

Co to jest styl afektywny?

Małgorzata Fajkowska-Stanik¹,
Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej
Magdalena Marszał-Wiśniewska
Instytut Psychologii PAN

WHAT AFFECTIVE STYLE IS?

Abstract. The first part of the paper presents a definition of the affective style (AS) according to Davidson. The second one comprises our own, comprehensive and compelling approach to affective style, here, called as the affective pattern (AP). It has been seen as a relatively stable characteristic of personality, composed of the formal features included to the definition after Davidson and added content ones. The former are ways of the emotional regulation, chronometry and intensity of emotional reaction. The latest is build of leading mood, understood as an individualised constellation of emotions, feelings and so called 'nonemotional' states.

Naukowcy, zwłaszcza biobehawiorysty, przypisują coraz większe znaczenie adaptacyjnej roli emocji oraz funkcji, jaką one pełnią w przetrwaniu jednostek. Emocje modyfikują procesy poznawcze, wpływają na motywację, są także treścią różnic indywidualnych. Stanowią kluczowy, o ile nie najbardziej istotny, składnik wielu fundamentalnych wymiarów osobowości. Są też czynnikiem podatności na różnego typu zaburzenia w funkcjonowaniu człowieka (por. Davidson, 2002). Niniejszy artykuł jest poświęcony stylowi afektywnemu (SA) – jednemu z aspektów życia emocjonalnego, który – w naszym przekonaniu – pełni ważne zadania w wyznaczaniu poziomu jakości funkcjonowania jednostki.

Pojęcie stylu afektywnego najczęściej pojawia się w studiach nad emocjonalnymi wzorami relacji interpersonalnych lub też w badaniach podstawowych dotyczących procesów emocjonalnych i zaburzeń afektywnych. W pierwszym przypadku SA pojmowany jest jako pewien prototyp odniesień emocjonalnych w danej kulturze, rodzinie, pracy czy w środowisku szkolnym (por. Johnson, 1986; Cook, Kenny, Goldstein, 1991; Hazen, 1995; Helson, Roberts, Agronick, 1995; Koenig, Sachs-Ericsson, Miklowitz, 1997; Tompson i in., 2000; Hooley, Hiller, 2001; Gottman, Levenson, 2002; Miklowitz, Tompson, 2003). W drugim – oznacza cechę emocjonalności jednostki i odnosi się do różnic indywidualnych w zakresie reaktywności i regulacji emocjonalnej. Mowa tu o ujęciu SA według Davidsona (por. 2000a; 2000b). Jak wynika z badań prowadzonych przez tego autora, głównie z perspektywy neuropsychologicznej, cecha ta wydaje się użyteczna do opisywania uwarunkowań różnic indywidualnych w sferze afektywnej. Ma też ona swoje specyficzne znaczenie funkcjonalne (por. Davidson, 1992; 1993; 1994a; 1995; 1998a; 1998b; 2000a; 2000b; 2000c; 2000d; Wheeler, Davidson, Tomarken, 1993; Davidson, Hugdahl, 1995; Jacobs, Snyder, 1996; Hagemann i in., 1998; Bulman-Fleming, Grimshaw, Brrenbaum, 2000). Jej rola ujawnia się np. w impulsywnych zachowaniach agresywnych (Davidson, Putnam, Larson, 2000), w rozwoju zachowań typu przywiązanie-separacja (Fox, Davidson, 1991) oraz tendencji do uzależnień (Zvolensky in., 2001).

Ponadto na podstawie badań stwierdzono, że w zależności od SA osoby różnią się strukturą temperamentu (Watson, 2000; Davidson, 1994b), poziomem wykonywania zadań poznawczych (Davidson, 2000c) oraz nasileniem depresji i lęku (Davidson, 1991; 1998a; 2000a; 2003; Debener in., 2000).

Styl afektywny, rozumiany jako cecha emocjonalności jednostki, stanowi przedmiot rozważań teoretycznych zawartych w tym artykule. Opierając się na koncepcji Davidsona (1991; 1998a; 2000a; 2003), proponujemy szersze ujęcie SA. Dotychczasowy sposób opisywania tego terminu (por. Davidson, 2000a; Davidson, Kalin, Shelton, 1993), jeśli ma być odnoszony do charakterystyki zachowania człowieka, jest naszym zdaniem zbyt wąski i niezadowolający. Składniki definicyjne są tu faktycznie zredukowane do aspektów formalnych emocjonalności, rozumianych jedynie jako reaktywność i regulacja emocjonalna. Tym, co odróżnia nasze podejście do stylu afektywnego od rozumienia Davidsona, jest podkreślenie faktu (w większym stopniu, niż uczynił to ten autor), iż SA jest także cechą o wyraźnie zarysowanym aspekcie treściowym.

Każdemu obiektowi można przypisać jakąś formę i treść. Treść odnosi się do istoty, znaczenia obiektu, a forma to sposób, styl, w jaki ta treść się ujawnia. Forma zachowania, do której odnosi się pytanie „jak?”, wyraża się w sposobie, tj. cechach stylistycznych owego zachowania. Z kolei treść zachowania, której dotyczy pytanie „co?”, przejawia się w specyfice reakcji, stosunku człowieka do siebie i innych, jego motywacji, dążeniach czy preferencji. Treść zachowania jest przede wszystkim wynikiem interakcji społecznych, choć zależy także od

¹ Adres do korespondencji: Małgorzata Fajkowska-Stanik, Magdalena Marszał-Wiśniewska, Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej i Instytut Psychologii PAN, ul. Chodakowska 19/31, 03-815 Warszawa.

różnego rodzaju mechanizmów fizjologicznych (por. Strelau, 1983).

Proponujemy, aby wzbogacić obecną definicję SA (Davidson 2000a; 2000b), wyraźnie podkreślając jego wymiar treściowy. Zatem, obok aspektów formalnych, uwzględnione byłyby tu dominujące emocje, uczucia i niespecyficzne stany afektywne, budujące wiodący nastrój jednostki. Wprowadzenie wymienionych przejawów treściowych do sposobu ujęcia tego terminu uprawnia do zmiany jego nazwy ze stylu afektywnego na wzór afektywny².

Naszym zdaniem takie „dopracowanie definicyjne” i konceptualne rozumienia SA przyczyni się do podniesienia trafności opisu funkcjonowania człowieka. Zanim jednak przedstawimy własną definicję SA, prześledźmy, jak termin ten jest objaśniany w literaturze przedmiotu.

STYL AFEKTYWNY (SA)

Definicja stylu afektywnego

Jak podaje Davidson (2000a; 2000b), styl afektywny jest cechą emocjonalności. Najogólniej, według Davidsona, SA to tendencja do określonego reagowania emocjonalnego (reaktywności i regulacji emocjonalnej), związana ze specyficzną orientacją motywacyjno-emocjonalną, tj. systemem zbliżania się (*approach system*) oraz systemem wycofywania się (*withdrawal system*). **SA jest cechą pierwotnie biologicznie zdeterminowaną.** Jej fundamentem, na poziomie neuroanatomicznym, jest **podstawowy poziom aktywacji kory przedczołowej oraz obwód neuronalny leżący u podłoża dwóch systemów BIS (Behavioral Inhibition System) i BAS (Behavioral Activation System)**, wyróżnionych przez Graya (1994).

