por. LeDoux, 1996, 1998; Wróbel, 2001). Aktualizowane wcześniejszej preferencje afektywne wyznaczają tendencyjność dalszego przetwarzania informacji, która przejawia się tym, że podmiot „słyszy i widzi” to, co usłyszeć i zobaczyć chce (Greenwald, 1980, 1986; Greenwald i Banaji, 1995; Erdeyi, 2001; Oatley i Jenkins, 2003). Z tym samym typem wyjaśnień wiąże się nurt badań nad wszelkiego typu uprzedzeniami – afektywnymi nastawieniami, wpływającymi na percepcję obiektów uprzedzeń (wątek ten jest najczęściej eksplorowany w sferze uprzedzeń wobec ludzi zaliczanych do „obcych”: do

kategorii ludzi spoza własnej społecznej przynależności – por. Kofta i Jasińska-Kania, 2001).

Dzięki „połączeniu sił” potężnych nurtów – psychoanalizy, neurobiologii i nurtu *social cognition* – wiedza o nieświadomych przesłankach zachowań bardzo się obecnie upowszechniła. Kojarzona jest jednak głównie z rolą utajonych mechanizmów związanych z naturą emocji. Obecnie całe rzesze badaczy (por. Ohme, 2007) wykorzystują w swych poszukiwaniach założenie, zgodnie z którym to za sprawą pierwszeństwa emocji względem poznania (Zajonc, 1985, 1998a, 2000) nieświadomione emocje wywierają wpływ na myślenie i sprawiają, że najbardziej nawet sprawny intelektualnie człowiek może myśleć nieracjonalnie: posługiwać się intelektem „w służbie emocji” (Bergson, 1913, 1963).

Te same modele neurobiologiczne powstawania emocji (Herzyk, 2002, 2003; Zagrodzka, 1999; Wróbel, 2003) umożliwiają sformułowanie założeń co do wpływu świadomych źródeł emocji na pierwotne, automatyczne, utajone reagowanie afektywne (Jarymowicz, 1997, 2005). Takie założenia, o odwrotnym kierunku zależności (w terminach neurofizjologicznych chodzi o sekwencje: dół – góra *vs.* góra – dół – por. model powstawania emocji drogą dolną i górną LeDoux, 1996), wykorzystywane są przede wszystkim w odniesieniu do powiązań myślenia stereotypowego z uprzedzeniami, jako automatycznymi, niekontrolowanymi wyznacznikami ustosunkowań podmiotu wobec ludzi uważanych za obcych (Macrae, Stangor i Hewstone, 1999; Kofta, 2004).

Mniej rozpowszechnione jest (w psychologii osobowości i społecznej) odwoływanie się do analogicznych założeń dotyczących interakcji nieświadomych i świadomych reguł przetwarzania informacji wedle zasad deskryptywnych – a nie ewaluatywnych. To klasyczne rozróżnienie, stosowane w psychologii (por. Lewicka, 1985), wiąże się ze studiami nad zdolnością człowieka do nieemocjonalnego, czysto poznawczego i intelektualnego wykorzystywania informacji. Opis mechanizmów, które to umożliwiają wyprowadzić można z tych samych modeli neurobiologicznych, które dotyczą powiązań pomiędzy utajonymi i jawnymi procesami emocjonalnymi – w tym, ze znanego dość powszechnie wśród psychologów modelu Josepha LeDoux (1998). Wiedza leżąca u jego podstaw pozwala uporządkować dwa obszary poszukiwań (Balas, 2003; Kolańczyk, Fila-Jankowska, Pawłowska-Fusiara i Sterczyński, 2004).

Pierwszy obszar dotyczy nieporozumień wokół tezy, zgodnie z którą emocje mogą wyprzedzać poznanie: wszak najpierw trzeba wiedzieć z czym ma

się do czynienia, a potem na to negatywnie czy pozytywnie zareagować. Współczesna wiedza pozwala zrozumieć, że taka właśnie sekwencja w istocie zachodzi w toku procesów utajonego przetwarzania informacji. Dopływające bodźce są na wczesnych etapach (na niskich piętrach układu nerwowego) przetwarzane bez udziału świadomości, a gdy impulsy docierają na poziom podkorowy, dochodzi najpierw do ich rozkodowania deskryptywnego (we wzgórzu), a potem (gdy już umysł ma elementarną orientację co do rodzaju stymulacji) do ich oszacowania afektywnego (w ciele migdałowatym). Procesy te – choć nieświadome – mają moc sprawczą, bo są źródłem impulsów pobudzających efektor. Wyzwalają więc zgodne z afektem zachowania – bez względu na wiedzę, a więc i wolę podmiotu. Drugi obszar zjawisk dotyczy interakcji pomiędzy procesami poznawczymi i emocjonalnymi (zarówno nieświadomymi, jak i świadomymi). Odrębne struktury anatomiczne sprawiają, że procesy te zachodzić mogą całkowicie rozdzielnie, choć – dzięki powiązaniom neuronalnym – mogą pozostawać w interakcjach.

To dzięki drogom wstępującym i zstępującym procesy wczesnego utajonego (zarówno ewaluatywnego, jak i dekryptywnego) przetwarzania informacji mogą pozostawać pod wpływem jawnego myślenia i nagromadzonej tą drogą wiedzy. Gdy wytworzy się sieć powiązań pomiędzy znakiem i znaczeniem (deskryptywnym i ewaluatywnym), to odebrane podprogowo słowo może wywołać automatyczne bezpośrednie, specyficzne reakcje, choć struktury podkorowe pierwotnie „nie potrafią” czytać (Maruszewski, 2001; Manstead, Frijda i Fischer, 2004). Zatem, dzięki tego typu powiązaniom neuronalnym, myślący podmiot – za pośrednictwem tego, o czym i co myśli – może mimowolnie wpływać na własne reagowanie automatyczne.

Dzięki odkryciom współczesnej neurobiologii, dotyczącym odrębności struktur anatomicznych i związanej z tym rozdzielności procesów przetwarzania dekryptywnego i ewaluatywnego (Pankseep, 1998), możliwe stało się wyjaśnienie innego typu powiązań procesów świadomych i nieświadomych niż te, wynikające z potrzeb emocjonalnych podmiotu, a zwłaszcza te zawarte w tradycyjnym modelu relacji id – ego – superego. Warto podkreślić, że to, co współcześnie można zademonstrować dzięki neuroobrazowaniu, było przewidywane i eksplorowane w psychologii XIX wieku. Sam Freud, z wykształcenia neurolog, sformułował swoje słynne tezy na temat roli tego, co nieświadome (w skutek nakazów superego wyparte) dzięki wiedzy na temat

pierwotnie nieświadomych przesłanek zachowania. Kiedy w roku 1885, jako młody człowiek, udał się do Francji, odbył staż nie tylko w paryskiej klinice Charcot, obserwując pacjentów psychiatrycznych, ale asystował Bernheimowi w Nancy, obserwując post-hipnotyczne zachowania zdrowych wolontariuszy (zob. Obuchowski, 2001). Mógł przekonać się, że nic nie znaczące, nonsensowne polecenia, sformułowane w czasie snu, są nieświadomie odbierane i wpływają na zachowania, z których źródeł badany podmiot nie zdaje sobie sprawy. Dopiero w trzydzieści lat później rozpoczął swe słynne wykłady i zaprezentował tezy o tym, iż treści nieświadome – pierwotnie (jako rezultat nieświadomego doświadczenia) lub wtórnie (jako rezultat wyparcia) – oddziałują na zachowanie. Współczesne badania wykazują coś, co dla badaczy XIX wieku było oczywiste: bodźce są najpierw recypowane i oddziałują na funkcjonowanie, a dopiero później poddają się percepcji.

