

Kształtowanie kontroli wolicjonalnej u dzieci i młodzieży: Stan wiedzy o czynnikach wychowawczych

Katarzyna Drożdżał / Instytut Psychologii Polskiej Akademii Nauk w Warszawie

e-mail: kdrozdza-kania@sd.psych.pan.pl

ORCID: 0009-0005-8016-4973

Stefan Dunin-Wąsowicz / Instytut Psychologii Polskiej Akademii Nauk w Warszawie

e-mail: sdunin-wasowicz@sd.psych.pan.pl

ORCID: 0000-0002-5139-4930

Streszczenie

Artykuł omawia czynniki istotne w kształtowaniu zdolności kontroli wolicjonalnej dzieci i młodzieży w kontekście teorii kontroli działania. Autorzy porządkują stan wiedzy w zakresie teorii kontroli działania i osobowości Juliusa Kuhla i wyodrębniają zbadane już postawy wychowawcze mające wpływ na wykształcanie się orientacji na stan i na działanie. Nawiązując do badań Stefana Szumana, autorzy wskazują na potrzebę badań w zakresie kontroli wolicjonalnej w okresie, kiedy w życiu dziecka zaczyna się kształtowanie świadomych intencji, gdyż okres ten może decydować o dalszym rozwoju orientacji na działania, która uważana jest za bardziej adaptacyjną niż orientacja na stan.

Słowa kluczowe: **Edukacja, postawy wychowawcze, kontrola wolicjonalna, rozwój osobowości.**

The Development of Volitional Control in Children and Adolescents: A Review of Parenting and Socialization Factors

Abstract

The article discusses the key factors supporting the development of children's and adolescents' volitional control in the context of the theory of action control. The authors are organizing the state of knowledge in the field of Julius Kuhl's theory of action control and personality and distinguish the attitudes which have the impact on formation state and action orientation. Referring to the research of Stefan Szuman, the authors indicate to the need of new research in area of volitional control focused on the period when in child's live starts the formation of conscious intention which may be decisive for future development of action orientation which is considered more adaptive than state orientation.

Keywords: **Education, educational attitudes, volitional control, personality development.**

1. WPROWADZENIE

Kształtowanie charakteru, to jest zdolności do przezwyciężania przeciwności, jest jednym z głównych zadań procesu wychowawczego, a zdolność do regulacji emocji jednym z ważniejszych efektów. W dzisiejszym świecie kształtowanie wolicjonalnych zasobów dziecka nabiera szczególnego znaczenia. Dzieci rozwijają się w środowiskach bogatych w bodźce, muszą regulować swoje zachowanie wobec bardzo atrakcyjnych interakcji ze światem cyfrowym i zmagać się z nadmiernymi obciążeniami procesów uwagowych. Natomiast opiekunowie i wychowawcy stają wobec istotnych wyzwań, gdy muszą te warunki modyfikować w sposób dopasowany do etapu rozwojowego młodego człowieka. W nurcie poznawczej psychologii osobowości powstała w Niemczech teoria kontroli działania (Kuhl, 1984, 1992), która doczekała się wielu rozwinień i badań empirycznych. Rezultaty badań Juliusa Kuhla i jego współpracowników są źródłem wielu ciekawych wniosków dotyczących tego, jak osoby o różnych poziomach kontroli wolicjonalnej formułują intencje, chronią się przed nadmiernymi bodźcami i realizują swoje zamierzenia. Badania te zainspirowały psychologów także do rozważań nad wczesnym rozwojem wolicjonalnym. Praca Marszał-Wiśniewskiej (Marszał-Wiśniewska, 2001) w zakresie determinantów zdolności do kontroli wolicjonalnej w oparciu o teorię Kuhla miała charakter pionierski. W kolejnych dekadach teoria Kuhla ewoluowała przez uwzględnienie szerszej perspektywy funkcjonowania człowieka – interakcji systemów osobowości (Kuhl, 2001). Na tym tle teoretycznym pojawiły się nowe perspektywy badawcze, uwzględniające podstawy kształtowania zasobów wolicjonalnych dziecka, czyli cech wspierających rozwój samoregulacji emocji i zachowania.

Autorzy dokonują reinterpretacji wniosków wynikających z modelu teoretycznego Kuhla w kontekście rozwinięcia teorii kontroli działania w teorię interakcji systemów osobowości oraz doniesień z badań w tym zakresie. Następnie omówione są badania Stefana Szumana, jednego z twórców polskiej psychologii rozwojowej, poruszające problematykę wykształcania kontroli wolicjonalnej. Pozwala to na sformułowanie nowych problemów badawczych w zakresie determinantów wychowawczych orientacji na stan/działania.

2. TEORIA KONTROLI WOLICJONALNEJ JULIUSA KUHLA I JEJ EWOLUCJA

Istotnym przełomem w psychologii kontroli wolicjonalnej jest praca Juliusa Kuhla przedstawiająca aspekty wolicjonalne osiągnięcia zamierzeń i wyuczonej bezradności w formie teorii kontroli działania (Action Control Theory – ACT) (Kuhl, 1984). Kuhl zwraca w niej uwagę na potrzebę wyróżnienia samego procesu kontroli działania, który ochrania dążenie do celu przed konkurencyjnymi tendencjami oraz pozwala na kontrolę postępu. Artykuł Kuhla pojawia się po okresie upraszczającego zrównywania intencji z pojęciem potrzeby oraz w kontrze do dwóch nurtów badawczych: teorii Atkinsona w zakresie zdolności do osiągnięcia celów i podejścia Seligmana w zakresie wyuczonej bezradności (Kuhl, 1984, s. 107). Pierwszy z tych nurtów opiera się na założeniu, że osoby wycofują się z działania (np. przez odwrócenie uwagi), jeżeli określają, że osiągnięcie celów nie jest możliwe lub jest zbyt trudne (spadek motywacji). Drugi opiera się na założeniu, że osoby porzucają działanie z powodu transferu zaniżonego oczekiwania osiągnięcia celu nabytego poprzez nieudane doświadczenia w procesie kształcenia (szkolenia). Kuhl podejmuje krytykę powyższych nurtów i powraca do procesów uwagi, definiując pojęcie orientacji na stan jako brak zdolności do pełnej koncentracji uwagi w na informacjach związanych z bieżącym zamierzeniem. Tłumaczy w ten sposób bezradność nie poprzez deficyty na poziomie motywacji w wyniku transferów, ale poprzez interferencje informacji związanych ze stanem, a nie z działaniem (Kuhl, 1984, s. 114). Przedstawiając autorską teorię kontroli działania w nurcie niemieckiej filozofii Acha, Kuhl wskazuje na sześć procesów, które mogą być pobudzone do wykonania bieżącego zamierzenia (Kuhl, 1984, s. 125). Nie będziemy ich tu omawiać. Należy jednak podkreślić za Kuhlem, że pełny zakres strategii wolicjonalnych jest możliwy tylko wtedy, gdy zamierzenie jest własne, odnosi się do siebie, dotyczy siebie. Kuhl wskazuje na dwa podstawowe warunki wychowawcze wpływające na wykształcanie się orientacji na stan lub działanie: mało stymulujący kontakt z dzieckiem ograniczający obszary własnej woli (nadopiekuńczość) i wywoływanie frustracji przez narzucone zadania (nadobowiązkowość) oba w zasadzie powodujące internalizację obcych dążeń, zawężając samodzielne dysponowanie swoimi własnymi zasobami.

Dziedzictwo naukowe Juliusa Kuhla jest związane z przywróceniem pojęcia woli w badaniach nad ludzką motywacją i kontrolą działania. Jak nadmieniono, Kuhl, nawiązując do myśli Narzissa Acha, wyszedł z założenia, że kompleksowa teoria kontroli działania powinna umożliwiać uchwycenie złożoności ludzkiego funkcjonowania (Kazén i Quirin, 2018). W tym kontekście szczególnie użyteczne jest podejście wolicjonalne z uwzględnieniem procesów formowania i realizacji intencji, czyli „determinacji pierwotnej”. Pierwsze osiągnięcia w tym obszarze przyniosły w latach 80. XX wieku badania Kuhla nad dwoma typami kontroli działania: aktywnym i pasywnym (Kuhl, 1987). Były one fundamentem dla dalszych badań nad różnicami indywidualnymi związanymi z kontrolą wolicjonalną oraz pojęciami, z których Kuhl zastąpił: orientacji na działanie versus stan (action /state orientation).