Różnice indywidualne w podstawowym poziomie aktywacji kory przedczołowej odzwierciedlają się w asymetrii półkulowej w zakresie aktywacji tejże kory. Asymetria półkulowa w zakresie aktywacji odgrywa ważną rolę w reakcjach emocjonalnych, co zresztą nie jest tezą nową (por. Kinsbourne, 1978). Wiele wcześniejszych badań wykazało związek asymetrii półkulowej w zakresie aktywacji z zaburzeniami emocjonalnymi (np. Davidson, 1984; Gainotti, 1989). Najnowsze wyniki badań pochodzące z laboratorium Davidsona (1998a; 1998b) potwierdzają istnienie dwóch systemów motywacyjno-afektywnych: systemu zbliżania się (*approach system* – związanego z afektem pozytywnym) i systemu wycofywania się (*withdrawal system* – związanego z afektem negatywnym), a także wskazują, że system zbliżania się związany jest z przewagą aktywacji półkuli lewej nad prawą, podczas gdy system wycofywania się – z przewagą aktywacji półkuli prawej nad lewą.

Zamieszczona niżej tabela prezentuje hipotetyczne związki między typem asymetrii półkulowej w zakresie aktywacji a tendencjami emocjonalnymi i motywacyjnymi (por. Fox, 1994).

² Opisując tę cechę posługujemy się nazwą „styl”, tak jak jest to przyjęte w literaturze. Dopiero przy prezentacji własnego ujęcia wprowadzamy określenie „wzór afektywny”.

CO TO JEST STYL AFEKTYWNY?

Typ asymetrii półkulowej w zakresie poziomu aktywacji a tendencje emocjonalne i motywacyjne

Tendencje	Typ asymetrii półkulowej			
	Przewaga półkuli prawej nad lewą (P > L) wynikająca z:		Przewaga półkuli lewej nad prawą (L > P) wynikająca z:	
	silnej aktywacji półkuli P	zahamowanej akty- wacji półkuli L	silnej aktywacji półkuli L	zahamowanej akty- wacji półkuli P
Tendencje emocjo- nalne	negatywne emocje	osłabienie pozy- tywnego afektu	pozytywne emocje	nadmierne pobudze- nie i impulsywność
Typowe emocje / stany emocjonalne	strach, lęk	depresja	radość, optymizm	euforia
Tendencje moty- wacyjne	wycofywanie się	osłabione zbliżanie się	zbliżanie się	osłabione wycofy- wanie się

Jak wynika z powyższej tabeli, np. euforia związana jest z przewagą półkuli lewej nad prawą, co jest następstwem zahamowania aktywacji półkuli prawej. To z kolei łączy się z nadmiarem pobudzenia i impulsywności oraz orientacją motywacyjną, w której osłabione są funkcje wycofania się z aktywności.

Komponenty stylu afektywnego

Styl afektywny obejmuje regulację i reaktywność emocjonalną. Regulacja emocjonalna rozumiana jest jako automatyczny (niezależny od woli) i nie-automatyczny (zależny od woli) sposób kontroli afektu (Thompson, 1994; Davidson, 2000a). Stanowi ona rozległy zbiór procesów (np. uwagi, wyobraźni), służący wzmocnieniu, złagodzeniu czy podtrzymaniu siły reakcji emocjonalnej. Zakłada się, że procesy regulacyjne są integralną częścią zachowań emocjonalnych i emocje rzadko powstają, nie angażując ich. Z drugiej strony należy pamiętać, że różnice indywidualne w zakresie każdego parametru reakcji afektywnej nie muszą być zgeneralizowane w obrębie całego „systemu odpowiedzi na bodziec”³. Pewne aspekty tego systemu mogą zależeć od specyficznej emocji lub od jej znaku.

Reaktywność emocjonalna dotyczy różnic indywidualnych w zakresie *określonych parametrów reakcji emocjonalnej* (np. **progu pobudzenia konkretnej emocji przy określonej intensywności bodźca oraz czasowej dynamiki reakcji afektywnej**). By uczynić tę definicję bardziej przejrzystą, można posłużyć się przykładami. Otóż, jednej osobie wystarczy mało intensywny bodziec, by zareagować obrzydzeniem (na poziomie mimicznym), podczas gdy inna osoba zareaguje w ten sposób dopiero przy dużej intensywności bodźca. Poza tym określone komponenty reakcji na bodziec różnią się u ludzi w zakresie m.in. amplitudy, „szczytu” czy momentu jego pojawiania się. I tak, podczas prezentacji bodźców o stopniowalnej intensywności, maksymalne odchylenie i amplituda w obrębie np. kurczenia mięśni twarzy czy zmian rytmu serca będzie odmienna u różnych osób. Do zestawu parametrów reakcji emocjonalnej, oprócz intensywności odpowiedzi na bodziec, zalicza się także **wskaźniki czasowej dynamiki reakcji afektywnej (jest to tzw. chronometria afektywna)**. Jednym z nich jest np. *czas powrotu do stanu poprzedzającego emocję*. U niektórych osób obserwuje się podwyższone tętno jeszcze na kilka minut po zaprzestaniu działania bodźca wywołującego strach, podczas gdy u innych tętno wraca do normy niemalże wraz z ustaniem działania tego bodźca. Poza tym niektóre osoby mogą np. bardzo szybko powracać do „normy” na poziomie obserwowalnego zachowania, podczas gdy czas powrotu do stanu wyjściowego na poziomie autonomicznym jest zdecydowanie wolniejszy. Uważa się, że chronometria afektywna SA jest bardzo ważna w przypadku analizy podatności jednostek na zaburzenia emocjonalne, w tym głównie zaburzenia nastroju (Davidson, 2000c, s. 104-105).

Reasumując, specyfika rozumienia SA przez Davidsona polega na wyraźnym wskazaniu, że właściwość ta przejawia się w **indywidualnym sposobie regulacji i reaktywności emocjonalnej**.