Wraz z uświadomieniem podmiot zyskuje możliwość samokontroli. Ale wzbogacony o wyniki świadomego doświadczenia, o przemyślenia, oceny i konkluzje umysł wykorzystuje nowe jakościowo rodzaje wiedzy w całym swym funkcjonowaniu, także pozawolicjonalnym. Pierwotnie reguły wczesnego (podprogowego) odczytywania znaczenia sygnałów podporządkowane są wymogom biologicznej i psychologicznej homeostazy. Ale w miarę rozwoju systemy regulacji zyskują wrażliwość na nowe jakościowo, w tym abstrakcyjne systemy znaczeń, zakodowane w „pamięci” – w rozmaitych latentnych strukturach psychiki (Lindsay i Norman, 1984).

Wydaje się, że choć tezy te można współcześnie uznać za założenia, to warto je możliwie często artykułować (tak, by ich oczywistość stała się bardziej powszechnie uznana). A w szczególności – warto dążyć do rozpoznania ich implikacji: przejawów podmiotowego funkcjonowania, które mogą obejmować te zakresy funkcjonowania, które tradycyjnie uważa się za mimowolne.

CELE PREZENTOWANYCH BADAŃ

W badaniach, które prowadzimy chodzi o uchwycenie złożoności utajonych procesów przetwarzania informacji i ich podporządkowanie rezultatom myślenia refleksyjnego. Asumptem do podjęcia eksploracji stał się ogromny w ostatnich latach przyrost wiedzy na temat regulacji automatycznej. W szczególności, wiodący nurt badań współczesnej eksperymentalnej psychologii społecznej dostarcza coraz to nowej wiedzy będącej podstawą tezy

o przemożnej roli automatyzmów w regulacji funkcjonowania (por. Bargh 1999), zaś badania nad emocjami – wiedzy na temat „rozlanego” wpływu utajonych afektów na funkcjonowanie (Murphy i Zajonc, 1994; Zajonc, 1985, 1998b): ich przenoszenie się na rozmaite elementy i cały kontekst sytuacji oraz wyznaczanie jawnych ocen i zachowań zgodnych z afektem pochodnym z niezwiązanego z nimi źródła (por. Ohme, 2007). W tym ostatnim zakresie badania wykazują (a wyłaniająca się z nich teza wydaje się niepodważalna), że pewne rodzaje utajonych bodźców afektywnych wyznaczają znak wartościowania wszystkiego z czym – w danym czasie – podmiot ma do czynienia (podobnie jak odczuwany zły nastrój, który sprawia, że nic nam się nie podoba). Rozważenie implikacji wiedzy płynącej z tych badań – dotyczącej stopnia wpływów nieświadomych procesów na funkcjonowanie, w tym sądy i zachowania o charakterze irracjonalnym – może zachwiać przekonaniem co do możliwości wolicjonalnych i sprawczych człowieka.

Podjęliśmy próby odpowiedzi na pytanie o to, co w osobowości może chronić podmiot przed irracjonalnymi wpływami utajonych afektów (Karwowska, 2001; Jarymowicz i Kobylińska, 2005; Jarymowicz, 2008), a także próby wykazania, że sfera nieświadomego przetwarzania informacji może być zdominowana przez refleksyjną wiedzę i refleksyjne procesy wartościowania. Punkt wyjścia stanowiło następujące założenie: człowiek nader często bywa bezbronny wobec (jawnych i utajonych) procesów regulacji automatycznej, ale jest też wyposażony we właściwości, które sprawiają, że to procesy automatyczne (w tym – utajone) podlegają wpływom procesów refleksyjnych.

Celem niniejszego artykułu jest zasygnalizowanie głównych idei, jakie legły u podstaw kilku badań i przytoczenie ich wyników. Chodziło o zwrócenie uwagi na to, że reguły funkcjonowania nieświadomego bywają nader złożone i niezależne od pierwotnych lęków, pragnień czy (wysoko złożonych, pochodnych od rozwoju kulturowych standardów ewaluacji) mechanizmów obrony ego (Reber, 1989). Chodziło o uchwycenie zależności pomiędzy wyartykułowanymi pojęciami a wczesnym, nieświadomym przetwarzaniem informacji związanych z tymi pojęciami. Mówiąc bardziej konkretnie: we wszystkich prezentowanych poniżej badaniach eksponowane były podprogowo pewne słowa, a rejestrowane reakcje na te słowa analizowane były z punktu widzenia spójności reakcji z ich świadomym rozumieniem. Miało to na celu

wykazanie, że wymagające udziału świadomości refleksyjne przemyślenia mają wpływ na reakcje automatyczne, zachodzące na wczesnych – podprogowych – etapach przetwarzania informacji.

ZNANE SŁOWA W PRZETWARZANIU UTAJONYM

Można przyswoić sobie etykiety słowne bez rozumienia ich znaczenia, ale zglębienie powiązanych z nimi pojęć oraz celowe posługiwanie się słowem wymaga zaangażowania myślenia (Kurcz, 2005). Kiedy do tego dojdzie, słowa stają się rozpoznawalne na wczesnych (podprogowych) etapach przetwarzania informacji – co wiadomo od dawna, dzięki badaniom z zastosowaniem podprogowych ekspozycji bodźców słownych (Carr i in., 1982; Marcel, 1983; Uleman i Bargh, 1989; Underwood i Wright, 2004; Holyoak i Morrison, 2005). A to implikuje, że słownik, jakim dysponujemy (mniej lub bardziej bogaty czy ubogi, wulgarny czy delikatny, agresywny czy łagodny) decyduje o sposobach wczesnego przetwarzania (zmysłowego, semantycznego i afektywnego) i reagowania pochodnego od jego wyników.

Celem badań Kamili Dobrenko (2005) było uchwycenie podprogowego przetwarzania semantycznego – w warunkach dopasowanych do naszych badań nad relacjami procesów nieświadomych i świadomych, prowadzonych z wykorzystaniem **paradygmatu utajonego poprzedzania** (Murphy i Zajonca, 1994 – por. Ohme, 2007). To, czy doszło do podprogowego przetwarzania semantycznego miało się przejawiać nie tylko jawnym rozpoznawaniem utajonych słów, ale i ich synonimów i antonimów. Samo rozpoznanie słowa pisanego, eksponowanego najpierw podprogowo, może oznaczać, że doszło do recepcji określonej konfiguracji liter, a nie do zrozumienia znaczenia utajonego słowa.

Przyjęto, że w warunkach skupienia uwagi podmiot może zyskać wgląd w to, co nieświadome, a sposób odczytania utajonych sygnałów słownych wskazuje na to, czy utajony bodziec słowny został przetworzony semantycznie.

HIPOTEZA

Weryfikowana była następująca hipoteza: Znaczenie słów eksponowanych podprogowo może być rozpoznane, co przejawia się trafnością w intuicyjnym wskazaniu tych słów wśród rozmaitych innych, eksponowanych nadprogowo – nie tylko tych, które wcześniej były podprogowo eksponowane, ale także ich synonimów i antonimów.

METODA

Chodziło o wykazanie, że w warunkach pobudzenia do czujności badani – choć nie widzą bodźców podprogowych – są w stanie domyśleć się ich treści. Uczestnicy zapraszani byli do wzięcia udziału w badaniach nad intuicją.

Przeprowadzone zostały dwa badania – w Badaniu 1 uczestniczyło 121 studentów socjologii UW, a w Badaniu 2 – 180 studentów polonistyki UW. Można było sądzić, że próby te mają nieco inne doświadczenia w posługiwaniu się słowem.

