

Jerzy Trzebiński
Wydział Psychologii
Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej

Mariusz Zięba
Wydział Psychologii
Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej

Psychologia Jakości Życia
2006, tom 5, nr 2 (143–160)

Narracyjne rozumienie innego człowieka a jakość więzi społecznych

Celem artykułu jest prezentacja szeregu badań nad narracyjnym rozumieniem drugiego człowieka i podsumowanie płynących z nich wniosków dotyczących wprost lub pośrednio jakości więzi społecznych. Przedstawione w artykule dane z badań eksperymentalnych wskazują na to, że narracyjne rozumienie innego człowieka sprzyja indywidualizacji jego wizerunku, zmniejsza zaś wagę treści stereotypowych. W tworzącym się wizerunku osoby większa jest rola emocji i motywów, co pozwala na lepsze rozumienie decyzji, potrzeb i uczuć innego człowieka. W szeregu eksperymentów stwierdzono, że narracyjny sposób rozumienia innej osoby pozytywnie wpływa na zaangażowanie w jej sprawy i na pomoc, gdy jest w potrzebie. W kontekście historii druga osoba jest dla nas bliższa psychologicznie, czego przejawem jest empatyzowanie z nią i dostrzeganie wspólnoty doświadczeń. Te konsekwencje narracyjnego rozumienia podwyższają jakość więzi między ludźmi i wpływają tym samym na jakość ich życia.

Słowa kluczowe: narracyjne rozumienie, jakość życia, percepcja społeczna, zachowania prospołeczne, empatia, stereotypy społeczne, inteligencja społeczna.

Wstęp

Narracja jest sposobem rozumienia społecznej rzeczywistości. Polega on na tym, że strumień faktów interpretowany jest w kategoriach aktorów, ich motywów, a także problemów z ich realizacją. Nie jest to jedyny sposób rozumienia rzeczywistości, ale pojawia się jako jeden z pierwszych w rozwoju człowieka i jest ważny dla jego zachowań. Narracyjne rozumienie opiera się na zaktywizowanej wiedzy jednostki o ludzkich motywach, komplikacjach i warunkach ich pokonywania. Zwykle wiedza ta zorganizowana jest w schematach poznawczych (Trzebiński, 2002). Oprócz swojej specyfiki treściowej, narracyjne rozumienie posiada dwie charakterystyczne, ogólniejsze właściwości. Po pierwsze, struktura narracji i struktura schematu narracyjnego ułatwia uwzględnianie kontekstu i uwrażliwia na kontekst w interpretacji faktów (Brewer, Nakamura, 1984; Rumelhart, 1984; Rumelhart, Ortony, 1997). W konsekwencji, w trakcie narracyjnej interpretacji osoby, jednostka łatwiej przetwarza kontekstowe, zindywidualizowane informacje o tej osobie, zwłaszcza dotyczące jej działania i ważnych dla niej zdarzeń. Po drugie, struktura narracji ułatwia wykorzystywanie osobistego doświadczenia jednostki w procesie rozumienia faktów. Doświadczeniowa wiedza jednostki zapisana jest bowiem głównie w jej schematach narracyjnych (Epstein, 1990). Ma to ważne konsekwencje. Informacje, które odnoszą się bardziej bezpośrednio do sposobu doświadczania przez jednostkę danego rodzaju zdarzeń, są łatwiej asymilowane z otoczenia i łatwiej generowane (np. przez przypominanie) przez umysł. Takimi informacjami są informacje o intencjach działania i o przeżywaniu zdarzeń przez inną osobę. Narracyjna interpretacja sprzyja identyfikacji z drugą osobą i ułatwia empatyzowanie z nią (Trzebiński, Zatorski 2003). Powyższe rozumowanie weryfikujemy od paru lat w naszych badaniach. Poniżej przedstawimy niepublikowane jeszcze wyniki oraz ogólne wnioski płynące z naszych dotychczasowych badań. Choć nie sprawdziliśmy w nich bezpośrednio związku między narracyjnym sposobem rozumienia innego człowieka a jakością życia partnerów, to wydaje się, że wnioski takie dość jasno wynikają z przedstawionych danych.

Narracja indywidualizuje wizerunek osoby, wzbogaca go i zwiększa jego spójność

Gdy poznajemy nową osobę, dość szybko i często nieświadomie tworzymy sobie wizerunek jej psychiki, co umożliwia nam na przykład przewidywanie jej zachowań. Oczekiwaliśmy, że narracyjny sposób rozumienia osoby powinien zmniejszać wagę stereotypów w tworzeniu się wizerunku osoby, a więc bardziej go indywidualizować. Powinien też zwiększać wagę informacji o motywach i emocjach w kształtowaniu

się tego wizerunku. Ponadto, wizerunek powinien być bogatszy treściowo i bardziej spójny psychologicznie. Ostateczna, „narracyjna” reprezentacja osoby powinna być – w porównaniu z innymi formami rozumienia społecznego otoczenia – bardziej zindywidualizowana, dynamiczna, spójna psychologicznie i zróżnicowana.

W kilku wcześniejszych eksperymentach (Trzebiński i Antczak, 2003) sprawdziliśmy wpływ narracyjnego rozumienia na ograniczanie roli stereotypu w konstruowaniu wizji osoby. W eksperymentach tych osoba bodźcowa była prezentowana ze stereotypizującą etykietą. Zakładaliśmy, że stereotypizacja zachodzi wskutek aktywizacji kategorii ogólnej (np. *policjant*, *Cygan*), w ramach której konkretna osoba traktowana jest jako jej szczególny przypadek i tym samym przypisywane są tej osobie (zwykle bezrefleksyjnie) atrybuty przynależne ogólnej kategorii. Natomiast narracyjny sposób rozumienia osoby koncentruje uwagę poznającego na intencjach poznawanej postaci i na wynikających z nich problemach tej postaci. Przy konstruowaniu wizji postaci, narracyjna perspektywa powinna marginalizować cechy akontekstowe i dezindywidujące, a więc cechy typowe dla stereotypu kategoryalnego.

