

STRATEGIE RADZENIA SOBIE ZE WSTYDEM W KONTEKŚCIE TEORII PRZYWIĄZANIA SPOŁECZNEGO

Karolina Martyna, akuneczka@o2.pl
Uniwersytet Wrocławski
Pl. Uniwersytecki 1, 50-137 Wrocław



STRESZCZENIE

Artykuł stanowi próbę odpowiedzi na pytanie o znaczenie społecznego przywiązania dla funkcjonowania mechanizmów regulacji emocji wstydu oraz poczucia winy u młodych dorosłych. W badaniach uzyskano rozbieżności w zakresie regulacji emocjonalnej dla kobiet i mężczyzn o podobnych wynikach na wymiarach przywiązania. W przypadku mężczyzn zaobserwowano ujemną korelację unikania i poczucia winy oraz dodatnią korelację lęku przywiązaniowego i eksternalizacji winy. U kobiet zanotowano dodatni związek unikania ze wstydem oraz dodatni związek lęku przywiązaniowego ze wstydem i poczuciem winy.

Słowa kluczowe: teoria przywiązania, emocje samoświadomościowe, wstyd, poczucie winy, eksternalizacja winy, płéć

Strategies for coping with shame in the context of attachment theory

ABSTRACT

The article is an attempt to answer the question about the meaning that social attachment has on the functioning of shame regulation mechanisms and the feeling of guilt within the young adults. In research there were considerable discrepancies in the range of emotional regulations between men and women who achieved the same results on the basis of their level of attachment. There was a negative correlation between avoidance and the feeling of guilt, along with a positive correlation between the fear of attachment and the externalization of shame among the male group. Whereas, among the females, both of the mentioned correlations were positive.

Key words: attachment theory, self-conscious emotions, shame, guilt, externalization of guilt, gender

WSTĘP

Teoria przywiązania, łącząca w sobie elementy psychologii oraz etologii, do niedawna znajdowała zastosowanie wyłącznie w odniesieniu do wyjaśniania wczesnodziecięcych relacji dziecka z opiekunem. Współcześnie obszar jej zastosowań rozszerzył się na późniejsze etapy rozwoju, obejmując swym zasięgiem nie tylko relacje na gruncie dziecko-rodzic, ale przede wszystkim funkcjonowanie człowieka w bliskich związkach. Praktyczne implikacje teorii przywiązania dotyczą przede wszystkim: rozumienia elementów rozwoju społecznego, zachowań interpersonalnych, funkcjonowania w związkach, regulacji psychospołecznej czy zaburzeń klinicznych¹.

Na gruncie dotychczasowych badań powstało kilka prac poruszających problematykę emocji samoświadomościowych – wstydu i poczucia winy – niemniej w kontekście teorii przywiązania społecznego, jest to obszar stosunkowo słabo zbadany. O potencjalnych związkach pomiędzy jakością przywiązania a wstydem i poczuciem winy mogą świadczyć co najmniej dwie kwestie. Po pierwsze, moment socjalizacji wstydu, jak i również początki rozwoju moralnego następują niedługo po ustaleniu się wzorca przywiązania do wczesnodziecięcego opiekuna, czyli pomiędzy 12 a 18 miesiącem życia. Po drugie, jakość wczesnodziecięcego przywiązania do opiekuna oraz procesy związane z socjalizacją wstydu mają wspólną genezę – zależą od przejawianych przez rodzica kompetencji opiekuńczych, w szczególności od stopnia wrażliwości macierzyńskiej². Między innymi z tych powodów znajduje uzasadnienie badanie związków pomiędzy przywiązaniem a emocjami samoświadomościowymi.

¹ W. S. Rholes, J. A. Simpson, *Attachment Theory: Basic Concepts and Contemporary Questions*, [w:] W. S. Rholes, J. A. Simpson (red.), *Adult Attachment*, New York 2004, s. 3.

² Zob. T. Czub, *Gotowość do reagowania wstydem: przyczynek od koncepcji intrapsychnicznych mechanizmów autodestruktywności*, „Forum Oświatowe” 2003, nr 2, s. 93

Dzięki oparciu na idei wewnętrznych modeli operacyjnych, zakładających względną stabilność wzorców przywiązania w toku rozwoju człowieka, staje się możliwe prowadzenie badań nad praktycznymi implikacjami teorii przywiązania w dorosłym życiu. W części teoretycznej artykułu zostaną przedstawione podstawowe założenia teorii przywiązania oraz typologia wybranych emocji samoświadomościowych. Druga część pracy zawiera badania własne oraz próbę interpretacji wyników.

STABILNOŚĆ WZORCÓW PRZYWIĄZANIA W CIĄGU ŻYCIA

Kwestia stabilności wzorców przywiązania na przestrzeni życia jednostki wciąż pozostaje sprawą dyskusyjną i stanowi przedmiot wielu badań³. Zdaniem Johna Bowlby'ego stopień stabilności wzorca przywiązania jest w znacznej mierze uwarunkowany stopniem stabilności środowiska życia⁴. Autor teorii przywiązania społecznego założył istnienie wewnętrznej organizacji przywiązania, warunkującej stabilność wzorca, na którym opiera się relacja dziecko-opiekun. Zakłada się, iż rozwinięty w pierwszych miesiącach i latach schemat zachowań (związanych z przywiązaniem) jest własnością osoby w ciągu całego jej życia, od dzieciństwa aż do wieku dojrzałego. Schemat ten zawiera się w tzw. wewnętrznych modelach operacyjnych (WMO). „Są to dynamiczne reprezentacje, w których dziecko przechowuje i przetwarza informacje, dotyczące siebie i opiekuna⁵. Stanowią one umysłowe, kognitywno-afektywne reprezentacje, dotyczące *self* i figury przywiązania oraz relacji między nimi”⁶. WMO odpowiadają za organizację przywiązania. Jednostka aktywnie wykorzystuje je podczas oceny sytuacji, planowania zachowania oraz przewidywania jego skutków⁷. Ich działanie jest w znacznej mierze automatyczne i nieregulowane w świadomości.

„Funkcją wewnętrznych modeli operacyjnych jest ukierunkowywanie percepcji, oceny doświadczeń i napływających bodźców, generowanie oczekiwań, budowanie planów działania oraz monitorowanie własnego zachowania jednostki. Wskazuje się, że WMO mają, w głównej mierze, wpływ na sposób interpretacji i oczekiwanie co do zachowań figury przywiązania i innych ludzi, wybór określonego zachowania względem nich oraz jego ocenę. (...) Jednocześnie podkreśla się, że modele te oddziałują również na styl reaktywności emocjonalnej czy regulacji afektu”⁸. Ponadto WMO, poprzez dostarczanie reguł dostępu do informacji związanych z *self*, wraz z figurą przywiązania i relacjami między nimi, leżą u podstaw organizacji procesów poznawczych, takich jak: uwaga, pamięć, mowa i myślenie. Przypuszcza się, że wewnętrzne modele operacyjne, jako że odnoszą się do kwestii związanych z poczuciem bezpieczeństwa w relacji z opiekunem, spełniają tym samym funkcję budowania zdolności adaptacyjnych⁹.