Wyniki badań dotyczące biologicznych podstaw stylu afektywnego

Badania Davisona (2000a; 2000b) wskazują na korelaty biologiczne SA. Autor ten podkreśla funkcjonalną neuroanatomie odnoszącą się do emocji w obszarze systemów BIS (hamowania) i BAS (aktywacji) oraz aktywacji kory przedczołowej (Davidson, 2000a; 2000c; Gray, 1994). System aktywacji (BAS) ułatwia zachowania apetytywne i generuje określony typ pozytywnego afektu związanego ze źródłem tej aktywacji. Oznacza to zbliżanie się do pożądanego celu. Reprezentacje tego celu są obecne w pamięci operacyjnej, zlokalizowanej w grzbietowo-bocznej części kory przedczołowej. Przyszrodkowa część kory przedczołowej wydaje się pełnić istotną rolę w podtrzymywaniu reprezentacji programów wzmocnień określonego zachowania w pamięci

³ System afektywnej odpowiedzi na bodziec obejmuje np. subiektywne doświadczenia, zmiany fizjologiczne, prototypowe formy ekspresji.

operacyjnej. W dodatku wynik operacji z tego miejsca przekazywany jest do jądra półleżącego. Odpowiednie neurony modulują przepływ informacji motywacyjnych przez to jądro. Stawia się tu hipotezę, że jądra podstawne są zaangażowane w ekspresję abstrakcyjnego celu planowanego działania i antycypację nagrody. Jądro półleżące, zwłaszcza jego rejon tylny-środkowy, jest obszarem zbierania się odpowiednich informacji motywacyjnych ze struktur limbicznych. Podczas oczekiwania nagrody komórki z obszaru jądra półleżącego mają podwyższony poziom aktywacji. Prawdopodobnie w tym obwodzie są też zaangażowane inne obszary, a ich działanie jest zależne od różnych czynników. Należy jednak pamiętać, że nie wszystkie emocje pozytywne są związane z systemem BAS. Wydaje się, że są to tylko te emocje, które towarzyszą stanowi przed osiągnięciem celu. Nie łączy się natomiast afektu pozytywnego, jaki dotyczy stanu po osiągnięciu celu, z wyżej opisanym obwodem (por. Davidson, 2000a, s. 91-91).

System hamowania (BIS) ułatwia zachowania wycofujące i generuje określony typ negatywnego afektu powiązanego ze źródłem reakcji wycofania. Z badań wynika, że ciało migdałowate, biegun płata skroniowego oraz przednie obszary prawej półkuli mózgu są aktywowane podczas doświadczania emocji łączonych z hamowaniem zachowania. Prawdopodobne jest też to, że oprócz wymienionych struktur również jądra podstawne oraz podwzgórze są odpowiednio zaangażowane w motoryczne i automatyczne komponenty negatywnego afektu (por. Davidson, 2000a, s. 92).

Stwierdzono także, że osoby przejawiające wyjątkowo silną aktywację w korze przedczołowej lewej półkuli mózgu częściej doświadczają pozytywnego afektu (skala PANAS; por. Davidson 2000a; 2002b). Przeciwny wzór obowiązuje w przypadku osób o silnej aktywacji prawej strony kory przedczołowej (Tomarken i in., 1992). Po zastosowaniu skal BIS/BAS Carvera i White'a okazało się, że większa aktywacja lewej strony kory przedczołowej zbiega się z wyższymi wynikami w skali BAS, natomiast silniejsza aktywacja prawej strony – z wyższymi rezultatami w skali BIS (Sutton, Davidson, 1997; Davidson, 2000a, s. 94). Te badania, jak i wiele innych, doprowadziły autorów do przekonania, że istnieją różnice indywidualne dotyczące asymetrii aktywacji kory przedczołowej, co przekładałoby się na modulowanie reaktywności jednostek w związku z emocjonalnie znaczącymi sytuacjami i bodźcami. Są jednak badania, w których replikowano eksperymenty Davidsona i współpracowników, nie potwierdzające opisanej prawidłowości (np. Hagemann in., 1998). Dyskusja naukowa nad tymi przeciwstawnymi rezultatami, prowadzona na łamach literatury, trwa nadal (por. Davidson, 2000b). Z opisanego powyżej rozumienia stylu afektywnego według Davidsona wykorzystujemy kilka elementów w budowaniu własnej definicji tego terminu. Przyjmujemy, że jest to zjawisko o wyraźnie wyodrębnionych cechach formalnych, odnoszących się do zindywidualizowanego sposobu regulacji i reaktywności emocjonalnej. Poza tym zakładamy, że jest on komponentą szerszego systemu bio-behawioralnego: (systemu zbliżania się (*approach system*) oraz systemu wycofywania się (*withdrawal system*) o określonych podstawach biologicznych. Jednak ujęcie SA według Davidsona ma też swoje ograniczenia. Należą do nich, o czym już wcześniej była mowa, brak wyraźnego wskazania na wymiar treściowy SA oraz dostatecznego teoretycznego i empirycznego opracowania tego aspektu. Pomimo to należy jednak zauważyć, że cechy treściowe SA są *implicite* obecne w podejściu tego autora. Na przykład do badania stylu afektywnego u ludzi Davidson i jego współpracownicy stosują skale samoopisowe (tj. PANAS, BIS/BAS), prosząc o subiektywną ocenę stanów emocjonalnych i uczuciowych, czyniąc z cech zawartych w tych technikach części składowe stylu afektywnego. Większość z zamieszczonych tam właściwości ma przeciwieństwo status treściowy (np. nieśmiałość, poczucie wstydu czy dumy). Poza tym do wad tej koncepcji należy także „ulgowe” traktowanie czynników rozwojowych i środowiskowych w kształtowaniu i determinowaniu SA. Daleko posunięta biologizacja, pomijanie roli środowiska, a zwłaszcza kontekstu społecznego, zmian rozwojowych w wyjaśnianiu genezy tego terminu sprawia, że jest to teoria raczej z kręgu ujęć redukcjonistycznych.

Możliwości pomiaru stylu afektywnego

Styl afektywny mierzy się, rejestrując identyfikatory reakcji emocjonalnej oraz wykorzystując techniki samoopisowe. W pierwszym przypadku analizowane są parametry reakcji z poziomu systemów: centralnego (np. fMRI – funkcjonalny rezonans magnetyczny) i peryferycznego (np. poligraf). W przypadku drugim najczęściej stosuje się metody kwestionariuszowe. Jedną z nich jest Skala Pozytywnego i Negatywnego Afektu – wersja rozszerzona (PANAS-X; Positive and Negative Affect Schedule – Expanded Form), opracowana przez Watsona i Clark (1994a)⁴. Technika składa się z 13 skal. Dwie z nich mierzą pozytywny (PA) i negatywny afekt (NA), a pozostałe służą do ewaluacji tzw. specyficznych typów afektu (np. poczucie zmęczenia).

Do pomiaru SA stosuje się także skale BIS/BAS (BIS/BAS Scales-Behavioral Inhibition and Behavioral Activation Scales) autorstwa Carvera i White'a (1994). Operacjonalizują one teorię Graya (1981; 1982; 1985), która głosi m.in., że negatywny afekt jest związany z systemem hamowania działania (BIS), a pozytywny – z

4 Skala w wersji rozszerzonej została poddana polskiej adaptacji przez Fajkowską-Stanik i Marszał-Wiśniewską (2004).

CO TO JEST STYL AFEKTYWNY?

systemem aktywacji działania (BAS)⁵.