Z perspektywy wychowawczej orientacja na działanie/stan jest niezwykle interesującym konstruktem. Dotyczy bowiem cech, które według licznych badań wpływają na przebieg samoregulacji emocjonalnej, efektywności działania i odporności psychicznej zarówno w dzieciństwie, jak i w dorosłości (Koole i in., 2023). Orientację na działanie można zdefiniować jako tendencję do skutecznego przechodzenia od intencji do działania, przy czym działanie to charakteryzuje się wysokim poziomem

adaptacji w służbie realizacji zamierzeń jednostki. Natomiast orientacja na stan to skłonność do niezdecydowania i ruminacji, zwłaszcza w sytuacji stresu lub trudności z wykonaniem zadania. W związku z tym osoby zorientowane na stan mają trudności z podejmowaniem działania. Kuhl omawia szczegółowo efekty orientacji na stan czy też orientacji na działanie na poziomie kontroli uwagi, zastosowania informacji w podejmowaniu decyzji czy podtrzymywania motywacji i działania. Nie wskazuje jednak w tej pracy źródła powstawania tej lub innej orientacji. Zastosowania teorii kontroli działania w wychowaniu Kuhl przedstawił w pracy o samoregulacji (Kuhl, 1992). W rozdziale poświęconym zastosowaniom w edukacji wskazuje na podstawie wcześniejszych badań, że zdolność do podtrzymania zamierzenia (intencji), kiedy musi ono być chronione przed innymi zachęcającymi alternatywami, kształtuje się w okresie między 6. a 12. rokiem życia (Kuhl, 1992, s. 119). Omówione przez Kuhla eksperymenty pozwalają stwierdzić na podstawie reakcji dzieci, że jeśli mają one przerwy w skupieniu się na zamierzeniu (wywołane zmęczeniem), potrafią do niego powrócić i nawet przyspieszyć wykonywanie, co nie świadczy o deficycie w zakresie samoregulacji. W celu wykształcenia zdolności do samoregulacji potrzebna jest uważna obserwacja i rozpoznanie, które z zewnętrznych wskazówek podtrzymujących działanie jest zgodne z posiadaną już wewnętrzną dyspozycją (orientacją na stan czy na działanie). Dla dzieci zorientowanych na stan, działania wychowawcze powinny być zatem skupione na hamowaniu obcych dla dziecka (zewnętrznych) konkurencyjnych pobudzeń, a dla dzieci zorientowanych na działanie – nastawione na przezwyciężanie przedwczesnych zachowań i nadpobudliwości. Jedna czy druga orientacja nie wskazuje na mniejszą czy większą potencjalną siłę woli, wymaga jednak dostosowania postawy i zachowań wychowawczych. Istotą jest poszerzanie u dziecka zakresu własnej wewnętrznej kontroli nad skłonnościami i działaniami z nich wynikającymi.

W ramach ACT prowadzono intensywne badania nad dwoma typami orientacji na działanie versus stan: po niepowodzeniu oraz podczas planowania i podejmowania decyzji (Kuhl, 1994a). Przeprowadzono badania m.in. nad związkiem orientacji na stan w sytuacjach porażki i wyuczoną bezradnością (Kuhl, 1981), zaburzeniami w obszarze intencjonalnym u osób w depresji (Kuhl i Helle, 1986) czy reprezentacją intencji w pamięci prospektywnej u osób o różnych poziomach orientacji na działanie w sytuacji decyzji (Goschke i Kuhl, 1993). Wyniki tych badań doprowadziły Kuhla (1994a) do wyprowadzenia kolejnych pojęć charakterystycznych dla jego teorii: zdegenerowanej intencji typowej dla osób zorientowanych na stan (mają tendencję do formułowania intencji zbyt ogólnie, niedokładnie) oraz samoinfiltracji (nieświadome zinternalizowanie celów i oczekiwań innych).

W 1994 roku opublikowano skalę do pomiaru orientacji na stan/działanie: Skalę Kontroli Działania (Action Control Scale – ACS) (Kuhl, 1994b). To narzędzie pomiarowe otworzyło nowe możliwości badań z uwzględnieniem różnic indywidualnych. Badania z zastosowaniem ACS potwierdziły istnienie związku między orientacją na stan a prokrastynacją u studentów (Blunt i Pychyl, 1998). Inne badania z udziałem studentów (również longitudinalne) wykazały, że orientacja na stan/działanie mierzone za pomocą ACS jest istotnie związana z samoregulacją, a dokładnie: studenci zorientowani na działanie są lepiej przygotowani do radzenia sobie z negatywnymi stanami emocjonalnymi, a w konsekwencji są bardziej wytrwali w realizacji zadań (Dahling i in., 2015; Jaramillo i Spector, 2004). Warto jednak zwrócić uwagę, że ACS jest miarą samoopisową, co często stanowi istotne ograniczenie badań z zastosowaniem jej skal (Dahling i in., 2015).

Warto nadmienić, że ACS doczekała się także wersji dla nastolatków (Action Control Scale for Teenagers – ACS-t) (Kuhl i Henseler, 2003). Skale ACS-t były jednak rzadko stosowane w badaniach naukowych. Często cytowane badania z zastosowaniem ACS-t dotyczą związku orientacji na działanie z osiągnięciami szkolnymi (Hirschauer i in., 2018). Skala ACS-t została w ostatnich latach poddana rewizji (Hanfstingl i in., 2024), co może zachęcić naukowców do zastosowania jej w badaniach nad rozwojem wolicjonalnym adolescentów, a w Polsce – do przygotowania polskiej adaptacji zrewidowanej wersji narzędzia do zastosowania w badaniach naukowych i praktyce wychowawczej.

W odniesieniu do omawianej tematyki bardzo istotny jest fakt, że w kolejnych latach teoria Juliusa Kuhla ewoluowała w kierunku ujmowania kontroli działania w szerszej perspektywie osobowości. W 2001 roku Kuhl opublikował: *Motivation und Persönlichkeit: Interaktionen psychischer Systeme* [Motywacja i osobowość: interakcje systemów psychicznych]. Na jej łamach zaprezentował wprowadzenie do kolejnej odsłony swojej teorii kontroli działania teorii interakcji systemów osobowości (Personality Systems Interaction – PSI).

Ten kolejny etap otworzył nowe perspektywy badawcze i umożliwił wyjaśnianie zjawisk związanych z kontrolą działania w odniesieniu do całościowego funkcjonowania osobowości (Kazén i Quirin, 2018). Na gruncie tak rozumianej wolicjonalnej kontroli działania uwypuklono zagadnienia związane z procesami integracyjnymi w przebiegu rozwoju osobowości. W tym nurcie przeprowadzono wiele badań, które sugerują, że efektywna samoregulacja (orientacja na działanie) może mieć ochronny wpływ na funkcjonowanie jednostki w wymagających warunkach, a w związku z tym uodparniać ją w sytuacjach wywołujących reakcję stresową (Koole i in., 2023). Oznacza to, że oddziaływania wychowawcze powinny być nakierowane na kształtowanie osobowości bliższej bieguna orientacji na działanie.

Bardziej zniuansowany pogląd przedstawia Jurgen Beckmann, który wymienia szereg pozytywnych efektów orientacji na stan, do których należą powstrzymanie pochopnych działań w sytuacjach kryzysowych czy też zachowanie energii do adekwatnego czasu jej wykorzystania (Beckmann, 1994). Są to jednak efekty pozostające poza indywidualną kontrolą i mają charakter sytuacyjny. Przykładowo Beckmann i Trux (1991) dostarczyli dowodów, że koszykarze zorientowani na stan w sytuacjach decyzyjnych mogą wypadać lepiej, jeśli zostaną odpowiednio wytrenowani, ponieważ mają oni dostęp do szerszego spektrum strategii obronnych (wynik „przemyślenia” działania – typowego dla osób zorientowanych na stan), które mogą intencjonalnie wykorzystywać. Jeśli jednak brakuje odpowiedniego treningu związanego z implementacją intencji – efekt zanika (Beckmann i Trux, 1991).

Mimo że teoria Juliusa Kuhla nie koncentruje się na zagadnieniach wczesnego rozwoju człowieka, wnioski dotyczące prawidłowości rozwojowych związanych z kontrolą działania pozwalają rozważyć najbardziej sprzyjające kierunki oddziaływań wychowawczych rodziców. W następujących podrozdziałach rozwiniemy refleksję nad czynnikami kształtującymi kontrolę wolicjonalną z uwzględnieniem rezultatów badań nad orientacją na działanie/stan i wniosków z nich wynikających dla wzmacniania rozwoju zintegrowanej osobowości młodego człowieka.

3. CZYNNIKI WYCHOWAWCZE KSZTAŁTUJĄCE KONTROLĘ WOLICJONALNĄ

Teoria kontroli działania omówiona powyżej stała się podstawą teoretyczną poszukiwań determinantów wychowawczych orientacji na stan/działanie w badaniach Marszał-Wiśniewskiej. Autorka od początku lat 90. XX wieku zajmuje się zależnościami pomiędzy czynnikami temperamentalnymi i wolicjonalnymi a uwagowym przetwarzaniem informacji oraz wpływu postaw wychowawczych w tym zakresie (Marszał-Wiśniewska, 1992 a, 1992 b).