Wewnętrzne modele operacyjne tworzą się w okresie wczesnego dzieciństwa, pozostając względnie stabilne przez resztę życia. Mogą one ulegać modyfikacjom na skutek nabywania przez jednostkę nowych doświadczeń lub silnych przeżyć. WMO mają jednak tendencję do utrzymywania się w swoim pierwotnym kształcie, stając się reprezentacjami siebie i otaczającego świata, tym samym determinują zachowania człowieka w toku dalszego rozwoju¹⁰.

PRZYWIĄZANIE W DOROSŁOŚCI – PODEJŚCIE DYMENSYJNALNE

Zaproponowane w literaturze przedmiotu dymensjonalne modele przywiązania w dorosłości eksponują ewaluatywne charakterystyki wewnętrznych modeli operacyjnych. Kim Bartholomew i Leonard Horowitz w oparciu o zawartość treściową wewnętrznych modeli operacyjnych, zaproponowali opisanie stylów przywiązania za pomocą dwóch dymensji: obrazu *self* oraz obrazu innych na wymiarach: pozytywny *vs.* negatywny. Zdaniem twórców koncepcji, negatywny obraz własnej osoby prowadzi do zależności od innych, natomiast negatywny obraz innych osób wiąże się z tendencją do unikania kontaktu z nimi¹¹. Skrzyżowanie dwóch dymensji, opisanych na osi zależności od innych oraz unikania bliskości, pozwala na wyodrębnienie czterech prototypów stylów przywiązania: bezpiecznego, zaabsorbowanego, dystansującego i lękowego.

Styl bezpieczny (ang. *secure*) określony jest przez wysokie poczucie własnej wartości i przekonanie o responsywności i akceptującym stosunku innych ludzi. Osoba przywiązana do partnera w sposób bezpieczny ma poczucie, iż zasługuje na

3 Zob. R. H. Fraley, C. C. Brumbaugh, *A Dynamical Systems Approach to Conceptualizing and Studying Stability and Change in Attachment Security*, [w:] W. S. Rholes, J. A. Simpson (red.), *Adult Attachment*, New York 2004, s. 87.

4 Tamże, s. 91.

5 D. Senator, *Teoria więzi Johna Bowlby'ego*, [w:] B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie*, Warszawa 2010, s. 22.

6 M. Stawicka, *Autodestruktywność dziecięca w świetle teorii przywiązania*, Poznań, 2008, s. 103.

7 Tamże.

8 Tamże, s. 106.

9 Tamże.

10 D. Senator, dz. cyt., s. 22.

11 Z. Łoś, *Rozwój psychiczny człowieka w ciągu całego życia*, Wrocław 2010, s. 288.

miłość i wsparcie, jednocześnie oczekując, że inni ludzie są ogólnie akceptujący, godni zaufania i dostępni¹². W przypadku stylu zaabsorbowanego (ang. *preoccupied*) wskazuje się na niskie poczucie własnej wartości, przy jednoczesnym pozytywnym postrzeganiu innych ludzi. Osoby z tym wzorcem, poprzez nieustanne poszukiwanie akceptacji i miłości, próbują wpłynąć na poziom poczucia własnej wartości¹³. Styl dystansujący (ang. *dismissing*) definiowany jest poprzez wysokie poczucie własnej wartości i negatywne oczekiwania wobec responsywności i akceptacji, płynących od innych. Osoby z tym wzorcem są nieufne wobec ludzi, toteż chronią się przed rozczarowaniem, utrzymują dystans emocjonalny¹⁴. Styl lękowy (ang. *fearful*), określane również jako styl bojaźliwy, dotyczy sytuacji, w której niskie poczucie własnej wartości współwystępuje z oczekiwaniem odrzucającego nastawienia ze strony innych. Jednostki z tym wzorcem wycofują się z bliskich relacji, chronią się przed odrzuceniem i zranieniem¹⁵.

Trzy pierwsze wzorce są analogiczne do klasycznych wzorców wczesnodziecięcego przywiązania wyróżnionych przez Mary Ainsworth¹⁶, jednakże w przypadku wzorca lękowego nie ma zgody odnośnie jego pochodzenia. Zdaniem K. Bartholomew i L. Horowitz wzorzec lękowy jest najprawdopodobniej kontynuacją wzorca zdeorganizowanego z uwagi na wysoki wskaźnik komponentu lękowego oraz unikania¹⁷. Z drugiej strony Marinus van Ijzendoorn oraz Karlen Lyons-Ruth i Carlson Jacobvitz są zdania, iż kontynuacją wzorca zdeorganizowanego jest wzorzec przywiązania „nierozwiązany”, który nie jest równoznaczny z opisanym powyżej wzorcem lękowym¹⁸.

Z tego względu bezpiecznym rozwiązaniem jest opisywanie przywiązania wyłącznie za pomocą dwóch jego wymiarów: lęku przywiązaniowego i unikania, mając na względzie jakościowe przełożenie wyników na poszczególne wzorce. Dymensja lęku przywiązaniowego „odnosi się do monitorowania zdarzeń pod kątem celów systemu przywiązania, takich jak fizyczna lub psychologiczna bliskość, dostępność i wrażliwość obiektu przywiązania”¹⁹. W przypadku zaistnienia rozbieżności pomiędzy celami a zachowaniem obiektu, podmiot odczuwa niepokój, stając się wrażliwym na sygnały opuszczenia i odrzucenia. Drugim, niezależnym wymiarem jest unikanie, które odnosi się do zachowań podmiotu w sytuacji wykrycia zachowań figury przywiązania, które są sprzeczne z celami systemu przywiązania, czyli wiąże się z selekcją strategii zachowania. Jednostka może wówczas dążyć do kontaktu z obiektem przywiązania lub go unikać. Uruchomienie poszczególnych wymiarów „nie jest zależne od rzeczywistej percepcji zagrożenia czy przeżywania lęku. Związane z komponentami strategii mogą działać wyprzedzająco, by minimalizować prawdopodobieństwo zagrażających wydarzeń”²⁰.