Wydaje się, że dla Davidsona dane kwestionariuszowe mają wtórne znaczenie. Śledząc literaturę można odnieść wrażenie, że służą one jako uzupełnienie, wsparcie dla pomiaru psychofizjologicznych parametrów reakcji emocjonalnej oraz danych pochodzących z badań technikami neuroobrazowania mózgu (por. Davidson, 2000a; 2000b; 2003). W naszym przekonaniu użycie kwestionariuszy ma wymiar podstawowy. Umożliwia zbadanie treściowego aspektu SA. Dzięki temu można uzyskać odpowiedź na pytania: (1) jaki jest dominujący typ nastroju u danej osoby (pozytywny lub negatywny), a także jakie emocje i uczucia składają się na ten nastrój (PANAS-X) oraz (2) jaki rodzaj sytuacji i doświadczeń jednostki związany jest z przyjemnością i nagrodą (BAS), a jaki ze stymulacją awersyjną (BIS).

Funkcjonalne znaczenie stylu afektywnego

Rola składników SA, jakimi są regulacja i reaktywność emocjonalna, bardzo wyraźnie ujawnia się wtedy, gdy mówimy o różnicach indywidualnych w strukturze temperamentu, poziomie lęku, depresji czy funkcjonowaniu poznawczym. Można dodać, że te składniki SA wpływają na różnice indywidualne, obserwowane już w okresie niemowlęctwa (Fox, Calkins, 2000).

Wykazano, że negatywny afekt ma znaczenie przy pojawianiu się neurotyzmu, zaś pozytywny – ekstrawersji (Watson, 2000). Poza tym uzyskano dane wskazujące na różnice indywidualne w zakresie regulacji emocjonalnej oraz czasowej dynamice reakcji afektywnej. I tak np. zbadano, że osoby mające tendencje do podtrzymywania pozytywnego afektu (ekstrawertycy, osoby emocjonalnie stabilne oraz o dużych możliwościach w zakresie efektywnego regulowania negatywnego nastroju) odznaczają się powolnym zanikaniem pozytywnego afektu, a szybkim obniżaniem negatywnego afektu. U neurotyków i introwertyków, którzy zaliczają się do grupy osób o predyspozycjach do podtrzymywania negatywnego afektu, występuje wzór odwrotny (Hemenover, 2003). Aktywacja określonych obszarów kory przedczołowej oraz ciała migdałowatego odgrywa bardzo ważną rolę w procesie regulacji emocji. Dotyczy to zwłaszcza czasu trwania oraz wypierania negatywnych emocji. Zauważono, że osoby o większym podstawowym poziomie aktywacji lewej strony kory przedczołowej w sposób zależny od woli lepiej eliminują afekt negatywny. Jednostki o większym poziomie negatywnego afektu, wykazujące obniżoną reaktywność względem wydarzeń negatywnych, mają trudności w zakresie regulacji negatywnego afektu (przede wszystkim w regulowaniu intensywności negatywnego afektu, wtedy, kiedy zostaje on wywołany) (Davidson, 2000b).

Zbadano, że u osób o wysokiej aktywacji prawej strony zewnętrznych obszarów kory przedczołowej mamy do czynienia z obniżeniem poziomu wykonania zadań poznawczych, a szczególnie zadań uwagowych (na szybkość detekcję punktu). Badania na selektywność uwagi z wykorzystaniem materiału werbalnego wskazują z kolei, że osoby o wyższym poziomie aktywacji po lewej stronie kory czołowej częściej wybierały pozytywne pary słów (Davidson, 2000c).

Tak rozumiany SA jest też często wykorzystywany w opisie różnic indywidualnych w zakresie podatności na zaburzenia nastroju. W przypadku depresji zarejestrowano deficyty w obrębie systemu aktywacji – BAS, co ma swe odbicie w obniżonej aktywacji w obszarze lewej strony kory przedczołowej (np. Hendriques, Davidson, 1990; 1991). Choć istnieją badania, które nie potwierdzają tych rezultatów (Hagemann in., 1998), to jednak najczęściej mówi się o zjawisku asymetrii w zakresie aktywacji płatów czołowych w przypadku osób depresyjnych i niedepresyjnych (por. także tabela na s. 260). Ponadto okazało się, że niepowodzenie w szybkim powrocie do stanu poprzedzającego emocje może być sygnałem podatności na lęk i zaburzenia nastroju (Davidson, 2000b). Różnica pomiędzy lękiem i depresją polegałaby na tym, iż w lęku mamy do czynienia z podwyższonym poziomem aktywacji w obszarach prawej strony kory przedczołowej (wysoki poziom zachowań typu wycofanie, charakterystyczny dla systemu BIS), a w depresji – z obniżonym poziomem aktywacji w obszarach lewej strony kory przedczołowej (niski poziom zachowań apetytywnych, charakterystyczny dla systemu BAS) (por. Davidson, 2002; 2000a). Kora przedczołowa pełni ważne funkcje w moderowaniu aktywności ciała migdałowatego (por. Davidson, 2000a) – obszaru, który jest wspólny lękowi i depresji.

Aby uzyskać pełniejszy obraz lęku i depresji, te dane warto zestawić z badaniami Watsona (2000), z których wynika, że negatywny afekt jest cechą niespecyficzną, występuje zarówno w lęku, jak i w depresji. Lękowi i depresji towarzyszą podobne, negatywne stany emocjonalne, np. bezsenność, irytacja, nieumiejętność odprężenia się. W każdym z tych zaburzeń pojawiają się także negatywne emocje i uczucia specyficzne dla każdego z nich. W przypadku lęku jest to ogólne napięcie i somatyczne hiperpobudzenie, w depresji zaś – anhedonia i poczucie beznadziejności.

O ile afekt negatywny nie jest cechą specyficzną w przypadku lęku i depresji, o tyle afekt pozytywny jest właściwością pozwalającą na ich dyferencjację. Jest wymiarem, który odnosi się bardziej do depresji niż do lęku. Lęk to cecha nie powiązana w sposób istotny statystycznie z pozytywnym afektem, natomiast depresja jest

⁵ Polska adaptacja skal została przeprowadzona przez Wytykowską (2004).

charakterystyką złożoną, współwystępującą zarówno z (niskim) pozytywnym, jak i (wysokim) negatywnym afektem (Watson, 2000).

Podsumowując, lęk przejawia się w podwyższonym poziomie aktywacji w obszarach prawej strony kory przedczołowej, hamowaniem działań, wysokim poziomem negatywnego afektu, ogólnym somatycznym pobudzeniem. Natomiast depresja – obniżonym poziomem aktywacji w obszarach lewej strony kory przedczołowej, unikaniem zachowań apetytywnych, wysokim poziomem afektu negatywnego, anhedonią, poczuciem beznadziejności oraz niskim poziomem pozytywnego afektu (por. także tabela na s. 260).