W obu badaniach zastosowana została komputerowa procedura eksponowania na poziomie utajonym słów o różnych konotacjach afektywnych. Były to słowa negatywne (jak **wojna**, **śmierć**), neutralne (jak **twórca**, **minister**) i pozytywne (jak **przyjaźń**, **szczyście**). Eksponowane były przez 40 milisekund.

W odróżnieniu od typowych badań w paradygmacie utajonego poprzedzania, uczestnicy obu badań byli informowani o tym, że komputer będzie eksponował coś w czasie tak krótkim, iż nie będzie to widoczne. A w celu ukrycia tego, iż podprogowo eksponowane będą słowa, stosowano próbny „test intuicji” – pokazywano w nim jawnie kolejno dwie fotografie, przedstawiające grupy młodych ludzi (por. Ohme, Błaszczak i Pochwatko, 1999, s. 47) – z prośbą o to, by uczestnicy odgadywali kto z widocznych na fotografiach ludzi „najwięcej zarabia” i „kto z kim ma romans”.

W fazie eksperymentu właściwego, każde z utajonych słów należało rozpoznać w parze słów jawnych – w czterech rodzajach zestawień, na które składało się:

1. to samo słowo oraz słowo nie powiązane z nim treściowo (np. po utajonym słowie **koszmar** jawnie eksponowano słowa **koszmar** i **elegancja**),
- 2) synonim słowa utajonego oraz słowo nie powiązane z nim treściowo (np. po utajonym słowie **koszmar** jawnie eksponowano słowa: **makabra** i **elegancja**),
- 3) antonim słowa utajonego oraz słowo nie powiązane z nim treściowo (np. po utajonym słowie **koszmar** eksponowano słowa: **idylla** i **elegancja**),
- 4) synonim oraz antonim słowa utajonego (np. po utajonym słowie **koszmar** eksponowano słowa: **makabra** i **idylla**).

Zadaniem uczestników było wskazanie, które z dwóch prezentowanych na monitorze słów „pasuje do wcześniejszej, niewidocznej na ekranie informacji”.

WYNIKI

Analizowano trafność dokonywanych wskazań (w grupie osób, które nie dostrzegły żadnych bodźców podprogowych) przyznając 1 punkt za odpowiedź prawidłową i 0 punktów za nieprawidłową. Stopień trafności równy .5 to poziom przypadku.

Okazało się, że badani wskazywali utajone słowa lub ich synonimy lub ich antonimy ze stopniem trafności istotnie wyższym od poziomu przypadku. Dla wszystkich warunków badania łącznie stopień ten wyniósł:

– w Badaniu 1: .60 [$t_{(79)}=4.547$; $p<.001$]

– w Badaniu 2: .59 [$t_{(98)}=5.429$; $p<.001$].

Tak więc, słowa utajone okazały się możliwe do rozpoznania. Rozpoznanie możliwe było nie tylko w warunkach, w których słowo utajone i jawne było identyczne, ale i wtedy, gdy jawnie pokazywano synonim lub antonim słowa utajonego. Dowodzi to, iż doszło do dekodowania semantycznego.

DYSKUSJA

Możliwe okazało się więc zrozumienie znaczenia (napisanych) słów, ukazujących się tak ulotnie, że nie tylko nie można było ich przeczytać, ale nawet domyślić się czy i w jakiej formie wystąpiły. Trzeba dodać, że nie miała istotnego znaczenia (dla trafności rozpoznania utajonych bodźców) konotacja afektywna utajonych słów: słowa neutralne, negatywne i pozytywne rozpoznawane były z podobnym stopniem trafności (choć różnił się czas rozpoznawania: najszybciej rozpoznawane były słowa negatywne – por. też Czapiński, 1988; Jarymowicz, Giersz i Stec, 2007).

Gdyby w badaniach zastosowana została wyłącznie procedura: słowo utajone, a następnie to samo słowo zestawione ze słowem nieeksponowanym wcześniej, to nie można byłoby rozstrzygnąć, czy znaczenie miała tylko dobrze znana forma graficzna słowa, czy też doszło do rozkodowania semantycznego. Trzy pozostałe warunki badania pozwoliły jednak zarejestrować następstwa prowadzące do wniosku, że utajone sygnały graficzne składające się na dane słowo, skojarzone z określonym zna-

czeniu, zakodowanym w strukturach semantycznych, umożliwiają jego specyficzne, jawne rozkodowanie.

Danych o utajonym przetwarzaniu semantycznym dostarczają coraz liczniejsze badania. Część z nich dostarcza dowodów pośrednich: o tym, że zaszedł proces przetwarzania semantycznego wnioskuje się na podstawie przejawów zachowania (Hinojosa i in., 2004). Badania Dobrenko wskazują zarazem, że możliwe są wglądy w to, co przebiega nieświadomie – w warunkach pobudzenia czujności.

Konkluzje tego typu, oparte o efekty główne używane w analizach statystycznych, nie dotyczą wszystkich uczestników badań. Część badanych nie potrafiła osiągnąć wglądu w stymulacje utajone. Fakt ten skłania do stawiania pytań o osobnicze przesłanki zdolności tego typu (Jarymowicz, 2008).

ODNOSZENIE DO JA UTAJONYCH SYGNAŁÓW SŁOWNYCH DENOTUJĄCYCH WŁASNE NEGATYWNE I POZYTYWNE DOŚWIADCZENIA EMOCJONALNE

Kolejne badanie oparte było na założeniu, zgodnie z którym dzięki powiązaniom pomiędzy różnymi strukturami układu nerwowego rozkodowywanie utajonych bodźców ze względu na ich znaczenie semantyczne może mieć wpływ na reagowanie, bez wiedzy podmiotu, co do źródła własnego zachowania. Innymi słowy, odbierane podprogowo sygnały, dekodowane w sposób zgodny z ich wyartykułowanym znaczeniem, może wywołać określone, spójne z tym znaczeniem zachowania – bez woli podmiotu.

Celem badania Sonji Damnjanović (2002) było uchwycenie związku pomiędzy wyartykułowanym opisem własnych życiowych doświadczeń emocjonalnych a nieświadomym odnoszeniem do siebie utajonych sygnałów dotyczących doświadczeń danego typu. Pytanie badawcze postawione zostało w związku z przypuszczeniem, że wyartykułowane przekonania na temat tego, jakie doświadczenia – negatywne i pozytywne – były podmiotowi w toku życia dane, mają wpływ na utajone przetwarzanie informacji w sposób zgodny z przekonaniem. Autorkę interesował mechanizm utrwalania się przekonań na temat przebiegu własnego życia, ale pytanie to można powiązać z szerokim spectrum procesów wczesnego przetwarzania informacji wedle reguł związanych z jawnymi przekonaniem (podtrzymującym i usztywniającym te przekonania).

Damnjanović wykorzystwała paradygmat podprogowego poprzedzania oraz procedury Murphy i Zajonca (1994), w wersji zmodyfikowanej przez Wojciecha Błaszczaka (2001) – pozwalającej na pomiar wielkości tzw. efektów odnoszenia do Ja napływających informacji. Wiele lat wcześniej, w toku licznych badań eksperymentalnych wykryte zostały „efekty odnoszenia do Ja” (*the self reference effects* – por. Rogers, Kuiper i Kirker, 1977; Markus, 1977; Kuiper, 1981; Markus i Smith, 1981; Rogers, Rogers i Kuiper, 1979; Markus i Sentis 1982), przejawiające się bezwiednym przetwarzaniem informacji wedle reguł związanych ze schematem Ja. Same informacje były jednak dostępne jawnie, a w badaniach zapoczątkowanych przez Błaszczaka sprawdzaliśmy efekty odnoszenia do Ja informacji eksponowanych podprogowo.