W dwóch eksperymentach postać bodźcowa prezentowana była badanym licealistom jako policjant. W normalnych warunkach w badanej populacji podanie tej etykiety wywoływało silny stereotyp. Oprócz etykiety badanemu podawano zestaw cech osobowościowych stwierdzonych jakoby u osoby przez psychologów. Celem eksperymentów było określenie wpływu narracyjnej interpretacji na treść powstałej wizji postaci. Narracyjny sposób interpretowania aktywizowano w jeden z dwóch sposobów. W pierwszym eksperymencie badany otrzymywał losowo jeden z dwóch rodzajów opisów postaci. Stanowiły one kontekst dla etykiety policjanta i danych o cechach postaci. W pierwszym przypadku prezentacja osoby zawierała ważną, dziejącą się aktualnie, historię z jej życia. Ten kontekst miał wzbudzać narracyjny sposób interpretacji danych. Kontrastowa wobec niej prezentacja „nienarracyjna” zawierała opis cech zewnętrznych osoby, jej zainteresowań i wykształcenia. Natomiast w drugim eksperymencie narracyjną interpretację wywoływano za pomocą procedury poznawczego poprzedzania (*priming*). Polegała ona na tym, że przed prezentacją osoby badany wykonywał zadanie, przedstawione mu jako odrębne badanie, a polegające na napisaniu historii, których ilustrację stanowić miały dostarczone mu ryciny przedstawiające interakcje dwóch postaci. Badany układał dwie historie do dwóch zestawów rycin. W szeregu naszych wcześniejszych badań wykazano, że wykonanie tego działania aktywizuje narracyjne nastawienie w interpretacji danych w następującym po nim zadaniu (Trzebiński 2002). W kontrastowym oddziaływaniu „nienarracyjnym” badanemu dostarczono listę z nazwami zawodów i ról społecznych i poproszono go, aby pogrupował te zawody i role w spójne kategorie, a następnie napisał charakterystykę tak utworzonych grup. Po procedurze poprzedzania badani przechodzili do drugiej fazy, zaprezentowanej im jako odrębne badanie. Przedstawiono im ten sam materiał o policjancie co w badaniu pierwszym,

w wersji z tłem neutralnym. W obu eksperymentach po zaznajomieniu się z opisem postaci bodźcowej badanego proszono o opisanie w dowolnej formie przedstawionej mu osoby. Opisy te były następnie oceniane przez sędziów przy użyciu podanego im zestawu cech. Cechy te miały różny stopień zgodności z treścią stereotypu policjanta, o czym nie informowano oceniających. Przedmiotem ocen był charakter postaci prezentowanych w kolejnych opisach: sędziowie oceniali natężenie posiadania przez nie danej cechy. W ten sposób można było oszacować subiektywną (w ocenie sędziów) stereotypowość utworzonej przez badanego wizji postaci bodźcowej. W dalszej kolejności sędziowie oceniali opisy na kilku wymiarach. Między innymi oceniali rolę, jaką odgrywają w nim motywy, a także osobisty problem opisywanej postaci. Dodatkowe zadanie wykonali też sami badani: proszeni byli o wybór cech najbardziej pasujących do postaci, spośród dostarczonego im katalogu cech. Cechy umieszczone w katalogu należały do trzech kategorii: bardzo stereotypowe, neutralne, odbiegające od tego stereotypu policjanta. Podział na kategorie był nieznanym badanemu, a cechy były losowo ułożone.

Wyniki obu eksperymentów potwierdzają efekt narracyjności w spostrzeganiu nowej osoby. Zarówno po poprzedzaniu narracyjnym, jak i w przypadku podania narracyjnego tła prezentowanej postaci sędziowie zauważyli większy udział treści „narracyjnych”, takich jak motyw i osobisty problem, w tworzonych przez badanych wizjach postaci, w porównaniu z wizjami tworzonymi w pozostałych warunkach. Jednocześnie aktywizacja nastawienia narracyjnego, w porównaniu z nastawieniem nienarracyjnym, wiąże się z mniejszą stereotypowością wizji nowej osoby, przy czym efekt ten można obserwować zarówno wtedy, gdy wskaźnikiem była dokonana przez sędziego ocena postaci przedstawionej w opisie wizji, jak i wtedy, gdy wskaźnikiem było przypisywanie postaci cech przez samego badanego.

Warto zauważyć, że o ile w wypadku aktywizowania narracyjności poprzez dobór tła prezentacji można było argumentować, że mało stereotypowe i bardziej narracyjne wizje mogły być bezpośrednią kontynuacją opisu dostarczonego badanemu (byłby to więc artefakt metody), o tyle w wypadku aktywizacji przez poprzedzanie, gdy treść prezentacji postaci była taka sama, taka interpretacja wyników jest już niemożliwa. Uzyskane wyniki potwierdziły więc, że narracyjna interpretacja jest autonomiczna i antagonistyczna wobec procesu wykorzystywania ogólnych, społecznie wypracowanych kategorii pozwalających na szybkie definiowanie osoby jako „egzemplarza” określonej kategorii ogólnej. Co ważniejsze jednak, wyniki potwierdzają, że narracyjna interpretacja powoduje tworzenie alternatywnej wobec stereotypizacji wizji osoby, w której jest ona ujmowana jako posiadacz określonych motywów i uczuć, a w szczególnych przypadkach – jako bohater pewnego problemu lub bohater zaangażowany w jakiś plan. W takim spostrzeganiu osoby uwzględniony jest indywidualny kontekst toczących się wokół postaci zdarzeń. Nawet w warunkach „stereotypizujących”, narracyjny sposób rozumienia sprawia, że tworząca się wizja osoby jest zindywidualizowana i „żywa”: akcentowane są w niej motywy i uczucia tej osoby.

Kolejne badania wykonane przez Antczak (2004) pokazują pozaświadomy charakter opisanej zależności. Badani poddani zostali w nich identycznym procedurom, co w opisanych wyżej eksperymentach. Tym razem jednak ich zadanie polegało na podjęciu jak najszybszych decyzji, czy cecha, której nazwa pojawiała się bardzo krótko na monitorze ich komputera, pasuje do postaci policjanta. Okazało się, że po poprzedzaniu nienarracyjnym, a także przy neutralnym tle prezentowanej postaci, pokazywane na ekranie cechy stereotypowe wywoływały szybsze reakcje decyzyjne niż cechy niestereotypowe. Było to oczywiście zgodne z założeniami teoretycznymi: etykieta *policjant* aktywizowała poznawczo silny stereotyp, a więc jego treści mogły być szybko konfrontowane z treścią pasujących do niego cech z monitora, co przejawiało się w szybszych decyzjach. Okazało się jednak, że w wypadku poprzedzania narracyjnego, a także wtedy, gdy badany otrzymywał narracyjne tło prezentowanej postaci, ten efekt stereotypu praktycznie zniknął. Wyniki pokazują też prawdopodobną przyczynę znoszenia efektu stereotypizacji przez narracyjny sposób interpretowania. Mianowicie, po wzbudzeniu tego stylu interpretowania badani znacznie szybciej decydowali („pasuje” vs. „nie pasuje” do postaci) w przypadku pokazywanych na monitorze nazw motywów i uczuć (*nienawidzi, gniewa się, smuci się*) niż statycznych cech charakteru (*sumienny, spokojny*), podczas gdy u pozostałych badanych nie zauważono tej tendencji. Dane te zgodne są z hipotezą, że nastawienie narracyjne aktywizuje kategorie poznawcze odnoszące się do sfery motywacyjnej i to one dominują w myśleniu o innej osobie. Warto zwrócić uwagę, że w eksperymentach Antczak badani nie byli świadomi procesów poznawczych stanowiących przesłankę ich decyzji. Można więc powiedzieć, że narracyjność ich myślenia objawiała się tu na poziomie automatycznych procesów. Takie procesy, w normalnym życiu, mają wielkie znaczenie w relacjach międzyludzkich.