W KIERUNKU WŁASNEGO UJĘCIA STYLU AFEKTYWNEGO

Aspekt treściowy stylu afektywnego

Jak już zostało to zaznaczone, postulujemy, aby SA był traktowany również jako cecha treściowa o wyraźnie wyodrębnionych częściach składowych. Proponujemy, by to treści SA stanowiły dominujące emocje oraz uczucia i niespecyficzne stany afektywne, budujące podstawowy nastrój jednostki. Według Watsona (2000) każdy człowiek ma względnie stały, charakterystyczny dla siebie nastrój. Watson nazywa go wiodącym lub mówi metaforycznie, że człowiek jest zatopiony w typowy dla siebie strumień nastroju.

Celem tej części artykułu jest wyjaśnienie, jak rozumiemy te poszczególne elementy oraz w jakich relacjach pozostają one między sobą. Powszechnie wiadomo, że w przypadku **emocji** istnieje kilka „przewodnych” modeli teoretycznych (np. Ekman, 1982; Izard, 1991; Plutchik, 1980; Tomkins, 1963). Wprawdzie różnią się one istotnie w wielu aspektach, jednak są między nimi także podobieństwa – w punkcie, gdzie podkreśla się znaczenie względnie małej liczby fundamentalnych emocji. Mówi się o 6-8 podstawowych emocjach (np. radość, ciekawość, zdziwienie, strach, złość, smutek, obrzydzenie). Większość badaczy uznaje też, że *emocje* można zdefiniować jako wyraźny, zintegrowany, psychofizjologiczny system odpowiedzi. Odzwierciedlają one zorganizowaną, wysoce strukturalizowaną reakcję na zdarzenie, odpowiadającą potrzebom, celom czy przetrwaniu organizmu. Do składników emocji można zaliczyć: (1) prototypową formę ekspresji, (2) wzór stałej zmiany na poziomie autonomicznym, (3) stan subiektywnego odczuwania oraz (4) charakterystyczną formę zachowania adaptacyjnego (por. Watson, 2000, s. 3-4).

Uczucia, „zindywidualizowany odcień” podstawowych emocji, są bliskie komponente „subiektywnej” emocji, np. jednostka, opisując uczucia spokrewnione z emocją strachu, nazywa je przerażeniem, lękiem czy zdenerwowaniem. Natomiast **nastrój**, jak już wcześniej sugerowano, zawiera emocje i uczucia. Przyjmujemy za Watsonem (2000), że *afekt* i nastrój są pojęciami zamiennymi. *Nastrój* występuje pod postacią *stanów afektywnych* oraz *cech afektywnych*. Nastrój jako *stan* oznaczałby zespół przemijających epizodów afektywnych. Występują cztery typy stanu afektywnego: (1) wysoki pozytywny / niski negatywny (np. poczucie szczęścia), (2) wysoki pozytywny / wysoki negatywny (np. mieszanka zachwytu i strachu przy skoku ze spadochronem), (3) niski pozytywny / wysoki negatywny (np. w depresji), (4) niski pozytywny / niski negatywny (np. jest to względny brak zaangażowania, który ludzie relacjonują podczas oglądania telewizji).

Nastrój różni się od emocji czasem trwania. Emocje są stanami intensywnymi, odznaczającymi się wysoką aktywnością i dużym wydatkowaniem energii, trwają więc wyjątkowo krótko, prawdopodobnie kilka sekund. Nastrój przeciwnie, charakteryzuje się dłuższym czasem trwania (por. Izard, 1991; Watson, Clark, 1994a; 1994b). Emocje to system odpowiedzi na konkretny bodziec, zazwyczaj zewnętrzny. Uważa się, że nie pojawiają się bez konkretnej przyczyny, nie są cykliczne i jako takie (w czystej postaci) rzadko manifestują się w życiu codziennym. Nastrój zaś może być wywołany różnymi zewnętrznymi zdarzeniami i wewnętrznymi procesami. Ponieważ jest podatny na endogeniczne wpływy, charakteryzuje się cyklicznością zmian. Kolejna różnica ma charakter konceptualny i dotyczy tego, że nastrój jest pojęciem szerszym niż emocje. Zawiera bowiem, oprócz emocji i uczuć, także „niskoenergetyczne stany afektywne” (np. poczucie zmęczenia czy wyciszenia) oraz takie afektywne doświadczenia, które nie korespondują bezpośrednio z żadną z emocji podstawowych (np. poczucie zestresowania, ożywienia, ospałości). Są to tzw. niespecyficzne pozytywne i negatywne stany afektywne lub „nieemocjonalne” komponenty nastroju (Watson, Clark, Tellegen, 1984; Watson, Tellegen, 1985; Watson, 2000, s. 5-7). Takie rozumienie nastroju i jego wewnętrznej struktury naraziło teorię Watsona na krytykę (por. Clore, Ortony, Foss, 1987; Lazarus, 1991a; 1991b). Opiera się ona na założeniu, że nastrój budowany jest tylko przez emocje oraz uczucia, które bezpośrednio odnoszą się do tychże konkretnych emocji. Poza tym krytycy tej teorii twierdzą, że ostatecznym celem studiów nad nastrojem jest badanie doświadczanych emocji. Jeśli tak, to oczywiście staje się, że ci badacze sami nie mogą zrealizować wytyczonego przez siebie celu. Pozostaje przecież do rozstrzygnięcia, co zrobić z tymi „nieemocjonalnymi terminami”, których doświadczanie relacjonują badani. Ich ominięcie w studiach nad nastrojem byłoby przecież błędem polegającym na ignorowaniu rzeczywistości. Badania podłużne wykazały, że nastrój odznacza się także pewną stałością w czasie i przestrzeni (tj. stałością sytuacyjną). U podłoża tej stałości nastroju leżą przede wszystkim czynniki osobowościowe i temperamentalne,

CO TO JEST STYL AFEKTYWNY?

np. neurotyzm, ekstrawersja vs. introwersja czy lęk jako cecha. Pozwala to stwierdzić, że *nastrój* jest także *cechą afektywną*, względnie stabilną czasowo oraz stałą międzysytuacyjnie (Watson, 2000, s. 15-16; Watson, Clark, 1994b).

Podsumowując, treścią stylu afektywnego jest wiodący nastrój (rozumiany jako stan i cecha), na który składają się zarówno emocje podstawowe i uczucia pochodne od tych emocji, jak i tzw. stany nieemocjonalne. Nastrój, który (1) obejmuje przede wszystkim świadomie, subiektywnie doświadczane uczucia, (2) jest częścią składową bio-behawioralnych systemów BIS/BAS oraz jest zależny od poziomu aktywacji kory przedczołowej, (3) bezpośrednio wpływa na różne klasy zachowań i przebieg procesów poznawczych, (4) ma właściwości regulacyjne i wartości adaptacyjną (5) i nie jest traktowany jako continuum dwóch afektów – negatywnego i pozytywnego (por. Watson, 2000; Watson, Clark, 1994b).