Autorka zastosowała nieznane uczestnikom, neutralne chińskie ideogramy, prezentowane jako symbole odnoszące się do różnych ludzkich cech. Prosiła uczestników, by próbowali odgadnąć czy cecha reprezentowana przez pokazywany w tachistoskopie ideogram charakteryzuje ich własne Ja. Uczestnicy nie wiedzieli jednak, że ideogramy poprzedzane są pewnymi słowami, które odnoszą się w różnym stopniu do ich życiowych doświadczeń emocjonalnych.

HIPOTEZA

Celem badania było sprawdzenie czy słowa odnoszące się do mniej lub bardziej ważnych życiowych doświadczeń emocjonalnych, eksponowane podprogowo będą wyznaczać stopień odnoszenia do Ja następujących po nich neutralnych ideogramów.

Hipoteza przewidywała, że stopień odnoszenia neutralnych ideogramów do Ja zależeć będzie od treści eksponowanych podprogowo słów denotujących różne doświadczenia emocjonalne: będzie on tym większy, im wyższy stopień ważności we własnym życiu osoba badana przypisała jawnie danemu doświadczeniu.

METODA

W badaniu udział wzięło 28 studentów UW. W celu weryfikacji hipotezy uczestnicy, przed procedurą utajonego poprzedzania, byli prowokowani do namysłu nad własnymi emocjonalnymi doświadczeniami i proszeni o ocenienie stopnia, w jakim rozmaite doświadczenia (takie jak doznanie przemocy, miłości czy opieki) były ważne w ich dotychczasowym życiu.

Procedura prowokowania koncentracji na własnych doświadczeniach emocjonalnych przebiegała następująco. Uczestnicy otrzymywali technikę papierową w formie zeszytiku o wymiarach A5. Na stronie pierwszej widniała instrukcja wprowadzająca, w której zwracano uwagę na to, że „życie niesie ze sobą różne doświadczenia...” i proszono o skoncentrowanie się na własnych doświadczeniach oraz oszacowanie tego, w jakim stopniu rozmaite negatywne i pozytywne wydarzenia, wymienione w dalszej części techniki, miały miejsce we własnym życiu. Na kolejnych stronach zeszytiku pytano o różne doświadczenia – na każdej ze stron widniał standardowy tekst, składający się z czterech elementów:

- 1) zdania pytającego: Czy kiedykolwiek zdarzyło się Pani/u/ doświadczenie...(na przykład – przemocy)?
- 2) prośby o ocenę stopnia, w jakim doświadczenie to było ważne,
- 3) umieszczonej pod zdaniem pytającym etykiety słownej, stanowiącej nazwę danego typu doświadczenia – napisanej wersalikami (np. TKLIWOSĆ),
- 4) 10-centymetrowej skali, na której należało zaznaczyć odpowiedź na pytanie 2 – opisanej na krańcach: lewym – zupełnie nieważne oraz prawym – zdecydowanie ważne.

Technika odnosiła się łącznie do 20 rodzajów doświadczeń, jakie mogą być udziałem ludzi: 10 negatywnych (jak: gwałt, panika), oraz 10 pozytywnych (jak: miłość, sukces).

Po wykonaniu tej techniki następowała procedura utajonego poprzedzania neutralnych ideogramów słownymi bodźcami utajonymi odnoszącymi się do ocenionych uprzednio doświadczeń emocjonalnych.

Bodźcami utajonymi były słowa: 20 słów – nazw analizowanych wcześniej rodzajów doświadczeń emocjonalnych. Słowa te napisane były identyczną co do wielkości i kształtu czcionką, jak ta, która była użyta we wcześniejszym etapie (w zeszytiku służącym do oceny własnych doświadczeń). Ekspozowane były w tachistoskopie w sposób niewidoczny dla uczestników – przez 50 milisekund. Stosowane były także próby kontrolne, bez utajonych bodźców słownych poprzedzających ekspozowane jawnie (przez 2 sekundy) chińskie ideogramy.

Zadaniem uczestników była ocena stopnia, w jakim cecha jaką (rzekomo) symbolizuje dany ideogram jest charakterystyczna dla Ja – na skali

10-centymetrowej, opisanej na krańcach: lewym „zdecydowanie nie Ja” oraz prawym „zdecydowanie Ja”.

WYNIKI

Efekt główny znaku emocjonalnych doświadczeń nie był istotny: stopień odnoszenia do Ja neutralnych chińskich ideogramów był podobny dla warunków poprzedzania ideogramów słowami odnoszącymi się do doświadczeń negatywnych i pozytywnych.

W analizie szacowanej jawnie na początku badania wagi własnych życiowych doświadczeń wyróżniono doświadczenia „mało ważne”, „ważne”, i „bardzo ważne”. Średni stopień odnoszenia do Ja ideogramów poprzedzanych słowami dotyczącymi doświadczeń emocjonalnych wyniósł dla własnych doświadczeń –

- „mało ważnych” 5.1,
- „ważnych” 6.0,
- „bardzo ważnych” 5.8.

Tak więc, najniższy był stopień odnoszenia do Ja tych ideogramów, które poprzedzane były etykietkami słownymi odnoszącymi się do doświadczeń „mało ważnych”, a wyższy – tych ideogramów, które poprzedzane były etykietkami doświadczeń „ważnych” i „bardzo ważnych” (to ostatnie rozróżnienie nie okazało się istotne – różnica dla słów odnoszących się do doświadczeń „mało ważnych” i pozostałych: $t_{(24)}=2.284, p<.03$).

DYSKUSJA

Analiza danych wykazała, że stopień odnoszenia neutralnych ideogramów do Ja zależał od rodzaju poprzedzających je utajonych słów dotyczących własnych życiowych doświadczeń, a dokładniej – od stopnia, w jakim doświadczenia opisywane przez te słowa, uznane zostały wcześniej – w refleksyjnym samoopisie – jako we własnym życiu mniej lub bardziej ważne.

O czym świadczą te rezultaty? Warto zwrócić uwagę na to, że zastosowanie podprogowego bodźca słownego o określonej treści i związku z własnymi doświadczeniami, wywołało następstwa irracjonalne. Oto uczestnicy – po ekspozycji podprogowej określonego słowa – odpowiadali na nonsensowne pytanie o stopień związku neutralnego, nieznanego im chińskiego znaku (rzekomo symbolizującego jakąś ludzką cechę) z własnym Ja. Racjonalna odpowiedź powinna brzmieć „nie wiem”. A jednak pod wpływem ekspozowanych podprogowo słów,

odnoszących się do własnych doświadczeń, uczestnicy reagowali tak, jakby wydawało im się, że poszczególne ideogramy odnoszą się lub nie odnoszą do Ja. Z kolei, rodzaj tych domniemyanych wrażeń okazał się spójny z tym, czy eksponowane podprogowo słowo odnosiło się do doświadczeń uznanych w odniesieniu do siebie za mniej lub bardziej ważne. Słowem, wyniki zdają się świadczyć o powiązaniu zachowań uczestników badania z dwoma mechanizmami regulacji:

- 1) z regułą bezpośredniego, niekontrolowanego wpływu utajonych bodźców słownych na zachowanie,
- 2) z pośredniczącą rolą wyartykułowanego znaczenia określonych słów w ukierunkowaniu tego zachowania.

Warto podkreślić, że w rejestrowanych przejawach odnoszenia ideogramów do Ja nie miał znaczenia znak konotacji afektywnej utajonego słowa poprzedzającego. Brak przejawów wyparcia (odrzućcia skojarzeń z negatywnymi doświadczeniami) wskazuje na bezpośredni charakter oddziaływania bodźców podprogowych na zachowanie (obronność percepcyjna czy wyparcie to złożone mechanizmy, których wzbudzenie i oddziaływanie trwa dłużej niż wymuszane w badaniu reagowanie).