Kolejne uzyskane przez nas wyniki świadczą o tym, że narracyjna interpretacja danych o osobie ułatwia konstruowanie spójnego psychologicznie wizerunku tej postaci, nawet jeśli wyjściowe dane te są niespójne i wieloznaczne (Trzebiński i Zatorski, 2003). Badanych licealistów poinformowano, że wezmą udział w dwóch oddzielnych badaniach. W rzeczywistości badanie pierwsze polegało na wykonaniu zadania pełniącego funkcje poprzedzania w stosunku do kolejnych zadań i było identyczne jak w poprzednich eksperymentach. Każdy badany znalazł się losowo w warunkach poprzedzania narracyjnego, kategoryjnego lub w warunkach bez procedury poprzedzania.

Po procedurze poprzedzania prowadzący przedstawił cel drugiego badania, którym miała być obserwacja sposobów poznawania nieznannej osoby. Poinformował uczestników badania, że przedstawi im za chwilę opis rzeczywistej osoby, a ich zadaniem będzie uważne przeczytanie podanych informacji o osobie i wyobrażenie jej sobie. Następnie badany otrzymał charakterystykę młodego człowieka na dwóch oddzielnych kartkach, przy czym drugą kartkę otrzymał po wykonaniu łatwego sprawnościowego zadania. Prowadzący wyjaśnił, że podanie opisu

osoby w dwóch porcjach przedzielonych czasowo wykonaniem innego zadania jest konieczne, żeby zapewnić większą naturalność wyobrażenia sobie nowej osoby. W rzeczywistości dwie porcje informacji o postaci bodźcowej otrzymane w odstępie czasu odnosiły się do różnych profili osobowościowych. Po prezentacji postaci bodźcowej i odebraniu wszystkich materiałów badani byli proszeni o scharakteryzowanie przedstawionej im osoby, a także ocenę, na ile pewni są trafności swojej charakterystyki, oraz na ile prezentowana osoba podobna jest do ich kolegów.

Charakterystyki oceniane były przez dwóch niezależnych sędziów. Okazało się, że – w ocenie sędziów – wizerunki przedstawione przez osoby po poprzedzaniu narracyjnym są bardziej spójne psychologicznie, łatwiejsze do wyobrażenia sobie, a jednocześnie bardziej złożone niż wizerunki stworzone przez pozostałe osoby. Okazało się też, że osoby po narracyjnym poprzedzaniu były bardziej pewne niż pozostali, że posiadane przez nich wizje postaci są zgodne z charakterem rzeczywistej osoby, co można uznać za zgodne z hipotezą, że narracyjność zwiększa poczucie realności „widzianej” osoby. Osoby poddane narracyjnemu poprzedzaniu w większym stopniu niż pozostałe osoby odczuwały odmienność charakteru bodźcowej postaci od znanego sobie otoczenia.

Wyniki innych badań (Zięba 2006) wskazują, że narracyjne rozumienie osoby wiąże się z lepszą ogólną pamięcią podanych danych o osobie. Świadczyć to może pośrednio o tym, że pod wpływem narracyjnego spostrzegania dane o osobie przetwarzane są z wykorzystaniem wielu kategorii poznawczych, a wizerunek osoby jest przez to bogatszy treściowo.

Narracje zwiększają wagę emocji i motywów w wizerunku osoby, a także zaangażowanie w sprawę tej osoby

W prezentowanych powyżej badaniach nad stereotypowością (por. Trzebiński i Antczak, 2003) uzyskano dane wskazujące, że narracyjne nastawienie nie tylko zmniejsza udział stereotypów w powstającym wizerunku osoby, ale równocześnie zwiększa rolę treści, które odnoszą się do sfery emocjonalnej i motywacyjnej. Wiele innych badań potwierdza ten fakt. W jednym z naszych badań okazało się, że po narracyjnym poprzedzaniu liczba poprawnie rozpoznanych określeń odnoszących się do motywacji i emocji prezentowanej postaci była znacząco wyższa niż po poprzedzaniu neutralnym i w sytuacji braku poprzedzania (Matejko, 2004, Trzebiński, 2005). Rolę motywacji i emocji w tworzeniu się „narracyjnego” wizerunku postaci postanowiliśmy sprawdzić dokładniej w kolejnym eksperymencie.

Badanie I

Celem badania była weryfikacja hipotezy, iż narracyjne rozumienie osoby zwiększa znaczenie emocji i motywów w konstruowaniu jej reprezentacji poznawczej oraz zwiększa zaangażowanie emocjonalne obserwatora w jej sytuację.

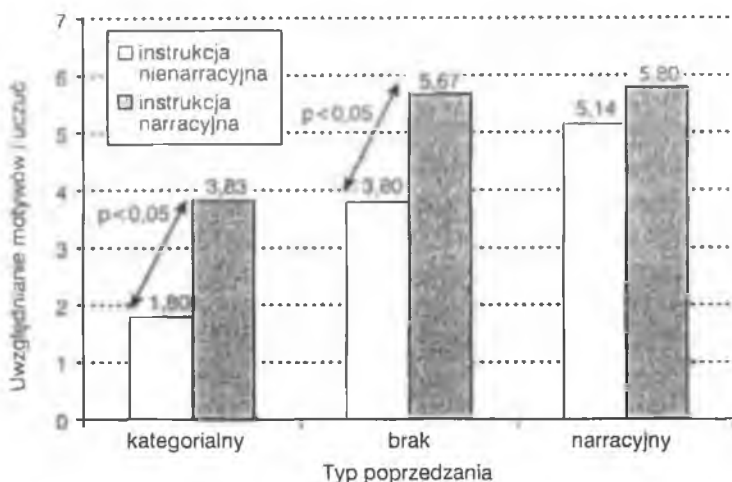
Badanie zostało przeprowadzone na grupie 78 licealistów. Odbyło się grupach po 15–16 osób. W pierwszej części badania zastosowana została podobna, jak w prezentowanych powyżej badaniach, procedura wzbudzania nastawienia narracyjnego oraz neutralnego narracyjnie. Przedstawiono ją jako badanie. Po jego skończeniu prowadzący zapowiedział, że druga część spotkania będzie poświęcona na borowi kandydatów do stowarzyszenia „Starszy Brat Starsza Siostra”. Jak wyjaśnił, stowarzyszenie to zajmuje się organizowaniem stałej opieki nad młodszymi dziećmi i szuka osób chętnych do zaangażowania się w taką działalność. Uczestnikom badania rozdano jednostronicową prezentację zasad pracy stowarzyszenia. Na jej końcu znajdowała się „charakterystyka jednego z dzieci, które zostało wybrane do programu i czeka na wolontariuszkę, która zostanie jego Starszą Siostrą”. Były dwie, przydzielane losowo uczestnikom, wersje tej informacji: „narracyjna” i „neutralna”. Obydwie wersje zawierały te same informacje o sytuacji życiowej dziewczynki o imieniu Małgosia, a różniły się one tylko w niewielkiej części. Wersja „narracyjna” opisywała plany Małgosi i stojące na drodze ich realizacji komplikacje (*Małgosia interesuje się teatrem i od dawna marzy o tym, żeby zostać aktorką, reżyserem teatralnym albo pisać sztuki teatralne. W związku z tym dużo czyta i zawsze ogląda teatr telewizji. Martwi się, że nigdy nie zrealizuje swoich marzeń. Nie może oglądać prawdziwych spektakli teatralnych, bo w jej mieście nie ma teatru...*). Wersja „neutralna” zawierała w tej części opis cech Małgosi (*Małgosia jest wesolą i rezolutną dziewczynką, lubi teatr i bardzo się nim interesuje. Dużo czyta. Jest pracowita i zaangażowana w to co robi*) (por. Zięba, 2006).