Ten ostatni punkt wymaga komentarza. W literaturze można spotkać różne propozycje dotyczące ujmowania relacji pomiędzy wielorakimi formami pozytywnego i negatywnego afektu (Davidson, 2000a). Niektórzy proponują, by nastrój traktować jako pewną jedność, ale o dwóch wymiarach: jednym – odzwierciedlającym przyjemne i nieprzyjemne stany afektywne, drugim – wskazującym na stopień pobudzenia (np. Russell, 1980 – za: Davidson, 2000a). Inni twierdzą, że nastrój jest przestrzenią o dwóch ortogonalnych cechach: afekcie pozytywnym i afekcie negatywnym (np. Watson, 2000; Watson, Tellegen, 1985). Jeszcze inni uważają, że stopień ortogonalności pomiędzy pozytywnym i negatywnym afektem zależy od tego, czy będziemy je analizować z perspektywy czasowej, czy też nie (np. Diener, Emmons, 1984 – za: Davidson, 2000a). Wykazano, że pozytywny i negatywny afekt są wzajemnie od siebie zależne, jeśli oceniamy nastrój „w tym momencie”. Jednak jeśli badamy nastrój w dłuższej perspektywie czasowej, to wtedy afekt pozytywny i negatywny pozostają względem siebie ortogonalne. (Te rezultaty pochodzą oczywiście z analiz statystycznych przeprowadzonych na danych kwestionariuszowych – por. Davidson, 2000a). Można zauważyć, że ortogonalność pozytywnego i negatywnego afektu występuje przy nastroju rozumianym jako cecha, natomiast jej brak, kiedy nastrój jest określany jako stan.

Definicja wzoru afektywnego

Z powodów już wspomnianych na początku artykułu proponujemy używanie nazwy „wzór afektywny” (WA) zamiast „styl” afektywny (SA). Termin „styl” znajduje zastosowanie tam, gdzie chodzi o podkreślenie różnic indywidualnych w sposobie, w jakim czynność, zadanie, proces czy zachowanie przebiega (por. Strelau, 2002). Zatem ze względu na sposób, w jaki jednostka reaguje na bodźce emocjonalne czy jak nimi zarządza, można mówić o stylu afektywnym (por. Davidson, 1992; 1994a). Natomiast jeśli istnieje możliwość wyodrębnienia określonych treści danego stanu rzeczy, nazwa „styl” wydaje się już zbyt wąska, kategorią bardziej odpowiednią jest natomiast wzór. Wzór bowiem jest układem złożonym z części lub elementów o koherentnej strukturze. Oprócz cech formalnych, tj. względnie stałych, charakterystycznych dla jednostki sposobów reagowania (np. dynamika, intensywność, energia reakcji i zachowań), oznacza także obecność cech treściowych, tj. pewnych stałych tendencji, względnie niezależnych od czasu i rodzaju sytuacji (np. dominujący pozytywny czy negatywny afekt). Podsumowując: *wzór afektywny (WA) oznacza względnie stałą charakterystykę osobowości, opisującą różnice indywidualne w aspekcie sposobu funkcjonowania emocjonalnego o wyraźnie wyodrębnionych cechach treściowych tego funkcjonowania. Do cech formalnych WA można zaliczyć: sposób kontroli emocjonalnej oraz czasową dynamikę i intensywność reaktywności emocjonalnej. Treścią wzoru afektywnego jest typ wiodącego nastroju, na który się składają emocje podstawowe, subiektywnie doświadczane uczucia oraz tzw. niespecyficzne stany emocjonalne. WA stanowi wypadkową wzajemnych transakcyjnych zależności pomiędzy cechami formalnymi i treściowymi.*

Do własnej definicji wzoru afektywnego włączamy za Davidsonem dwa elementy. Należą do nich: (1) zachowanie aspektów formalnych wzoru afektywnego, do których zaliczamy: sposób (automatyczny vs. nieautomatyczny) kontroli emocjonalnej oraz intensywność i chronometrię reaktywności afektywnej, (2) rozumienie WA jako cechy pierwotnie biologicznie determinowanej, u podłoża której leżą obwody neuronalne dwóch fundamentalnych form systemu motywacyjno-emocjonalnego: BIS i BAS oraz podstawowy poziom aktywacji kory przedczołowej. Nowymi elementami definicji są: (1) wyraźne wyodrębnienie i włączenie aspektu treściowego, jakim jest typowy nastrój złożony z emocji podstawowych, uczuć oraz specyficznych stanów emocjonalnych, (2) podkreślenie wzajemnych, transakcyjnych zależności między cechami formalnymi i treściowymi wzoru afektywnego oraz (3) zmiana nazwy terminu. Poza tym należy dodać, że (4) podejście do WA jako do względnie stałej charakterystyki osobowości oznacza, że jej zmienność może być wyjaśniana czynnikami środowiskowymi i wrodzonymi, a także rozwojowymi. Prawdopodobnie WA w aspekcie formalnym w większym stopniu jest warunkowany czynnikami biologicznymi, natomiast jego strona treściowa determinowana jest raczej czynnikami środowiskowymi. Należy zadać pytanie, jaka jest praktyczna i teoretyczna użyteczność tak ujmowanego WA. Odpowiadając na to

pytanie, można np. powiedzieć, że według tak rozumianego terminu można opisać niektóre stany psychiczne, m.in. depresję i lęk, nie tylko, jak to zazwyczaj czyni Davidson (por. 2000a), według wyróżnionych przez niego podstawowych formalnych parametrów SA, lecz także według właściwości treściowych. Watson i jego współpracownicy (Watson, 2000; Watson, Kendall, 1992) wykazali, że lęk charakteryzuje wysoki poziom (Negatywnego Afektu NA), natomiast PA (Pozytywny Afekt) pozostaje cechą niezależną względem lęku. Pozytywny Afekt (PA), jako wtórna cecha nie mająca związku z lękiem, w przypadku konkretnych osób może osiągać różną wielkość – utrzymuje się na wysokim oraz niskim poziomie lub mieści się pomiędzy nimi. Zatem, charakteryzując zagadnienie relacji lęku i WA, można powiedzieć, że osoby lękowe to takie, u których obserwujemy wysoki poziom NA (cecha treściowa WA), niepowodzenie w szybkim powrocie do stanu poprzedzającego negatywne zdarzenie, zwłaszcza spostrzegane jako zagrażające (cecha formalna), oraz podwyższony poziom aktywacji w obszarach prawej strony kory przedczołowej (cecha formalna). Jeśli zaś chodzi o depresję, to w zakresie cechy treściowej WA jest ona połączona ze specyficzną kombinacją NA i PA. W depresji NA utrzymuje się na wysokim poziomie, ale wtórną istotną cechą w depresji jest niski poziom PA (Watson, Kendall, 1992; Watson, 2000). Poza tym na poziomie formalnych cech wzoru afektywnego depresję charakteryzują: deficyty w obszarze systemu BAS, spadek aktywacji w obszarach lewej kory przedczołowej, trudności w szybkim powrocie do stanu poprzedzającego negatywne zdarzenie (zwłaszcza spostrzegane jako separacja, strata, niepowodzenie).