WSTYD I POCZUCIE WINY

Wstyd, poczucie winy oraz inne emocje samoświadomościowe (tj. pycha, duma, zażenowanie itp.), w odróżnieniu od emocji pierwotnych (tj. radość, smutek, wstęś itp.), pojawiają się w rozwoju człowieka stosunkowo późno i wymagają określonych zdolności poznawczych. Zdaniem wielu autorów przejawy wstydu po raz pierwszy obserwuje się pomiędzy 12 a 18 miesiącem życia²¹. Jest to okres, w którym dziecko zyskuje coraz większą autonomię, co jest naturalną konsekwencją rozwoju zdolności lokomocji.

Wstyd oraz poczucie winy pełnią funkcje ewaluacyjne, ponieważ powstają w wyniku porównań lub wewnętrznej oceny własnego zachowania w odniesieniu do norm, zasad lub celów, które jednostka uważa za istotne. Wspomniane normy, zasady i cele, poprzez ocenę własnego zachowania na ich gruncie, stanowią postawę dla budowania samooceny.

W myśl założeń modelu poznawczo-atrybucyjnego, wstyd stanowi wynik niepowodzenia w stosunku do norm, zasad lub celów i powstaje w rezultacie dokonywania całościowej negatywnej oceny Ja²². Wstyd nie powstaje jako konsekwencja samej sytuacji, lecz w wyniku jej interpretacji dokonanej przez działającą jednostkę. Na tym poziomie nie występuje rozróżnienie pomiędzy podmiotem a przedmiotem wstydu. Podczas przeżywania wstydu uwaga podmiotu skierowana jest

12 Tamże, s. 289.

13 Tamże.

14 Tamże.

15 Tamże.

16 Zob. J. Bowlby, *Przywiązanie*, Warszawa 2007.

17 Zob. Z. Łoś, dz. cyt., s. 290.

18 Tamże, s. 289.

19 Tamże, s. 294.

20 Tamże, s. 295.

21 Zob. T. Czub, *Gotowość do reagowania wstydem: przyczynek od koncepcji intrapsychnicznych mechanizmów autodestrukcyjności*, „Forum Oświatowe” 2003, nr 2, s. 93.

22 M. Lewis, *Emocje samoświadomościowe: zażenowanie, duma, wstyd, poczucie winy*, [w:] M. Lewis, J. Haviland-Jones (red.), *Psychologia emocji*, Gdańsk 2005, s. 787.

do wewnątrz, powodując stan mentalnego cierpienia. Zewnętrznym przejawem takiego stanu jest bierność, wynikająca z poczucia bezradności lub przeświadczenia o własnej beznadziejności. Zachowanie osoby przeżywającej wstyd charakteryzuje się wycofaniem z relacji społecznych, zahamowaniem reaktywności oraz ekspresji emocji i eksploracji²³.

Emocją samoświadomościową zbliżoną do wstydu jest poczucie winy. „Poczucie winy lub żalu jest stanem emocjonalnym powstającym wtedy, kiedy ludzie oceniają swoje zachowanie jako porażkę, ale koncentrują się na określonych cechach i działaniach, które doprowadziły do tego niepowodzenia”²⁴. Jednostka doznająca poczucia winy, podobnie jak w przypadku wstydu, przeżywa ból psychiczny, jednak skierowany jest on na przyczynę wywołującą niepowodzenie lub przedmiot szkody²⁵.

Podstawowa różnica pomiędzy opisywanymi emocjami polega na interpretacji roli, jaką odgrywa w nich „wymiar Ja w porównaniu z wymiarem zachowania”²⁶. Najprościej mówiąc, poczucie wstydu odnosi się przede wszystkim do oceny własnej osoby w kontekście zaistniałych okoliczności, natomiast poczucie winy dotyczy konkretnych zachowań jednostki względem sytuacji. Zdaniem June Tangney²⁷, przeżywanie poczucia winy jest z reguły doświadczeniem mniej bolesnym i przynoszącym mniej negatywnych skutków dla jednostki, niż w przypadku poczucia wstydu. Dzieje się tak, ponieważ poczucie winy dotyczy jedynie konkretnego zachowania, nie uderza więc w strukturę Ja z taką siłą, jak ma to miejsce w sytuacji przeżywania wstydu.

W zależności od rodzaju emocji samoświadomościowych towarzyszących sytuacji, tworzą się odmienne reakcje emocjonalne, układy motywacji i schematy późniejszych zachowań²⁸. Reagowanie wstydem często ma związek z poczuciem własnej bezsilności i bezwartościowości i prowadzi do postawy obronnej i unikania. Przeżywanie poczucia winy rodzi z kolei uczucie żalu za popełnione błędy i chęć ich naprawy poprzez przyznanie się, przeproszenie i próbę zadośćuczynienia. Poczucie winy jest łatwiejsze do zniwelowania i odbywa się poprzez działania naprawcze, które mogą być skierowane zarówno na własną osobę, jak i na innych.

PRZYWIĄZANIE A SOCJALIZACJA WSTYDU

Aby zrozumieć ideę wzajemnych powiązań społecznego przywiązania oraz problemu socjalizacji wstydu należy przyjrzeć się bliżej wymiarom kompetencji opiekuńczych, które nie tylko w znacznym stopniu determinują jakość przywiązania, ale stanowią bazę dla socjalizacji, wdrażanej poprzez mechanizm regulacji stanów afektywnych dziecka.

Zgodnie z założeniami teorii przywiązania, w pierwszym roku życia dziecko powinno uformować specyficzny związek z podstawowym opiekunem (najczęściej z matką), w obrębie którego będzie mogło doświadczać poczucia bezpieczeństwa²⁹. W chwili narodzin niemowlę nie jest przywiązane do żadnego z rodziców, jednakże już w pierwszych miesiącach życia można u niego zaobserwować specyficzne dążenia do kontaktu z opiekunem i chęć podtrzymywania tego kontaktu. Chociaż dziecko przed ukończeniem szóstego miesiąca życia jest już zdolne do odróżniania osób „znanych” od „obcych”, właściwa faza dla kształtowania się społecznego przywiązania ma swój początek między szóstym a dziewiątym miesiącem po urodzeniu i przypada na trzy pierwsze lata życia.

Rola matki polega przede wszystkim na zapewnieniu niesamodzielnemu niemowlęciu warunków niezbędnych do przeżycia oraz na budowaniu poczucia bezpieczeństwa. Zdaniem twórców teorii: J. Bowlby’ego i M. Ainsworth „kluczowym czynnikiem warunkującym kształtowanie się poczucia bezpieczeństwa w niemowlęctwie jest jakość doświadczanej przez dziecko opieki”³⁰. Za wymiary kompetencji opiekuńczych w pierwszym roku życia dziecka uważa się: wrażliwość macierzyńską, dostępność emocjonalną oraz specyficzną rolę opiekuna w regulowaniu napięcia i emocji dziecka³¹.