Następnie badanym zadano pytania:

1. *Jakie uczucia i emocje przeżywa Małgosia opisana w naszym przykładzie?*
2. *Zastanów się i spróbuj opisać możliwy dalszy rozwój Małgosi w istniejących warunkach rodzinnych w ciągu 2–3 lat?*
3. *Co można zrobić, żeby Małgosia rozwijała zainteresowania teatrem, rozwijała się jako dziecko, jako uczennica?*

Odpowiedzi na pytania (mające zwykle charakter dłuższych, kilkudzaniowych wypowiedzi) były analizowane przez sędziów kompetentnych na podstawie specjalnie przygotowanych instrukcji. Okazało się, iż zarówno rodzaj poprzedzania, jak i wersja opisu osoby wpłynęły w istotny sposób na uwzględnianie motywów i uczuć Małgosi w opisie jej „dalszych losów”. Istotny jest zarówno efekt główny rodzaju informacji: $F(1,69) = 15,82$; $p < 0,001$, jak i efekt główny rodzaju primingu: $F(2,69) = 17,59$; $p < 0,001$. Tak jak ilustruje to rycina 1, kierunek zależności

zgodny jest z hipotezą – narracyjne myślenie o osobie pozytywnie wpływa na uwzględnianie w opisie jej dalszych losów kategorii emocjonalno-motywacyjnych. Mierzony przy pomocy η^2 wpływ rodzaju primingu wyjaśnia 34% wariacji zmiennej zależnej, a wpływ rodzaju instrukcji 19% tej wariacji.

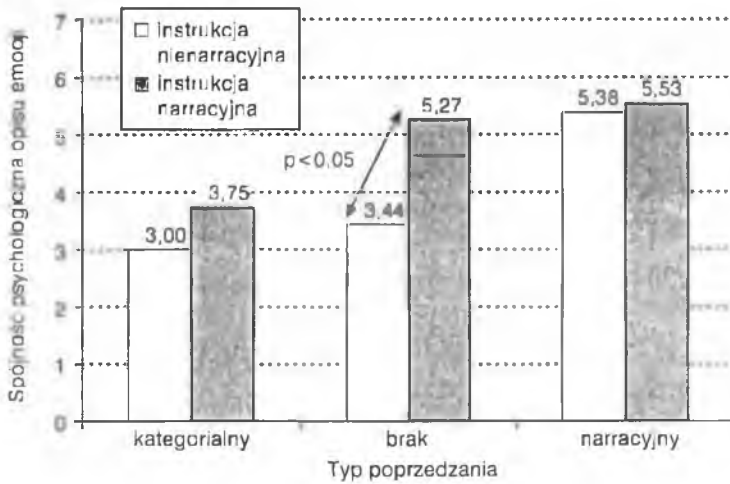


Rycina 1. Wpływ rodzaju opisu osoby oraz typu poprzedzania na stopień uwzględniania przez osoby badane motywów i uczuć osoby bodźcowej w prognozie jej dalszych losów.

Sędziowie kompetentni wyżej ocenili spójność psychologiczną opisu uczuć i emocji osoby w potrzebie dokonane przez badanych z grupy osób nastawionych narracyjnie metodą poprzedzania (rycina 2). Efekt główny rodzaju poprzedzania wynosił $F(2,69) = 5,52$; $p < 0,01$. Mierzony przy pomocy η^2 wpływ rodzaju poprzedzania wyjaśnia 14% wariacji zmiennej zależnej. Wykonana testem Dunetta C analiza *post hoc* wykazała, że istotna jest tylko różnica pomiędzy grupami z dwoma rodzajami poprzedzania – osoby z wzbudzonym w procedurze poprzedzania nastawieniem narracyjnym tworzą bardziej spójny psychologicznie opis niż osoby z wzbudzonym nastawieniem kategorialnym.

Wpływ rodzaju opisu osoby istotny jest z kolei tylko w grupie kontrolnej (osób nie poddawanych procedurze poprzedzania) i wynosi $t(22) = 2,07$; $p < 0,05$. W tej grupie bardziej spójne opisy tworzą osoby, które otrzymały narracyjną wersję opisu.

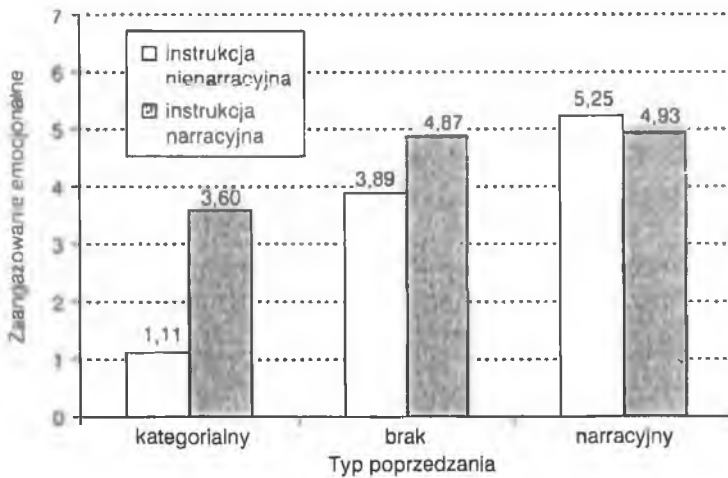
Narracyjne rozumienie osoby zwiększa również zaangażowanie emocjonalne w wyobrażanie sobie przyszłości tej osoby (rycina 3). Istotny i zgodny z kierunkiem hipotezy jest zarówno efekt główny rodzaju informacji: $F(1,70) = 6,45$; $p < 0,05$, jak i efekt główny rodzaju poprzedzania: $F(2,70) = 16,46$; $p < 0,001$. Istotny jest także efekt interakcji: $F(2,70) = 6,99$; $p < 0,005$. Mierzony za pomocą η^2 wpływ rodzaju poprzedzania wyjaśnia 45% wariacji zmiennej zależnej, a efekt rodzaju opisu 14%.