ODNOSZENIE DO JA UTAJONYCH SYGNAŁÓW SŁOWNYCH DENOTUJĄCYCH WŁASNE NEGATYWNE I POZYTYWNE CECHY

Agata Anisimowicz (2002, 2006), podjęła próby sprawdzenia hipotez na temat wpływu samowiedzy na wczesne (podprogowe) przetwarzanie sygnałów słownych dotyczących własnej osoby. W pierwszym etapie badań chodziło o sprowokowanie uczestników do pewnej refleksji nad sobą i zaktualizowanie porcji wiedzy na temat własnych cech. W drugiej części każdego z badań rejestrowane były reakcje na utajone bodźce słowne, odnoszące się do wzbudzanych wcześniej jawnie cech.

Celem badania było sprawdzenie czy słowa odnoszone do Ja w toku samoocen jawnych w mniejszym lub większym stopniu, eksponowane następnie podprogowo, będą wyznaczać stopień odnoszenia do Ja neutralnych chińskich heksagramów nimi poprzedzanych.

HIPOTEZA

Sformułowana została następująca hipoteza: Neutralne heksagramy będą odnoszone do Ja w stopniu

tym większym, w im większym stopniu cecha denotowana przez utajone słowo poprzedzające dany heksagram uznana została jawnie za charakterystyczną dla Ja.

METODA

Uczestnicy dwóch kolejnych badań (różniących się elementami, które nie będą tu referowane) rekrutowali się spośród czytelników Biblioteki UW.

W Badaniu 1 udział wzięło 56 osób, a w Badaniu 2 uczestniczyły 34 osoby.

W obu badaniach zastosowane zostały te same procedury. Przed procedurą utajonego poprzedzania badani byli prowokowani do namysłu nad własnymi cechami i do ocenienia stopnia, w jakim rozmaite cechy charakteryzują Ja. Uczestnicy otrzymywali technikę papierową „Ja w porównaniu z innymi” (Jarymowicz, 2001), zawierającą listę 20 cech; 10 negatywnych (jak **klótniwy**, **zaborczy**) i 10 pozytywnych (jak **szczerzy**, **lojalny**). Przy każdej z cech widniała 7-stopniowa skala, opisana w trzech punktach: „Jestem....(np. uległy) 1 – dużo mniej niż inni, 4 – tak samo jak inni, 7 – dużo bardziej niż inni.

Następnie zastosowana była komputerowa procedura utajonego poprzedzania chińskich heksagramów (uznanych przez autorkę za znaki bardziej neutralne niż ideogramy), prezentowanych jako znaki symbolizujące różne ludzkie cechy. Były one poprzedzane słowami utajonymi – nazwami 14 cech, wybranych spośród 20 cech, na których koncentrowana była wcześniej uwaga uczestników (gdz dokonywali jawnych samoocen). Każde z tych słów eksponowano przez 50 milisekund. Bodźce jawne, heksagramy, eksponowano przez 1 sekundę. Stosowane były także próby kontrolne, bez bodźców eksponowanych podprogowo.

Zadaniem badanych była ocena stopnia, w jakim dana cecha jaką (rzekomo) symbolizował określony heksagram reprezentuje cechę charakterystyczną dla Ja. Służyła do tego skala ciągła, opisana na krańcach : NIE JA vs. JA (tej długość wynosiła 500 pikseli).

WYNIKI

W obu badaniach uzyskano typowy efekt egotystyczny – zarówno w zadaniu refleksyjnym, jak i w zadaniu, w którym słowa odnoszące się do cech negatywnych i pozytywnych eksponowane były podprogowo. Po pierwsze – osoby badane w toku jawnych samoocen odnosiły do siebie cechy negatywne

w stopniu istotnie niższym niż cechy pozytywne – średnie wskaźniki samoocen jawnych wyniosły: w Badaniu 1 dla cech negatywnych $\bar{x}=4.75$ a dla cech pozytywnych $\bar{x}=6.31$ [$t_{(155)}=17.6, p<.0001$], a w Badaniu 2: dla cech negatywnych $\bar{x}=4.73$ a dla cech pozytywnych $\bar{x}=6.33$ [$t_{(101)}=12.92, p<.0001$]. Po drugie – średnie wskaźniki odnoszenia do Ja heksagramów poprzedzanych utajonymi cechami o różnym znaku oraz heksagramów nie poprzedzanych żadnymi bodźcami utajonymi wyniosły: w Badaniu 1 w warunkach poprzedzania negatywnego $\bar{x}=473$, braku poprzedzania $\bar{x}=531$ oraz poprzedzania pozytywnego $\bar{x}=583$ [$F_{(49)}=18.493, p<.0001$], a w Badaniu 2 w warunkach poprzedzania negatywnego $\bar{x}=465$, braku poprzedzania $\bar{x}=527$ oraz poprzedzania pozytywnego $\bar{x}=527$ [$F_{(31)}=12.08, p<.0001$].

Analizy uzyskanych danych wykazały, że stopień odnoszenia heksagramów do Ja zależał od stopnia, w jakim cechy opisywane przez te słowa uznane zostały wcześniej – w refleksyjnym samoopisie – za mniej lub bardziej charakterystyczne dla własnej osoby. Zarówno w odniesieniu do cech negatywnych, jak i pozytywnych zależności okazały się liniowe: im wyższy był stopień natężenia przypisanego danej cesze w refleksyjnym samoopisie, tym wyższy był stopień odnoszenia do Ja heksagramu poprzedzonego utajonym słowem odnoszącym się do tej cechy.

nym czasie. Jak widać, stopień odnoszenia do Ja neutralnych heksagramów był wyższy przy poprzedzaniu utajonymi słowami dotyczącymi cech pozytywnych niż negatywnych oraz wyższy, gdy cechy obu rodzajów były jawnie ocenione jako wysoce dla Ja charakterystyczne niż gdy były jawnie ocenione jako stosunkowo mało charakterystyczne.

DYSKUSJA

W obu badaniach okazało się, że cechy Ja uznane w samoopisie jawnym za charakterystyczne dla własnej osoby, eksponowane później w sposób utajony, były precyzyjnie różnicowane. Przejawiło się to tym, iż heksagramy nimi poprzedzane odnoszone były do siebie w stopniu podobnym do tego, w jakim określone cechy odnoszone były do siebie w sposób świadomy.

Gdy w drugim etapie badania uczestnicy zostali poproszeni o intuicyjne oszacowanie tego, w jakim stopniu cecha, którą symbolizuje dany heksagram, odnosi się do Ja, to stopień odnoszenia heksagramów do Ja był dla cech ocenionych jawnie od 1 do 7 systematycznie coraz wyższy. Co więcej, w obu badaniach okazało się, że podobna liniowa zależność dotyczyła cech o różnym znaku: zarówno pozytywnych, jak i negatywnych. Takie były efekty odnoszenia do Ja utajonych sygnałów (bo przecież

Tabela 1

Srednie wskaźniki stopnia odnoszenia do Ja chińskich heksagramów poprzedzanych utajonymi słowami dotyczącymi cech Ja o różnym natężeniu, przypisanym sobie w toku samoocen jawnych

Natężenia cech Ja przypisane sobie jawnie	Badanie 1 Średni stopień odnoszenia do Ja – dla cech negatywnych	Badanie 1 Średni stopień odnoszenia do Ja – dla cech pozytywnych	Badanie 2 Średni stopień odnoszenia do Ja – dla cech negatywnych	Badanie 2 Średni stopień odnoszenia do Ja – dla cech pozytywnych
1–3	413	557	398	559
4–7	505	618	484	616
Istotność różnic	$t_{(47)}=5.16$ $p<.0001$	$t_{(44)}=3.88$ $p<.0001$	$t_{(30)}=3.56$ $p<.0001$	$t_{(29)}=2.70$ $p<.0001$

Tabela 1 prezentuje średnie stopnie odnoszenia do Ja heksagramów poprzedzanych eksponowanymi podprogowo słowami, odnoszącymi się do cech negatywnych i pozytywnych – o dwóch poziomach przypisanego im jawnie natężenia: stosunkowo niskim i stosunkowo wysokim.