*

Niezwykle obiecujące z punktu widzenia poznawczego, jak i praktycznego wydaje się badanie różnic indywidualnych w zakresie reakcji na te same bodźce emocjonalne. Duża liczba badań ewolucyjnych wskazuje na adaptacyjne znaczenie tego typu różnic (por. Davidson, 2002; 2000b). Jednakże z punktu widzenia funkcjonowania człowieka należałoby także wziąć pod uwagę (oprócz badania sposobu reakcji emocjonalnych) adaptacyjne znaczenie treści odpowiedzi na bodźce emocjonalne. To sprawia, że wzór afektywny może pomóc w postawieniu i rozstrzygnięciu wielu pytań badawczych oraz hipotez z zakresu różnych dziedzin psychologii. Pozostaje do omówienia niezwykle ważne zagadnienie relacji WA do temperamentu. Rodzi się tu wiele pytań, które dotyczą zakresu obydwu terminów, ich korelatów biologicznych oraz aspektu funkcjonalnego. Można uznać, że styl afektywny w ujęciu Davidsona (np. 2000a; 2000b) oznaczałby cały obszar różnic indywidualnych, które modyfikują sposób reagowania jednostki na takie same bodźce czy zdarzenia emocjonalne. Te różnice są powiązane z pewnymi funkcjami centralnego układu nerwowego i są względnie stałe w czasie. W rozumieniu tego autora SA wprawdzie deklaratywnie obejmuje dyspozycyjny nastrój (Davidson, 2002), jednak nie zostało to dostatecznie wyraźnie opisane w literaturze. Naszym zdaniem styl afektywny jest terminem szerszym i jeszcze bardziej złożonym niż proponuje to Davidson. Obejmuje bowiem nastrój, który jest nie tylko wyrazem stylu afektywnego według Davidsona, lecz także buduje aspekt treściowy tej cechy. Można zatem powiedzieć, że w naszym ujęciu wzór afektywny jest cechą osobowości, która określa nie tylko sposób reagowania emocjonalnego (aspekt formalny), ale również ukierunkowuje działanie, np. procesy poznawcze (aspekt treściowy) związane z typem wiodącego nastroju (por. Ekman, Davidson, 1999, s. 88).

BIBLIOGRAFIA

- Bulman-Fleming, M., Grimshaw, G. M., Breenbaum, S. A. (2000). Achieving convergent evidence through divergent approaches. *Brain & Cognition*, 42, 85-88.
- Carver, C. S., White, T. L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: The BIS / BAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 319-333.
- Clore, G. L., Ortony, A., Foss, M. A. (1987). The psychological foundations of the affective lexicon. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 751-766.
- Cook, W. L., Kenny, D. A., Goldstein, M. J. (1991). Parental affective style risk and the family system: A social relations model analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 492-501.
- Davidson, R. J. (1984). Affect, cognition and hemispheric specialization. [W:] C. E. Izard, J. Kagan, R. Zajonc (red.). *Emotions, cognition, and behavior* (s. 320-365). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Davidson, R. J. (1991). Cerebral asymmetry and affective disorders: A developmental perspective. [W:] D. Cicchetti, S. L. Toth (red.), *Internalizing and externalizing expressions of dysfunction. Rochester Symposia on Developmental Psychopathology*, (vol. 2, s. 123-154). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Davidson, R. J. (1992). Emotion and affective style: Hemispheric substrates. *Psychological Science*, 3, 39-43.
- Davidson, R. J. (1993). Cerebral asymmetry and emotion: Conceptual and methodological conundrums. *Cognition and Emotion*, 7, 115-138.
- Davidson, R. J. (1994a). Asymmetric brain function, affective style and psychopathology: The role of early experience and plasticity. *Development and Psychopathology*, 6, 741-758.

CO TO JEST STYL AFEKTYWNY?

- Davidson, R. J. (1994b). Temperament, affective style, and frontal lobe asymmetry. [W:] G. Dawson, K. W. Fischer (red.), *Human behavior and the developing brain* (s. 518-536). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Davidson, R. J. (1995). Cerebral asymmetry, emotion and affective style. [W:] R. J. Davidson, K. Hugdahl (red.), *Brain asymmetry* (s. 361-378). Cambridge, MA: MIT Press.
- Davidson, R. J. (1998a). Affective style and affective disorders: Perspectives from affective neuroscience. *Cognition and Emotion*, 12, 307-330.
- Davidson, R. J. (1998b). Anterior electrophysiological asymmetries, emotion, and depression: Conceptual and methodological conundrums. *Psychophysiology*, 35, 607-614.
- Davidson, R. J. (2000a). Affective style, mood, and anxiety disorders: An affective neuroscience approach. W: R. J. Davidson (red.), *Anxiety, depression, and emotion* (s. 88-108). New York: Oxford University Press.
- Davidson, R. J. (2000b). Affective style, psychopathology, and resilience: Brain mechanisms and plasticity. *American Psychologist*, 55, 1196-1214.
- Davidson, R. J. (2000c). Neuropsychological perspectives on affective styles and their cognitive consequences. [W:] T. Dalgleish, M. Power (red.), *Handbook of cognition and emotion* (s. 82-123). West Sussex: John Wiley & Sons.
- Davidson, R. J. (2000d). The functional neuroanatomy of affective style. [W:] R. D. Lane, L. Nadel (red.), *Cognitive science of emotion. Series in affective science* (s. 371-388). London: Oxford University Press.
- Davidson, R. J. (2002). Anxiety and affective style: Role of prefrontal cortex and amygdala. *Biological Psychiatry*, 51, 68-80.
- Davidson, R. J. (2003). The neural substrates of affective processing in depressed patients treated with venlafaxine. *American Journal of Psychiatry*, 160, 1, 64-75.
- Davidson, R. J., Hugdahl, K. (1995). *Brain asymmetry*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Davidson, R. J., Kalin, N. H., Shelton, S. E. (1993). Lateralized response to diazepam predicts temperamental style in rhesus monkeys. *Behavioral Neuroscience*, 107, 1106-1110.
- Davidson, R. J., Putman, K. M., Larson, Ch. L. (2000). Dysfunction in the neural circuitry of emotion regulation a possible prelude to violence. *Science*, 289, 591-600.
- Debener, S., Beauducel, A., Nessler, D., Brocke, B., Heilemann, H., Kayser, J. (2000). Is resting anterior EEG alpha asymmetry a trait marker for depression? Findings for healthy adults and clinically depressed patients. *Neuropsychobiology*, 41, 31-37.
- Ekman, P. (1982). *Emotion in the human face* (wyd. 2). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Ekman, P., Davidson, R. J. (1999). *Natura emocji. Podstawowe zagadnienia*. Gdańsk: GWP.
- Fajkowska-Stanik, M., Marszał-Wiśniewska, M. (2004). *Skala Pozytywnego i Negatywnego Afektu – wersja rozszerzona (PANAS-X) – wyniki badań polskiej adaptacji* (maszynopis).
- Fox, N. A. (1994). Dynamic cerebral processes underlying emotion regulation. [W:] N. A. Fox, J. J. Campos (red.), *The development of emotion regulation. Biological and behavioral considerations*. (s. 152-166). Monographs of the Society for Research in Child Development.
- Fox, N. A., Calkins, S. D. (2000). Multiple-measure approaches to the study of infant emotion. [W:] M. Lewis, J. M. Haviland-Jones (red.), *Handbook of emotions* (s. 203-219). New York: Guilford Press.
- Fox, N. A., Davidson, R. J. (1991). Hemispheric specialization and attachment behaviors: Developmental processes and individual differences in separation protest. [W:] J. L. Gewirtz, W. M. Kurtines (red.), *Intersections with attachment* (s. 147-164). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Gainotti, G. (1989). The meaning of emotional disturbance resulting from unilateral brain injury. [W:] G. Gainotti, C. Caltagirone (red.), *Emotion and the dual brain* (s. 147-167). Berlin: Springer.
- Gottman, J. M., Levenson, R. W. (2002). A two-factor model for predicting when couple will divorce: Explanatory analyses using 14-year longitudinal data. *Family Process*, 41, 83-96.
- Gray, J. A. (1981). The psychophysiology of anxiety. [W:] R. Lynn (red.), *Dimensions of personality: Papers in honour of H. J. Eysenck* (s. 233-252). New York: Pergamon Press.
- Gray, J. A. (1982). *The neuropsychology of anxiety: An enquiry into the functions of the septo-hippocampal system*. New York: Oxford University Press.
- Gray, J. A. (1994). Three fundamental emotion systems. [W:] P. Ekman, R. J. Davidson (red.), *The nature of emotion: Fundamental questions* (s. 243-247). New York: Oxford University Press.
- Gray, J. A. (1985). Issues in neuropsychology of anxiety. [W:] A. H. Tuma, J. D. Maser (red.), *Anxiety and the anxiety disorders* (s. 5-55). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Hagemann, D., Naumann, E., Becker, G., Maier, S., Bartussek, D. (1998). Frontal brain asymmetry and affective style: A conceptual replication. *Psychophysiology*, 35, 372-388.
- Hazen, S. L. H. (1995). *The relationship between ethnic/racial identity status and ego identity status* (maszynopis pracy doktorskiej, George Mason University, USA).
- Helson, R., Roberts, B., Agronick, G. (1995). Enduringness and change in creative personality and prediction of occupational creativity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 1173-1183.
- Hemenover, S. H. (2003). Individual differences in rate of affect change: Studies in affective chronometry. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 121-131.
- Henriques, J. B., Davidson, R. J. (1990). Regional brain electrical asymmetries discriminate between previously depressed subjects and healthy controls. *Journal of Abnormal Psychology*, 99, 22-31.
- Henriques, J. B., Davidson, R. J. (1991). Left frontal hypoactivation in depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 535-545.
- Hooley, J. H., Hiller, J. B. (2001). Family relationships and major mental disorder: Risk factors and preventive strategies. [W:] B. R. Sarason, S. Duck (red.), *Personal relationships: Implications for clinical and community psychology* (s. 61-87). New York:

John Wiley & Sons.

Izard, C. E. (1991). *The psychology of emotions*. New York: Plenum.

Jacobs, G. D., Snyder, D. (1996). Frontal brain asymmetry predicts affective style in men. *Behavioral Neuroscience*, 110, 3-6.

Johnson, S. T. (1986). The memorable teacher: Implications for teacher selection. *Journal of Negro Education*, 55, 272-283.

Kinsbourne, M. (1978). Evolution to language in relation to lateral ation. [W:] M. Kinsbourne (red.), *Assymetrical function of the brain* (s. 553-556). Cambridge, England: Cambridge University Press.

Koenig, J. E., Sachs-Ericsson, N., Miklowitz, D. (1997). How do psychiatric patients experience interactions with their relatives? *Journal of Family Psychology*, 11, 251-256.

Lazarus, R. S. (1991a). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.

Lazarus, R. S. (1991b). Progress on a cognitive-motivational-rational theory of emotion. *American Psychologist*, 46, 819-834.

Miklowitz, D. J., Tompson, M. C. (2003). Family variables and interactions in schizophrenia. [W:] G. P. Sholevar (red.), *Textbook of family and couples therapy: Clinical applications* (s. 585-617). Washington: American Psychiatric Publishing.

Plutchik, R. (1980). *Emotion: A psychoevolutionary synthesis*. New York: Harper&Row.

Strelau, J. (1983). *Temperament, personality, activity*. London: Academic Press.

Strelau, J. (2002). *Psychologia różnic indywidualnych*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR.

Sutton, S. K., Davidson, R. J. (1997). Prefrontal brain asymmetry: A biological substrate of the behavioral approach and inhibition systems. *Psychological Science*, 8, 204-210.

Tomarken, A. J., Davidson, R. J., Wheeler, R. E., Doss, R. C. (1992). Individual differences in anterior brain asymmetry and fundamental dimensions of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 676-687.

Tomkins, S. S. (1963). *Affect, imagery, and consciousness*. Vol. 1: *The negative affects*. New York: Springer.

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. [W:] N. A. Fox (red.), *The development of emotion regulation: Biological and behavioral aspects* (s. 25-52). Chicago: University of Chicago Press.

Tompson, M. C., Rea, M. M., Goldstein, M. J., Miklowitz, D. J., Weisman, A. G. (2000). Difficulty in implementing a family intervention for bipolar disorder: The predictive role of patient and family attributes. *Family Process*, 39, 105-120.

Watson, D. (2000). *Mood and temperament*. New York: Guilford Press.

Watson, D., Clark, L. A. (1994a). *The PANAS-X. Manual for the Positive and Negative Affect Schedule-Expanded Form* (maszynopis).

Watson, D., Clark, L. A. (1994b). The vicissitudes of mood: A schematic model. [W:] P. Ekman, R. J. Davidson (red.), *The nature of emotion: Fundamental questions* (s. 400-405). New York: Oxford University Press.

Watson, D., Clark, L. A., Tellegen, A. (1984). Cross-cultural convergence in the structure of mood: A Japanese replication and a comparison with U. S. findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 127-144.

Watson, D., Kendall, P. C. (1992). Understanding anxiety and depression: Their relation to negative and positive affective states. [W:] P. C. Kendall, D. Watson (red.), *Anxiety and depression. Distinctive and overlapping features* (s. 3-26). San Diego: Academic Press.

Watson, D., Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin*, 98, 219-235.

Wheeler, R. E., Davidson, R. J., Tomarken, A. J. (1993). Frontal brain asymmetry and emotional reactivity: A biological substrate of affective style. *Psychophysiology*, 30, 82-89.

Wytykowska, A. (2004). *Polska adaptacja Skal BIS / BAS* (maszynopis).

Zvolensky, M. J., Feldner, M. T., Eifert, G. H., Brown, R. A. (2001). Affective style among smokers: Understanding anxiety sensitivity, emotional reactivity and distress tolerance using biological challenge. *Addictive Behaviors*, 26, 901-915.