3.1 Nadopiekuńczość i nadobowiązkowość kształtująca orientację na stan

Szereg aspektów poszukiwań autorki znajdzie się w artykule *Wychowawcze uwarunkowania orientacji na stan: jak można nie wykształcić silnej woli?* (Marszał-Wiśniewska, 2001). Autorka porusza w nim aspekty wychowawcze istotne z punktu widzenia rozwoju w świetle teorii kontroli działania Juliusa Kuhla. Powtórzmy, jednostki zorientowane na stan charakteryzują się pewną bezczynnością (bezwładnością w działaniu). Mamy wtedy też do czynienia z infiltracją obcych potrzeb i oczekiwań; wywołują one napięcia emocjonalne, z którymi osoba nie może sobie poradzić. Obniża się zatem samoregulacja i pojawia się wahanie. Na podstawie przeprowadzonych badań, które objęły młodzież licealną, Marszał-Wiśniewska wskazuje następujące istotne czynniki wpływające na wykształcenie się orientacji na stan: niekonsekwentna postawa wychowawcza matek (np. w stosowaniu kar i nagród) mająca szczególnie istotny wpływ na córki (trudności z rozróżnieniem Ja – nie Ja i nieprzewidywalność sytuacji) oraz nadmiernie wymagająca postawa rodziców (wymaganie zgodności) mająca odmienny wpływ na dzieci w zależności od tego, czy pochodzi od ojca, czy od matki i powodująca frustrację, a więc także kształtująca zahamowania w działaniu. Równie istotny okazał się wpływ systemu kar i nagród stosowanych w szkole (konsekwencja) różnicujący u młodzieży efektywność kontroli wolicjonalnej wyrażającą się w niezgodności zamiarów z ich realizacją w ramach narzucanych działań. Jakkolwiek te ustalenia są zgodne z powszechną wiedzą wychowawczą, mają istotne znaczenie, wiążąc praktykę z podłożem teoretycznym w zakresie rozwoju kontroli wolicjonalnej dziecka.

3.2 Rola emocjonalności rodziców w przebiegu rozwoju orientacji na działanie

Zgodnie z założeniami ACT/PSI skuteczna kontrola działania jest elastyczna i pozwalająca podtrzymać dążenia jednostki w różnych warunkach i wobec różnych wymagań otoczenia społecznego (Goschke i Bolte, 2018). Oznacza to, że jednostka musi również odpowiednio regulować różne reakcje emocjonalne na otaczającą ją rzeczywistość. W ramach PSI przyjmuje się, że osoby o wysokim poziomie kontroli wolicjonalnej (zorientowane na działanie) mają rozwinięte mechanizmy pozwalające na obniżenie poziomu negatywnych stanów emocjonalnych oraz podtrzymanie pozytywnego afektu w przebiegu realizacji intencji (Kazén i Quirin, 2018). Wyniki badań nad wpływem interwencji zwiększających elastyczność emocjonalną (affective shifting) wskazują, że trening stymulujący przełączanie między negatywnymi i pozytywnymi stanami emocjonalnymi nie tylko poprawia zdolność do regulacji emocji, ale również efektywność realizacji intencji (Friederichs i in., 2023). Badania nad zdolnością do regulacji emocji (Emotion Regulation Ability – ERA) również dostarczają rezultatów wspierających tezę o związku regulacji emocjonalnej i skutecznej kontroli działania. Przykładowo w badaniach przeprowadzonych przez Rainera Düsinga i współpracowników sprawdzano, jakie są różnice w zdolności do skupienia na zadaniach i ograniczeniu wpływu negatywnych bodźców u osób z depresją o różnych poziomach ERA. Osoby z depresją, ale o wysokim poziomie ERA radziły sobie istotnie lepiej w zadaniu Stroopa, w którym zastosowano poprzedzanie (priming) słowami o negatywnej konotacji z Ja (Düsing i in., 2021). Na tej podstawie można wnioskować, że ERA kompensuje stronniczość wynikającą z depresji i zwiększa skuteczność realizacji zadania.

Dysponujemy szerokim spektrum dowodów, że istnieje istotny związek pomiędzy regulacją emocjonalną dzieci a ich osiągnięciami szkolnymi (Duckworth i Carlson, 2005), co sugeruje, że już na wczesnych etapach rozwoju człowieka można obserwować zależność pomiędzy rozwojem emocjonalnym i wolicjonalnym. Jako przykład można przywołać badania łączące pomiar osiągnięć dzieci w wieku 4 lat z zastosowaniem standaryzowanych testów oraz ocen nauczycieli – lepsza regulacja emocji u dzieci łączyła się z wyższymi wynikami, a efekt był nadal istotny po uwzględnieniu poziomu inteligencji (Graziano i in., 2007). Psychologowie rozwojowi podkreślają, że regulacja emocjonalna ma pośredni (nieoczywisty) wpływ na sukcesy szkolne dzieci (poprzez regulację zachowania), dlatego badacze, analizując wpływ samoregulacji na postępy szkolne dzieci, nie powinni w żadnym przypadku pomijać aspektów regulacji emocjonalnej (Edossa i in., 2017).

W związku z powyższym jednym z głównych aspektów, które należy uwzględnić z perspektywy rozwoju wolicjonalnego dziecka, są warunki wychowawcze umożliwiające równoległy prawidłowy rozwój zdolności do regulacji emocjonalnej. Niewątpliwie istnieje zależność pomiędzy regulacją emocjonalną opiekunów i rozwojem regulacji emocjonalnej dzieci, co potwierdzają nie tylko powszechne obserwacje, ale również wyniki badań. Zidentyfikowano istotny związek pomiędzy strategią regulacji emocjonalnej rodziców i dzieci (Bariola i in., 2012). Podobnie odporność na stres i rezyliencja są efektem interakcji

z opiekunem, która pozwala doświadczać regulacji emocjonalnej drugiej osoby. Jennifer A. DiCorcia i Edward Tronick na podstawie przeglądu rezultatów badań z perspektywy hipotezy odporności na codzienny stres (Everyday Stress Resilience Hypothesis) wnioskują, że rozwój regulacji emocjonalnej zachodzi od najwcześniejszych etapów rozwojowych, a optymalny przebieg tego procesu zapewniają interakcje z opiekunem wrażliwym, lecz nie nadopiekuńczym (DiCorcia i Tronick, 2011).

3.3 Rola empatii wychowawczej w kształtowaniu kontroli wolicjonalnej

Na podstawie opisanych badań można postawić pytanie, który styl wychowawczy jest najkorzystniejszy dla rozwoju kontroli emocjonalnej i wolicjonalnej. Ann-Kathrin Hirschauer (2018) i współpracownicy przeprowadzili badania w oparciu o założenia ACT / PSI nad relacją między empatią rodzicielską a motywacją do uczenia się i osiągnięciami szkolnymi dzieci. Badaniem objęto 236 dzieci w wieku 7–11 lat z różnych szkół podstawowych w Niemczech. Dodatkowo włączono do badania rodziców 193 dzieci (Hirschauer i in., 2018). Badacze przewidywali, że empatia rodzicielska jako styl wychowawczy ma bezpośredni wpływ na rozwój samoregulacji i pośredni wpływ na motywację do osiągnięć, a następnie osiągnięcia szkolne. W ramach badania zastosowano kwestionariusz stylów zachowania rodziców do badania stylu rodzicielskiego (Parents' Behavioral Styles Questionnaire – Kuhl et al., 2009; Kuhl, Völker i Strehlau, 2010), skalę kontroli działania dla dzieci do pomiaru samoregulacji emocjonalnej – orientacji na stan / działanie w sytuacji zagrożenia (Action Control Scale for Children – Kuhl, Strehlau i Völker, 2011). Badano również zintegrowaną motywację osiągnięć (Motive-Enactment-Test for Children (Kuhl, Strehlau, Völker, 2010; Kuhl et al., 2009) oraz pozytywne zachowania związane z nauką (Child-Questionnaire – Kuhl, Völker i Strehlau, 2010b).

Wyniki badania wskazują, że dzieci rodziców o stylu empatycznym mają lepszą zdolność do radzenia sobie z negatywnymi emocjami i regulowania swojego zachowania. Te zasoby samoregulacyjne przekładają się na motywację do osiągnięć – dzieci zdolne do kontrolowania negatywnych emocji były bardziej wewnętrznie zmotywowane do nauki, jak również miały bardziej wytrwałe, samodzielne i elastyczne podejście do nauki (Hirschauer i in., 2018).

Omówione rezultaty badań wskazują, że wolicjonalny rozwój dziecka jest ściśle powiązany z oddziaływaniem wychowawczym, które umożliwia mu odzwierciedlenie własnych stanów emocjonalnych, a tym samym pozwala młodemu człowiekowi zrozumieć własną emocjonalność w przebiegu realizacji zamierzeń. Nawiązując do założeń ACT/PSI ma to szczególne znaczenie, gdy dziecko napotyka przeszkody podczas realizacji intencji lub gdy mierzy się z porażką. Utrzymanie motywacji do działania i dalsze próby realizacji intencji są zależne od zdolności dziecka do poradzenia sobie z negatywnym stanem emocjonalnym, który pojawia się naturalnie w okolicznościach utrudnień lub porażki. W tych warunkach dziecko musi nauczyć się regulować uwagę w sposób przeciwdziałający utrzymaniu negatywnego afektu oraz nauczyć samouspokojenia (self-relaxation), które polega na skorzystaniu z doświadczeń wcześniej zintegrowanych w osobowości (Kuhl, 2001). Oczywiście młody człowiek (zwłaszcza przed 12 rokiem życia) nie posiada szerokiej bazy doświadczeń życiowych, do których mógłby się odwołać, jest również dopiero na początku procesów integracji osobowości (więcej na ten temat w kolejnym podrozdziale). Z tego względu postawa i reakcje opiekuna jako modelu samouspokojenia są tak istotne dla rozwoju zdolności do regulacji emocji dziecka.