Zwraca uwagę podobieństwo wyników dwóch badań przeprowadzonych w dwóch próbach w róż-

to one zapewne decydowały o odnoszeniu do Ja nieznanymi heksagramów) – choć ogólny stopień odnoszenia do Ja (jawnego i utajonego) był wyższy dla cech pozytywnych niż negatywnych.

Co zaskakujące: utajone sygnały o cechach negatywnych nie były odrzucane – w stopniu większym niż w toku samoocen jawnych. Liczne dane potwierdzają tezę o unikaniu negatywnych informacji o Ja,

a asymilowaniu i przecenianiu informacji pozytywnych. Zważywszy, że prawidłowości tych podmiot nie jest świadomy, można by oczekiwać, iż zwłaszcza w odniesieniu do sygnałów utajonych tendencja egotystyczna przejawia się w sposób niczym nie skrępowany. A jednak wyniki badań Anisimowicz (wielokrotnie zreplikowane – por. Anisimowicz, 2006) są z takim przypuszczeniem niezgodne: badani odnosili do Ja heksagramy poprzedzane słowami denotującymi cechy negatywne wedle takiej samej reguły, jak w przypadku cech pozytywnych: im wyższe natężenie w samoocenie jawnej, tym wyższy stopień odnoszenia do Ja heksagramu poprzedzonego słowem dotyczącym danej cechy.

Uzyskana konfiguracja danych sugeruje, że to jawne samooceny miały swe podłoże egotystyczne, a raz przypisane sobie jawnie cechy o różnym znaku decydowały o przetwarzaniu i odnoszeniu do siebie utajonych negatywnych i pozytywnych sygnałów – zgodnie z jawną samowiedzą.

Nasuwać się spekulacje (warte odnotowania jako punkt wyjścia dla sformułowania dalszych pytań badawczych): wyniki te zdają się świadczyć o tym, że świadomy autokrytycyzm ma swoje odpowiedniki we wczesnym, utajonym przetwarzaniu sygnałów, a umysł „nie widzi” powodów by się bronić, gdy to podmiot sam na swój temat wypowiada się krytycznie. Być może to raczej świadoma niechęć do przyjmowania do wiadomości negatywnych informacji na swój temat sprawia, że umysł przetwarza informacje tendencyjnie, zgodnie z życzeniami podmiotu.

DYSKUSJA KOŃCOWA

Wyniki wszystkich zaprezentowanych badań sugerują, że eksponowane podprogowo słowa były bardzo precyzyjnie przetwarzane. W badaniach Kamili Dobrenko zastosowana została sekwencja: słowo utajone – rozpoznanie jawne. W badaniach Damjanović i Anisimowicz – sekwencja odwrotna: słowa wyartykułowane jawnie – eksponowane podprogowo a efekt mierzony przejawami zachowania (w postaci odgadywania czy określony sygnał dotyczy własnej osoby).

Teza o podprogowym dekodowaniu znaczenia słów ma solidne podstawy empiryczne, zaprezentowane w obszernej literaturze przedmiotu. Warto zwrócić uwagę na to, że chodzi nie tylko o możliwość rozpoznawania pojedynczych słów, ale o złożone interpretacje związku danego słowa z czymś tak złożonym, jak własne doświadczenia i cechy – orzekanie o tych ostatnich wymaga przecież wy-

soce złożonego przetwarzanie informacji. W opisanych badaniach udało się uchwycić coś, co oznacza, że reakcje na dane słowo zależą od pośredniczącego (utajonego) procesu powiązania danego słowa, ze złożoną, wyartykułowaną wiedzą. W innych naszych badaniach (por. Jarymowicz, Samarczew i Stec, 2007) stwierdzaliśmy spójność reakcji na podprogowe bodźce obrazowe (fotografie twarzy ludzi różnych ras i płci) z wyartykułowanymi, złożonymi przekonaniem (na temat ludzi różnych ras i płci).

Te empiryczne dane warto, jak się wydaje, uznać za ważną przesłankę ukierunkowania badań na poszukiwanie specyficznych możliwości sprawczych człowieka: przejawiających się podporządkowaniem reakcji automatycznych jego jawnym przekonaniom. Uznanie takiej tezy za udokumentowaną prowadziłoby do implikacji o wadze nie do przecenienia: kontroluj (zgodnie z własną wolą) to, co możliwe – własne myśli i przekonania, a to, co automatyczne podda się twemu wpływowi.

Powstaje bardzo istotna kwestia: gdyby to było tak proste, nasze życzenia byłyby dla nas rozkazem. Tak przecież jednak nie jest. Nie oznacza to jednak, że teza nie jest prawdziwa, ale oznacza, że prawidłowość może wystąpić tylko pod pewnymi warunkami. Oznacza to, że refleksyjne myślenie i świadome przekonania nie są jedynymi siłami regulacji. Trzeba więc „tylko” poznać odpowiedź na pytanie w jakich to warunkach myślenie refleksyjne może zdominować sprzeczne z jego wynikami mechanizmy (zwłaszcza o takiej sile, jaką mają popędy)? Odpowiedź na to pytanie wymagać musi wielkiego wysiłku badawczego (próby, które podejmujemy, przedstawiamy – w postaci szkiców teoretycznych i studiów empirycznych – w innym miejscu: por. Jarymowicz, 2008).

Niezależnie od wyników poszukiwań, trudne do realizacji byłyby ich implikacje praktyczne. Procesy automatyczne, w swej pierwotnej formie, są człowiekowi dane. Zaś przekształcanie zasad regulacji automatycznej drogą uprawiania refleksji wymaga wysiłku podmiotu. A po to, by podmiot zdecydował się zainwestować wysiłek w przemyślenia, musi mieć do tego motywację i czas.

Do tego, co oczywiste w kwestii czasu, jaki ma człowiek na rozmyślenia, dodać trzeba, że – poza subiektywną skłonnością człowieka do wykorzystywania go dla celów samokontroli – obiektywnie czas przebiegu procesów w systemie regulacji refleksyjnej jest znacząco dłuższy niż w przebiegu procesów automatycznych (dysponujemy danymi, sugerującymi, że samo wzbudzenie systemu refleksyjnego

spowalnia tempo przetwarzania informacji – Rutkowska, 2003 oraz danymi wskazującymi na to, że u ludzi o szczególnej skłonności do refleksyjności jest ono ogólnie wolniejsze – por. Imbir, 2008). Powstaje więc następane pytanie: o to, w jakich warunkach system refleksyjny może wyprzedzić system automatyczny?

Odpowiedź może być tylko jedna: przewaga systemu refleksyjnego polega na tym, że wnosi on nowe zasady regulacji automatycznej. Pierwotna regulacja toczy się wedle standardów homeostazy czy dążenia do zmysłowych przyjemności. Ale system automatyczny uczy się nowych reguł, wyznaczających nowe rodzaje zachowań. Ich wzorce mogą wyznaczać formy, które w pierwotnym repertuarze nie istniały. I wprawdzie to, co najbardziej pierwotne, najsilniej determinuje funkcjonowanie, ale gdy wzbogaca się zbiór wzorów zachowania, to zarazem możliwe staje się i to, że regulacja postępowania wyznaczona będzie przez nowe, a nie przez pierwotne wzorce.