Z perspektywy komponentu afektywnego, w relacji pomiędzy matką a dzieckiem, kluczowe znaczenie mają dwa ostatnie wymiary. Wprowadzony przez Zeynep Biringen termin emocjonalnej dostępności odnosi się do stopnia, w ja-

23 T. Czub, dz. cyt., s. 94.

24 M. Lewis, dz. cyt., s. 787.

25 Tamże.

26 J. Tangney, J. Stuewig, *Żli ludzie i złe czyny z perspektywy emocji moralnych*, [w:] A. Miller (red.), *Dobro i zło z perspektywy społecznej*, Kraków 2008, s. 410.

27 Tamże.

28 Tamże.

29 M. Sławińska, T. Czub, *Wymiary kompetencji opiekuńczych w pierwszym roku życia dziecka*, „Forum Oświatowe” 2005, nr 1, s. 96.

30 Tamże, s. 97.

31 Tamże.

kim matka i dziecko wyrażają swoje emocje i dostosowują się do stanów emocjonalnych partnera interakcji³². Szczególne znaczenie przypisuje się tutaj reakcji dostrojenia, czyli wzajemnego dopasowania emocji matki i dziecka. Za podstawowy wymiar dostępności emocjonalnej uważa się wrażliwość opiekuna, która przejawia się poprzez pozytywne nastawienie emocjonalne wobec dziecka oraz spontaniczną werbalną i niewerbalną ekspresję tegoż nastawienia³³. Niemniej ważnym wymiarem emocjonalnej dostępności jest też zdolność opiekuna do właściwej regulacji konfliktów i sytuacji niedopasowania stanów afektywnych w diadzie³⁴. Desynchronia o charakterze afektywnym zdarza się w każdej diadzie dziecko-opiekun i pełni funkcję adaptacyjną, pod warunkiem, iż zostanie właściwie rozwiązana³⁵. Skuteczne rozwiązanie desynchronii prowadzi do regulacji poziomu afektów po obu stronach i ponownego dostrojenia emocjonalnego.

Badania Rossa Vasty i współpracowników³⁶ nad zjawiskiem odnoszenia społecznego dostarczają dowodów, iż małe dzieci kierują się w swoim postępowaniu wskazówkami pochodzącymi z odczytywania ekspresji emocjonalnej swoich opiekunów. W oparciu o sygnały afektywne pochodzące od opiekuna, dziecko rozwiązuje niepewność co do swojej oceny otoczenia oraz reguluje własny stan emocjonalny i zachowanie³⁷. W pierwszym roku życia zdecydowana większość interakcji dziecko-opiekun opiera się na pozytywnych stanach afektywnych i relacjach wzajemnego dostrojenia³⁸. W drugim roku życia, kiedy dziecko nabywa zdolności samodzielnego poruszania się, sytuacja ulega diametralnej zmianie. „Jak odnotowują Thomas Power i Lynn Chapieski, już w okresie pomiędzy 11 a 17 miesiącem życia dziecko odbiera zakaz ze strony matki średnio raz na dziewięć minut. W tym czasie matki zaczynają wprowadzać procedury socjalizacyjne w stosunku do swoich dzieci”³⁹.

Socjalizacja wstydu stanowi jeden z możliwych skutków wystąpienia w diadzie stanu afektywnego niedopasowania. Dochodzi do niego najczęściej wówczas, gdy dziecko wskutek podejmowanej aktywności dopuszcza się złamania normy, na co opiekun odpowiada negatywnym stanem afektywnym (np. emocją złości). Oczekiwania dziecka odnośnie podzielenia przez matkę jego pozytywnego stanu afektywnego niespodziewanie ulegają frustracji. Pozytywne emocje dziecka ustępują wówczas miejsca nieprzyjemnej emocji wstydu, która hamuje u malucha rozwój stanu podwyższonego pobudzenia oraz prowadzi do zaprzestania dotychczasowej aktywności.

W omawianym kontekście wstyd traktuje się jako reakcję dziecka na zakłócenia w relacji dostrojenia emocjonalnego z osobą znaczącą. Z drugiej strony emocja wstydu stanowi jedno ze świadomie wykorzystywanych narzędzi socjalizacji. W wyniku powtarzalności doświadczeń niedostrojenia emocjonalnego z opiekunem, w umyśle dziecka tworzą się wzorce interakcji, odpowiedzialne za uruchomienie afektu wstydu⁴⁰. Wzrokowo-afektywne obrazy niedostrojonej emocjonalnie twarzy matki z czasem zostają zinternalizowane i przestają być dziecku niezbędne do zainicjowania emocji wstydu⁴¹. Ma to kluczowe znaczenie z punktu widzenia kontroli impulsów oraz organizacji i autokorekty zachowania.

PRZYWIĄZANIE I WSTYD NA GRUNCIE DOTYCHCZASOWYCH BADAŃ

Z punktu widzenia teorii przywiązania nasuwa się pytanie o to w jaki sposób jakość relacji przywiązania z opiekunem wpływa na proces socjalizacji wstydu? O ile bezpośredni związek jakości przywiązania we wczesnym dzieciństwie z wczesnodziecięcym doświadczaniem wstydu jest trudny, o tyle nie niemożliwy do zbadania za pomocą obiektywnych narzędzi, o tyle jest możliwe uchwycenie dalekosiężnych skutków, jakie niesie za sobą proces socjalizacji wstydu.

Dotychczasowe analizy empiryczne pokazują, że istnieją powiązania pomiędzy wyżej wymienionymi wymiarami. Przykład stanowią badania Meifen Wei, Philippa Schaffera, Shannon Young i Robyn Zakalik⁴² nad zależnościami pomiędzy wymiarami przywiązania a podstawową psychologiczną satysfakcją potrzeb, a poczuciem wstydu, poziomem depresji i poczuciem samotności. W omawianym badaniu uzyskano korelację pomiędzy poziomem lęku przywiązaniowego

32 Tamże, s. 102.

33 Tamże, s. 103.

34 Tamże.

35 Tamże.

36 Zob. R. Vasta, M. M. Haith, S. A. Miller, *Psychologia dziecka*, Warszawa 1999, s. 458.

37 M. Stawicka, T. Czub, dz. cyt., s. 105.

38 Sytuacja dotyczy przede wszystkim relacji w przypadku przywiązania bezpiecznego. W przypadku wzorca przywiązania lękowo-ambiwalentnego oraz unikającego, do reakcji niedostosowania afektu może dochodzić znacznie częściej.