Ciekawym tropem w tym kontekście są rezultaty badania podłużnego Kerstin Liesenfeld (2018), która zaprosiła 87 dorosłych osób do retrospektywnej oceny własnego dzieciństwa, jak również poziomu stresu w życiu codziennym. Dodatkowo badała kontrolę wolicjonalną (orientację na działanie / stan w sytuacji zagrożenia oraz w sytuacji decyzji) i rozwój osobisty. Ocena własnego dzieciństwa obejmowała takie wymiary, jak wsparcie rodzicielskie, jakość relacji dziecko–rodzic, lęk przed utratą emocjonalną oraz lęk przed utratą materialną. Analiza koncentrowała się na ojcach, którzy często są pomijani w literaturze dotyczącej rozwoju dziecka. Wyniki badania wskazały, że wsparcie ojca w dzieciństwie było skorelowane z orientacją na działanie w dorosłości. Co istotne, mężczyźni, którzy w dzieciństwie doświadczyli wysokiego poziomu lęku przed utratą emocjonalną, ale mieli wsparcie ojca, jako dorośli mieli też wyższy poziom samoregulacji niż synowie bez wsparcia. Z drugiej strony kobiety, które w dzieciństwie doświadczyły lęku przed utratą materialną, ale odczuły stabilną obecność ojca, jako dorosłe wykazywały lepszą zdolność do regulacji emocji i wyrażania uczuć. Badaczka interpretuje te wyniki, wskazując na fakt, że ojciec pełni rolę „buforu” emocjonalnego – ułatwiającego radzenie sobie ze stresem w przypadku chłopców oraz utrzymanie stabilności emocjonalnej w przypadku dziewcząt (Liesenfeld, 2018).

Badania Liesenfeld mają istotne ograniczenia ze względu na liczebność próby, co utrudnia pełne różnicowanie efektów w zależności od płci dziecka i rodzica. Interpretacja wyników wymaga również znaczącej ostrożności ze względu na zastosowaną retrospektywną ocenę dzieciństwa. Niemniej zaproponowany kierunek badań jest bardzo ciekawy i warty dalszego rozwinięcia z powodu identyfikacji związku pomiędzy doświadczeniami dziecka w relacji z rodzicem a rozwojem samoregulacji zachowania, która może przetrwać do dorosłego życia jednostki. Zgadzamy się z autorką, że szczególnie wartościowa perspektywa kontynuacji mogłaby zostać zrealizowana w badaniu podłużnym, aby uchwycić przyczynowo-skutkowe relacje między stresem w dzieciństwie, jakością relacji z rodzicami oraz rozwojem kompetencji emocjonalnych i samoregulacyjnych.

3.4 Rola integracji osobowości dziecka – wolicjonalna ochrona

Marszał-Wiśniewska (2001), której badanie zostało omówione powyżej, koncentrowała się na poszukiwaniu wychowawczych czynników kształtujących orientację na stan, uznawaną za mniej sprzyjającą trajektorię rozwojową. Warto jednak przyjrzeć się temu zagadnieniu od strony przeciwnej, czyli potencjału rozwojowego – zasobów wolicjonalnych, które dorastający człowiek rozbudowuje, aby w przyszłości radzić sobie z wyzwaniami dorosłego życia. Orientacja na działanie u osób dorosłych łączy się m.in. ze skuteczniejszą regeneracją po stresie (Beckmann i Kellmann, 2004), mniejszą skłonnością do nadużywania substancji

psychoaktywnych, np. alkoholu (Palfai i in., 2002) oraz mniejszą podatnością na uzależnienia behawioralne, np. nadużywanie mediów społecznościowych (Błachnio i Przepiorka, 2016). Badania potwierdzają także, że osoby zorientowane na działanie w porównaniu do osób zorientowanych na stan charakteryzują się ogólnie lepszym stanem zdrowia psychicznego (Wojdyło i in., 2014). Można zatem stwierdzić, że wychowanie dziecka sprzyjające orientacji na działanie zwiększa jego szanse na dorosłe życie w dobrostanie.

Sander L. Koole (2004) podsumował wieloletnie badania nad orientacją na działanie, stwierdzając, że daje ona jednostce rodzaj wolicjonalnej ochrony (Volitional Shielding). Nawiązując do eksperymentów Koole'a – obejmujących związek orientacji na działanie z ochroną autonomii – można stwierdzić, że zasoby wolicjonalne działają jak dwustronna tarcza: z jednej strony chronią przed intruzją zewnętrznych wpływów i wymagań niezgodnych z wolą jednostki, z drugiej zaś umożliwiają utrzymanie wewnętrznej stabilności poprzez zrównoważone działanie systemów osobowości. Jak to możliwe, że ta cecha ma tak wszechstronne znaczenie dla funkcjonowania jednostki?

Jak zostało już wcześniej zaznaczone, z perspektywy PSI rozwój wolicjonalny jest ściśle związany z dojrzewaniem całej osobowości – zarówno w obszarze afektywnym, jak i poznawczym. Według Kuhla (2000) adaptacyjna samoregulacja jednostki będzie zależna od różnicy w progu aktywacji poszczególnych systemów osobowości oraz siły indywidualnych połączeń między nimi. Natomiast odpowiednio przebiegające w ramach osobowości procesy afektywne ułatwiają komunikację między systemami poznawczymi (Bolte i in., 2003), a efektem jest dopasowanie jednostki do bieżących warunków, w których się znajduje. Należy przy tym podkreślić, że prawidłowo przebiegająca samoregulacja jest procesem, w ramach którego dochodzi do integracji funkcji motywacyjnych i osobowościowych (Kuhl i in., 2015): od systemów niższych (rozpoznawanie obiektów i intuicyjne zachowanie) po wyższe (myślenie i samokontrola). Co więcej, procesy integracyjne związane z samoregulacją zachodzą pomiędzy systemami działającymi jawnie (explicite), które przetwarzają doświadczenia jednostki sekwencyjnie, oraz systemami działającymi w osobowości niejawnie (implicite, bez udziału świadomości), które przetwarzają równolegle, asocjacyjnie (Kazén i Quirin, 2018).

Sander L. Koole i Linda H. M. Coenen (2007) badali założenie, że osoby zorientowane na działanie mają silniejsze połączenie między niejawnym złożonym systemem osobowości (Self) a regulacją emocji. W ramach badania podprogowo (pierwsze badanie – priming) lub jawnie (drugie badanie) aktywowano systemy poznawcze związane z „Ja” podczas zadania klasyfikacji słów jako pozytywne, negatywne lub neutralne. Osoby zorientowane na działanie po niejawnej aktywacji „Ja” wykazywały w badaniu wzmocnioną regulację afektu, podczas gdy u osób zorientowanych na stan pogłębiał się negatywny stan emocjonalny indukowany w badaniu. Efekt występował tylko w badaniu z primingiem. Oznacza to, że jawna aktywacja systemu „Ja” nie wpływała na regulację emocji.

Podążając za wynikami badań i postulatami PSI można stwierdzić, że celem skutecznych oddziaływań wychowawczych jest integracja osobowości dziecka dopasowana do bieżącego etapu rozwojowego. Omawiane powyżej mechanizmy działania osobowości eksponują fakt, że dojrzewanie wolicjonalne dziecka polega na przemianie dążenia impulsywnego w dążenie świadome, której istotność zauważył Szuman. Uwzględniając perspektywę Kuhla, ten rodzaj wertykalnej integracji (związanej z hierarchią procesów motywacyjnych) powinien być uzupełniony o integrację „horyzontalną”, czyli związaną z integracją różnych rodzajów przetwarzania doświadczeń oraz rolą emocjonalnej modulacji tych procesów (Kazén i Quirin, 2018).

Oprócz omawianej szczegółowo roli rozwoju regulacji emocjonalnej, należy zatem dołączyć kwestię rozwoju zintegrowanego Self, które według Kuhla i jego współpracowników jest centrum dojrzałej osobowości: „tworzy zintegrowaną i intencjonalną interakcję z rozłączonych, równoległych lub niejednorodnych działań na niższych poziomach doświadczenia i zachowania” (Kuhl, 2010). Tak rozumiane Self należy traktować jako system poznawczy, który poprzez sieci asocjacyjne komunikuje się z innymi ośrodkami przetwarzania poznawczego. Self jako system osobowości nie tylko kumuluje ślady pamięciowe istotnych życiowych doświadczeń, ale również umożliwia utrzymanie spójności w przebiegu realizacji intencji: wewnętrzna zbieżność motywów (motive congruence) zapewniająca realizację intencji zgodnych z wartościami jednostki, zbieżność intencji i działania (intention-behaviour congruence) oraz zbieżność obserwowanych efektów działania z percepcją samego siebie (perception-self congruence) (Kazén i Quirin, 2018; Quirin i Kuhl, 2022).