Rycina 2. Wpływ rodzaju opisu osoby oraz typu poprzedzania na spójność psychologiczną opisu emocji osoby bodźcowej.

Wykonane testem Dunetta C analizy *post hoc* dla rodzaju poprzedzania wykazały, że istotne są różnice średnich dla par poprzedzanie narracyjne – poprzedzanie kategorialne oraz poprzedzanie kategorialne – brak poprzedzania.

Wzbudzony w procedurze poprzedzania narracyjny tryb myślenia zgodnie z hipotezą wpływa na konstruowanie reprezentacji poznawczej obserwowanej osoby. Repre-



Rycina 3. Wpływ rodzaju opisu osoby oraz typu poprzedzania na zaangażowanie emocjonalne osoby badanej w wyobrażanie sobie przyszłości osoby bodźcowej (oceny sędziów kompetentnych).

zentacja ta jest bardziej spójna psychologicznie, a wizja przyszłości osoby w większym stopniu uwzględnia kategorie emocjonalno-motywacyjne. Zgodne z hipotezami, jest też większe zaangażowanie emocjonalne w tworzenie wizji przyszłości osoby bodźcowej ludzi, którzy konstruują jej reprezentację poznawczą w formie narracyjnej.

Narracja sprzyja empatii i zachowaniom pomocnym

Trzebiński i Zatorski (2003) zaprezentowali wyniki badań potwierdzających związek między narracyjnym trybem przetwarzania informacji o osobie a zaangażowaniem się w zachowania pomocne na jej rzecz. Osoby badane deklarowały pomoc osobom w potrzebie częściej w warunkach eksperymentalnych, w których informacja o tej osobie podawana była w formie narracyjnej. Efekt ten występował również wtedy, gdy narracyjny tryb przetwarzania informacji o osobie w potrzebie wzbudzany był w procedurze poprzedzania narracyjnego. Podobny wynik uzyskano też w kolejnym badaniu (Matejko, 2004, Trzebiński, 2005). We wszystkich tych badaniach w podobny sposób operacjonalizowano zachowanie pomocne – była to deklaracja pomocy osobom w potrzebie. Pomoc ta miała polegać na wpisaniu się na listę dawców szpiku kostnego dla osób chorych na białaczkę, telefonicznym pozyskiwaniu darczyńców na rzecz chorej dziewczyny lub opiece nad biednymi dziećmi w trakcie ich wycieczki do Warszawy. W badaniach tych zadbano, by deklaracja pomocy była dobrym wskaźnikiem prawdziwych intencji. Na przykład, dwa dni po deklaracji telefonowano do badanego i proszono o potwierdzenie pomocy. W pozostałych warunkach aranżowano tak sytuację, by wyglądała jak przygotowanie do konkretnej pomocy (ustalano terminarz działań, proszono o telefon kontaktowy).

W kolejnych badaniach motywacja do pomagania została operacjonalizowana w inny niż poprzednio sposób: pomiar dotyczył poziomu wykonywania rzeczywistych zadań, a nie deklaracji podjęcia takich działań w przyszłości (Zięba, 2006). Jedno z tych badań prezentujemy poniżej.

Badanie II

Celem badania¹ była weryfikacji hipotezy, że aktywizacja narracyjnego myślenia o osobie zwiększa gotowość do podjęcia zachowań pomocnych wobec osób w podobnej sytuacji, czego wskaźnikami będzie ilość generowanych pomysłów pomocy.

¹ Badanie zostało przeprowadzone przy wsparciu finansowym ze środków projektu promotorskiego Komitetu Badań Naukowych nr 1 H01F 034 27.

Można bowiem przypuszczać, że jeśli nam na czymś zależy, to wkładamy większy wysiłek poznawczy i większą pracę w realizację celu. W badaniu uczestniczyło 99 licealistów, w tym 47 dziewcząt i 52 chłopców, w wieku 16–17 lat. Uczestnicy badania otrzymywali kwestionariusz, w skład którego wchodziły następujące części:

- 1) Indeks Reaktywności Interpersonalnej – skala empatii dyspozycyjnej.
- 2) Zadanie primingowe „Historyjki obrazkowe” w wersji kwestionariuszowej.
- 3) Opis osoby.
- 4) Kwestionariusz zawierający pytania mierzące różne aspekty zaangażowania w pomoc prezentowanej osobie.

Indeks Reaktywności Interpersonalnej opracowany przez Davisa (1983, 2001) służy do pomiaru empatii definiowanej jako względnie stała dyspozycja, składająca się z czterech odrębnych, ale wzajemnie powiązanych konstruktów, których dotyczą cztery podskale IRI. Skala PP (przyjmowania perspektywy) mierzy „skłonność do spontanicznego przyjmowania psychologicznego punktu widzenia innych” (Davis, 2001, s. 71). Skala empatycznej troski ET służy do pomiaru skłonności do „współodczuwania i współczucia w stosunku do ludzi dotkniętych niepowodzeniem”, a skala OP (osobistej przykrości) „dotyczy skłonności do odczuwania przykrości i dyskomfortu w odpowiedzi na krańcowo silne cierpienie innych”. Pominięto pozycje dotyczące skali fantazji (SF), która mierzy „skłonność do dokonywanego za pomocą wyobraźni przeniesienia się w fikcyjne sytuacje”. Rzetelność Indeksu Reaktywności Interpersonalnej w wersji użytej w badaniu wyniosła 0,82 (alfa Cronbacha), zaś jej poszczególnych podskal odpowiednio: skala PP: 0,68; skala ET: 0,69; skala OP: 0,72.

W badaniu wykorzystano zadanie primingowe „Historyjki obrazkowe” w wersji kwestionariuszowej. W zadaniu tym uczestnicy badania otrzymują serię obrazków i ustawiają je tak, by tworzyły historię (poprzedzanie narracyjne) bądź ustawiają je zgodnie z jakimś kryterium formalnym, np. trudności przerysowania (poprzedzanie neutralne) (por. Zięba, w przygotowaniu). Jako opis osoby wykorzystano charakterystykę Małgosi z Badania I, a kwestionariusz do pomiaru zmiennych zależnych zawierał pytania dotyczące stopnia identyfikacji z osobą, reakcji emocjonalnej oraz poziomu zaangażowania w pomoc osobie w potrzebie.

Motywację do zachowań pomocnych mierzono przez deklarację pomocy (pytanie: „czy gdybyś mógł/mogła, to chciałbyś/abyś pomóc potrzebującym pomocy dzieciom, takim jak Małgosia?”), ale przede wszystkim przez wskaźnik jakości generowanych przez uczestników badania pomysłów pomocy. Propozycje pomocy były oceniane przez sędziego kompetentnego, którym był doświadczony wolontariusz organizacji pozarządowej zajmującej się pracą z dziećmi i młodzieżą. Osoba ta otrzymała następującą instrukcję:

Ilość i jakość propozycji pomocy oznacza zgłaszanie pomysłów:

- sensownych, które rzeczywiście mogą być zrealizowane i przyniosą efekt,

- licznych i zróżnicowanych,
- oryginalnych.