39 T. Czub, dz. cyt., s. 91.

40 Tamże, s. 92.

41 Tamże.

42 M. Wei, P. A. Schaffer, S. K. Young, R. A. Zakalik, *Adult Attachment, Shame, Depression, and Loneliness: The Mediation Role of Basic Psychological Needs Satisfaction*, „Journal of Counseling Psychology” 2005, nr 4, s.591-601.

a poziomem wstydu ($r=0.37$, $p<0.001$). Ponadto wykazano, iż pomiędzy wymiarami lęku przywiązaniowego i wstydu pośredniczy zmienna określająca podstawową psychologiczną satysfakcję potrzeb ($\beta=0.2$). W przypadku badania związków pomiędzy wymiarem unikania a wstydem nie uzyskano istotnego statystycznie wyniku.

W badaniach Muge'a Akbag i Sevala Imamoglu⁴³ nad rolą płci oraz stylów przywiązania w badaniu poziomu poczucia winy, poczucia wstydu oraz poczucia samotności, również uzyskano kilka istotnych powiązań. Wyniki analizy regresji hierarchicznej wskazały na płęć jako istotny predyktor dla poziomu wstydu. Ponadto wykazano, iż style: bezpieczny ($t=-2.08$, $p<0.05$) oraz unikający ($t=-2.45$, $p<0.05$) pozwalają na przewidywanie poziomu poczucia wstydu, natomiast styl dystansujący okazał się predyktorem dla poczucia winy ($t=-2.94$, $p<0.01$). Istotnymi predyktorami poczucia samotności okazały się wszystkie cztery style przywiązania.

MATERIAŁ I METODA

Problem badawczy, zmienne i hipotezy

Postawiono pytanie badawcze o charakter związku pomiędzy wymiarami przywiązania a tendencją do reagowania określonym rodzajem emocji samoświadomościowych. Za zmienne wyjaśniające przyjęto wymiary przywiązania: lęk przywiązaniowy i unikanie. Za zmienne wyjaśniane przyjęto emocje samoświadomościowe: wstyd, poczucie winy i eksternalizację winy. Zgodnie z pytaniem badawczym, sformułowano hipotezę o związku pomiędzy wymiarami przywiązania a tendencją do reagowania określonym typem emocji samoświadomościowej. Hipotezy mają postać hipotez dwukierunkowych i brzmią następująco:

H₁: Osoby o różnym nasileniu lęku przywiązaniowego różnią się poziomem tendencji do reagowania wstydem.

H₂: Osoby o różnym nasileniu unikania różnią się poziomem tendencji do reagowania wstydem.

H₃: Osoby o różnym nasileniu lęku przywiązaniowego różnią się poziomem tendencji do reagowania poczuciem winy.

H₄: Osoby o różnym nasileniu unikania różnią się poziomem tendencji do reagowania poczuciem winy.

H₅: Osoby o różnym nasileniu lęku przywiązaniowego różnią się poziomem tendencji do eksternalizowania winy.

H₆: Osoby o różnym nasileniu unikania różnią się poziomem tendencji do eksternalizowania winy.

Uczestnicy

W badaniu wzięło udział 113 osób, w tym 73 kobiety i 40 mężczyzn. Badani byli w wieku 19-35 lat, średnia wieku w całej próbie wyniosła 22,5. Wszyscy badani to osoby związane ze środowiskiem akademickim, studenci oraz absolwenci kierunków: pedagogika, matematyka oraz fizjoterapia (87 osób z wykształceniem średnim, 26 z wyższym).

Narzędzia

Kwestionariusz ECR (*Experiences in Close Relationship*)

Kwestionariusz ECR autorstwa Kelly Brennan, Catherine Clark i Philippa Shavera⁴⁴ jest narzędziem przeznaczonym do pomiaru indywidualnych różnic w przywiązaniu do partnera w romantycznym związku. Kwestionariusz ECR ma swoje teoretyczne podstawy w modelu opracowanym przez K. Bartholomew i L. Horwita⁴⁵, zakłada istnienie dwóch wymiarów i czterech prototypów przywiązania. Wynik osoby badanej zostaje przyporządkowany (na podstawie analizy skupień lub analizy dyskryminacyjnej) do jednej z czterech kategorii przywiązania: *secure* (bezpieczny), *dismissing-avoidant* (wycofany-unikowy), *preoccupied* (zaabsorbowany) lub *fearful-avoidant* (bojaźliwy-unikowy). „Na podstawie analizy korelacji skal ECR z innymi narzędziami do pomiaru konstruktywów teoretycznie pokrewnych wymiarom unikania i lęku w przywiązaniu (...) można przyjąć, że skale ECR mierzą wymiarowo unikający i lękowo-ambiwalentny styl przywiązania w romantycznym związku”⁴⁶.

Kwestionariusz można stosować zarówno do badań indywidualnych, jak i grupowych. Osoby badane zaznaczają odpowiedzi na 7-stopniowej skali. Wynik w teście jest sumą punktów uzyskanych na poszczególnych skalach, podzielony

43 M. Akbag, S. E. Imamoglu, *The Prediction of Gender and Attachment Styles on Shame, Guilt, and Loneliness*, "Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri" 2006, nr 2, 669-682.

44 K. A. Brennan, C. L. Clark, P. R. Shaver, *Self-Report Measurement of Adult Attachment. An Integrative Overview*, [w:] J.A. Simpson, W.S. Rholes (red.), *Attachment theory and close relationships*, New York 1998, s. 46-76.

45 K. Bartholomew, L. Horowitz, *Attachment styles among young adults: a test of a four-category model*, "Journal of Personality and Social Psychology" 1991, nr 2, s. 226-244.

46 P. Marchwicki, *Style przywiązania a właściwości tożsamości osobistej młodzieży*, Warszawa 2009, s. 124-125.

na liczbę pytań wchodzących w skład danej skali. Wynik zawiera się w przedziale <1;7>. Przekładu z języka angielskiego na polski dokonała Karolina Rajewska.