Oczywiście w pierwszych latach rozwoju tworzy się fundament dla dalszego rozwoju Self, a dopiero od 12 roku życia dziecka możemy mówić o kształtowaniu tożsamości, która w okresie późnej adolescencji przekształca się w potencjał głębszej analizy własnych myśli i uczuć (Rochat, 2003). Innymi słowy, złożoność tego systemu osobowości zwiększa się w cyklu życia, a pierwsze lata rozwoju człowieka są skoncentrowane na fundamentalnym różnicowaniu Ja (por. Rochat, 2003). Z tej perspektywy jednak wyłaniają się bardzo istotne pytania dotyczące czynników, które fundamentalnie kształtują integrację osobowości jednostki oraz są podstawą rozwoju możliwości wolicjonalnych.

Rzeczywiście w pierwszych latach rozwoju tworzy się fundament dla dalszego rozwoju Self, a dopiero od 12 roku życia dziecka możemy mówić o kształtowaniu tożsamości, która w okresie późnej adolescencji przekształca się w potencjał głębszej analizy własnych myśli i uczuć (Rochat, 2003). Innymi słowy, złożoność tego systemu osobowości zwiększa się w cyklu życia, a pierwsze lata rozwoju człowieka są skoncentrowane na fundamentalnym różnicowaniu Ja (por. Rochat, 2003). Z tej perspektywy jednak wyłaniają się bardzo istotne pytania dotyczące czynników, które fundamentalnie kształtują integrację osobowości jednostki oraz są podstawą rozwoju możliwości wolicjonalnych.

Rzeczywiście w pierwszych latach rozwoju tworzy się fundament dla dalszego rozwoju Self, a dopiero od 12 roku życia dziecka możemy mówić o kształtowaniu tożsamości, która w okresie późnej adolescencji przekształca się w potencjał głębszej analizy własnych myśli i uczuć (Rochat, 2003). Innymi słowy, złożoność tego systemu osobowości zwiększa się w cyklu życia, a pierwsze lata rozwoju człowieka są skoncentrowane na fundamentalnym różnicowaniu Ja (por. Rochat, 2003). Z tej perspektywy jednak wyłaniają się bardzo istotne pytania dotyczące czynników, które fundamentalnie kształtują integrację osobowości jednostki oraz są podstawą rozwoju możliwości wolicjonalnych.

mają różny poziom „wglądu” do tych treści gromadzonych wraz z doświadczeniem w systemie Self. Efektywna samoregulacja osób z wysokim poziomem dostępu do Self w perspektywie PSI jest interpretowana jako przejaw zdolności do odróżnienia osobistych celów od oczekiwań zewnętrznych, wyższego poziomu świadomości przebiegu własnych procesów emocjonalnych, ale także jako efekt akomodacji doświadczeń życiowych, także negatywnych i trudnych.

W badaniach Jana Hofera (2006) sprawdzono związek, jaki zachodzi pomiędzy retrospektywną oceną relacji rodzinnych w dzieciństwie, kształtowaniem tożsamości oraz samoregulacją (orientacją na działanie/stan). Celem badania było sprawdzenie, w jaki sposób proces kształtowania tożsamości zależy od doświadczeń rodzinnych z dzieciństwa oraz orientacji na działanie/stan. W badaniu wykorzystano 3 miary: skalę kontekstu relacyjnego (Relationship-Context-Scale), skalę kontroli działania (Action Control Scale) oraz obiektywną miarę statusu tożsamości ego (Extended Objective Measure of Ego Identity Status). Wyniki badania wykazały, że osoby zorientowane na działanie rozwijały swoją tożsamość niezależnie od tego, jak wiele konfliktów doświadczyły w dzieciństwie. W przypadku osób zorientowanych na stan dzieciństwo pełne konfliktów rodzinnych zostało powiązane z trudnościami w kształtowaniu tożsamości. Okazuje się, że ochrona wolicjonalna Self może działać już we wczesnych latach rozwojowych i jeśli dziecko z pomocą rodziców wykształci predyspozycje do orientacji na działanie – lepiej będzie radzić sobie z konfliktami i wyzwaniem interpersonalnymi w późniejszym okresie rozwojowym.

Badanie Hofera jest kolejnym przykładem zastosowania retrospektywnej oceny dzieciństwa przez osoby dorosłe w kontekście badań nad konsekwencjami orientacji na działanie/stan. Cennym rozszerzeniem zrealizowanych analiz byłoby badanie z udziałem dzieci i rodziców, skoncentrowane na bieżącej ocenie relacji dziecko-rodzic oraz konfliktów w jego otoczeniu. Co więcej wyłania się w tym miejscu wątek warty dalszego rozpoznania badawczego: czy ochrona wolicjonalna rozwinięta na wczesnych etapach rozwojowych (przed 12 r.ż.) wpływa pozytywnie na radzenie sobie z konfliktami w okresie adolescencji – okresie intensywnego różnicowania osobowości i kształtowania tożsamości dziecka? Opisane powyżej wyniki badań Kuhla i współpracowników sugerują, że podstawy orientacji na działanie ukształtowane we wczesnym dzieciństwie mogą odgrywać istotną rolę dla skutecznej akomodacji doświadczeń konfliktów i ich konsekwencji w późniejszym okresie rozwojowym. Dalsza eksploracja tego obszaru może przynieść wnioski znaczące w kontekście rekomendacji dla rodziców przygotowujących się do wyzwań wychowawczych okresu adolescencji ich dziecka.

4. ROZWÓJ KONTROLI WOLICJONALNEJ WE WCZESNYM DZIECIŃSTWIE

Omówione powyżej badania w nurcie teorii kontroli działania J. Kuhla skupiają się na próbie określenia czynników wychowawczych oddziałujących na wykształcanie orientacji na stan / działanie w okresie późnego dzieciństwa i adolescencji. Opierając się na badaniach i poszukiwaniach teoretycznych Stefana Szumana można uznać, że podłoże danej orientacji kształtuje się znaczenie wcześniej, już w okresie wczesnego dzieciństwa. Okres ten pozostawał dotychczas poza zainteresowaniami badaczy kontroli wolicjonalnej. Jak argumentujemy poniżej – niesłusznie.

Już w swojej pierwszej, pisanej w czasie II wojny światowej, pracy o osobowości i charakterze Szuman rozróżnił wolę wrodzoną, będącą wyrazem indywidualnej energii chcenia i dążenia, od woli nabytej, intencjonalnej i świadomej (Szuman, 2014, s. 319). Jej wyraz znajdziemy w odporności na trudności, wytrwałości i podtrzymującej energię chcenia. W dalszych pracach i wykładach Szuman uszczegółowił trzy poziomy woli: kontrolę wolicjonalną wrodzoną, pochodzącą z natury, mającą swoją ekspresję w temperamencie; kontrolę wolicjonalną dowolną, nabytą i wykształconą przez doświadczenie i wpływ wychowawców, oraz dobrą wolę, czyli kontrolę ukierunkowaną etycznie, mającą swoje źródło w uformowanym sumieniu (Szuman, 1995).

W pracach nad rozwojem psychiki dzieci i młodzieży Szuman poświęcił szczególną uwagę roli działania u małego dziecka jako podstawy kształtowania się kontroli woli dowolnej (Szuman, 1955). Druga praca Szumana związana z tematyką kontroli wolicjonalnej dotyczy uwagi (Szuman, 1965) i zagadnień z nią związanych w praktyce pedagogicznej. Omówimy je poniżej.

Na wstępie trzeba podkreślić, że Stefan Szuman w latach 50. i 60. nie uniknął wpływu na swoje publikacje wymaganego wtedy odniesienia się do filozofii i psychologii marksistowsko-leninowskiej¹. W swoich pracach Szuman dokonuje twórczej reinterpretacji poglądów Pawłowa, ale sięga też do osiągnięć szkoły lwowsko-warszawskiej i między innymi do prac Władysława Witwickiego² oraz do psychologii amerykańskiej reprezentowanej przez N.L. Munna.

Praca nad rolą działania (Szuman, 1955)³ ma szczególne znaczenie w dorobku autora w dziedzinie psychologii rozwojowej. Już we wstępie publikacji zaznacza on, że nie ujmuje w niej aspektu wpływu postaw wychowawczych z uwagi na brak danych z badań (Szuman, 1955, s. 59). Równocześnie Szuman podkreśla, że skupił się w drugiej części pracy na znaczeniu

¹ W okresie stalinowskim 1948–1955 cenzura jako warunek publikacji wymagała odniesienia się do myśli marksistowsko-leninowskiej, a także stanowisk naukowych badaczy w ZSRR. Autorzy, chcąc publikować, dokonywali więc bardziej lub mniej umiejętnych cytowań, co oczywiście w dzisiejszych czasach wydaje się kompromitujące dla całości wyrażonych poglądów przy podejściu radykalnym albo też wymaga uważnego rozróżnienia wpływu kontekstu od osobistych poglądów autora.