Proszę spojrzeć na te pomysły tak, jak byłyby oceniane pod względem przydatności i możliwości zastosowania przez kogoś, kto chce pomóc Małgosi – np. wolontariusza z jakiejś fundacji.

Odpowiedź osoby badanej należy ocenić na skali 5-punktowej, gdzie:

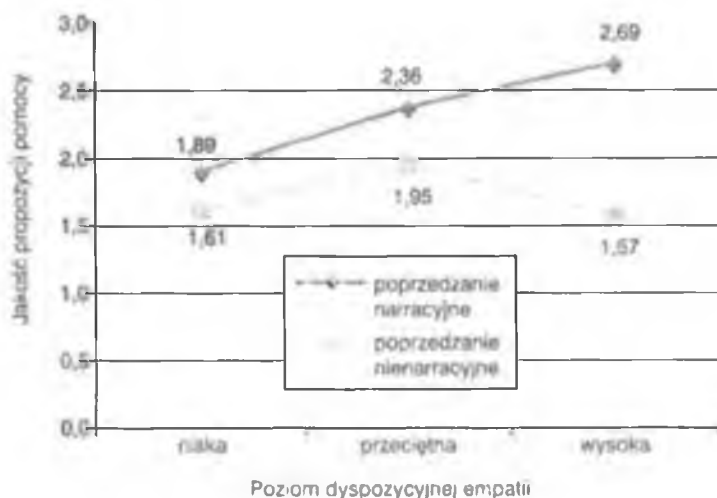
1 – niski poziom spełniania kryterium,

2–4 – stopnie pośrednie,

5 – wysoki poziom spełniania kryterium.

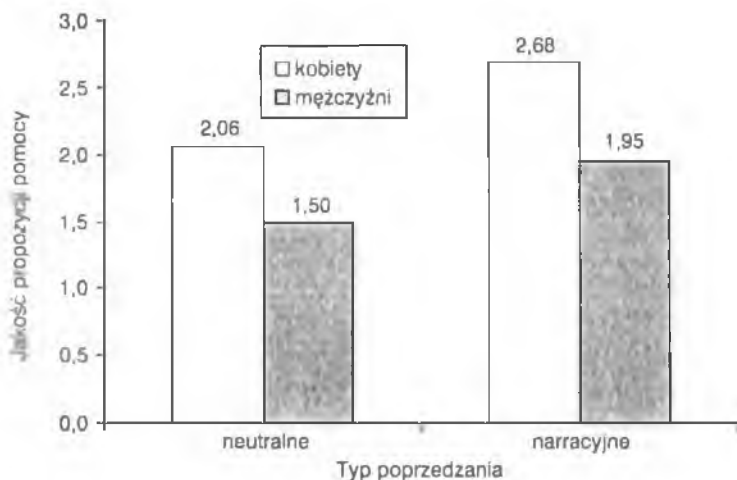
W analizie wyników nie stwierdzono istotnych statystycznie różnic między uczestnikami z grupy eksperymentalnej i kontrolnej, dla pierwszego ze wskaźników gotowości do pomagania, czyli poziomu deklarowanej pomocy. Odmienny wynik uzyskano dla innego wskaźnika motywacji do zachowań pomocnych, czyli oceny ilości i jakości propozycji pomocy generowanych przez uczestników badania. Jak wykazała dwuczynnikowa analiza Anova, na wielkość tego wskaźnika ma wpływ rodzaj poprzedzania $F(1,91) = 5,16$; $p < 0,05$, nie ma zaś istotnego znaczenia poziom empatii dyspozycyjnej ani interakcji tych czynników. Lepiej zostały ocenione propozycje pomocy zgłoszone przez uczestników z grupy wykonującej narracyjne zadanie primingowe (zob. rycina 4). Mierzony za pomocą η^2 wpływ rodzaju poprzedzania wyjaśnia 5% wariancji zmiennej zależnej.

Płeć okazała się ważnym predyktorem poziomu empatii dyspozycyjnej. Zarówno w przypadku całej skali, jak i wszystkich podskal, istotnie wyższe wyniki doty-



Rycina 4. Jakość propozycji pomocy (ocena sędziów kompetentnych) w zależności od rodzaju poprzedzania oraz poziomu dyspozycyjnej empatii.

czyły kobiet. Gdy poddano kontroli poziom empatii dyspozycyjnej, interesujące rezultaty przyniosła dwuczynnikowa analiza wariancji typu poprzedzania oraz płci uczestników badania dla jakości generowanych przez nich pomysłów pomocy. Okazało się, że istotny jest zarówno efekt główny typu poprzedzania: $F(1,92) = 4,32$; $p < 0,05$, jak i płci: $F(1,91) = 5,16$; $p < 0,05$. Wyżej zostały ocenione propozycje uczestników z grupy wykonującej narracyjne zadanie primingowe niż z grupy kontrolnej; wyżej też zostały ocenione propozycje pomocy kobiet niż mężczyzn. Rezultaty analizy przedstawia rycina 5.



Rycina 5. Jakość propozycji pomocy (ocena sędziów kompetentnych) w zależności od rodzaju poprzedzania oraz płci.

Podsumowując, wpływ narracyjnego poprzedzania na motywację do pomocy ujawnił się w postaci lepszego wykonania pracy ukierunkowanej na pomoc innej osobie. Narracyjny efekt występujący w zachowaniach pomocnych został więc potwierdzony w naszych badaniach zarówno na poziomie decyzji pomocy, jak i przez obserwację wielkości pracy włożonej w pomoc. Warto zwrócić uwagę, że ten ostatni fakt świadczyć może nie tylko o pozytywnym wpływie narracyjnego nastawienia na motywację do pomagania, ale też może być przejawem wynikającej z narracyjnego myślenia większej sprawności w rozwiązywaniu problemów innego człowieka. Aby wykonać zadanie polegające na generowaniu pomysłów jak pomóc innej osobie, trzeba zarówno chcieć jej pomóc, jak i potrafić to zrobić. Narracyjność myślenia może mieć dwojakie konsekwencje. Wpływa na motywację do osobistego zaangażowania się w sytuację osoby w potrzebie, z drugiej zaś strony narracyjne myślenie, aktywizując zróżnicowane kategorie poznawcze dotyczące celów,

problemów, planów i uczuć osoby w potrzebie, ułatwia generowanie pomysłów pomagania i ich realizację. Problem tego sprawnościowego oddziaływania narracji na nasze zachowanie wymaga dalszych badań.