LITERATURA

- Abramowski, E. (1903). Dusza i ciało Prawo współrzędności psychofizycznej rozpatrywane ze stanowiska teorii poznania i biologii. *Przegląd Filozoficzny*, 2, 45–63 i 3, 17–55.
- Abramowski, E. (1912). *Badania doświadczalne nad pamięcią. Podświadomość i reakcje organiczne* (Tom 3). Warszawa: Wydawnictwo Kasy im. J. Mianowskiego.
- Anisimowicz, A. (2002). *Cechy Ja refleksyjnego w przetwarzaniu automatycznym: nadprogowym i podprogowym*. Nie opublikowana praca magisterska. Warszawa: Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski.
- Anisimowicz, A. (2006). *Deskryptywne i ewaluatywne cechy JA w przetwarzaniu utajonym*. Nie opublikowana praca doktorska. Warszawa: Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski.
- Balas, R. (2003). Poznawcze i afektywne mechanizmy intuicji. W: R.K. Ohme, M. Jarymowicz, (red.), *Automatyzmy w regulacji psychicznej. Nowe perspektywy* (s. 79–88). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN i SWPS.
- Bargh, J.A. (1999). Automatyzmy dnia powszechnego. *Czasopismo Psychologiczne*, 5, 209–256.
- Bergson, H. (1913). *O bezpośrednich danych świadomości*. Warszawa: Wydawnictwo Kasy im. J. Mianowskiego.
- Bergson, H. (1963). *Myśl i ruch. Dusza i ciało*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Bernstein, R.F., Pittman, T. S. (1992). *Perception without awareness*. New York: Guilford Press.
- Błaszczak, W. (2001). Wpływ utajonych informacji afektywnych na formułowanie sądów o JA. W: M. Jarymowicz (red.), *Pomiędzy afektem a intelektem. Poszukiwania empiryczne* (s. 95–106). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Brycz, H. (2004). *Trafność spostrzegania własnych i cudzych zachowań*. Kraków: Oficyna Wydawnicza IMPULS.
- Cacioppo, J.T. i Gardner, W.L. (2001). Emocje. W: M. Jarymowicz (red.), *Pomiędzy afektem a intelektem. Poszukiwania empiryczne* (s. 17–44). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Carr, T.H., McCauley, C., Sperber, R.D., Parmelee, C. M. (1982). Words, pictures, and priming: On semantic activation, conscious identification, and the automaticity of information processing. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 8, 757–777.
- Chlewiński, Z. (2002). Od wiedzy deklaratywnej do proceduralnej i z powrotem: automatyzacja procesów psychicznych. W: M. Jarymowicz, R.K. Ohme (red.), *Natura automatyzmów* (s. 167–175). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN i SWPS.
- Czapiński, J. (1988). *Wartościowanie – efekt negatywności: O naturze realizmu*. Wrocław: Ossolineum.
- Damasio, A.R. (1999). *Błąd Kartezjusza. Emocje, rozum i ludzki mózg*. Poznań: Dom Wydawniczy REBIS.
- Damasio, A.R. (2000). *Tajemnica świadomości*. Poznań: Dom Wydawniczy REBIS.
- Damjanović, S. (2002). *Refleksyjne a automatyczne przetwarzanie informacji dotyczących podmiotowych doświadczeń*. Nie opublikowana praca magisterska. Warszawa: Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski.
- Dixon, N.F. (1981). *Preconscious processing*. Chichester: Wiley.
- Dobrenko, K. (2005). *Rozpoznawanie utajonych słów o różnych konotacjach afektywnych przez wskazywanie tych samych słów, ich synonimów i antonimów*. Nie opublikowana praca magisterska. Warszawa: Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski.
- Dymkowski, M. (1996). *Samowiedza w okowach przywdziewanych masek*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Erdelyi, M.H. (2001). Defence processes can be conscious and unconscious. *American Psychologist*, 56, 9, 761–762.
- Freud, A. (1937/2004). *Ego i mechanizmy obronne*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Greenwald, A. G. (1980). The totalitarian ego: fabrication and revision of personal history. *American Psychologist*, 35, 603–618.
- Greenwald, A.G. (1986). Samowiedza i samooszukiwanie. *Przegląd Psychologiczny*, 2, 291–303.
- Greenwald, A.G., Banaji, M.R. (1995). Utajone poznanie społeczne: postawy, wartościowanie siebie i stereotypy. *Przegląd Psychologiczny*, 38, 11–63.
- Greenwald, A.G., Pratkanis, A.R. (1988). Ja jako centralny schemat postaw. *Nowiny Psychologiczne*, 55, 20–70.
- Grzeżołowska-Klarkowska, H. (1986). *Mechanizmy obronne osobowości*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Grzesiuk, L. (2005). *Psychoterapia – teoria. Podręcznik akademicki (t. 1)*. Warszawa: ENETEIA –Wydawnictwo Psychologii i Kultury.
- Herzyk, A. (2002). *Procesy świadome i nieświadome w negocjacjach mózgu z rzeczywistością. Integracje i dysocjacje*. Referat wygłoszony na XXXI Zjeździe Polskiego Towarzystwa Psychologicznego (Lublin, wrzesień).
- Herzyk, A. (2003). *Mózg, emocje, uczucia. Analiza neuropsychologiczna*. Lublin: Wydawnictwo UMCS.