Kwestionariusz TOSCA-3 (*Test of Self-Conscious Affect*)

Kwestionariusz TOSCA-3 autorstwa J. Tangney i współpracowników jest narzędziem do pomiaru skłonności przeżywania poczucia winy, poczucia wstydu, dumy, pychy, eksternalizacji oraz zobojętnienia w reakcji na konkretne zachowania⁴⁷. Kwestionariusz zawiera 16 itemów. Każdy item przedstawia krótką historijkę dotyczącą negatywnych lub pozytywnych zdarzeń społecznych. Do każdej opowieści przyporządkowane są scenariusze (cztery lub pięć). Zadaniem respondenta jest ustosunkowanie się do przedstawionych scenariuszy na 5-stopniowej skali badającej nasilenie tendencji do reagowania określonym rodzajem emocji. Wersja TOSCA-3 przeznaczona jest do badania osób dorosłych bez ograniczeń wiekowych. Narzędzie stosuje się zarówno w badaniach indywidualnych, jak i grupowych. Przekładu z języka angielskiego na polski dokonał Tomasz Czub.

Procedura

Badania właściwe przeprowadzono w dniach 3-10 I 2013 r. Objęto nimi osoby wywodzące się z różnych środowisk, w różnym wieku oraz o różnym poziomie wykształcenia. Badania odbywały się za pośrednictwem Internetu. Osoby badane przed przystąpieniem do wypełniania poszczególnych kwestionariuszy i znajdującej się na końcu ankiety osobowej, zostały poproszone o przeczytanie instrukcji wypełniania testu. Po wypełnieniu kwestionariusza respondenci odesłali ją na wskazany w instrukcji adres mailowy.

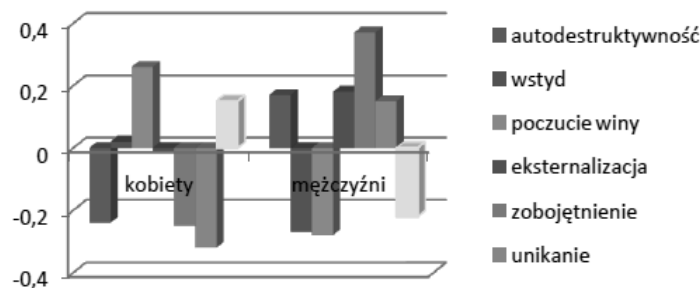
Obliczeń dokonano w pakiecie statystycznym SPSS. Wykorzystano metodę analizy korelacyjnej, czyli systematyczną obserwację dwóch zmiennych, celem oszacowania relacji pomiędzy nimi. Ponadto dokonano statystycznego opisu wszystkich zmiennych.

WYNIKI

Wykonano analizę korelacyjną celem zbadania zależności pomiędzy zmiennymi. Wstyd koreluje dodatnio ze wszystkimi zmiennymi wyjaśniającymi głównymi, również z wymiarami przywiązania (Tabela 1). Poczucie winy nie koreluje z żadnym z wymiarów przywiązania. Eksternalizacja koreluje dodatnio z lękiem przywiązaniowym, w przypadku zobojętnienia brak istotnych związków (Tabela 1).

Kolejnym krokiem było wykonanie analizy korelacyjnej z podziałem na płeć. Odnotowano wiele różnic pomiędzy kobietami i mężczyznami, w zakresie współwystępowania poszczególnych zmiennych (Tabela 2). U mężczyzn unikanie ujemnie koreluje z poczuciem winy a lęk - dodatnio z eksternalizacją. W przypadku kobiet unikanie dodatnio koreluje ze wstydem, natomiast lęk przywiązaniowy ze wstydem i poczuciem winy (Tabela 2). Ponadto w przypadku mężczyzn wstyd silnie koreluje z eksternalizacją, natomiast w przypadku kobiet z poczuciem winy, zobojętnieniem, unikaniem i lękiem przywiązaniowym (Tabela 2).

Rysunek 1. Średnie wartości (Z) dla zmiennych z podziałem na płeć



Źródło: K. Martyna, *Autodestruktywność pośrednia a przywiązanie i emocje samoświadomościowe*, niepublikowana praca magisterska, Wrocław 2013.

47 J. Tangney, R. Dearing, *Shame and Guilt*, New York 2002, s. 207.

Tabela 1. Macierz korelacji pomiędzy zmiennymi

	Korelacje				
	wstyd	poczucie winy	Eksternalizacja	zobojętnienie	unikanie
Wstyd
poczucie winy	0,29**
eksternalizacja	0,32**	-0,43**	.	.	.
zobojętnienie	-0,23*	-0,49**	0,44**	.	.
Unikanie	0,21**	-0,1	0,1	0,12	.
lęk przywiązaniowy	0,5**	0,16	0,19*	-0,05	0,19*

*Korelacja istotna na poziomie 0,05 (jednostronnie)

**Korelacja istotna na poziomie 0,01 (jednostronnie)

Źródło: Opracowanie własne na podstawie SPSS.

Tabela 2. Macierz korelacji pomiędzy zmiennymi z podziałem na płeć

		Korelacje				
		wstyd	poczucie winy	Eksternalizacja	zobojętnienie	unikanie
Mężczyźni	wstyd
	poczucie winy	-0,12
	eksternalizacja	0,56**	-0,54**	.	.	.
	zobojętnienie	0,06	-0,38*	0,47**	.	.
	unikanie	0,24	-0,35*	0,17	0,19	.
	lęk przywiązaniowy	0,29	-0,19	0,34*	0,27	0,23
Kobiety	wstyd
	poczucie winy	0,52**
	eksternalizacja	0,17	-0,28*	.	.	.
	zobojętnienie	-0,46**	-0,52**	0,35**	.	.
	unikanie	0,27*	0,19	-0,06	-0,11	.
	lęk przywiązaniowy	0,58**	0,28*	0,17	-0,19	0,26*

*Korelacja istotna na poziomie 0,05 (jednostronnie)

**Korelacja istotna na poziomie 0,01 (jednostronnie)

Źródło: Opracowanie własne na podstawie SPSS.

DYSKUSJA WYNIKÓW

Powyższe analizy sugerują, iż u kobiet i mężczyzn (o zbliżonych wynikach na wymiarach przywiązania) zostają uruchamiane odmienne typy emocji samoświadomościowych. Taki stan rzeczy świadczy o różnicach międzypłciowych w zakresie strategii zachowań radzenia sobie w sytuacji złamania norm, zasad lub celów.

W grupie kobiet związek pomiędzy wstydem a lękiem przywiązaniowym jest silny i dodatni, co świadczy o współwystępowaniu tych dwóch zmiennych na podobnym poziomie. Innymi słowy: im wyższy jest poziom lęku przywiązaniowego, tym wyższy poziom wstydu. Niniejsza zależność pokrywa się zarówno ze zdroworozsądkowym myśleniem o związkach wstydu z lękiem, jak i potwierdza wyniki uzyskane przez M. Wei i współpracowników⁴⁸.