² Szczególnie dziś warta jest przypomnienia „Analiza psychologiczna objawów woli” (Witwicki, 1904).

³ W niniejszym artykule cytowania są zaczerpnięte z wydania w *Dzielał wybranych* z 1985 (Szuman, 1985).

kształtowania się mowy w drugim roku życia, dostrzegając właśnie w tym procesie istotny wpływ osób wychowujących. Autor upatruje w nim początek kształtowania się w umyśle dziecka planu działania za pomocą słów i zdań, a tym samym powstawanie warunków do nabywania zdolności do świadomej kontroli wolicjonalnej.

W każdym akcie działania impulsywnego (odruchowego) Szuman wyodrębnia trzy fazy. Pierwsza faza to odruch orientacyjny, druga to oddziaływanie w kierunku przedmiotu i trzecia, polega na opanowaniu przedmiotu (osiągnięcie celu). W trakcie działania rozeznanie umysłowe oparte jest na doznaniach zmysłowych, z czego najważniejsze jest doznanie związane z osiągnięciem wyniku aktywności. To właśnie poprzez te doznania pochodzenia ekstero- i interoceptywnego odbywa się wtórnie proces wykształcenia zdolności poznawczych. Dotyczy to także rozróżniania działalności własnej i cudzej (Szuman, 1955, s. 99). W następnym etapie z udziałem rozwijającej się zdolności do kontroli uwagi dochodzi do powstania zdolności do wyodrębnienia z toku doznań tych momentów, które mają istotne znaczenie dla wyniku (Szuman, 1955, s. 108). Poznawanie skutecznych sposobów działania staje się podstawą aktywności świadomej i celowej. Wtedy też pojawiają się słowa i język, w którym dziecko (często mówiąc samo do siebie) może wyrazić myśli rozłączne od samego momentu działania, wyprzedzające je lub następujące po. Pojawia się zatem możliwość werbalizacji zamierzenia (intencji) i oceny skutków jego wykonywania. „Działanie świadome (rozumne) może się więc rozwinąć dopiero na podstawie skojarzenia zauważonego (wyodrębnionego spostrzegawczo i myślowo) sposobu działania z zauważoną i spostrzegawczo wyodrębnioną zmianą przedmiotu zachodzącą w czasie działania” (Szuman, 1955, s. 117).

Następnym etapem w rozwoju jest powstanie świadomości celu oraz, co jest szczególnie ważne dla omawianego w tym artykule zagadnienia, zdolności do wytrwałego do niego dążenia (kontroli wolicjonalnej). Prowadząc obserwacje dzieci w kontakcie z przedmiotami w różnych okresach rozwoju, Szuman doszedł do wniosku o istotności przemiany w procesie rozwoju, która dotyczy sposobu dążenia do celu. Dążenie impulsywne do celu (przedmiotu) trwa tak długo, jak utrzymuje się on w polu uwagi. Dążenie świadome trwa tak długo jak cel wyobrażony (przedmiot) będzie pozostawał w umyśle i jak długo zasoby energii wystarczają, żeby do niego dążyć. Wtedy przedmiot wyobrażony staje się przedmiotem kierującym i mimo braku jego widoczności oraz napotykanymi trudnościami działanie będzie wytrwałym urzeczywistnieniem raz powziętego zamiaru (Szuman, 1955, s. 123).

Na podstawie obserwacji i wniosków z badań Szumana można postawić hipotezę, że przemiana z dążenia impulsywnego do dążenia świadomego będzie miała kluczowe znaczenie dla wykształcania zdolności do kontroli wolicjonalnej u dziecka. W tym procesie, a szczególności w konsekwencji i stylu postawy wychowawczej możemy upatrywać źródło przyszłej orientacji na działanie lub na stan, biorąc pod uwagę, że dziecko uczy się w tym okresie głównie przez naśladowanie. Jest to początkowo naśladowanie schematyczne, które z czasem może się stać w większym lub mniejszym stopniu własnym planowaniem działania, w czym ogromnie ważną rolę odgrywa ujęzykowanie myśli (Szuman, 1955, s. 145). Wtedy też prawdopodobnie dochodzi do możliwości zakotwiczenia działania o własne intencje, w czym szczególną rolę będzie miała postawa i styl wychowawców. Szuman opisuje wiele przykładów tego zjawiska, zwłaszcza w kontekście zabawy⁴.

Szczególną rolę w procesie uczenia się samokontroli odgrywa umiejętność samodzielnej kontroli uwagi, której Szuman poświęcił dużą część rozdziału o uwadze dowolnej w pracy na jej temat (Szuman, 1965). Fizjologiczne podstawy dowolnej uwagi są w zasadzie podobne do uwagi mimowolnej (Szuman, 1965, s. 30). Dowolną uwagą Szuman określa taką, którą własną wolą umiemy pobudzić, natężyć i skupić na przedmiocie czy zamierzeniu, tak długo jak długo wymaga jego poznanie lub osiągnięcie celu intencji. Jest to proces wymagający wysiłku. Mechanizm samego kierowania uwagi dowolnej stanowi dla Szumana zagadnienie nierozwiązane, choć wydaje się on podzielać poglądy amerykańskiego psychologa Normana L. Munn (Munn, 1946) o roli bodźców językowych wewnętrznych lub zewnętrznych w pobudzaniu, kierowaniu, podtrzymywaniu uwagi i mobilizacji do wysiłku. Wyuczenie umiejętności kontroli wolicjonalnej (kierowania i podtrzymywania uwagi dowolnej, czyli takiej, którą się samodzielnie rozporządza), jest szczególnym zadaniem wychowawczym, wiążącym ją z osiąganiem zamierzenia. Odbywa się to poprzez umiejętne wskazywanie skuteczności w kierowaniu i podtrzymywaniu uwagi. I chodzi tu o wykształcenie zdolności do samodzielnego dysponowania i operowania własną uwagą wtedy, kiedy jest to potrzebne (Szuman, 1965, s. 38). Chodzi o wykształcenie zdolności do sięgnięcia do dodatkowych zasobów energii z nabytego doświadczenia, wtedy gdy siły opadają i wydają się niewystarczające⁵. Nie znajdziemy w wyrażonych przez Szumana poglądach wprost hipotez o związkach między określonymi postawami i stylami wychowawców, a wykształcaniem zdolności do kontroli wolicjonalnej dziecka. Wskazuje on jednak na momenty i czynniki istotne dla tego procesu, a w szczególności na okres wykształcania się mowy, kiedy przez proces kojarzeniowy tworzą się związki między samodzielnym dysponowaniem uwagą i osiąganymi wynikami w dążeniu do zamierzeń.

⁴ Prof. Stefan Szuman spisywał zachowania swoich dzieci i swoje własne w dziennikach. Podobnie matka współautora dr Maria Dunin-Wąsowicz spisała swoje doświadczenia wychowawcze w dwóch wydanych pozycjach (Dunin-Wąsowicz, 1960, 1962), a następnie w opracowaniu „O dobrej zabawie” (Dunin-Wąsowicz, 1972). Wynika z nich istotność dialogu z dzieckiem podkreślającego jego odrębne intencje.

⁵ Intuicja Stefana Szumana wyprzedza o dziesięciolecia zdefiniowany przez J. Kuhla konstrukt dostępu do Ja, tj. do zintegrowanej niejawnej pamięci i jego znaczenie dla realizacji intencji.