- Hinojosa, J.A., Martin-Loeches, M., Munoz, F., Casado, P., Pozo, M.A. (2004). Electrophysiological evidence of automatic early semantic processing. *Brain and Language*, 88, 39–46.
- Holyoak, K.J., Morrison, R.G. (red.). (2005). *The Cambridge handbook of thinking and reasoning*. New York: Cambridge University Press.
- Imbir, K. (2008). *Emocje a funkcjonowanie poznawcze*. Nie opublikowana praca magisterska. Warszawa: Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski.
- James, W. (1890). *Principles of psychology*. New York: Holt.
- Jarymowicz, M. (1997). Dociekania nad naturą emocji: o emocjach poza świadomością i emocjach poza spontanicznością. *Czasopismo Psychologiczne*, 3, 153–170.
- Jarymowicz, M. (2001). JA w automatycznym przetwarzaniu informacji. W: R.K. Ohme, M. Jarymowicz, J. Reykowski (red.), *Automatyzmy w procesach przetwarzania informacji* (s. 103–120). Warszawa: Wydawnictwo IP PAN i SWPS.
- Jarymowicz, M. (2005). O wartościowaniach bezwiednych i refleksyjnych. W: E. Chmielecka, J. Jedlicki, A. Rychard (red.), *Ideaty nauki i konflikty wartości* (s. 175–194). Warszawa: Wydawnictwo IFiS PAN i SNS.
- Jarymowicz, M. (2008). *Psychologiczne podstawy podmiotowości (szkice teoretyczne, studia empiryczne)*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Jarymowicz, M., Giersz, P., Stec, M. (2007). Czy jawne emocje negatywne znoszą różnicowanie znaku podprogowych bodźców? W: R.K. Ohme (red.), *Nieuświadomiony afekt* (s. 243–250). Gdańsk: GWP.
- Jarymowicz, M., Kobylńska, D. (2005). Z badań nad wpływem utajonego afektu na formułowane sądy w warunkach uprzedniego pobudzenia do refleksyjności. *Studia Psychologiczne*, 43, 3, 25–40.
- Jarymowicz, M., Samarcew, A., Stec, M. (2007). Czy postawy jawne mogą wyznaczać reakcje na płęć i rasę osób, których twarze eksponowano podprogowo? W: R. K. Ohme (red.), *Nieuświadomiony afekt* (s. 201–210). Gdańsk: GWP.
- Karwowska, D. (2001). Wpływ utajonych bodźców afektywnych na ocenianie w warunkach uprzedniej koncentracji na zadaniu poznawczym neutralnym lub zadaniu angażującym wartościowanie refleksyjne. W: M. Jarymowicz (red.), *Pomiędzy afektem a intelektem – poszukiwania empiryczne* (s. 191–199). Warszawa: Wydawnictwo IP PAN.
- Kofta, M. (red.). (2004). *Myślenie stereotypowe i uprzedzenia: mechanizmy poznawcze i afektywne*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Kofta, M., Jasińska-Kania A. (red.). (2001). *Stereotypy i uprzedzenia. Uwarunkowania psychologiczne i kulturowe*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Kolańczyk, A., Fila-Jankowska, A., Pawłowska-Fusiara, M., Sterczyński, R. (2004). *Serce w rozumie. Afektywne podstawy orientacji w otoczeniu*. Gdańsk: GWP.
- Kuiper, N.A. (1981). Convergent evidence for the self as a prototype: The „Inverted-U RT effect” for self and other judgments. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 7, 438–443.
- Kurcz, I. (2005). *Psychologia języka i komunikacji*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR.
- LeDoux, J.E. (1996). *The emotional brain*. New York: Simon & Schuster.
- LeDoux, J.E. (1998). Mózgowe interakcje poznawczo-emocjonalne. W: P. Ekman, R. J. Davidson (red.), *Natura emocji* (s. 190–197). Gdańsk: GWP.
- Lewicka, M. (1985). Afektywne i deskryptywne mechanizmy spostrzegania innych ludzi. W: M. Lewicka, J. Trzebiński (red.), *Psychologia spostrzegania społecznego* (s. 19–78). Warszawa: Książka i Wiedza.
- Lewicki, A. (1963). Przedmowa. W: R.S. Woodworth, H. Schlosberg (red.), *Psychologia eksperymentalna* (t. 1, s. 5–14). Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Lindsay, P.H. i Norman, D.A. (1984). *Procesy przetwarzania informacji u człowieka*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Macrae, C.N., Stangor, Ch., Hewstone, M. (1999). *Stereotypy i uprzedzenia*. Gdańsk: GWP.
- Manstead, A.R.S., Frijda, N., Fischer, A. (red.). (2004). *Feelings and emotions: The Amsterdam Symposium*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Marcel, A.J. (1983). Conscious and unconscious perception: Experiments in visual masking and word recognition. *Cognitive Psychology*, 15, 197–237.
- Markus, H.R. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63–78.
- Markus, H.R. i Sentis, K. (1982) The self in social information processing. W: J. Suls (red.), *Psychological perspectives on the self* (t. 1, s. 41–70). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Markus, H.R., Smith, J. (1981). The influence of self-schemata on the perception of others. W: N. Cantor, J.F. Kihlstrom (red.), *Personality, cognition and social interaction* (s. 233–262). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Maruszewski, T. (2001). Zjawiska intruzyjne jako automatyczny proces kontrolowany. W: R.K. Ohme, M. Jarymowicz, J. Reykowski (red.), *Automatyzmy w procesach przetwarzania informacji* (s. 85–102). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN i SWPS.
- Murphy, S.T., Zajonc, R.B. (1994). Afekt, poznanie i świadomość: rola afektywnych bodźców poprzedzających przy optymalnych i suboptymalnych ekspozycjach. *Przegląd Psychologiczny*, 37, 261–299.
- Oatley, K., Jenkins, J.M. (2003). *Zrozumieć emocje*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Obuchowski, K. (1970). *Kody orientacji i struktura procesów emocjonalnych*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.
- Obuchowski, K. (2001). *W poszukiwaniu właściwości człowieka*. Poznań: Oficyna Wydawnicza GARMOND.
- Ohme, R.K. (red.). (2007). *Nieuświadomiony afekt. Najnowsze odkrycia*. Gdańsk: GWP.
- Ohme R.K., Błaszczak, W., Pochwałko, G. (1999). Odmienne efekty wpływu rozproszonego afektu: zjawisko asymilacji i kontrastu. W: R.K. Ohme, M. Jarymowicz (red.), *Utajony wpływ afektu na procesy poznawcze: Wybrane metody badań*. *Studia Psychologiczne*, 37, 43–59.
- Panksepp, J. (1998). Odpowiednie rozróżnienie procesów afektywnych i poznawczych jest istotne dla postępów w badaniu mózgu. W: P. Ekman, R.J. Davidson (red.), *Natura emocji* (s. 197–199). Gdańsk: GWP.
- Reber, A.S. (1989). Implicit learning and tacit knowledge. *Journal of Experimental Psychology: General*, 118, 219–235.
- Reykowski, J. (1968). *Eksperymentalna psychologia emocji*. Warszawa: Książka i Wiedza.

- Rogers, T.B., Kuiper, N.A., Kirker, W.S. (1977). Self-reference and the encoding of personal information. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 677–688.
- Rogers, T.B., Rogers, P.J., Kuiper, N.A. (1979). Evidence for the self as a cognitive prototype: the “false alarm effect”. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1, 53–56.
- Rutkowska, D. (2003). *Operowanie pojęciami aksjologicznymi w warunkach wzbudzenia automatycznego bądź refleksyjnego systemu wartościowania*. Nie opublikowana praca doktorska. Warszawa: Wydział Psychologii, Uniwersytet Warszawski.
- Uleman, J.S., Bargh, J.A. (1989). *Unintended thought*. New York: Guilford Press.
- Underwood, G. (red.). (2004). *Utajone poznanie*. Gdańsk: GWP.
- Underwood, G., Bright, J.E.H. (2004). Poznanie z udziałem świadomości i bez udziału świadomości. W: G. Underwood (red.), *Utajone poznanie. Poznawcza psychologia nieświadomości* (s. 11–51). Gdańsk: GWP.
- Wojciszke, B. (red.). (1988). *Studia nad procesami wartościowania*. Wrocław: Ossolineum.
- Wróbel, A. (2001). Czy można wierzyć zmysłom? W: R.K. Ohme, M. Jarymowicz, J. Reykowski (red.), *Automatyzmy w procesach przetwarzania informacji* (s. 19–24). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Wróbel, A. (2003). Wolność to świadoma kontrola automatyzmów. W: R.K. Ohme, M. Jarymowicz, (red.), *Automatyzmy w regulacji psychicznej. Nowe perspektywy* (s. 23–26). Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN i SWPS.
- Zagrodzka, J. (1999). Mechanizmy emocji i zaburzeń afektywnych w świetle badań neurobiologicznych. W: A. Herzyk, A. Borkowska (red.), *Neuropsychologia emocji: poglądy, badania, klinika* (s. 41–57). Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Zajonc, R.B. (1985). Uczucia a myślenie: nie trzeba się domyślać, by wiedzieć, co się woli. *Przegląd Psychologiczny*, 28, 27–72.
- Zajonc, R.B. (1998a). Dowody na istnienie nieświadomych emocji. W: P. Ekman, R.J. Davidson (red.), *Natura emocji* (s. 250–253). Gdańsk: GWP.
- Zajonc, R.B. (1998b). Emotions. W: D.T. Gilbert, S.T. Fiske, G. Lindzey (red.), *The handbook of social psychology* (t. 1, s. 591–632). New York: McGraw-Hill.
- Zajonc, R.B. (2000). Feeling and thinking: Closing the debate over the independence of affect. W: J. Forgas (red.), *Feeling and thinking: the role of affect in social cognition* (s. 31–58). New York: Cambridge University Press.