48 W porównaniu do badań M. Wei, A. Schaffera, K. Young i R. Zakalik (2005) uzyskany przeze mnie wynik wskazuje na silniejszą korelację, jednakże jest ona istotna wyłącznie w grupie kobiet. W przypadku badania M. Wei i współpracowników wynik ($r = 0,37$; $p < 0,001$) odnosił się do całej grupy osób badanych. Należy również zwrócić uwagę na inny dobór jednego z narzędzi w obu badaniach – w przypadku badań M. Wei i współpracowników do badania poziomu wstydu posłużono się skalą *shame* narzędzia *Personal Feelings Questionnaire* (PFQ) D. Hardera i A. Zalmy (1990).

Wyjaśnień tych zależności należy poszukiwać w sposobach regulacji emocjonalnej osób o wysokim poziomie lęku przywiązaniowego. Osoby te wykazują skłonność do skupiania się na własnych negatywnych emocjach oraz posiadają obniżoną zdolność do różnicowania pomiędzy różnymi aspektami Ja. Nieumiejętność różnicowania w obrębie Ja może stanowić jedną z podstawowych przyczyn dokonywania całościowej negatywnej oceny siebie w sytuacji złamania normy. Rozpatrywanie własnej winy w odniesieniu do całości struktury Ja (np. „postąpiłem niewłaściwie, bo ogólnie jestem złym człowiekiem”) generuje intensywne przeżywanie wstydu. Ponadto wysoki wstyd może być związany z reprezentacjami zawartymi w wewnętrznych modelach operacyjnych, a ściślej z mechanizmem wyprzedzania reakcji emocjonalnej⁴⁹. Jak już wspomniano, jednostka przejawiająca wysokie nasilenie lęku przywiązaniowego, która doznała porażki w wyniku własnego działania, jest skłonna do przypisania sobie winy, jednakże nie jest to równoznaczne z chęcią jej ujawnienia i potrzebą zadośćuczynienia za wyrządzone zło. Silny lęk przed utratą aprobaty i zaufania osób znaczących może w tym przypadku działać jako inhibitor dla przeżywania poczucia winy. Co więcej, generowanie intensywnego wstydu może działać na zasadzie samokarania w sytuacji, gdy jednostka nie potrafi poradzić sobie z dysonansem pomiędzy własnym zachowaniem a zinternalizowanymi normami.

Ponadto w grupie kobiet wstyd słabo, aczkolwiek istotnie, korelował z poczuciem winy, czego nie zaobserwowano w grupie mężczyzn. Porównując średnie wartości dla wstydu i poczucia winy z podziałem na płeć (Rysunek 1) można zauważyć, że kobiety w porównaniu do mężczyzn częściej reagowały wstydem i poczuciem winy, natomiast u mężczyzn dominującymi strategiami radzenia sobie były eksternalizacja winy⁵⁰ oraz zobojętnienie⁵¹. Jednocześnie przeprowadzone badania wykazały, że w grupie mężczyzn lęk przywiązaniowy umiarkowanie dodatnio koreluje z eksternalizacją winy (Tabela 2). Ponadto u mężczyzn zauważa się silną dodatnią korelację wstydu i eksternalizacji winy oraz silną ujemną korelację poczucia winy i eksternalizacji (Tabela 2). Takie zależności mogą świadczyć o różnicach międzypłciowych w zakresie radzenia sobie ze wstydem. Silna korelacja wstydu i eksternalizacji pozwala wnioskować, że eksternalizacja pełni rolę mechanizmu obronnego, który pozwala na redukcję przykrego napięcia emocjonalnego.

W przypadku drugiego z wymiarów przywiązania, w grupie mężczyzn otrzymano umiarkowanie silną ujemną korelację unikania z poczuciem winy. Oznacza to, że im niższe unikanie, tym wyższa tendencja do przeżywania poczucia winy i na odwrót. Podobny wynik otrzymali w swoich badaniach M. Akbag i S. Imamoglu⁵². Uzyskane zależności można rozpatrywać poprzez pryzmat poczucia odpowiedzialności za postępowanie niezgodne z powszechnymi lub osobistymi normami. Mężczyźni o niskich wskaźnikach na skali unikania są bardziej skłonni do przeżywania poczucia winy i ponoszenia odpowiedzialności za postępowanie niezgodne z przyjętymi zasadami. Z drugiej strony, jednostki o wysokim poziomie unikania charakteryzują się niskim zaangażowaniem emocjonalnym, co może stanowić jeden z czynników utrudniających przeżywanie poczucia winy. Osoby takie mogą wykazywać tendencję do skupiania się na własnych potrzebach, w mniejszym stopniu biorą pod uwagę potrzeby innych oraz czują się za nich mniej odpowiedzialne.

Ponadto u kobiet wykazano istotny statystycznie słaby, dodatni związek wymiaru unikania ze wstydem. Oznacza to, że tendencja do unikania łączy się z tendencją do przeżywania wstydu. Podobnie jak w poprzednim przypadku należy odnieść się do poczucia odpowiedzialności. Należy przy tym mieć na uwadze znaczną rozbieżność pomiędzy poziomem tendencji do reagowania wstydem u mężczyzn i kobiet.

Wskazuje się, iż kluczem do zrozumienia różnic w tym zakresie jest ogólnie wyższa wrażliwość emocjonalna kobiet. Na przykład: badania Grażyny Kochanskiej i współpracowników⁵³ nad dziećmi wykazały, że dziewczęta w sytuacji złamania normy reagują bardziej emocjonalnie, niż chłopcy. Stąd też u kobiet można przewidywać ogólnie wysoką tendencję do emocjonalnego zaangażowania w sytuację, powiązanego z dokonywaniem głębszej poznawczej oceny własnych dzia-

49 Teoria przywiązania zakłada, że w przypadku dzieci przywiązanych w sposób lękowo-ambiwalentny zachowania przywiązaniowe są przejawiane z większą intensywnością, co ma związek z potrzebą posiadania przez dziecko kontroli. Dziecko przywiązane na wzór lękowo-ambiwalentny jest niepewne co do tego, czy jego rzeczywiste potrzeby zostaną zaspokojone, toteż poprzez intensywne kierowanie zachowań przywiązaniowych próbuje wpływać na zachowanie figury przywiązania i uczynić je bardziej przewidywalnymi.

50 Eksternalizacja winy polega na przypisywaniu przyczyny zaistniałej porażki czynnikom zewnętrznym, aspektem sytuacji lub innej osobie. Wskazuje się, że eksternalizacja jest jednym ze sposobów radzenia sobie ze wstydem w sytuacji, gdy jednostka nie jest w stanie przepracować tej przykrych emocji w inny sposób.

51 Zobojętnienie jest reakcją obronną, polegającą na emocjonalnym oderwaniu od sytuacji, w której doszło do złamania norm, zasad lub celów.