5. PODSUMOWANIE: POSTAWY WYCHOWAWCZE KSZTAŁTUJĄCE KONTROLĘ WOLICJONALNĄ I REKOMENDACJE DLA DAJSZYCH BADAŃ

Badacze działający w nurcie teorii kontroli wolicjonalnej upatrują trudności w jej wykształceniu w zaburzeniach rozróżnienia Ja – nie Ja (wskutek infiltracji) i w niedorozwoju samodzielności w dysponowaniu uwagą (wskutek ograniczania obszarów swobody). Obserwacje i intuicje Szumana wyprzedzają w tym zakresie osiągnięcia teoretyczne i empiryczne J. Kuhla. Dostarczają zarazem dodatkowych wskazań, w szczególności w zakresie określenia okresu powstawania obniżonej kontroli wolicjonalnej (orientacji na stan), a także współformującego się w tym samym okresie języka wewnętrznego. Szuman zwraca nam uwagę, jak ważne jest wtedy zauważenie zachodzącej przemiany i niehamowanie przez nadopiekuńczość z jednej strony i nadobowiązkowość z drugiej naturalnie rozwijającej się zdolności do samoregulacji (rozumianej jako umiejętność formułowania planu działania oraz samokontroli osiągania zamierzenia). Szuman zatem sugeruje nam, że decydujące o wykształceniu się orientacji na stan są lata wcześniejsze i brak uważnej postawy wychowawczej w tym okresie. Nie jest to sprzeczne z ustaleniami Marszał-Wiśniewskiej wskazujące na lata późniejsze. Szumana interesuje główne kształtowanie procesów poznawczych i nabywanie kontroli nad wolą we wczesnym dzieciństwie. Marszał-Wiśniewska zwraca uwagę na ich dalszy rozwój w wyniku stosowania stylów rodzicielskich i konsekwencji w systemach kar i nagród. Dalsze badania w obrębie teorii kontroli działania i interakcji systemów osobowości przedstawione powyżej dostarczają następujących sugestii dotyczących postaw wychowawczych:

- Przekazywanie wzorców samouspokojenia. Rodzic musi stanowić wzorzec samouspokojenia w sytuacjach trudnych, umożliwiając realizację zamierzeń (w okolicznościach zgodnych z intencjami). Oznacza to, że rodzice muszą stale rozwijać swoje zdolności do regulacji emocji w różnych warunkach. Wszelkie interwencje wspomagające dzieci w kontroli uwagi w kontekście radzenia sobie ze stresem oraz w rozpoznawaniu stanów emocjonalnych, uczące ekspresji w różnych kontekstach, jak również rozwijające zdolności komunikowania (nazywania) własnych stanów emocjonalnych, powinny mieć pozytywny wpływ na rozwój wolicjonalny dziecka.
- Rozbudowanie umiejętności samoochrony przed infiltracją, czyli rozwijanie zdolności formułowania intencji z uważnością na określenie źródła zamierzenia. Opiekunowie w związku z tym muszą rozwijać własne umiejętności wspierania formułowania przez dzieci własnych zamierzeń, redukując skłonność do nadopiekuńczości. Tutaj warto jeszcze raz podkreślić, że rozwój regulacji emocjonalnej jest kluczowy, ponieważ prawidłowy przebieg realizacji intencji jest możliwy tylko wtedy, gdy młody człowiek potrafi przechodzić do działania zarówno pod wpływem pozytywnego, jak i negatywnego afektu.
- Wsparcie integracji osobowości. W tym kontekście szczególną rolę odgrywa wsparcie dojrzałego opiekuna, który poprzez odpowiednie wzorce kontroli swojego zachowania umożliwia dziecku identyfikację różnicy między własnymi zamierzeniami i wpływem zewnętrznym (w pierwszych latach życia rozpoznanie Ja–nie Ja) oraz stopniowe zwiększanie autonomii. Jeśli zostanie odpowiednio ukształtowany "poligon samodzielności" – młody człowiek może eksperymentować, doświadczać porażek i ma szansę stworzyć odpowiednią komunikację poznawczą i afektywną pomiędzy systemami bezpośredniej kontroli behawioralnej a wyższymi funkcjami wolicjonalnymi. Rodzic spełnia wtedy rolę stabilnego punktu odniesienia umożliwiającą integrację trudnych doświadczeń.
- Konsekwencja w stosowaniu kar i nagród w celu redukcji niepewności, która leży u podstaw orientacji na stan. Przewidywalność kierunku oceny jest istotna dla przejścia z fazy planowania do realizacji zamierzenia. Dziecko, pozbawione spójnego doświadczenia o skutkach działania, nie może uruchomić trybu predykcji niezbędnego do uruchomienia tego działania i wykształca orientację na stan, która jest uważana jako mniej adaptacyjna od orientacji na działanie.

Wszystkie wymienione wyżej czynniki wymagają od rodziców uwagi i energii. Wykształcanie kontroli wolicjonalnej dziecka nie odbywa się bowiem samoistnie. Działania wychowawcze nie mogą też być spóźnione, albowiem – jak sugeruje Szuman – podstawowy kierunek orientacji decyduje się już bardzo wcześnie, w okresie wykształcania mowy. Wtedy świadome działania wspierające rodziców są niezastąpione. Żadna smartfonowa bajka czy podsunięta zabawka nie zastąpi uważnego udziału rodzica w uczeniu się przez dziecko rozróżnienia własnych intencji od cudzych, sposobu ich wyrażenia i kontroli. W naszej ocenie zagadnienie to stanowi istotny obszar nowych badań nad wykształcaniem kontroli wolicjonalnej we wczesnym dzieciństwie.

Rozwinięty przez Kuhla i współpracowników nurt badawczy był w ciągu ostatnich dekad bardzo płodny, ale badania z udziałem dzieci stanowią nieliczną część tego obszernego dorobku. Wnioski dotyczące rozwoju orientacji na działanie oraz tzw. ochrony wolicjonalnej płyną przede wszystkim z badań z zastosowaniem retrospektywnej oceny doświadczeń dzieciństwa osób dorosłych. Oznacza to jednocześnie, że można wskazać wiele obiecujących kierunków badawczych z zastosowaniem ram teoretycznych ACT/PSI. Przede wszystkim należy podkreślić potrzebę odpowiedzenia na pytania o bezpośredni związek relacji rodzicielskiej z rozwojem orientacji na działanie/stan. Wyniki cytowanych w artykule badań zachęcają do tej eksploracji, choć dysponujemy tylko pośrednimi dowodami (np. istnienie związku regulacji emocjonalnej opiekunów

z sukcesami szkolnymi dzieci). Na szczególną uwagę zasługuje relacja pomiędzy zdolnością do regulacji emocjonalnej opiekunów, to jest uwarunkowaniem, które stwarzają rodzice, a rozwojem kontroli działania dziecka. Dzieci, które przedstawiają oznaki rozwoju orientacji na stan, mogą być jednocześnie podatne na zastosowanie odpowiednich oddziaływań, które wspomagają je w trenowaniu implementacji intencji mimo ograniczeń samoregulacji. Z tego względu ważnym obszarem dla przyszłych badań jest nie tylko związek między zachowaniem rodziców (stylem wychowawczym) a zdolnością do kontroli działania, ale także nad skutecznością interwencji wspomagających kontrolę działania u dzieci w wieku szkolnym i przedszkolnym, np. technik implementacji intencji. Badaczy rozwoju dzieci w wieku adolescencji warto zachęcić do pracy nad polską adaptacją zrewidowanego narzędzia ACS-t oraz przeprowadzeniem badań nad rozwojem wolicjonalnym dzieci, uwzględniających lokalne uwarunkowania kulturowe i związanych z działaniem systemu edukacji w Polsce. Metoda badawcza do oceny orientacji na stan/działanie dostosowana do dzieci w wieku przedszkolnym także czeka na opracowanie, a mogłaby stanowić istotny przełom w odkrywaniu związków między postawami rodzicielskimi a kontrolą wolicjonalną tworzącą się w dzieciństwie i służyć do opracowywania metod wczesnej interwencji.

BIBLIOGRAFIA

- Bariola, E., Hughes, E., Gullone, E. (2012). Relationships Between Parent and Child Emotion Regulation Strategy Use: A Brief Report. *Journal of Child and Family Studies – J CHILD FAM STUD*, 21. <https://doi.org/10.1007/s10826-011-9497-5>
- Baumann, N., Kazén, M., Quirin, M. (2018). *How do we know if you know yourself? Measures, causes, and consequences of self-access* (s. 259–280).
- Beckmann, J. (1994). Volitional correlates of action versus state orientation. W: J. Beckmann, J. Kuhl (Red.), *Volition and personality. Action versus state orientation* (s. 155–166). Hogrefe and Huber. https://pure.mpg.de/pubman/faces/ViewItemOverviewPage.jsp?itemId=item_727929
- Beckmann, J., Kellmann, M. (2004). Self-regulation and recovery: Approaching an understanding of the process of recovery from stress. *Psychological Reports*, 95(3 Pt 2), 1135–1153. <https://doi.org/10.2466/pr0.95.3f.1135-1153>
- Beckmann, J., Trux, J. (1991). Wen lasse ich wo spielen? Persönlichkeitseigenschaften und die Eignung für bestimmte Positionen in Sportspielmannschaften. *Sportpsychologie*, 5 (Heft 3), 18–21.
- Blunt, A., Pychyl, T. A. (1998). Volitional action and inaction in the lives of undergraduate students: State orientation, procrastination and proneness to boredom. *Personality and Individual Differences*, 24(6), 837–846. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00018-X](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00018-X)
- Błachnio, A., Przepiorka, A. (2016). Dysfunction of Self-Regulation and Self-Control in Facebook Addiction. *The Psychiatric Quarterly*, 87, 493–500. <https://doi.org/10.1007/s11126-015-9403-1>
- Bolte, A., Goschke, T., Kuhl, J. (2003). Emotion and Intuition: Effects of Positive and Negative Mood on Implicit Judgments of Semantic Coherence. *Psychological Science*, 14(5), 416–421. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.01456>
- Dahling, J., Kay, S., Vargovic, N. (2015). Eyes on the Prize: A Longitudinal Study of Action-State Orientation, Affect, and Academic Self-Regulation. W: *Research on Emotion in Organizations* (T. 11, s. 423–441). <https://doi.org/10.1108/S1746-979120150000011016>
- DiCorcia, J. A., Tronick, E. (2011). Quotidian resilience: Exploring mechanisms that drive resilience from a perspective of everyday stress and coping. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 35(7), 1593–1602. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2011.04.008>
- Duckworth, A., Carlson, S. (2005). Self-Regulation and School Success. *Self-regulation and autonomy: Social and developmental dimensions of human conduct*, 208–230. <https://doi.org/10.1017/CBO9781139152198.015>
- Dunin-Wąsowicz, M. (1960). *Nas dwoje*. Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych.
- Dunin-Wąsowicz, M. (1962). *Przedszkole w oczach mamy*. Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych.