Dlaczego bardziej chcemy pomagać ludziom w nieszczęściu wtedy, gdy nieszczęście to widzimy w ramach historii konkretnego człowieka? Wydaje nam się, że można wskazać na dwa powody, komplementarne wobec siebie. Po pierwsze, zrozumienie człowieka jako bohatera historii zwiększa wyrazistość poznawczą jego wizerunku. Świadczą o tym opisane poprzednio wyniki badań. Po drugie, narracyjność zwiększa empatię z tą osobą. Większa wyrazistość poznawcza osoby zwiększa poczucie jej zrozumienia i realności („widzę ją jak żywą”). A jeśli tak, to osoba taka i jej problem są bardziej zauważalne (Darley, Batson 1973), bardziej więc oddziałują na mnie jej nieszczęście, a to zwiększa chęć pomocy. Można również powiedzieć, że obiekt wyrazisty poznawczo silniej aktywizuje normy i wzorce zachowań odnoszące się do tego obiektu lub klasy obiektów (Kahneman, Slovic, Tversky, 1982; Higgins 1990, Schwartz, 1977) lub dyspozycję do doświadczenia empatycznych emocji (Hoffman, 1990). Gotowość do określonych zachowań wobec obiektu prowadzi do realnych wobec niego zachowań zwłaszcza wtedy, gdy jest on dla nas wyrazisty poznawczo.

Narracyjność zwiększa nie tylko wyrazistość innej osoby, ale też zwiększa empatyzowanie z nią. Przy narracyjnej interpretacji eksponowane są motywy i emocje osoby w zrozumiałym, zindywidualizowanym kontekście. Poznawcze eksponowanie motywów i emocji uruchamia własne doświadczenie obserwatora, gdyż jest ono zorganizowane głównie wokół przeżytych motywów, emocji i problemów (Epstein 1990, Trzebińska 1998). Doświadczeniowa wiedza jednostki ma głównie strukturę narracyjną. Izomorfizm treści wizji innej osoby i struktury wiedzy doświadczeniowej ułatwia aktywizację i udział naszego doświadczenia w procesie rozumienia i tworzenia się postawy wobec tej osoby. W konsekwencji większe jest wtedy i łatwiejsze empatyzowanie i identyfikacja z osobą („wiem, co ona czuje”; „czuję się, jakbym nią był”). Dalszą konsekwencją jest większa chęć pomocy, gdy osoba ta jest w potrzebie, bo pomoc jest sposobem na usunięcie nieprzyjemnych dla nas emocji (Piliavin, Dovidio, Gaertner, Clark 1981) lub dlatego, że pomagam wtedy komuś bliższemu mi psychicznie. Narracyjne rozumienie osoby i uruchomiona wraz z nim empatia, a czasem i identyfikacja z tą osobą stanowi więc ważną i solidną podstawę zachowań pomocnych.

Podsumowanie

Otoczające nas zdarzenia i ludzi rozumiemy często w kontekście historii. Historia umożliwia dostrzeżenie sensu w ciągu zdarzeń i sprzyja powstawaniu spójnego wizerunku siebie samego i innych osób. Ludzie poznawani w ramach historii, których

są bohaterami, stają się nam bliżsi i łatwiejszy jest z nimi kontakt empatyczny. Umiejętność narracyjnego rozumienia i narracyjnego przekazywania innym swojej wiedzy i doświadczeń są ważnymi kompetencjami, rozwijanymi w toku społecznego rozwoju jednostki. Wzbogacają one nasze kontakty z drugim człowiekiem, a tym samym wzbogacają naszą psychikę – pozytywnie wpływają więc na jakość naszego życia.

Wydaje się, że znaczenie narracyjnego myślenia w konstruowaniu reprezentacji poznawczej osoby dotyczy głównie tego, że w procesie budowania tej reprezentacji aktywizowane są specyficzne, „narracyjne” struktury wiedzy. Są to struktury związane z pamięcią epizodyczną i wiedzą doświadczeniową jednostki, zawartością jej schematów narracyjnych oraz kategoriami uczuć, intencji i komplikacji. Narracyjne myślenie o osobie powoduje aktywizację struktur wiedzy i kategorii poznawczych dotyczących emocji i motywacji. W konsekwencji wytworzona wizja osoby jest konstruowana wokół jej uczuć i intencji. Osoba ta widziana jest jako niepowtarzalna jednostka, ze specyficznymi dla niej indywidualnymi cechami, pragnieniami i przeżyciami. Uzyskane przez nas dane zdają się potwierdzać ważne znaczenie empatii, która zwiększa się pod wpływem aktywizacji narracyjnych kategorii poznawczych, takich jak emocje i motywacje, a także wiedzy doświadczeniowej jednostki.

Narracyjne myślenie o osobie zwiększa zaangażowanie się w sprawy innej osoby, również chęć udzielenia jej pomocy.

Specyficzna, niebadana jeszcze możliwość wpływania historii na nasze zaangażowanie w sprawy innych opiera się na fakcie, że historia, mówiąc potocznie, „wciąga” nas w swój bieg (Green, Strange, Brock, 2002; Sarbin 2002). Stajemy się wtedy widzami, czy wręcz uczestnikami zdarzeń, a wtedy los bohaterów historii nie jest nam obojętny. Chcemy wiedzieć, co będzie się działo dalej, a czasem wręcz wspieramy i dopingujemy w duchu postaci z książki czy filmu. Dotyczy to również postaci z historii, która nie jest fikcją, a o której słyszymy, lub którą sami „widzimy”. W tym przypadku wyobrażeniowe włączenie się w historię, jako jej postać, umożliwia realną interwencję w jej przebieg – na przykład sprzyjać może pomocy potrzebującemu, jeśli są takie możliwości.

Podsumowując, umiejętność narracyjnego rozumienia otoczenia, a także istnienie warunków ułatwiających realizowanie tej umiejętności, mają wiele konsekwencji wpływających na jakość naszych relacji z innymi osobami.

1. Druga osoba jest wtedy dla nas bliższa psychologicznie, czego przejawem jest empatyzowanie z nią, dostrzeganie podobieństwa pewnych doświadczeń, indywidualizacja jej wizerunku;
2. Potrafimy ją zrozumieć w sposób bardziej złożony, uwzględniający jej indywidualne cechy oraz dynamikę jej przemian w czasie. Jej wizerunek jest bardziej spójny. Można podejrzewać, że nasze rozumienie jest zarazem bardziej trafne, czyli bardziej zgodne z procesami doświadczenia charakteryzującymi poznawaną osobę;

3. Rozwijać się może silniejsza więź z poznawaną osobą, gdyż większa trafność oraz koncentracja na realnych emocjach i motywach innego człowieka zwiększają naszą atrakcyjności dla niego, a także ułatwiają komunikowanie się z nim;
4. Możliwa jest wymiana doświadczeń między partnerami.