52 Badania przeprowadzono w Turcji metodą analizy regresji wielokrotnej. Do pomiaru przywiązania użyto kwestionariusza *The Relationships Questionnaire* (RQ) Bartholomew i Horowitz (1991), natomiast do badania wstydu i poczucia winy posłużono się narzędziem *The Shame and Guilt Scale* autorstwa Sahin i Sahin (1992).

53 G. Kochanska, J. N. Gross, M. H. Lin, K. E. Nichols, *Guilt in young children: development, determinants, and relations with a broader system of standards*, „Child Development” 2002, nr 2, s. 461-482.

łań. Różnice te mogą mieć swoje źródło w przebiegu socjalizacji wstydu u małych dziewczynek i chłopców. W kulturze zachodniej od dziewczynek wymaga się bowiem, by były grzeczne i bezproblemowe, natomiast chłopcom przyzwala się na pewien margines swobody (odnośnie przestrzegania norm). Stąd też praktyki wychowawcze oraz style wychowania mogą mieć przełożenie na późniejszy kształt funkcjonowania emocjonalnego i moralnego człowieka.

Ponadto przy interpretacji wyników należy mieć na uwadze dysproporcje w liczebności próby badawczej dla obu płci. Badania przeprowadzono na stosunkowo niewielkiej liczbie osób (N=113), z czego nieco ponad 1/3 stanowili mężczyźni. Z tego względu konieczne jest ponowne przeprowadzenie badań na bardziej licznej próbie i z zachowaniem zwiększonej kontroli warunków prowadzenia badań. Wskazane jest również przeprowadzenie analizy regresji liniowej, która jest bardziej zaawansowaną metodą statystyczną badania korelacji pomiędzy zmiennymi.

PODSUMOWANIE

Przeprowadzona analiza korelacyjna pozwoliła na zbadanie charakteru związków pomiędzy wymiarami przywiązania społecznego oraz emocjami samoświadomościowymi. Wykazano szereg różnic pomiędzy kobietami i mężczyznami w zakresie strategii radzenia sobie ze wstydem. Kobiety przeżywają wstyd i poczucie winy częściej, niż mężczyźni, którzy wykazują wzmoczoną tendencję do eksternalizacji winy. Kobiety, które są niepewne co do tego jak są postrzegane w oczach osób znaczących, przejawiają ogólną tendencję do przypisywania sobie odpowiedzialności w przypadku złamania norm. Jednocześnie wysoki lęk przed dezaprobatą ze strony otoczenia sprawia, że dominującą emocją samoświadomościową jest u nich wstyd. Mężczyźni o wysokich wskaźnikach lęku przywiązaniowego radzą sobie ze wstydem poprzez przeniesienie odpowiedzialności za wyrządzone zło na czynniki zewnętrzne. Ponadto unikanie bliskich relacji z ludźmi wiąże się u mężczyzn z obniżoną zdolnością do przeżywania poczucia winy, a u kobiet z większym wstydem. Rozbieżności w zakresie strategii radzenia sobie ze wstydem można tłumaczyć poprzez różne wzorce socjalizacji wstydu u chłopców i dziewczynek oraz generowane przez rodziców postawy względem ról płciowych.

BIBLIOGRAFIA

- [1] Akbag M., Imamoglu S. E., *The Prediction of Gender and Attachment Styles on Shame, Guilt, and Loneliness*, "Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri" 2006, nr 2.
- [2] Bartholomew K., Horowitz L., *Attachment styles among young adults: a test of a four-category model*, "Journal of Personality and Social Psychology" 1991, nr 2.
- [3] Bowlby J., *Przywiązanie*, Warszawa 2007.
- [4] Brennan K. A., Clark C. L., Shaver P. R., *Self-Report Measurement of Adult Attachment. An Integrative Overview*, [w:] J.A. Simpson, W.S. Rholes (red.), *Attachment theory and close relationships*, New York 1998.
- [5] Czub T., *Gotowość do reagowania wstydem: przyczynek od koncepcji intrapsychoicznych mechanizmów autodestruktywności*, „Forum Oświatowe” 2003, nr 2.
- [6] Fraley R. H., Brumbaugh C. C., *A Dynamical Systems Approach to Conceptualizing and Studying Stability and Change in Attachment Security*, [w:] W.S. Rholes, J.A. Simpson (red.), *Adult Attachment*, New York 2004.
- [7] Kochanska G., Gross J. N., Lin M. H., Nichols K. E., *Guilt in young children: development, determinants, and relations with a broader system of standards*, "Child Development" 2002, nr 2.
- [8] Lewis M., *Emocje samoświadomościowe: zażenowanie, duma, wstyd, poczucie winy*, [w:] M. Lewis, J. Haviland-Jones (red.), *Psychologia emocji*, Gdańsk 2005.
- [9] Łoś Z., *Rozwój psychiczny człowieka w ciągu całego życia*, Wrocław 2010.
- [10] Marchwicki P., *Style przywiązania a właściwości tożsamości osobistej młodzieży*, Warszawa 2009.
- [11] Martyna K., *Autodestruktywność pośrednia a przywiązanie i emocje samoświadomościowe*, nieopublikowana praca magisterska, Wrocław 2013.
- [12] Rholes, W. S., Simpson J. A., *Attachment Theory. Basic Concepts and Contemporary Questions*, [w:] W.S. Rholes, J.A. Simpson (red.), *Adult Attachment*, New York 2004.
- [13] Senator D., *Teoria więzi Johna Bowlby'ego*, [w:] B. Tryjarska (red.), *Bliskość w rodzinie*, Warszawa 2010.
- [14] Stawicka M., *Autodestruktywność dziecięca w świetle teorii przywiązania*, Poznań 2008.
- [15] Stawicka M., Czub T., *Wymiary kompetencji opiekuńczych w pierwszym roku życia dziecka*, „Forum Oświatowe” 2005, nr 1.
- [16] Tangney J., Dearing R., *Shame and Guilt*, New York 2002.
- [17] Tangney J., Stuewig J., *Zli ludzie i złe czyny z perspektywy emocji moralnych*, [w:] A. Miller (red.), *Dobro i zło z perspektywy społecznej*, Kraków 2008.
- [18] Vasta R., Haith M.M., Miller S.A., *Psychologia dziecka*, Warszawa 1999.
- [19] Wei M., Schaffer P. A., Young S. K., Zakalik R. A., *Adult Attachment, Shame, Depression, and Loneliness: The Mediation Role of Basic Psychological Needs Satisfaction*, "Journal of Counseling Psychology" 2005.