Dunin-Wąsowicz, M. (1972). *O dobrej zabawie*. Nasza Księgarnia.

Düsing, R., Radtke, E. L., Kuhl, J., Konrad, C., Vandekerckhove, M., Quirin, M. (2021). Emotion regulation ability compensates for the depression-related negativity bias. *Acta Psychologica*, 220, 103414. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2021.103414>

Edossa, A., Schroeders, U., Weinert, S., Artelt, C. (2017). The development of emotional and behavioral self-regulation and their effects on academic achievement in childhood. *International Journal of Behavioral Development*, 42, 192-202. <https://doi.org/10.1177/0165025416687412>

Goschke, T., Bolte, A. (2018). A dynamic perspective on intention, conflict, and volition: Adaptive regulation and emotional modulation of cognitive control dilemmas. W: *Why people do the things they do: Building on Julius Kuhl's contributions to the psychology of motivation and volition* (s. 111-129). Hogrefe. <https://doi.org/10.1027/00540-000>

Goschke, T., Kuhl, J. (1993). Representation of intentions: Persisting activation in memory. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 19(5), 1211-1226. <https://doi.org/10.1037/0278-7393.19.5.1211>

Graziano, P. A., Reavis, R. D., Keane, S. P., Calkins, S. D. (2007). The Role of Emotion Regulation and Children's Early Academic Success. *Journal of school psychology*, 45(1), 3-19. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2006.09.002>

Hanfstingl, B., Kazén, M., Ritz, G., Ahrenstorf, S., Frischmann, A., Kuhl, J. (2024). Action Versus State Orientation – Validation of the Action Control Scale for Teenagers (ACS-t). *European Journal of Psychological Assessment*. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000876>

Hirschauer, A.-K., Aufhammer, F., Bode, R., Chasiotis, A., Künne, T. (2018). *Parental Empathy as a Source of Child's Scholastic Performance: Linking Supportive Parental Empathy and School Grades by Particular Aspects of Children's Self-Regulation* (s. 359-374).

Jaramillo, F., Spector, P. (2004). The Effect of Action Orientation on the Academic Performance of Undergraduate MarketingMajors. *Journal of Marketing Education – JMarket Educ*, 26, 250-260. <https://doi.org/10.1177/0273475304268780>

Kazén, M., Quirin, M. (2018). The integration of motivation and volition in personality systems interactions (PSI) theory. W: *Why people do the things they do: Building on Julius Kuhl's contributions to the psychology of motivation and volition* (s. 15-30). Hogrefe. <https://doi.org/10.1027/00540-000>

Koole, S. L. (2004). Volitional shielding of the self: Effects of action orientation and external demands on implicit self-evaluation. *Social Cognition*, 22(1), 100-125. <https://doi.org/10.1521/soco.22.1.100.30985>

Koole, S. L., Jostmann, N. B., Baumann, N. (2023). Chapter Five – From intentions to action: An integrative review of action control theory and research. W: B. Gawronski (Red.), *Advances in Experimental Social Psychology* (T. 68, s. 291-375). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/bs.aesp.2023.07.001>

Kuhl, J. (1984). Volitional aspects of achievement motivation and learned helplessness: Toward a comprehensive theory of action control. W: *Progress in experimental personality research* (T. 13, s. 99-171). Elsevier. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780125414135500073>

Kuhl, J. (1981). Motivational and functional helplessness: The moderating effect of state versus action orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(1), 155-170. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.40.1.155>

Kuhl, J. (1992). A Theory of Self-regulation: Action versus State Orientation, Self-discrimination, and Some Applications. *Applied Psychology*, 41(2), 97-129. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1992.tb00688.x>

Kuhl, J. (1994a). *A theory of action and state orientation. Volition and Personality. Action Versus State Orientation*. Hogrefe&Huber Publishers, 9-46.

Kuhl, J. (1994b). Action versus state orientation: Psychometric properties of the Action Control Scale (ACS-90). W: Kuhl, J. Beckmann, J. (Red.), *Volition and Personality—Action Versus State Orientation* (s. 47-59). Hogrefe & Huber Publishers.

- Kuhl, J. (2001). *Motivation und Persönlichkeit: Interaktionen psychischer Systeme*. Hogrefe.
- Kuhl, J. (2010). *Lehrbuch der Persönlichkeitspsychologie. Motivation, Emotion und Selbststeuerung. [Lehrbuch]*. Hogrefe.
- Kuhl, J., Helle, P. (1986). Motivational and volitional determinants of depression: The degenerated-intention hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(3), 247-251. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.95.3.247>
- Kuhl, J., Henseler, W. (2003). Entwicklungsorientiertes Scanning (EOS). W: Erpenbeck, J., Rosenstiel L., Grote, S., Sauter W. (Red.), *Handbuch Kompetenzmessung. Erkennen, verstehen und bewerten von Kompetenzen in der betrieblichen, pädagogischen und psychologischen Praxis* (s. 428-453). Schäffer-Poeschel.
- Kuhl, J., Quirin, M., Koole, S. L. (2015). Being someone: The integrated self as a neuropsychological system. *Social and Personality Psychology Compass*, 9(3), 115-132. <https://doi.org/10.1111/spc3.12162>
- Liesenfeld, K. (2018). The supportive role of fathers for childrens' development of the authentic self: A view through the PSI lens. W: N. Baumann, M. Kazén, M. Quirin, S. L. Koole (Red.), *Why people do the things they do: Building on Julius Kuhl's contributions to the psychology of motivation and volition* (s. 375-392). Hogrefe.
- Marszał-Wiśniewska, M. (1992a). Szkolny system kar i nagród a kontrola wolicjonalna u młodzieży. *Psychologia Wychowawcza*, 4, 238-249.
- Marszał-Wiśniewska, M. (1992b). Temperamentalne i wolicjonalne uwarunkowania sposobu przetwarzania informacji. *Studia Psychologiczne*, 30, 131-139.
- Marszał-Wiśniewska, M. (2001). Wychowawcze uwarunkowania orientacji na stan: Jak można nie wykształcić silnej woli. *Przegląd Psychologiczny*, 44(4), 479-494.
- Munn, N. L. (1946). *Psychology*. Houghton Mifflin Company.
- Palfai, T. P., McNally, A. M., Roy, M. (2002). Volition and alcohol-risk reduction: The role of action orientation in the reduction of alcohol-related harm among college student drinkers. *Addictive Behaviors*, 27(2), 309-317. [https://doi.org/10.1016/s0306-4603\(01\)00186-1](https://doi.org/10.1016/s0306-4603(01)00186-1)
- Quirin, M., Kuhl, J. (2018). The Self-Access Form. *Journal of Individual Differences*, 39(1), 1-17. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000244>
- Quirin, M., Kuhl, J. (2022). The concert of personality: Explaining personality functioning and coherence by personality systems interactions. *European Journal of Personality*, 36(3), 274-292. <https://doi.org/10.1177/08902070221078478>
- Rochat, P. (2003). Five levels of self-awareness as they unfold early in life. *Consciousness and Cognition*, 12(4), 717-731. [https://doi.org/10.1016/s1053-8100\(03\)00081-3](https://doi.org/10.1016/s1053-8100(03)00081-3)
- Szuman, S. (1955). *Rola działania w rozwoju umysłowym małego dziecka*. Zakład Narodowy imienia Ossolińskich – Wydawnictwo Polskiej Akademii Nauk.
- Szuman, S. (1965). *O uwadze: Mobilizowanie i podtrzymywanie uwagi dowolnej uczniów na lekcjach*. Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych.
- Szuman, S. (1985). *Dzieła wybrane, t. 1: Studia nad rozwojem psychicznym dziecka*, wybór i opracowanie M. Przetacznikowa, G. Makiełło-Jarża. Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Szuman, S. (1995). *Natura osobowość i charakter człowieka*. Wydawnictwo WAM, Księży Jezuici.
- Szuman, S. (2014). *Osobowość i charakter*. Polska Akademia Umiejętności.
- Witwicki, W. (1904). *Analiza psychologiczna objawów woli*. Nakł. Towarzystwa dla Popierania Nauki Polskiej.
- Wojdyło, K., Baumann, N., Fischbach, L., Engeser, S. (2014). Live to work or love to work: Work craving and work engagement. *PloS One*, 9(10), e106379. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0106379>