Wszystkie to interpersonalne konsekwencje wzbogacają nasze życie i nasz rozwój osobisty. Pozytywne i głębokie relacje z bliskimi i zdolność do tworzenia takich relacji z nowymi osobami są jednym z podstawowych składników jakości życia jednostki (Ryff, 1989; Ryff, Singer, 1998). Waga tego składnika jakości życia wzrasta wraz z wiekiem (Ryff, 1995). Warto też wskazać, że – w świetle przytoczonych danych – zdolność do narracyjnego rozumienia otoczenia społecznego wiąże się z wyższą inteligencją społeczną, choćby dlatego, że powoduje wzrost zdolności empatycznych. Te poznawcze konsekwencje narracyjnych kompetencji można uznać za objawy panowania nad otoczeniem (społecznym) (Ryff, Keys, 1995) lub mądrości życiowej w ujęciu Petersona i Seligmana (2004), a więc za przejawy kolejnego, ważnego składnika jakości życia. W tym przypadku chodziłoby o zdolność jednostki do poznawczej kontroli nad zdarzeniami oraz wykorzystywania tej kontroli do urzeczywistniania dobra osobistego i wspólnego.

Bibliografia

- Antczak E. (2004). *Wpływ myślenia narracyjnego na tworzenie wizji osoby*. Niepublikowana praca doktorska: Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej w Warszawie.
- Brewer W., Nakamura G. (1984). The nature and functions of schemas, [w:] R.S. Wyer, T.K. Srull (red.). *Handbook of social cognition* (t. 1, s. 119–161). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Darley J.M., Batson C.D. (1972). „From Jerusalem to Jericho”: A study of situational and dispositional variables in helping behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 27 (1), 100–108.
- Davis M.H. (1983). The effects of dispositional empathy on emotional reactions and helping: A multidimensional approach. *Journal of Personality*, 51, 2, 167–184.
- Davis M.H. (2001). *Empatia. O umiejętności współodczuwania*. Gdańsk: GWP.
- Epstein S. (1990). Wartości z perspektywy poznawczo-przeżyciowej teorii „ja”, [w:] J. Rejkowski, N. Eisenberg, E. Staub (red.). *Indywidualne i społeczne wyznaczniki wartościowania*, 59–76. Wrocław: Instytut Psychologii PAN.
- Green M., Strange J., Brock T. (2002). *Narrative Impact*. Social and Cognitive Foundation. Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum.
- Higgins E.T. (1990). Personality, social psychology, and person-situation relations: Standards and knowledge activation as a common language, [w:] Pervin, Lawrence A. *Handbook of personality: Theory and research*, 301–338. New York, NY: Guilford Press.
- Hoffman M.L. (1990). Empatia a aktywność prospołeczna, [w:] J. Rejkowski, N. Eisenberg, E. Staub (red.). *Indywidualne i społeczne wyznaczniki wartościowania* (s. 77–98). Wrocław: Ossolineum.
- Kahneman D., Slovic P., Tverski A. (red.). (1982). *Judgment under uncertainty: Heuristics and biases*. New York: Cambridge University Press.

- Hoffman M.L. (1990). Empatia a aktywność prospołeczna, [w:] J. Reykowski, N. Eisenberg, E. Staub (red.). *Indywidualne i społeczne wyznaczniki wartościowania*, 77–98. Wrocław: Instytut Psychologii PAN.
- Matejko M. (2004). *Wpływ narracyjnego rozumienia innego człowieka na gotowość do zachowań pomocnych*. Niepublikowany maszynopis. Warszawa: SWPS.
- Peterson C., Seligman M. (2004). *Character strength and virtues. A handbook of classification*. Oxford: Oxford University Press.
- Piliavin J., Dovidio J., Gaentner S. i Clark R. (1981). *Emergency interaction*. New York: Academic Press.
- Rumelhart, D. (1984). Schemata and the cognitive system, [w:] R.S. Wyer, T.K. Srull (red.). *Handbook of social cognition*. (t. 1, s. 161–189). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Rumelhart D., Ortony A. (1997). The representation of knowledge in memory, [w:] R. Anderson, R. Spiro, E. Montague (red.). *Schooling and the acquisition of knowledge*. (s. 46–63). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ryff C.D. (1998). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069–1081.
- Ryff C.D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*. 4, 99–104.
- Ryff C.D., Singer B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1–28.
- Ryff C.D., Keys C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719–727.
- Sarbin T.R. (2002). Believed-In Imagining: A Narrative Approach, [w:] J. Rivera de, T.R. Sarbin (red.). *Believed-In Imaginings. The Narrative Construction of Reality*, 15–30. Washington: APA.
- Schwartz S. (1977). Normative influences on altruism, [w:] L. Berkowitz (red.). *Advances in experimental social psychology* (t. 10, s. 232–258).
- Trzebińska E. (1998). *Dwa wizerunki własnej osoby: Studia nad sposobami rozumienia siebie*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Trzebiński J. (2002). Narracyjne konstruowanie rzeczywistości, [w:] J. Trzebiński (red.). *Narracja jako sposób rozumienia świata*, s. 17–42. Gdańsk: GWP.
- Trzebiński J. (2005). Narracyjny kontekst myślenia i działania, [w:] E. Chmielnicka-Kuter, M. Puchalska-Wasył (red.). *Polifonia osobowości. Aktualne problemy psychologii narracyjnej*, 67–87. Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Trzebiński J., Antczak E. (2003). Osobista historia i stereotyp jako dwa konteksty poznawania osoby, [w:] E. Zdankiewicz-Ścigala, T. Maruszewski (red.). *Wokół psychomanipulacji*. Warszawa: Academia.
- Trzebiński J., Zatorski, M. (2003). Narracje wśród ludzi. *Studia Psychologiczne*, 41, 4.
- Zięba M. (2006). *Wpływ narracyjnego rozumienia na empatię i gotowość do pomocy osobie w potrzebie*. Niepublikowana praca doktorska: Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej w Warszawie.
- Zięba M. (w przygotowaniu). *Narracyjny tryb przetwarzania informacji: wzbudzenie i konsekwencje*.

Jerzy Trzebiński

Division of Psychology
Warsaw School of Social Psychology

Mariusz Zięba

Division of Psychology
Warsaw School of Social Psychology

Narrative Understanding of Other Person and the Quality of Social Bonds

The aim of the article is to present data and conclusions from several experiments on narrative understanding of other persons, with special relevance to the quality of social relationship. The data indicate that understanding other person within a personal story frame facilitates individualization of the person, and serves as a buffer against stereotypization. Within a narrative frame, motives and emotions of a person became more important. Personal history facilitates engagement in the problems of a person and facilitates empathetic communication. Moreover, narratives increase readiness to help a person in need. This readiness was observed at the level of a decision to help and at the level of the quality of helping efforts: they were more productive. It seems that narrative understanding of other persons enhances the quality of social bonds and – as a consequence – the quality of life.

Key words: narrative understanding, quality of life, person perception, prosocial behavior, empathy, stereotypes, social intelligence.